

“AUTOCONCEPTO DE LAS MUJERES VÍCTIMAS DE DELITOS SEXUALES DEL
CONFLICTO ARMADO COLOMBIANO DESDE LA PERSPECTIVA DEL DEPORTE
SOCIAL”

Sandra Juliet Sierra Poveda
Cód. 2016118038

UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL
FACULTAD DE EDUCACIÓN FÍSICA
LICENCIATURA EN DEPORTE
ÉNFASIS DEPORTE SOCIAL
PROYECTO DE INVESTIGACIÓN

TABLA DE CONTENIDO

Contenido

1. Capítulo I.....	4
1.1. Introducción	4
1.2. Marco Referencial.....	6
1.2.1 Rastreo de Antecedentes	6
1.2.2. Ubicación del Problema	14
1.3. Formulación Del Problema.....	15
1.4. Objetivos.....	15
1.4.1.1. Principal	15
1.4.1.2. Específicos	15
1.5. Justificación	16
2. Capítulo II	18
2.1 Marco Teórico.....	18
2.1.1. Autoconcepto.....	19
2.1.1.2. Relación Autoconcepto y Deporte	23
2.1.1.3. Autoconcepto, Deporte y edad.....	24
2.1.1.4. Autoconcepto, Deporte y Género	25
2.1.1.5. Autoconcepto y Deporte ¿individual o de Conjunto?.....	26
2.2. Género y Mujer	28
2.2.1. Representaciones y Discursos Alrededor de la Categoría Género	28
2.2.2. Mujeres en defensa del cuerpo- territorio habitable	32
2.3. Conflicto Armado y Violencia Sexual.....	36
2.3.1. A propósito de la Violencia Sexual y sus manifestaciones	37
2.3.2. Violencia Sexual con ocasión del Conflicto Armado e Impacto Diferenciado	43
2.3.3. Calcular lo incalculable: algunas cifras de las víctimas de violencia sexual..	46
2.4. Deporte Social.....	58
2.4.1. Concepción de feminidad a partir de los Discursos y prácticas de la educación física y el Deporte en Colombia.....	59
2.4.2. Contextualización de Deporte Social	65
2.4.3. Democracia, Deporte y Mujer: Sentido del Deporte Social	68

3.	Capítulo III	75
3.1.	Marco Metodológico.....	75
3.1.1.	Paradigma de Investigación.....	76
3.1.2.	Enfoque Investigativo.....	77
3.1.3.	Modelo de Investigación	79
3.1.4.	Instrumentos de Investigación.....	85
3.1.5.	Diario de Campo.....	87
3.1.6.	Historias de Vida	87
3.1.7.	Entrevista Semiestructurada	89
3.1.8.	Formatos	91
4.	Capítulo IV	95
4.1.	Resultados e Interpretación de la Información Obtenida.....	95
4.1.1.	Sistematización de la Información	96
4.1.2.	Análisis y o Triangulación de la Información.....	101
4.1.3.	De los resultados y discusión	102
4.1.2.	Género Y Mujer.....	107
4.1.3.	Conflicto Armado Y Violencia Sexual.....	109
4.1.4.	Deporte Social	110
5.	Capítulo V	113
5.1.	Reflexiones Finales.....	113
5.1.1.	Conclusiones.....	113

1. Capítulo I

1.1.Introducción

Este documento propone, una construcción teórica de la perspectiva sobre el autoconcepto de las mujeres víctimas de delitos sexuales del conflicto armado, desde la mirada del Deporte social; lo anterior se presenta a partir de las categorías de análisis establecidas previa búsqueda de antecedentes, que a su vez permiten comprender el problema de investigación formulado.

Para efecto de lo anteriormente descrito, se plantea en primer lugar el Autoconcepto a partir de su definición y caracterización general, para posteriormente mencionar las subcategorías del Autoconcepto que se tuvieron en cuenta para el desarrollo de este trabajo investigativo, así como la relación que las mismas guardan con el Deporte.

En segundo lugar, se presentan las categorías Género y Mujer, en las que se pone en evidencia el surgimiento de las mismas y los modos en que el Deporte se ha manifestado en relación a las mujeres colombianas; en tercer lugar, se expone la categoría Conflicto Armado y Violencia Sexual, al enunciar tanto su multiplicidad de manifestaciones históricas hacia la mujer, como las respuestas por parte del Estado colombiano en el marco de la reparación.

En cuarto lugar, se esboza la categoría Deporte Social a partir del Sentido Pedagógico que tuvo durante el desarrollo de la presente investigación, con miras a, por un lado, la reconfiguración simbólica y práctica del concepto de Deporte, y por el otro, el replanteamiento teórico- práctico de la noción de Democracia.

A su vez, se describen tanto el paradigma y enfoque metodológico de la investigación, como el método y los instrumentos utilizados con miras a obtener y sistematizar la información relacionada al Autoconcepto de las Mujeres Víctimas de delitos sexuales en el marco del conflicto armado colombiano, desde la perspectiva Pedagógica del Deporte Social. Debe mencionarse que, para efectos de lo anterior, se propuso una metodología, a partir de la correspondencia que la misma tiene con el marco teórico, en la medida que esta surge como una propuesta metodológica coherente, que permite desarrollar tanto el sentido mismo

del presente trabajo investigativo, como abordar la problemática planteada como propuesta de investigación.

Finalmente, se describirán algunas de las conclusiones parciales del trabajo investigativo desarrollado hasta el momento, en la medida que el mismo no ha sido culminado y aún se encuentra en la fase de triangulación de la información.

1.2.Marco Referencial

1.2.1 Rastreo de Antecedentes

En el proceso de búsqueda y recolección de antecedentes para la realización del presente trabajo investigativo, se tuvieron como referentes tres ejes fundamentales: en primer lugar, la contextualización de la violencia contra la mujer colombiana en el marco del conflicto armado (específicamente entre los años 2002 y 2010), en segundo lugar, lo concerniente al ámbito normativo frente a la problemática anteriormente expuesta y en relación a la reparación de víctimas y en tercer lugar, frente a la manera en que se ha estudiado la relación entre deporte, cuerpo, violencia contra la mujer y reparación de víctimas.

Para efectos de la anterior búsqueda, se tomaron como referentes las siguientes bases de datos de revistas indexadas como:

- Dialnet,
- Scielo,
- Redalyc

Así mismo se consultaron los repositorios de las siguientes universidades:

- Universidad Pedagógica Nacional de Colombia,
- Universidad Nacional de Colombia,
- Universidad Javeriana

Por otro lado, se tuvieron en cuenta los informes técnicos de las siguientes entidades:

- Centro Nacional de Memoria Histórica (CNMH)
- Coalición contra la vinculación de niños, niñas y jóvenes al conflicto armado en Colombia (COALICO)
- Casa de la Mujer

De la misma manera, para efectos de la consulta normativa se visitó y se tuvo en cuenta únicamente la página oficial de la secretaría del Senado Colombiano.

Vale la pena mencionar, que a partir de la anterior búsqueda se identificaron diferentes documentos tales como: tesis de pregrado, artículos científicos, informes técnicos y libros, mientras que en materia de posgrados (maestrías y doctorados) no se encontró ningún documento que permitiera reconocer avances teóricos referentes a la temática del presente proyecto investigativo. A continuación, se anexa una gráfica que dará cuenta de cuantos documentos de acuerdo a su tipología se encontraron:

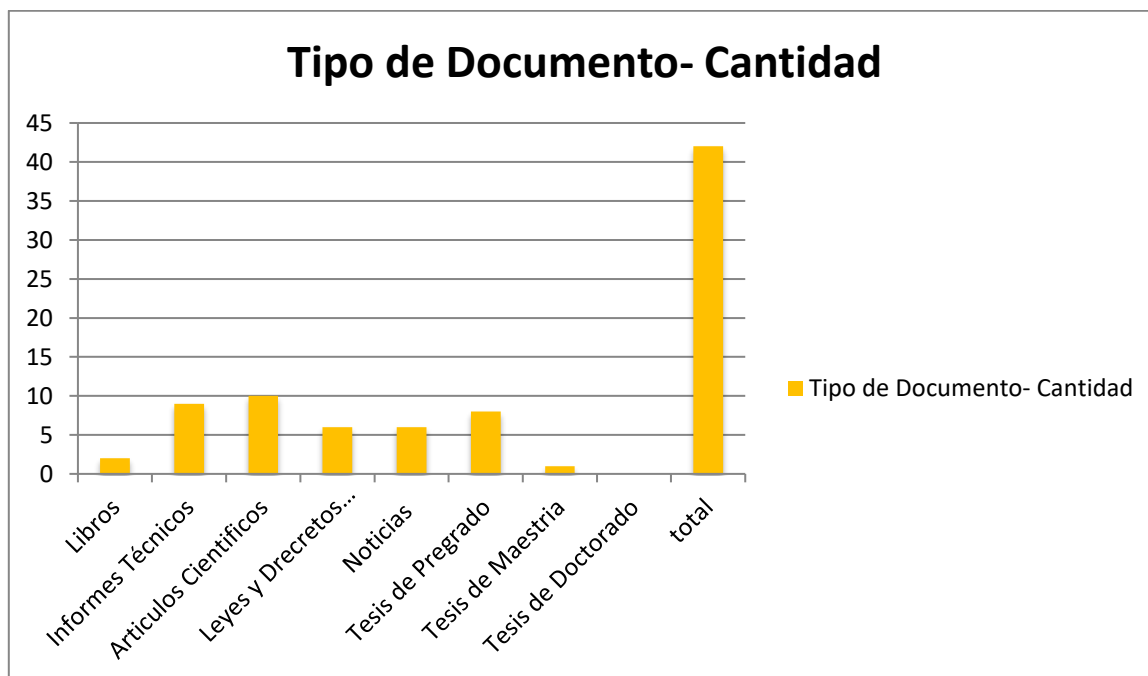


Ilustración 1- Tipo de Documento y Cantidad

Es necesario mencionar que, para el rastreo de los antecedentes del presente trabajo investigativo y posterior al establecimiento de las categorías de búsqueda anteriormente descritas, se utilizaron las siguientes palabras clave para la búsqueda en cada una de las bases de datos consultadas, a saber:

- Mujer y deporte
- Conflicto armado y deporte
- Violencia contra la mujer y deporte
- Cuerpo y deporte
- Reparación de víctimas y deporte

- Cuerpo, mujer y conflicto armado

A continuación, se anexarán una serie de tablas en las que se pone de evidencia la cantidad de documentos encontrados de acuerdo a las categorías de búsqueda establecidas:

Tabla 1. *Categoría Conflicto Armado y Violencia Sexual y Tipos de Documentos*

Categoría	Otras Categorías	Tipo	Cantidad	
Conflicto Armado y Violencia Sexual	Deporte	Informe Técnico	2	
		Artículo Científico	2	
		Libro	2	
		Tesis Pregrado	2	
		Tesis Posgrado	0	
		Artículo Periodístico	7	
		Leyes y Decretos Reglamentarios	1	
		Mujer	Informe Técnico	9
			Artículo Científico	2
			Libro	0
Tesis Pregrado	2			
Tesis Posgrado	1			
Leyes y Decretos				
Reglamentarios	5			
Total			35	

Se puede agregar, que, si bien se realizó una búsqueda bibliográfica categorizada, como se evidencia en las tablas 1, 2 y 3 también se rastrearon documentos que guardaran relaciones inter- categóricas, con miras a establecer las mayores aproximaciones teóricas a la problemática que se identifica y se describirá a mayor profundidad en acápite posteriores de la presente propuesta investigativa.

Tabla 2. *Categoría Mujer y Tipos de Documentos*

Categoría	Otras Categorías	Tipo	Cantidad
Mujer	Deporte	Informe Técnico	1
		Artículo Científico	2
		Libro	2
		Tesis Pregrado	1
		Tesis Posgrado	0
		Artículo Periodístico	4
		Leyes y Decretos	
		Reglamentarios	0
	Conflicto Armado Y Violencia Sexual	Informe Técnico	9
		Artículo Científico	2
		Libro	0
		Tesis Pregrado	2
		Tesis Posgrado	1
		Leyes y Decretos	
		Reglamentarios	5
TOTAL			29

Merece la pena mencionar que para efectos de la búsqueda de la categoría Deporte, se encontraron numerosos documentos tales como noticias, informes y artículos científicos y tesis de pregrado en los que se apuesta por el deporte como una herramienta para la

transformación social, la reparación de víctimas y la prevención de la violencia contra la mujer.

Tabla 3. *Categoría Deporte y Tipos de Documentos*

Categoría	Sub- Categoría	Tipo	Cantidad
Deporte	Conflicto Armado y Violencia Sexual	Informe Técnico	2
		Artículo Científico	2
		Libro	2
		Tesis Pregrado	2
		Tesis Posgrado	0
		Artículo Periodístico	7
		Leyes y Decretos	
		Reglamentarios	1
	Mujer	Informe Técnico	1
		Artículo Científico	2
		Libro	2
		Tesis Pregrado	1
		Tesis Posgrado	0
		Artículo Periodístico	4
		Leyes y Decretos	
		Reglamentarios	0
	Definición y Características	Informe Técnico	0
		Artículo Científico	3
		Libro	0
		Tesis Pregrado	2
		Tesis Posgrado	0
		Artículo Periodístico	0
		Leyes y Decretos	
		Reglamentarios	1
TOTAL			28

Así mismo, es necesario resaltar que se tuvieron como categorías de búsqueda: conflicto armado y violencia sexual, Mujer y Deporte de tal manera que se buscaron textos en los que se guardara relación entre los mismos.

No obstante, lo anterior, se puede constatar que no hay un texto que guarde una relación entre todas las categorías anteriormente descritas, en consecuencia, tampoco se halló evidencia de la existencia de un documento que en términos del sentido del deporte (cualquiera que fueren sus expresiones) sea el de la transformación del autoconcepto de las mujeres víctima de violencia sexual con sí mismas, en el marco de conflicto armado colombiano.

Por consiguiente, se busca alcanzar una relación transdisciplinar en la que sea el deporte el generador de escenarios de participación, herramientas metodológicas y experiencias que se posicionen como elementos constitutivos de la reparación de las mujeres víctima de violencia sexual, que a su vez desemboquen en la construcción de un tejido social basado en la democracia participativa¹.

A continuación, se presenta una matriz en la que se muestran las 40 fuentes consultadas para efectos de la contextualización y problematización del presente trabajo investigativo, categorizadas de acuerdo al tipo de documento, autor, año y lugar de publicación, área disciplinar y categoría de búsqueda: (Ver Anexos, tabla 1).

En materia de contraste internacional y de acuerdo con los resultados obtenidos posterior al rastreo de antecedentes hasta el momento, se puede afirmar que España y algunos países del continente latinoamericano como Colombia, México y Argentina han abordado las categorías Deporte y Violencia con una mirada en la que estas dos se interrelacionan de manera problemática, convirtiéndose en fenómenos sociales urgentes de resolver.

¹ Que en palabras de Estanislao Zuleta se constituye como un escenario en el que fraguan el reconocimiento mutuo, el dialogo, la igualdad y la posibilidad, en donde, además de lo anterior donde se articulen proyectos y converjan sueños, se incuben empresas y se promueva el reconocimiento mutuo

Por su parte, países como Colombia y España han abordado la categoría Deporte como estrategia alternativa y novedosa, que puede ser utilizada en respuesta y para el mejoramiento de los índices de la multiplicidad de manifestaciones de violencia presentes en el contexto de la sociedad contemporánea.

Así mismo, frente a las categorías Deporte y Mujer en los textos abordados, son los países latinoamericanos quienes han aportado mayor producción académica hacia los años 2018 y 2019, en términos del reconocimiento del rol de la mujer en el deporte de la actualidad y la urgencia por generar dinámicas deportivas con miras a la igualdad de género² y al empoderamiento femenino.

En la siguiente ilustración, se puede observar el contraste de la producción académica encontrada hasta el momento, categorizándola de acuerdo al país que la generó:

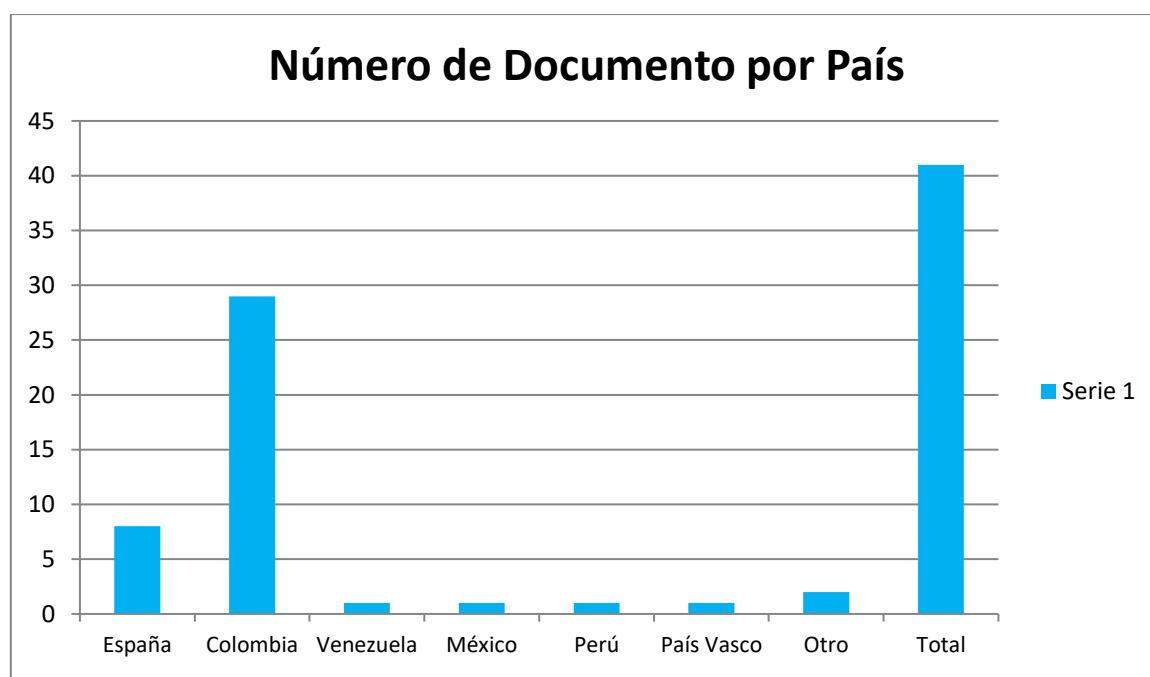


Ilustración 2- Número de Documentos por País

² Scott, J. propone la categoría de género como “una forma de referirse a los orígenes exclusivamente sociales de las identidades subjetivas de hombres y mujeres (...)” (Scott, J. 1996), agrega que “(...) El uso de género pone de relieve un sistema completo de relaciones que puede incluir el sexo, pero no está directamente determinado por el sexo o es directamente determinante de la sexualidad” (Scott, J. 1996).

Teniendo en cuenta la cronología de producción de los documentos encontrados hasta el momento, resulta evidente que si bien para efectos de los años noventa se generaron algunas producciones académicas relacionadas con el Deporte, las mismas estuvieron limitadas a la definición de dicha categoría, obviando la relación entre este y los fenómenos sociales que se presentaban en torno a él; en consecuencia, ninguno de los citados documentos generó una relación entre esta categoría y las otras dos establecidas para el rastreo de antecedentes del presente trabajo investigativo.

De la misma manera, resulta importante resaltar que entre los años noventa y hasta los años 2017, 2018 y 2019, la cantidad de documentos encontrados que permitieran nutrir el rastreo de antecedentes del presente documento fue escasa, en la medida que para los primeros años de la década del dos mil, se hallaron como máximo tres documentos por año, e incluso para algunos años como el 2005 (por citar un ejemplo) no se halló ninguno.

Por su parte, desde el año 2017 y hasta la época contemporánea, se divisa un notable crecimiento en materia del análisis tanto del deporte (entendiéndolo como fenómeno social), como de la violencia sexual (en el contexto del conflicto armado) y del rol que ha desempeñado la mujer en relación con los dos preceptos anteriormente descritos, como se observa en la siguiente Ilustración:



Ilustración 3- Cantidad de Textos por Año

Una vez identificados y clasificados los antecedentes de acuerdo con lo descrito en acápite anteriores se puede generar la siguiente:

1.2.2. Ubicación del Problema

Hablar de conflicto armado y violencia sexual, podría tornarse redundante si se toman como referente las cifras de victimización, frente a lo que ha representado la guerra, en los cuerpos de las mujeres inmersas en el contexto que suscitan más de cien años de enfrentamiento bélico de los diferentes grupos armados presentes en el territorio nacional colombiano.

En este sentido, son las mujeres víctimas de violencia sexual en el marco del conflicto armado colombiano, quienes han sufrido un sinnúmero de vejámenes sobre sus cuerpos, y, que además de ello, se han visto inmersas en dinámicas de doble victimización, al acudir a las instituciones oficiales encargadas de impartir justicia, generar procesos de reparación y garantizar la no repetición de tan atroces hechos. Lo anterior se propone, en la medida que si bien dichas entidades, han manifestado un interés por generar los citados procesos, se pone de evidencia que los mismos se han reducido a indemnizaciones monetarias y creaciones de emprendimiento, los cuales, en la mayoría de los casos no se corresponden con las verdaderas necesidades de estas mujeres víctimas de violencia sexual.

En tal dirección, se parte de la idea de la multiplicidad de identidades que implica remitirse a las mujeres víctimas de violencia sexual en el contexto del conflicto armado colombiano, no solo por sus condiciones económicas, sino también de etnia, raza, edad y/u orientación sexual., así como por la manera en que la violencia sexual permea la manera en que se han constituido como sujetos sociales

De acuerdo con lo anterior, puede decirse que, las citadas estrategias de reparación del gobierno colombiano han dejado en el olvido dimensiones tales como las del autoconcepto de estas mujeres, de tal manera que, con el presente trabajo investigativo se

busca dar respuesta al interrogante del lugar que ocupa el Deporte Social en la construcción de alternativas de abordaje del autoconcepto de las mismas.

1.3.Formulación Del Problema

¿De qué manera actúan las prácticas de Deporte Social en el Autoconcepto de las Mujeres Víctimas de delitos sexuales en el marco del conflicto armado colombiano?

1.4.Objetivos

1.4.1.1.Principal

- Comprender la manera en que el Deporte Social actúa el Autoconcepto de las Mujeres Víctimas de delitos sexuales del conflicto armado colombiano.

1.4.1.2.Específicos

- Identificar los autoconceptos de las Mujeres Víctimas de delitos sexuales del conflicto armado colombiano.
- Analizar las estrategias de reparación que el estado colombiano ha generado para las Mujeres Víctimas de delitos sexuales del conflicto armado colombiano en relación con su autoconcepto físico.
- Describir una alternativa para abordar el autoconcepto de las Mujeres víctimas de delitos sexuales desde el Deporte Social.

1.5.Justificación

El problema de investigación surge a partir del interrogante del lugar que ocupa el Deporte Social en la construcción de comunidades más incluyentes, participativas, pluralistas y democráticas. En esta dirección, se toma como punto de partida lo propuesto por la Licenciatura en Deporte de la Universidad Pedagógica Nacional en uno de sus propósitos de formación:

“El programa estudia el conjunto de manifestaciones individuales, sociales y culturales del deporte en su pretensión de desarrollar conocimiento pedagógico en torno al deporte, y de reflexionar sobre las prácticas pedagógico-deportivas para atender la solución de necesidades sociales en los distintos ámbitos de su intervención” (Universidad Pedagógica Nacional, S.f.).

En este sentido, y con miras al cumplimiento de los objetivos planteados desde la Licenciatura en Deporte, la presente investigación surge como una propuesta interdisciplinar en la que se busca posicionar el Deporte Social como un hecho social y culturalmente relevante frente a la búsqueda y comprensión de los problemas contemporáneos a que se ven enfrentadas las mujeres víctimas de violencia sexual en el marco del conflicto armado colombiano.

Lo anterior se propone, a partir de preceptos tales como la igualdad y la democracia, en los que son las mujeres víctima de violencia sexual del conflicto armado quienes se posicionen como principales protagonistas de los procesos de transformación de sus autoconceptos a partir de la perspectiva del Deporte Social.

Llegado a este punto, merece la pena destacar que la motivación por desarrollar esta investigación, surge además, como consecuencia de los primeros acercamientos que se realizaron a la población sujeto de esta investigación, en el contexto de las Praxis educativas de segundo nivel en la Licenciatura en Deporte, de la Universidad Pedagógica Nacional, las cuales se realizaron con mujeres de diferentes regiones de Colombia, (quienes de una manera

u otra sufrieron agresiones de tipo sexual en el marco del conflicto armado), al generar espacios dialógicos en los que se tuvieron las primeras aproximaciones a las historias de vida y vivencias posteriores que dichas mujeres han tenido que padecer, frente a una agresión sexual en un Estado indiferente como Colombia

De esta manera, surge el presente trabajo investigativo como una propuesta de orden conceptual y metodológico con miras a aportar a los procesos de comprensión y búsqueda de alternativas de abordaje de las problemáticas suscitadas de frente a las realidades en que se ven inmersas estas mujeres, que se constituyen como grupo poblacional en condiciones especiales de vulnerabilidad, no solo por su condición de mujer, sino también por la violencia sexual que sobre ellas se ha ejercido y la manera en que dichas violencias influyeron en la construcción de su propio autoconcepto.

Así mismo, el Énfasis de Deporte Social de la Universidad Pedagógica Nacional está estructurado a partir de la búsqueda y comprensión del concepto de Democracia que implica el enfoque de derechos por el que vela el Deporte Social. En este sentido, el presente trabajo de investigación entra en contacto con la realidad y cumple con la responsabilidad social que la Universidad otorga a sus estudiantes. Lo anterior se materializa a partir de la generación de una propuesta conceptual y metodológica, fundamentada en procesos investigativos del deporte social y con miras a la creación de escenarios de participación y reconocimiento del otro.

Ahora bien, a partir de los resultados encontrados en el rastreo de antecedentes, se puede afirmar que el problema de investigación abordado, se constituye como un tema novedoso, en la medida que si bien se hallaron documentos que analizan las categorías de búsqueda propuestas inicialmente, ninguno de ellos plantea una interrelación categórica, ni posiciona el Deporte Social como estrategia para la reparación de víctimas de delitos sexuales en lo que al autoconcepto físico representa.

2. Capítulo II

2.1 Marco Teórico

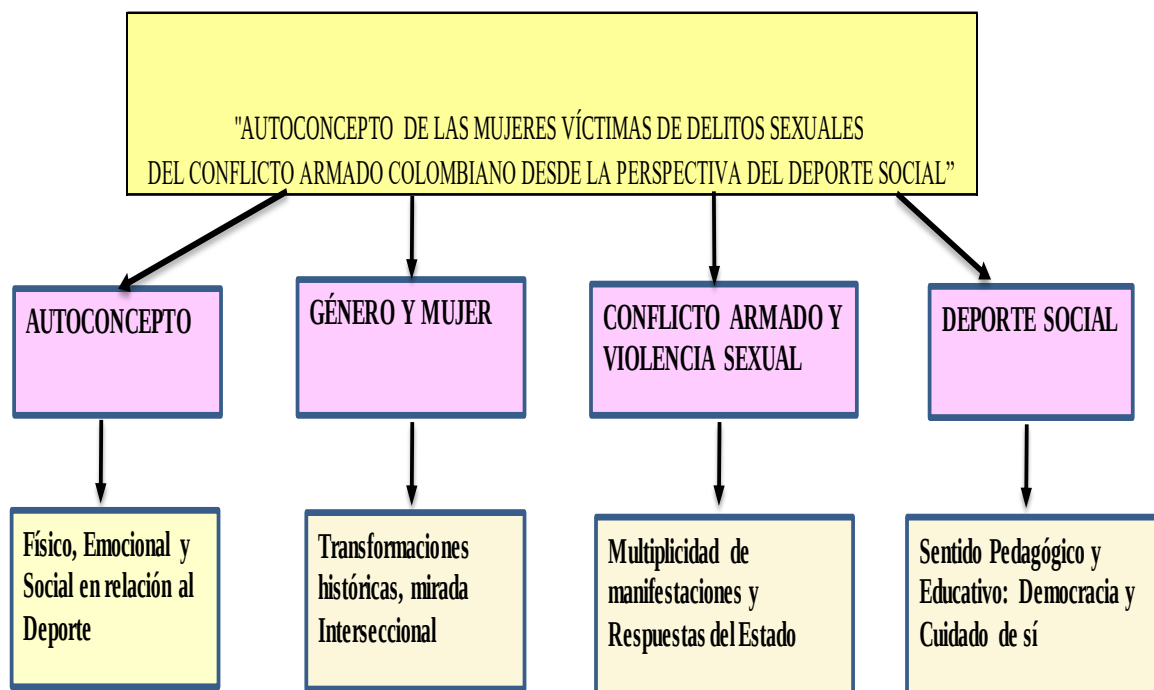


Ilustración 4. Elaboración propia. Mapa Conceptual

Este capítulo propone una construcción teórica de la perspectiva sobre el autoconcepto de las mujeres víctimas de delitos sexuales del conflicto armado desde la mirada del Deporte social; lo anterior se presenta a partir de las categorías de análisis establecidas previa búsqueda de antecedentes, que a su vez permiten comprender el problema de investigación formulado.

Para efecto de lo anteriormente descrito, se plantea en primer lugar el Autoconcepto a partir de su definición y caracterización general, para posteriormente mencionar las subcategorías del Autoconcepto que se tuvieron en cuenta para el desarrollo de este trabajo investigativo, así como la relación que las mismas guardan con el Deporte.

En segundo lugar, se presentan las categorías Género y Mujer, en las que se pone en evidencia el surgimiento de las mismas y los modos en que el Deporte se ha manifestado en

relación a las mujeres colombianas; en tercer lugar, se expone la categoría Conflicto Armado y Violencia Sexual, al enunciar tanto su multiplicidad de manifestaciones históricas hacia la mujer, como las respuestas por parte del Estado colombiano en el marco de la reparación.

Finalmente, en cuarto lugar, se esboza la categoría Deporte Social a partir del Sentido Pedagógico que tuvo durante el desarrollo de la presente investigación, con miras a, por un lado, la reconfiguración simbólica y practica del concepto de Deporte, y por el otro, el replanteamiento teórico- practico de la noción de Democracia.

2.1.1. Autoconcepto

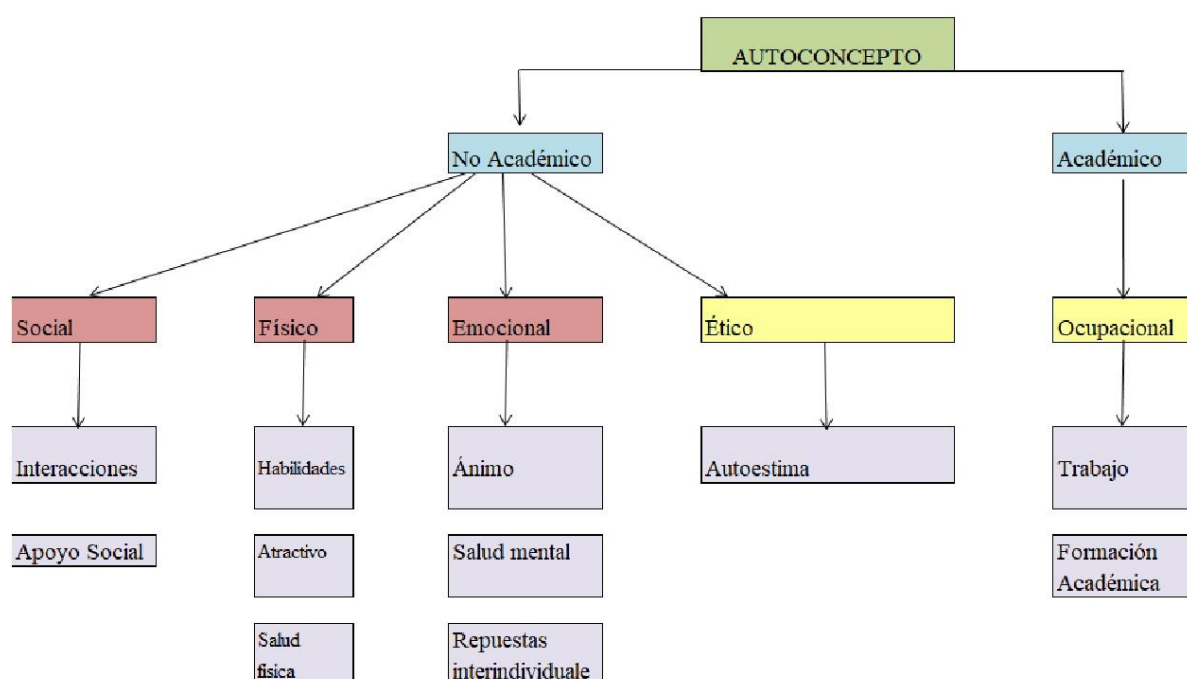


Ilustración 5. Fuente: Elaboración propia. Mapa Conceptual Autoconcepto

Este capítulo se presenta la definición y caracterización del Autoconcepto, a partir de los resultados obtenidos previa búsqueda de antecedentes. Lo anterior se materializa a partir de la descripción de los dominios y dimensiones que componen el mismo, para posteriormente plantear cuales se toman en cuenta para la construcción teórico practica del presente trabajo investigativo. Es necesario agregar, que los citados dominios y dimensiones

del autoconcepto se aterrizan a partir de la perspectiva del deporte social y con ocasión del contexto mismo en que se encuentran las Mujeres Víctima de violencia sexual.

Dicho lo anterior, puede decirse entonces que, la concepción del autoconcepto durante muchos años estuvo relacionada con la idea de globalidad³. Sin embargo, a inicios de los años setenta, dicho precepto cambió, a partir de una propuesta multidimensional y jerarquizada, en la que se ponen de evidencia tanto unos dominios⁴, como unas dimensiones o subdominios⁵, que, a su vez, en sumatoria esbozan el autoconcepto general.

Naturalmente, son muchos los teóricos que han realizado diferentes estudios respecto a los dominios que conforman el Autoconcepto, sin embargo, para efectos del presente trabajo investigativo se toman como referente los planteamientos de Igor Esnaola, Alfredo Goñi y José María Madariaga (2008), al citar:

“El autoconcepto global vendría a ser el resultado de un conjunto de percepciones parciales del propio yo (multidimensionalidad), que se estructuran en una organización jerárquica: el autoconcepto general se compondría del autoconcepto académico y del no académico y este último, a su vez, incluiría tanto el autoconcepto social como el personal y el físico”. (p. 70).

Antes de continuar con los dominios y dimensiones del autoconcepto, merece la pena señalar que por Autoconcepto se entiende “la idea que cada persona tiene de sí misma en cuanto ser individual.” (Goñi, E y Ruiz S., 2005, p. 293). O, dicho de otro modo, refiere al conjunto de percepciones que tiene una persona de sí misma a partir de una serie de dominios o dimensiones del propio yo, que a su vez se generan como consecuencia de las experiencias previas que cada quien ha tenido.

Surge entonces el interrogante de si puede considerarse el autoconcepto como un término intercambiable a la autoestima; en este sentido debe destacarse que este es un debate que numerosos estudiosos de la psicología han tenido desde el surgimiento de esta ciencia. Sin embargo, para autores como Durá, A., y Garaigordobil, M. (2006) estos conceptos, si bien guardan una relación, no pueden concebirse como inconfundibles, sino que

³ Entendida como el conjunto de todos los elementos y categorías que conforman un solo Autoconcepto.

⁴ Entendidos como Categorías macro del Autoconcepto

⁵ Entendidos como subcategorías de las categorías macro del Autoconcepto

precisamente, es la autoestima una de las dimensiones que conforman los dominios del autoconcepto, o, dicho de otro modo, la autoestima se concibe como la evaluación que el individuo hace del autoconcepto.

Al respecto propone Roa, A. (2013):

“En línea con lo indicado anteriormente, la palabra autoconcepto hace relación a los aspectos cognitivos, a la percepción y la imagen que cada uno tiene de sí mismo, mientras que el término autoestima indica los aspectos evaluativos y afectivos. No se trata de conceptos excluyentes, sino más bien al contrario, ya que se implican y se complementan mutuamente”. (p. 23).

De acuerdo a lo anterior, se puede afirmar que, si bien son dos categorías que no pueden ser utilizadas de manera inconfundible, tampoco resultan excluyentes entre sí, pues es precisamente la autoestima ese componente evaluativo que la persona realiza sobre el concepto que tiene de sí mismo.

2.1.1.1.1. Dimensiones o Dominios del autoconcepto

Una vez mencionado lo anterior, debe agregarse que, Esnaola et all. (2008), proponen cinco dominios del autoconcepto, al citar “Se concluyó que cinco eran las dimensiones importantes en lo que se refiere al autoconcepto: La dimensión física o consideraciones respecto al cuerpo; la dimensión social; la emocional; la dimensión ética, y finalmente la dimensión ocupacional” (p.4). En este sentido y para efectos del desarrollo de esta investigación, se tomaron en cuenta los siguientes dominios:

a. Dominio Físico

Para entrar en lo que respecta a este trabajo investigativo, debe mencionarse un notable crecimiento de estudios frente a lo que representó el autoconcepto físico o dominio físico alrededor de los años noventa. De los citados avances teóricos debe destacarse un primer acercamiento a las dimensiones que a su vez componen el dominio físico del autoconcepto, en la medida que “hasta entonces se venía considerando que la percepción del yo físico estaba constituida por dos dimensiones: la percepción de la habilidad y la percepción del atractivo” (Goñi, E y Ruiz S., 2005, p. 292).

En este orden de ideas, Esnaola et al (2008), plantean que, si bien las dimensiones correspondientes al autoconcepto físico continúan siendo un tema abierto a discusión, son las dimensiones de habilidad física y de apariencia física las que resultan indiscutibles a este dominio, en la medida que estas han sido aceptadas por la comunidad investigativa y solo en algunos estudios se les han adicionado dimensiones como la competencia física y la salud. En este sentido, es necesario aclarar que para efectos del desarrollo de la presente investigación se tomaron en cuenta, como referente principal la dimensión de la apariencia física a través de la mirada de las Mujeres Víctimas de delitos sexuales del conflicto armado colombiano.

b. Dominio Emocional

Llegado a este punto, vale la pena detenerse frente al autoconcepto emocional o dominio emocional, que es definido como la “percepción del sujeto de su estado emocional y de sus respuestas a situaciones específicas, con cierto grado de compromiso e implicación en su vida cotidiana” (Musitu et al., 1994, citado en Goñi et al 2005, p. 4) y que para autores como la Rosa y Díaz (1991) “está constituido por tres dimensiones: los estados de ánimo, la salud emocional y los sentimientos interindividuales” (p.2).

Ciertamente, en la presente investigación se tendrá en cuenta este dominio del autoconcepto tanto en relación a las estrategias de afrontamiento de las mujeres víctimas de delitos sexuales en el conflicto armado colombiano, como frente a la manera en que dicha violencia sexual tuvo o no implicaciones en la construcción y/o modificación del autoconcepto emocional de dichas mujeres. Sin embargo, vale la pena mencionar que será el trabajo de campo el que proporcione las estrategias necesarias para determinar tal postulado.

c. Dominio Social

En esta dirección, surge también el autoconcepto social o el dominio social del autoconcepto, que resulta también pertinente para efectos del desarrollo de esta investigación, el cual es definido como:

“La autopercepción como ser social varía en función de las interacciones en los distintos contextos en los que el ser humano actúa (por ejemplo, con los pares, con personas del mismo

o de otro sexo, con los padres, los hermanos, la familia...)" (Markus y Wurf, 1987, citado en Esnaola et al., 2008, p. 7).

En tal sentido, se menciona que el autoconcepto guarda una fuerte relación en primer lugar con, el apoyo social: "Esto concuerda con la idea de que recibir apoyo social proporciona información acerca de que somos queridos y cuidados por los otros" (Cobb, 1976, p.7) y, en segundo lugar, con la manera en que los individuos construyen su autoconcepto a partir del grado de autopercepción de la aceptación social que ellos tienen.

Al respecto agrega Cooley, (1968, citado en La Rosa,1991) que el autoconcepto es aprendido a través de la relación que un individuo tiene con su medio social, por lo que puede decirse que si bien se presentan una serie de directrices teóricas frente a lo que se corresponde como autoconcepto y sus respectivos dominios, debe tenerse en cuenta el contexto social en que está inmersa la población a investigar para poder quizá comprender la manera en que los autoconceptos se construyen y/o se transforman.

De acuerdo con lo anterior, puede decirse que el autoconcepto de las Mujeres Víctimas de delitos sexuales del conflicto armado colombiano está permeado precisamente tanto por las violencias que fueron perpetradas en sus cuerpos, como por la respuesta por parte del Estado en cuanto a los procesos de justicia, reparación y garantías de no repetición frente a lo acontecido en los contextos de violencia y conflicto armado en el que estas mujeres estuvieron o están inmersas.

2.1.1.2.Relación Autoconcepto y Deporte.

De conformidad a lo expuesto hasta el momento, surge el interrogante por la relación entre el autoconcepto (multidimensional) y las prácticas de Deporte Social. Al respecto se encontraron varios antecedentes que dan cuenta tanto de la existencia de tal nexo, como de los efectos que genera este vínculo en términos del fortalecimiento y/o mejoramiento del autoconcepto de quienes realizan prácticas deportivas de manera continua o cotidiana, en contraste con aquellos que llevan un estilo de vida sedentario.

De hecho, algunos autores afirman: “La práctica física continuada ayuda a desarrollar habilidades y competencias físicas, así como realzar la propia estética personal” (Tomás, 1998, p. 4), en este sentido, es importante resaltar que si bien otros estudios como los de Llopis D. y Llopis, R. (2002); Garrido, R., et al. (2012) y Ruiz, S. y Gonzales O. (2005), muestran que el autoconcepto de quienes realizan deporte tiende a ser positivos; debe tenerse en cuenta que existen también diferencias frente a los autoconceptos y prácticas deportivas, en relación a factores como la edad, el género, el tipo de deporte que se practica y el tiempo que es dedicado a desplegar dicha actividad.

En primer lugar, se hace referencia a las desemejanzas⁶ en el autoconcepto respecto a la edad, en segundo lugar, se mencionan a las diferencias de género en relación al autoconcepto, y en tercer lugar se plantean las divergencias que implica el tiempo dedicado a la práctica deportiva en el marco del autoconcepto. Finalmente se describen los deportes que la mayoría de teóricos proponen como facilitadores del fortalecimiento del autoconcepto.

2.1.1.3. Autoconcepto, Deporte y edad

Pues bien, resulta apenas evidente encontrar numerosos estudios desplegados en torno a las relaciones del autoconcepto, las prácticas deportivas y las personas jóvenes; dichos adelantos teóricos ponen de relieve la correspondencia entre estas tres categorías, al arrojar como resultado el mejoramiento del autoconcepto de aquellos jóvenes que despliegan prácticas deportivas constantemente; sin embargo, al remitirse a estudios de los efectos de las prácticas deportivas en relación con los autoconceptos de adultos y personas mayores, se constata que son reducidos los teóricos que se han interesado por tal tema.

No quiere decir lo anterior que sean nulas las investigaciones en este contexto, pues autores como Infante, G. y Goñi, E. (2009) desplegaron un estudio con adultos y personas mayores, implementando prácticas deportivas tanto individuales como de conjunto. Dicha indagación reflejó una serie de relaciones entre el autoconcepto físico y la práctica deportiva de los adultos y personas mayores.

⁶ Entendidas como la falta de semejanza entre los autoconceptos en relación a la edad de las personas.

En todo caso, la mayor relevancia de la citada investigación, fue la de reflejar que si bien hay efectos transformadores en el dominio físico del autoconcepto de este grueso de la población, no se evidencia de manera uniforme en todas las dimensiones que conforman este dominio; dicho de otro modo, se trata entonces de cambios en las subjetividades del autoconcepto, en relación con la edad de quien realiza las prácticas deportivas, en consecuencia, ello implica que estas últimas tienen efectos en algunas dimensiones para población joven, diferentes a las que se ven transformadas en los adultos y personas mayores.

2.1.1.4. Autoconcepto, Deporte y Género

Ahora bien, respecto al género, mencionan Ruiz, S. y González, O. (2005) que existen notorias diferencias respecto a las prácticas deportivas y sus efectos en todas las dimensiones del autoconcepto físico de hombres y mujeres, siendo significativamente mayor en los varones; a lo anterior se añade que dicha desemejanza se considera asociada más a los estereotipos de género (en correspondencia a los deportes que socialmente se consideran deben o no realizar las mujeres), que frente a sus las condiciones biológicas sexuales, que no sólo son genitales.

En esta dirección, debe tenerse en cuenta que, según el citado estudio, los autoconceptos de las mujeres son menos positivos en la medida que la mayoría de la población femenina tomada como muestra, realiza con menor frecuencia o en algunos casos no realiza prácticas deportivas y para los mencionados autores, esta situación a su vez tiene correspondencia con el imaginario de que ciertos deportes son estrictamente masculinos.

De acuerdo con lo anterior, puede inferirse además que los individuos que desarrollen una práctica deportiva con mayor frecuencia o de manera cotidiana, tienden a desarrollar autoconceptos más positivos en relación a quienes dediquen menor tiempo a dicha práctica, o que por el contrario lleven un estilo de vida sedentaria.

2.1.1.5. Autoconcepto y Deporte ¿individual o de Conjunto?

Llegado a este punto, debe decirse que, Ruiz, S. y González, O. (2005) proponen los deportes de conjunto como aquellos que facilitan la transformación y/o mejoramiento del dominio físico del autoconcepto en todas sus dimensiones:

“Las puntuaciones de los sujetos que realizan deporte grupalmente son significativamente superiores a las de los individuos que lo practican de manera individual en todas las escalas; es decir, los sujetos que realizan deporte en equipo tienden a percibirse como más fuertes, más atractivos, con mayor habilidad y en mejor condición física que los que practican deportes individuales (...)” (p. 5).

Sin embargo, en el presente trabajo investigativo se busca dar un vuelco a dicho postulado, de modo tal que se proponen otras formas de transformar el autoconcepto físico de los individuos (concretamente de las mujeres víctimas de delitos sexuales en el marco del conflicto armado colombiano), a través de prácticas deportivas con sentido social, en las que se prime por posicionar a estas mujeres como sujetos políticos participantes en tales procesos.

Para tal efecto, se propuso la implementación de un deporte individual, como son las prácticas de atletismo, en la medida que estos son definidos por Ruiz (2012, citado en Valero y Gómez, 2009, p.3): “los deportes individuales son aquellos en los que el participante se encuentra solo en el espacio y afronta una situación motriz, superándose a sí mismo, a una marca, a una distancia o una puntuación”. En este sentido, se trata de generar escenarios de transformación del autoconcepto de las mujeres víctimas de delitos sexuales en el marco del conflicto armado a partir del aprovechamiento de ciertas características propias de este deporte individual, también descritas por Sebastiani (1999, citado en Valero y Gómez 2009, p. 5):

“Otras características que resalta Sebastiani (1999) son que el carácter competitivo de estos deportes se centra, fundamentalmente, en la superación de uno mismo. Esta circunstancia requiere del individuo la movilización de una serie de capacidades: control mental, concentración, estabilidad emocional y aceptación de un alto grado de responsabilidad.

Valoran y ponen de manifiesto el nivel individual, facilitando de esta forma el conocimiento de uno mismo y la autovaloración personal”.

De esta manera se puede afirmar que en procura de generar procesos de transformación del autoconcepto de estas mujeres víctimas, también pueden implementarse prácticas de deporte individual habida cuenta de las características propias del mismo.

2.2.Género y Mujer

“No se nace mujer, se llega a serlo”

Simone de Beauvoir

A continuación, se presenta el surgimiento, evolución y/o transformaciones que ha tenido la categoría género, a partir de una mirada, inicialmente general, para posteriormente presentarla de manera contextualizada a la realidad social en que se han visto inmersas las mujeres víctimas de violencia sexual en el marco del conflicto armado colombiano.

En este sentido, hablar de la categoría Género, implica mencionar que al respecto se han planteado diversas teorías que han permitido una transformación del mismo a través de los años. Para efectos del presente trabajo investigativo, se tienen en cuenta la manera en que algunos académicos lo han definido desde sus propios contextos y como ello ha permitido una ampliación de dicho precepto; de esta manera, se busca llegar a comprender y describir la concepción no binaria de lo propuesto como categoría Género.

En seguida, se plantea una aproximación teórico- conceptual en torno a las ideas pre-establecidas de mujer y femineidad, con miras a la construcción de una narrativa con miras a la erradicación de las violencias discursivas contra la mujer, pero que finalmente tenga efectos en la eliminación de las relaciones de exclusión y subordinación contra las mismas.

2.2.1. Representaciones y Discursos Alrededor de la Categoría Género

El debate respecto a la categoría género no es algo que surja en la época contemporánea, por el contrario, y de acuerdo a lo propuesto por Scott, J. (1986) y Castellanos, G. (2008), el “género” fue propuesto en primer lugar por las feministas norteamericanas a partir de las décadas de los 60 y los 70, “como una categoría para el análisis de la sociedad y la cultura, empleándolo para subrayar “la cualidad fundamentalmente social de las distinciones basadas en el sexo”. (Castellanos, G., 2008), o, dicho de otro modo, esta

categoría se propuso con base en el rechazo hacia el determinismo biológico que conllevaba el empleo de términos como "sexo" o "diferencia sexual". (Scott, 1986).

En este sentido, es necesario destacar que frente a lo anterior menciona Lamas, M. (1986), que, a partir de la mitad de la década de los años 80, es cuando esta categoría toma mayor fuerza en relación a las diferencias entre varones y mujeres, que van más allá de la perspectiva del sexo biológico y que en consecuencia guardan un mayor vínculo con el género.

Lo anterior resulta evidente al remitirse a los planteamientos de autoras como Joan Scott, Gerda Lerner y Robert Stoller, en la medida que, son ellas quienes realizan la primera crítica al concepto de género descrito por las primeras teóricas estadounidenses, lo cual, a su vez, generó una mayor ampliación a dicha categoría.

En esta dirección, se afirma que la categoría género va más allá de las diferencias percibidas entre los sexos y que esta se constituye a través de las relaciones jerárquicas de poder y subordinación entre hombres y mujeres, al afirmar:

“El uso de género pone de relieve un sistema completo de relaciones que puede incluir el sexo, pero no está directamente determinado por el sexo o es directamente determinante de la sexualidad (...) el género es un elemento constitutivo de las relaciones sociales basadas en las diferencias que distinguen los sexos y, el género es una forma primaria de relaciones significantes de poder” (Scott, 1990, p. 44).

Por otra parte, se propone que “el género es la definición cultural del comportamiento que se define como apropiado a cada sexo dentro de una sociedad determinada y en un momento determinado” (Lerner, 1990, p. 339).

Llegado a este punto, conviene subrayar que, para el citado momento histórico, el género es entendido como una construcción política, psicológica y cultural, basada en relaciones de poder y subordinación entre varones y mujeres, en consecuencia, dicha construcción de identidad de género no necesariamente guarda relación con el significado biológico del sexo. Al respecto se puede agregar:

“(…) Stoller establece una marcada distinción, entre el sexo de carácter biológico, y el género de carácter psicológica y por ende cultural. “El vocablo género no tiene un significado biológico, sino psicológico y cultural. Los términos que mejor corresponden son “machos y hembras”, mientras que los que mejor califican al género son “masculino y femenino; éstos pueden llegar a ser independientes del sexo (biológico)” (Millet, K., 1975, p. 40).

Con respecto a lo anterior, resulta fundamental destacar que, para esta misma época, algunos teóricos utilizaron la palabra género para remplazar la palabra mujer; ello implicó la creación de dinámicas de invisibilidad en relación con la multiplicidad de violencias y relaciones de subordinación existentes entre hombres y mujeres. O dicho en palabras de Scott, J. (1990, citada en Sánchez, O., 2019, p. 28):

“Utilizar el género para no nombrar a las mujeres significa considerar que la “información sobre las mujeres es necesariamente información sobre los hombres, que un estudio implica al otro. Este uso insiste en que el mundo de las mujeres es parte del mundo de los hombres, creado en él y por él”.

En este sentido, es necesario agregar que dichos discursos, no solo obviaban las violencias que arremetían contra la mujer para los años 80, sino que a su vez generaba un amplio desconocimiento frente a las prácticas femeninas como estrategias de superación de dicha dominación masculina, tales como movilizaciones en busca de generar un movimiento de visibilización de la mujer y su rol en el contexto público, trascendiendo el contexto privado al cual se había visto relegada hasta este momento de la historia.

En consecuencia, debe reconocerse que lo anterior implica que las propuestas teóricas citadas hasta el momento, se quedaran en el marco binario del género (hombre- mujer), desconociendo múltiples realidades, diversidades e identidades que se construyen alrededor de la femineidad y la masculinidad y que transgreden las características biológicas correspondientes a cada individuo.

A continuación, se describen los planteamientos de las principales autoras que a partir de los años 90 buscan el cuestionamiento y ampliación del género propuesto hasta la década

de los 80, y que aun en la época contemporánea siguen representando progresos en lo que a la concepción no binaria del género respecta.

Considerando esto, es necesario citar los múltiples avances que las nuevas corrientes teóricas han propuesto en torno a la categoría género basadas en su interpelación; para tal efecto se toman en cuenta las afirmaciones de Butler (1990, citado en Aguilar, T., 2008. p. 6):

“El género es una construcción cultural; por consiguiente, no es ni resultado causal del sexo ni tan aparentemente fijo como el sexo (...) Al teorizar que el género es una construcción radicalmente independiente del sexo, el género mismo viene a ser un artificio libre de ataduras; en consecuencia, hombre y masculino podrían significar tanto un cuerpo femenino como uno masculino; mujer y femenino, tanto un cuerpo masculino como un femenino”.

Ello implica nuevamente una concepción no binaria de género, y esta a su vez es entendida como una mirada en la que se reconocen la multiplicidad de manifestaciones que pueden implicar lo masculino o la masculinidad y lo femenino o la feminidad y que no necesariamente están supeditadas a las condiciones biológicas del individuo. De la misma manera, genera escenarios de reconocimiento a la diversidad en términos de la orientación sexual de las personas, dicho de otro modo, trasgrede los esquemas binarios sexuales, en los que la imposición del régimen de la complementariedad de las identidades había perpetrado las concepciones binarias de género, reducidas a la genitalidad de las personas y enmarcadas dentro de la heterosexualidad imperante.

Vale decir que, dentro de esta mirada no binaria del género, se reconoce en esta categoría cualquier manifestación que, “haya sido excluida de la legalidad y reprimida por no participar dentro del binarismo sexual imperante: gays, lesbianas y bisexuales, (...) pues rompen con lo binario y desenmascaran las estrategias manipuladoras y arbitrarias empleadas por la estructura hegemónica de la heterosexualidad obligatoria”. (Butler, 1990, citado en Aguilar, T., 2008, p.7).

Para efectos del presente trabajo investigativo, se plantea una propuesta no binaria de género, en la que primero, se trasciende la diferenciación biológica hembra- macho y

segundo, se hace una apuesta por la diversidad identitaria, cultural y/o de orientación sexual de toda persona que se identifique como mujer, para de esta manera contribuir a la transformación de dinámicas de violencia y discriminación para las mismas a escenarios de empoderamiento de estas mujeres.

2.2.2. Mujeres en defensa del cuerpo- territorio habitable

Pese a los citados avances teóricos en materia de la categoría género, desde épocas remotas las dinámicas sociales, políticas, culturales y religiosas han contribuido en la construcción de supuestos frente al concepto de mujer. Estos preceptos, se han cimentado a partir de la subordinación y dominación masculina, en los que se reflejan roles pre asignados para las mujeres y basados en la sumisión, la inferioridad y la victimización.

En esta dirección, resulta pertinente mencionar los aportes que algunos teóricos han realizado en materia del concepto de mujer y feminidad y la manera en que los cuerpos de las mujeres se han visto permeados por los citados discursos dominantes. Lo anterior, se realiza con miras a conocer las premisas en torno a tales conceptos y a partir de ello generar discursos y prácticas tendientes, tanto a romper dicho paradigma, como en iniciar la búsqueda de resaltar el nuevo horizonte frente a lo que implica ser mujer en la época contemporánea.

Debe mencionarse entonces que “el sistema sexo/género, postulado a principios del siglo XX determinó formalmente los roles y lugares para los hombres y las mujeres absolutamente diferente, en donde los hombres hacían parte de lo público y las mujeres se encargaban del ámbito privado” (Torres, S. 2018, p. 13).

En este entendido, y como bien se ha descrito en párrafos anteriores, nacer mujer en el siglo XX era principalmente sinónimo de maternidad e igualmente, implicaba la imposición de los roles socialmente pre establecidos para las mismas; al respecto agrega Díaz, D.: “Culturalmente se han creado y especificado roles dentro de la sociedad, aspecto que reproduce prácticas patriarcales las cuales se instauran en los cuerpos, espacios, que restringen, limitan, coaccionan, someten” (Díaz, D., 2013, p. 45).

Lo anterior implica la construcción y sostenimiento de relaciones jerárquicas de poder entre hombres y mujeres, en las que la invisibilidad de estas últimas está justificada a partir

de dinámicas de subordinación femenina ante la visión androcéntrica, que no solo tiene manifestaciones a nivel social (en los ámbitos públicos y privados), sino que también pone de relieve violencias económicas, en consecuencia “ el prestigio viril está muy lejos de haberse borrado: todavía descansa sobre sólidas bases económicas y sociales. Por consiguiente, es necesario estudiar cuidadosamente el destino tradicional de la mujer” (Simone de Beauvoir, 1948, p. 87).

Por otro lado, en las nuevas corrientes teóricas frente a lo descrito anteriormente se emprenden una multiplicidad de esfuerzos por parte de autoras como Briadotti (1994), Haraway (1995), Rivera Garretas (1994), Castellanos, G. (1999), Butler (2001) y Sánchez (2019) por interpelar la categoría género.

Al respecto debe agregarse que, en palabras de Sánchez (2019), esta interpelación a que se ha venido haciendo referencia implica un nuevo horizonte en relación a lo normalizado en la modernidad, ello quiere decir que a partir de estos nuevos teóricos no solo confluyen nuevos saberes, sino que “los mismos asumen una perspectiva situada, histórica y geopolíticamente, reconociendo la colonialidad del poder a nivel global, haciendo énfasis en los nexos de los países del norte con los países del sur y la inferiorización de las mujeres que fueron colonizadas, teniendo en cuenta la imbricación de las relaciones de clase, raza y sexualidad”. (Sánchez, 2019, p. 6).

Lo anterior implica generar contextualizaciones al discurso de género (que como ya se ha mencionado, ha sido trabajada y ampliada por varios teóricos) en el marco de las dinámicas sociales propias de cada comunidad, dicho de otro modo, se reconoce por un lado la diversidad en cuanto a la construcción de feminidades y por el otro, las dinámicas de marginación específicas, ello quiere decir que algunas mujeres son doblemente marginadas no solo por su condición de mujer, sino también por su condición de raza, orientación sexual y/o creencias religiosas.

Dicho esto, se pone en evidencia que en la época contemporánea se presentan multiplicidad de violencias tanto a nivel discursivo como práctico contra las mujeres, en los que puede connotarse la continuidad de las relaciones de poder entre hombres y mujeres, agregando nuevas formas de subordinación, como es el caso de la discriminación racial a

través de la visión eurocéntrica de los discursos de género propuestos incluso hasta finales del siglo XX.

Estas nuevas propuestas indican la urgencia por generar estudios en los que se tenga en cuenta en primer lugar, si bien es cierto, el ser mujer no necesariamente está ligado a unas características fisiológicas, en segundo lugar, tampoco se habla de un arquetipo único de mujer, sino que por el contrario, deben reflexionarse las condiciones históricas, geográficas, sociales y políticas de cada grupo de mujeres, para así, de esta manera poder quizá comprender los problemas que se plantean las mujeres contemporáneas con relación al entorno en el que viven.

Frente a lo anterior, se puede agregar:

“(…) su pretensión homogeneizadora y excluyente que bajo la interpretación de que la opresión de género iguala a todas las mujeres, niega o no habla de la superposición de las opresiones, y del extrañamiento de muchas mujeres con un movimiento feminista con el que se identifican, pero cuya agenda y legado histórico resultan, en gran medida ajenos, puesto que no se sienten nombradas y representadas por la mujer blanca, urbana, heterosexual (Eskalera Karakola, 2004, p. 9 citado en Sánchez, 2019, p. 7).

Entiende entonces, la necesidad de considerar a las mujeres (colombianas para efecto del presente trabajo investigativo) como sujetos políticos heterogéneos con diversidad de “clase, raza e identidades sexuales que definen las relaciones socio sexuales en las que se encuentran (...)” (Sánchez, 2019, p. 9).

Ahora bien, debe destacarse el compromiso por parte del Estado colombiano en relación del suscitado reconocimiento a la heterogeneidad en términos de lo femenino al citar la definición que el mismo propone de las mujeres a través del El Consejo Nacional de Política Económica y Social (CONPES) 3784 de 2013, en su Cartilla Pedagógica titulada “*Lineamientos de Política Pública. Consejo Nacional de Política Económica y Social República de Colombia. Departamento Nacional de Planeación para la Prevención de Riesgos, la Protección y Garantía de los Derechos de las Mujeres Víctimas del Conflicto Armado*”, publicado en el año 2014, al citar:

“Toda persona de sexo mujer que incluye aspectos relacionados con la atención a su ciclo vital (niñas, adolescentes, jóvenes, adultas, tercera edad); su identidad étnica (indígena, afro, palenquera, raizal, Rom); su orientación sexual e identidad de género (Lesbiana, Bisexual, Transexual, Intersexual); y su origen o residencia (campesina o urbana)”. (p.8).

Dicho esto, y de manera muy contradictoria entre lo discursivo y lo práctico, al remitirse al Informe Técnico Publicado por el Centro Nacional de Memoria Histórica (en adelante CNMH), titulado, “La Guerra Inscrita en el Cuerpo” publicado en el año 2017, puede evidenciarse que:

“Las mujeres indígenas y las mujeres afrocolombianas han insistido en afirmar que la violencia sexual sobre sus cuerpos constituye una práctica de dominación que ha persistido desde la colonización y que ha hecho parte de una estrategia sistemática de ejercicio de poder sobre ellas y sus territorios. Sobre ellas se han ejercido prácticas de dominación que se relacionan con la raza, pero, además, con los significados otorgados a las niñas, niños y adolescentes, cuyo objetivo es doblegarlas y amedrentarlas” (p.196).

En este sentido, se habla de una contradicción por parte del Gobierno colombiano, en la medida que si bien hace un reconocimiento a la diversidad que conlleva la definición de mujer, no ha generado las garantías suficientes o quizá las implementadas no han cumplido el objetivo en materia de no repetición para esta población doblemente vulnerable en el contexto del conflicto armado colombiano. Sin lugar a dudas, la realidad que las mujeres colombianas han vivido en lo que respecta a la violencia y específicamente de la violencia sexual, es un doble impacto diferenciado, en el que son las mujeres quienes se constituyen como las principales víctimas, pero a su vez, son las mujeres afro, indígenas, palenqueras, raizales y Rom en quienes ha recaído con mayor fuerza el peso de la violencia sexual y la desprotección por parte del Estado colombiano.

Al respecto el CNMH (2017) propone que el conflicto armado colombiano ha impactado de manera diferenciada a las mujeres indígenas, posicionándolas junto a las mujeres afrodescendientes como las principales víctimas del conflicto armado y específicamente, de delitos sexuales en cualquiera que fueren sus manifestaciones, todo ello, como consecuencia del hecho de habitar territorios disputados por actores armados.

Se puede agregar, que para estas mujeres la violencia de género no solo representa la discriminación “dentro de los contextos indígenas y no-indígenas; sino también por un contexto de continua colonización y militarismo, racismo y exclusión social, políticas económicas y de “desarrollo” que aumentan la pobreza” (CNMH, 2017, p. 203), lo cual a su vez implica una especificidad de la violencia con relación a sus identidades distintivas.

Teniendo en cuenta lo anterior, se generan escenarios de subordinación y apropiación de los cuerpos de las mujeres violentadas en los que:

“Esta apropiación física y simbólica se evidencia en la materialidad de sus cuerpos y es el resultado de una relación de poder, donde los hombres poseen un privilegio legitimado socialmente y una posición de dominio que les permite controlar, ordenar y disponer los cuerpos de las mujeres, de los niños, de las niñas y de otros seres. La apropiación individual y colectiva del cuerpo de las mujeres implica una desposesión subjetiva, la pérdida de autonomía corporal y su reducción simbólica a la figura de objeto” (CNMH, 2017, p. 70).

Por consiguiente, la construcción de feminidades de las mujeres víctimas de violencia sexual resulta permeada por las citadas dinámicas de apropiación y cosificación de sus cuerpos a que se ven expuestas en el marco del conflicto armado colombiano. Esto implica una evidente necesidad por transgredir el ámbito discursivo para asumir el reto de generar escenarios de apropiación política para estas mujeres violentadas en los que se parta de su experiencia histórica y sus propios contextos políticos, sociales y culturales para así poder significar o resignificar ser mujer.

2.3.Conflicto Armado y Violencia Sexual

“Yo las escuché y aprendí de ellas, de su fuerza para nombrar la violencia de género y la violencia militar al vivir en territorios ocupados, sitiados, cercados por el ejército, el cual como en todo proceso bélico se posiciona sobre las mujeres”.

(Lagarde, M., 2012)

Este capítulo pone de evidencia la multiplicidad de manifestaciones históricas de violencia sexual en que se han visto inmersas las mujeres colombianas, (especialmente

afrodescendientes, indígenas y Rom), con ocasión al conflicto armado; así mismo, presenta algunas cifras emitidas por parte de instituciones oficiales del Estado, frente a las tasas de victimización de las mismas y su no correspondencia con informes emitidos por parte de organizaciones no gubernamentales como el Centro Nacional de Memoria Histórica.

Por otra parte, esboza algunas de las estrategias propuestas y materializadas por parte del Estado colombiano en el marco de la reparación y garantías de no repetición de lo anteriormente descrito, y la manera en que las mismas se han reducido a una indemnización monetaria e incentivación al emprendimiento de las mujeres víctimas de violencia sexual del conflicto armado colombiano, dejando de lado algunas dimensiones tales como el autoconcepto.

2.3.1. A propósito de la Violencia Sexual y sus manifestaciones

El conflicto armado en Colombia ha representado para las mujeres el asumir escenarios de vulnerabilidad en los que han estado expuestas a una multiplicidad de violencias de tipo sexual; para profundizar acerca de esta problemática, se hace necesario comprender, en primer lugar, lo que es y lo que representa la violencia sexual; en segundo lugar, conocer las numerosas manifestaciones que ha tenido este tipo de violencia en el marco del conflicto armado colombiano y, en tercer lugar, reconocer las estrategias por parte del Estado con miras a la reparación de dichas víctimas, para finalmente analizar la relación entre las propuestas de Derecho y realidad que viven estas mujeres.

En esta dirección, el Centro Nacional de Memoria Historia (en adelante CNMH) en su informe técnico titulado “La Guerra Inscrita en el Cuerpo: Informe Nacional de Violencia Sexual en el Conflicto Armado”, define la violencia sexual como una “modalidad de violencia de género, que se constituye en un ejercicio de dominación y poder ejercido violenta y arbitrariamente a través de la imposición de realizar o presenciar actos sexuales en contra de la voluntad de una persona” (2017, p. 14), la cual se constituye como una estrategia de los actores armados a través de la cual se generan persuasiones para “expresar control

sobre un territorio-población y “sobre el cuerpo del otro como anexo a ese territorio” (Segato, 2013, p.20, citado en CNMH, 2017, p. 15).

Por su parte, el Informe Nacional de Violencia Sexual citado por el CNMH propone que: “la violencia sexual es una acción racional que responde a la capacidad y voluntad de someter a otra persona que se encuentra en estado de indefensión y/o vulnerabilidad. La violencia sexual reduce a las personas a la incapacidad de decidir y de tener autonomía sobre su propio cuerpo, así como sobre sus derechos sexuales y reproductivos” (2017, p.15).

Así mismo, el Consejo Nacional de Política Económica y Social (en adelante CONPES) define la Violencia Sexual como: “una de las afectaciones más graves a los derechos fundamentales, particularmente al derecho a la vida, la libertad, la seguridad, la integridad física y psicológica, la libre expresión y libertad de circulación y el libre desarrollo de la personalidad, dificultando el ejercicio de los derechos sexuales y reproductivos” (2014, p. 8).

Es necesario resaltar que, el Estado colombiano a través del auto 092 del año 2008, emitido por parte de la Corte Constitucional Colombiana, en el marco de la protección de los derechos fundamentales de las Mujeres víctimas del desplazamiento forzado por causa del conflicto armado, reconoció el impacto de la Violencia Sexual contra las mujeres en el marco del conflicto armado y estableció acciones reparativas por parte del Estado colombiano para con los derechos estas mujeres. Dentro de las medidas reparativas producto del auto 092/2008, debe destacarse la constitución de la Mesa de Seguimiento del mismo en la que se han emitido informes respecto a la garantía del acceso a la justicia de las Mujeres Víctima de violencia sexual en el marco del conflicto armado.

Por medio del Auto 092 de 2008, la Corte Constitucional colombiana sostuvo: “La violencia sexual contra la mujer es una práctica habitual, extendida, sistemática e invisible en el contexto del conflicto armado colombiano [...]” (Sección III.1.1.1), por lo que resultó imprescindible la creación de la mesa de seguimiento, en la que a través de la implementación de entrevistas a las mujeres víctimas de violencia sexual dentro del conflicto armado colombiano, se generaron algunas conclusiones y peticiones a la corte constitucional, con miras a la garantía de los derechos de estas mujeres.

De igual modo, la Ley 1257 de 2008 en su artículo tercero, literal tres, describe el daño o sufrimiento sexual como aquellas:

“Consecuencias que provienen de la acción consistente en obligar a una persona a mantener contacto sexualizado, físico o verbal, o a participar en otras interacciones sexuales mediante el uso de fuerza, intimidación, coerción, chantaje, soborno, manipulación, amenaza o cualquier otro mecanismo que anule o limite la voluntad personal. Igualmente, se considerará daño o sufrimiento sexual el hecho de que la persona agresora obligue a la agredida a realizar alguno de estos actos con terceras personas”.

Dicho lo anterior, para efectos del presente trabajo investigativo, se define la Violencia Sexual como una serie de actuaciones con carácter de dominación y subordinación, ejercidas de manera violenta y arbitrariamente, con miras a la realización de actos sexuales de manera no consentida, que no se reducen simplemente al acceso carnal violento ni a los actos sexuales abusivos, sino que incluyen una multiplicidad de manifestaciones, que reducen la capacidad de la persona para decidir en torno a su libertad, integridad y formación sexual y que al tenor del conflicto armado buscan enviar un mensaje de control sobre el cuerpo- territorio⁷ de quien la sufre.

Ahora bien, para poder describir de manera detallada las distintas modalidades de la violencia sexual, se toman como referentes tres informes técnicos: el primero como resultado de la Primera Encuesta De Prevalencia titulada “Violencia Sexual En Contra De Las Mujeres en el Contexto Del Conflicto Armado Colombiano (2001-2009)”, el segundo publicado por parte del Estado colombiano, a través del Consejo Nacional de Política Económica y Social (en adelante CONPES, 2014), y el tercero titulado “La Guerra Inscrita en el Cuerpo” desarrollado por parte del CNMH, 2017).

Para empezar, el CONPES reconoce la multiplicidad de formas que representa la violencia sexual para las mujeres víctimas del conflicto armado al mencionar:

⁷ “Las mujeres son consideradas como un “botín” de guerra, que luego de su captura se constituyen en un objeto apropiable, disponible y aprovechable. A la par sus cuerpos son campos, territorios en los que se extiende la batalla librada contra el enemigo, cuerpos sobre los que a través de acciones crueles, se aniquila al contrincante” (CNMH, 2017).

“Este delito se manifiesta de diferentes maneras:

- i) Acceso carnal violento, esclavitud y prostitución forzada;
- ii) Esterilización y aborto forzado, señalamientos que desencadenan violencia directa sobre las mujeres por presuntas relaciones afectivas con algún actor del conflicto;
- iii) La trata de personas;
- iv) Los actos violentos contra la integridad sexual;
- v) El abuso sexual cometido contra niños, niñas y adolescentes;
- vi) La violación;
- vii) El manoseo;
- viii) Matrimonio servil;
- ix) Mutilación sexual;
- x) Anticoncepción forzada
- xi) El embarazo o el aborto forzado;
- xii) La restricción en el acceso a servicios sanitarios seguros para la regulación de la fecundidad;
- xiii) El contagio forzado de infecciones de transmisión sexual (ITS);
- xiv) La desnudez forzada; servicios domésticos forzados, y la explotación sexual comercial de niños, niñas y adolescentes, entre otras” (CONPES, 2014, p. 24).

Por otra parte, en la “Primera Encuesta De Prevalencia “Violencia Sexual En Contra De Las Mujeres En El Contexto Del Conflicto Armado Colombiano (2001-2009)” se describen de manera detallada algunos tipos de violencia sexual presentados en los resultados de la misma y las cifras correspondientes al período en que se realizó; sin embargo, para efectos de esta investigación se tomaron en cuenta las descripciones que se le otorgaron a las citadas manifestaciones:

1. Violación o acceso carnal violento

Por violación se entendió el acto de forzar a tener relaciones o contactos sexuales a una persona sin su consentimiento empleando violencia o la amenaza de usarla en la acción.

Se trata por tanto del contacto sexual no consentido o forzado que puede incluir o no penetración vaginal o anal, sexo oral, o penetración con objetos.

2. Prostitución forzada

Por prostitución forzada se entendió la acción o conjunto de acciones que involucran la obtención por imposición de servicios sexuales o el acceso a través de violación u otras formas de violencia sexual a cambio de las cuales la víctima o generalmente quien la controla recibe remuneración pecuniaria.

3. Embarazo forzado

Por embarazo forzado se entendió la acción de control sobre una mujer embarazada, cuya pretensión de dominio busca asegurarse la continuación de su embarazo o el nacimiento de su hijo en contra de la voluntad de la madre; este embarazo puede ser el resultado de una violación, pero no siempre ésta es la causa. De igual manera, en muchas ocasiones este intento de control incluye el confinamiento ilícito de la mujer embarazada.

4. Aborto forzado

Por aborto forzado se entendió el acto que tiene como finalidad la interrupción inducida de un embarazo contra la voluntad de la mujer en embarazo.

5. Esterilización forzada y/o La restricción en el acceso a servicios sanitarios seguros para la regulación de la fecundidad

Se entendió como esterilización forzada la acción de planificación reproductiva producto de la obligación no consentida de la persona afectada.

6. Acoso sexual

Por acoso sexual se entendió cualquier presión o insinuación no deseada por la persona que lo recibe y que busca la satisfacción de deseos sexuales. Puede darse a través de

actos, propuestas, ofensas, gestos obscenos o comentarios sexuales. En ese sentido, se consideró como la intromisión indeseada y no buscada, en los sentimientos, pensamientos, conductas, espacio, tiempo, energías y cuerpo de una mujer o una niña.

7. Servicios domésticos forzados y/o Matrimonio servil

Por servicios domésticos forzados se entendió el conjunto de acciones mediante el cual generalmente un grupo que detenta la fuerza obliga a una persona o personas a realizar para ellos labores domésticas que pueden trascender incluso a actos sexuales. Un ejemplo de este tipo de violencia se presenta cuando un grupo armado al llegar a una propiedad exige que los miembros de su ejército sean atendidos por las mujeres, o cuando estos grupos secuestran temporalmente a personas a quienes llevan hasta sus cuarteles, campamentos y otros lugares, con el fin de que se conviertan en su personal de servicio doméstico.

8. Regulación de la vida social

Por regulación de la vida social se consideró el acto o conjunto de actos por los cuales, mediante el uso de la fuerza o amenaza de ella, se busca establecer patrones de comportamiento y conducta social. Entre los principales se encuentran el control de la sexualidad y la regulación de la vida afectiva. Así, por ejemplo, impedir que las mujeres usen cierta clase de vestidos so pena de ser castigadas, impedirles asistir a determinado tipo de eventos o de tener cierto tipo de relaciones, establecer distintas formas de controles sobre los tiempos y los espacios de las víctimas, con el fin de regular, entre otros, los sistemas de relación social y sexual.

Por su parte, el CNMH (2017) ratifica dicha multiplicidad, agregando que no solo se trata de numerar las formas en que se ha ejercido la violencia sexual a través de los años hacia las mujeres, sino que deben tenerse en cuenta una serie de agravantes para la misma a partir del precepto de que han sido los actores armados quienes se han aprovechado de detentar el poder de un arma, para poner en condiciones de vulnerabilidad a las mujeres sobre quienes han perpetrado actos de violencia sexual.

Con base en lo anterior, se puede afirmar que si bien el conflicto armado colombiano no ha sido homogéneo en sus manifestaciones, tampoco lo ha sido en términos de la

afectación que esto ha generado en las mujeres víctimas de delitos sexuales; en consecuencia, resulta fundamental establecer una diferenciación en relación a la creación e implementación de políticas públicas de reparación de víctimas, de modo tal, que estas mujeres víctimas sean tenidas en cuenta como sujetos políticos y sociales en la construcción de dichos lineamientos y en las que se manifiesten sus preocupaciones y necesidades en torno a su reparación.

2.3.2. Violencia Sexual con ocasión del Conflicto Armado e Impacto Diferenciado

El conflicto armado colombiano comprendido entre los años 2002 y 2010 (período conocido como el de la Seguridad Democrática en Colombia), ha generado un sinnúmero de víctimas de violencia sexual, en este contexto, han sido las mujeres el principal foco de violencia, convirtiéndose en botín de guerra de los diferentes actores armados, a través de actos de tortura y humillación, con tintes de violencia sexual principalmente. En este orden de ideas:

“Las mujeres son consideradas como un “botín” de guerra, que luego de su captura se constituyen en un objeto apropiable, disponible y aprovechable. A la par sus cuerpos son campos, territorios en los que se extiende la batalla librada contra el enemigo, cuerpos sobre los que, a través de acciones crueles, se aniquila al contrincante” (CNMH, 2017, p. 64).

Dicha victimización ha sido una problemática que con el transcurrir de los años ha sido soslayada y/o minimizada por parte del sistema judicial colombiano, “sólo hasta las últimas dos o tres décadas se ha hecho un reconocimiento explícito de la violencia de género contra las mujeres, no obstante, sus recurrentes y ostensibles manifestaciones en los conflictos modernos (...)” (CNMH, 2011, p. 17).

Por su parte, la Casa de la Mujer en dos encuestas de Prevalencia de la Violencia Sexual que realizó en Colombia entre los años 2001 y 2015, en el marco de la campaña “Violaciones y otras violencias: saquen mi cuerpo de la guerra”, puso de evidencia que en el contexto del conflicto armado colombiano, en el periodo 2001- 2009, “de una muestra de 2.500 mujeres entre 15 y 49 años de edad, víctimas de violencia sexual en municipios con alto impacto del conflicto armado, el 82,15 por ciento no ha denunciado estos hechos de

violencia por miedo, por falta de confianza en la justicia o por ausencia de la institucionalidad en sus territorios (Casa de la Mujer, 2011, s.p.).

Al respecto, el CNMH, en su informe La Guerra Inscrita en el Cuerpo (2017), citando a la Casa de la Mujer, adicionó que en los municipios colombianos con alta presencia de actores armados no solo implica una mayor prevalencia de violencia sexual, sino que a su vez dificulta el acceso a la justicia para quienes se han convertido en víctimas, contribuyendo a que dichos delitos permanezcan “invisibles e impunes en Colombia” (Casa de la Mujer, 2011, s.p.).

A causa de lo anterior, se ha generado no solo la victimización de las mujeres con ocasión del conflicto, sino que, además de ello, se ha presentado una constante revictimización de las mismas, tanto a nivel social como a nivel institucional, a través de las entidades estatales; esto se presenta mediante discursos de legitimización de la violencia, promoviendo de cierto modo, una naturalización de dichas situaciones como algo inevitable en la vida de las mujeres que viven en territorios en contextos de guerra.

Así mismo, se puede agregar que:

“Las personas que han sido víctimas de violencia sexual son discriminadas dentro de su entorno social y revictimizadas ya que los estereotipos sociales generalmente culpan a la víctima de los hechos violentos que han sufrido (...) las comunidades también han contribuido a incrementar la estigmatización en contra de las víctimas, actitudes colectivas que lejos de ayudar a las víctimas en su dolor y en su reclamación de justicia, las sumieron en la soledad, la depresión y el rechazo” (CNMH, 2017, p. 143).

Es precisamente esta situación la que en muchas ocasiones lleva a las víctimas a no denunciar, por miedo, primero, a ser identificadas por su victimario y tener nuevas retaliaciones no solo hacia ellas, sino también hacia sus seres queridos y segundo, a la impunidad, negligencia y malos tratos por parte de los funcionarios de las entidades estatales, pues pese a la existencia de protocolos y constantes capacitaciones a los funcionarios encargados de recibir la noticia criminal e iniciar el respectivo proceso de acompañamiento a las víctimas de violencia sexual, la revictimización sigue siendo una de las situaciones que más afecta a las personas víctimas que acuden a las instituciones.

Dicho precepto se ve ratificado al analizar el testimonio de una de las mujeres que hizo parte del informe publicado por el CNMH en el año 2017, al citar:

“Uno va a la Fiscalía y siempre lo atiende un hombre a uno, (...) re victimizan porque le dicen: “a usted le gustó”. Si a uno le pasó hoy y va al otro día, le dicen: “¿pero por qué no vino apenas le pasó?”” (CNMH, mujer, taller de memoria realizado el 17 de julio de 2015, Buenaventura, en CNMH, 2017, p. 249).

Todo ello, a su vez tiene implicaciones en las consecuencias que deja la violencia sexual para las mujeres, de acuerdo con la respuesta familiar, social y estatal que ellas puedan tener al momento de decidir romper con su silencio y denunciar a su agresor o agresores. Debe recalcar que, el citado informe del CNMH pone de evidencia que, en la mayoría de los casos recogidos en los múltiples testimonios, fue insistente la estigmatización social y el re direccionamiento de la culpa hacia las víctimas, desconociendo su condición y liberando de toda culpa a sus agresores.

Vale la pena destacar que la alta impunidad y riesgo de repetición a que se ven expuestas las víctimas de delitos sexuales del conflicto armado colombiano al momento de interponer una denuncia de este talante se constituye como una de las principales razones por las que no realizan denuncias, al respecto la Coalición contra la vinculación de niñas, niños y jóvenes al conflicto armado en Colombia (COALICO) afirma que:

“La sensación generalizada respecto a la impunidad es que es casi total. De hecho, no fue posible identificar procesos de justicia exitosos. En el proceso se identificó que las víctimas no encuentran en la denuncia o el registro ningún tipo de incentivo, y se considera a nivel general, por experiencias previas, que no existen en la práctica medidas de protección concretas para casos especiales de extrema vulnerabilidad o riesgo manifiesto de la víctima tras la denuncia” (COALICO, 2014, p. 42).

En esta dirección, la falta de eficiencia por parte de las entidades encargadas de recibir la noticia criminal e iniciar el proceso de acceso a la justicia de estas personas víctima de delitos sexuales, solo empeora su situación. A lo que añade la fundación COALICO que la respuesta de las instituciones en términos generales es lenta y que además de ello, la carga de la prueba termina por recaer en la víctima “ya sea tanto en los procesos de registro

administrativo, específicamente en el Registro Único de Víctimas (RUV), como de registro médico a través del Sistema Nacional de Vigilancia en Salud Pública (SIVIGILA) o de registro judicial.” (COALICO, 2014, p.42).

Por su parte, la Comisión Colombiana de Juristas (en adelante CCJ) afirma en su sexto Informe de Seguimiento al Auto 092 de 2008 y Primer Informe de Seguimiento al Auto 009 de 2015, titulado “*Acceso a la justicia para mujeres víctimas de violencia sexual*”:

“En el Auto 009, la Corte Constitucional estableció que la inobservancia del deber de actuar con la debida diligencia para la investigación de la violencia sexual asociada al conflicto armado perpetúa la vulneración de los derechos de las víctimas, en tanto la inacción o actuación deficiente en esta materia envía un mensaje de tolerancia de la violencia contra la mujer y refuerza los patrones de discriminación” (CCJ, 2016).

De acuerdo a lo anterior, puede decirse que, como consecuencia de la falta de respuesta por parte de las entidades gubernamentales encargadas de generar procesos de reparación y garantías de no repetición para las mujeres víctimas de violencia sexual del conflicto armado colombiano, se generan dinámicas de revictimización en los que no solo se envía un mensaje de desprotección estatal hacia las mismas, sino también de condescendencia con la violencia sexual como acto de sometimiento en el marco del conflicto armado.

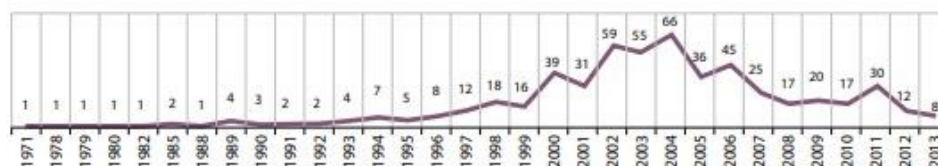
2.3.3. Calcular lo incalculable: algunas cifras de las víctimas de violencia sexual

De acuerdo a lo anterior, puede decirse que los procesos de justicia y reparación para las mujeres víctimas de delitos sexuales del conflicto armado colombiano, en la mayoría de casos se han visto dificultados por la falta de garantías para las mismas, en términos de seguridad y culminación positiva de dichos procesos; para efectos de complementar este trabajo investigativo, se mencionan las cifras propuestas por parte de entidades como la Unidad de Víctimas, el CNMH, la COALICO, la Casa de la Mujer y la CCJ en lo que respecta a la cantidad de víctimas registradas en sus informes técnicos.

Al respecto, la CCJ en un informe de seguimiento al Auto 092 de 2008, publicado en el año 2016 presenta una gráfica en la que se ponen de evidencia de manera porcentual los

índices de ocurrencia de delitos sexuales dentro del conflicto armado colombiano desde el año 1971 hasta el año 2013:

GRÁFICA 1 DISTRIBUCIÓN DE EVENTOS POR AÑO



FUENTE: Elaborada por la Mesa a partir de la sistematización de los relatos de los Anexos de los autos 092 y 009.

Ilustración 6 . Fuente CCJ, (2016)

Afirma a continuación la CCJ que:

“De los 553 hechos que tienen año exacto reportado, la mayoría ocurrieron entre 2000 y 2006 (331 casos, es decir, el 59,8%); el año 2004 fue el de mayor ocurrencia (66 hechos), momento en que se inició un descenso hasta 2011, cuando se volvió a registrar un pico de aumento. Estos 331 casos reportan la siguiente autoría, según la información de los dos anexos reservados: paramilitares, 96; Fuerza Pública, 33; guerrilla, 29; Fuerza Pública y paramilitares, 6; grupo armado sin identificar, 17; civil, 8; bandas criminales, 4; autor por determinar, 138” (CCJ, 2016).

Así mismo, el CONPES 3784 en el 2014 a través de su cartilla pedagógica reconoce que:

“Según el Registro Único de Víctimas -RUV-, la mayoría de las víctimas de violencia sexual son mujeres. De un total de 3.301 hechos de violencia contra la libertad e integridad sexual, el 82% (2.702) fueron reportados por mujeres y el 14% (463), por hombres. Sin embargo, muchas víctimas de violencia sexual temen o sienten vergüenza de denunciar estos hechos” (CONPES, 2014, p.25). Lo cual ratifica lo propuesto en líneas anteriores frente a los procesos en materia de acceso a la justicia para las mujeres víctimas de violencia sexual en el marco del conflicto armado.

Sin embargo, debe mencionarse que lo citado por parte del CONPES, resulta contradictorio al ser contrastado con las cifras publicadas por el CNMH a saber:

“El Observatorio de Memoria y Conflicto (OMC) reporta al 20 de septiembre de 2017, 14.982 casos de violencia sexual en el marco del conflicto armado colombiano de 1958 a 2016 y 15.076 víctimas de violencia sexual. Asimismo, si se delimita esta cifra entre el periodo 1985 – 2016 (fecha desde la cual se reconoce a las víctimas del conflicto armado en el marco de la Ley 1448 de 2011), se tienen 14.254 casos y 14.309 personas víctimas. De estos casos, en 674 registros no se pudo identificar la fecha de ocurrencia del hecho de violencia sexual en la narración de las víctimas.

En el marco de este período se aprecia que la violencia sexual fue ejercida de manera ininterrumpida, pero con cambios significativos en su intensidad en el tiempo, (...) se avizoran dos momentos críticos de ocurrencia de la violencia sexual con ocasión del conflicto armado: el primero entre los años 1997 y 2005, y el segundo entre 2006 y 2017” (CNMH, 2017, p. 314).

De la misma manera, el CNMH anexa una gráfica elaborada por el Observatorio de Memoria y Conflicto (en adelante OMC) en el que se da cuenta de la cantidad de delitos sexuales cometidos contra las mujeres entre los años 1984 y hasta el año 2016:

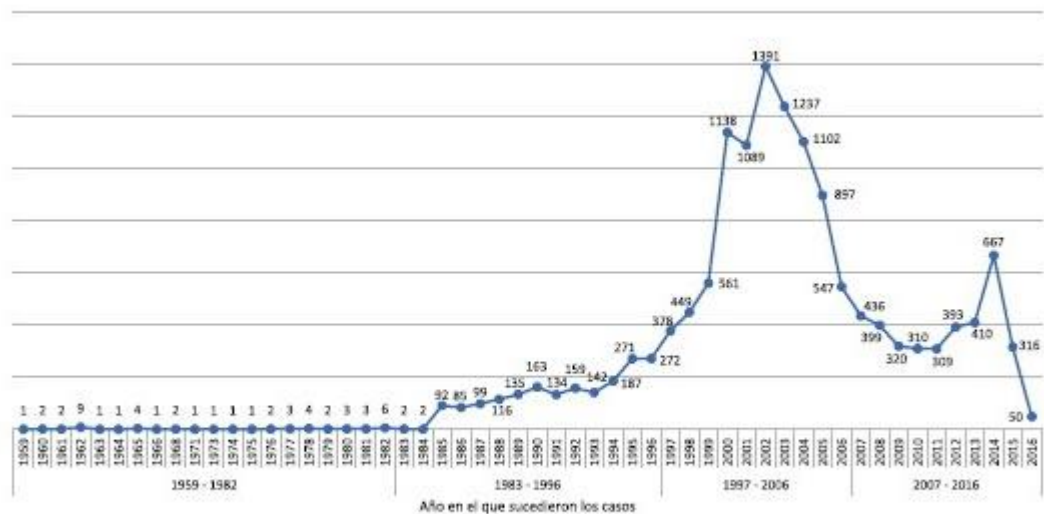


Ilustración 7. Elaboración del equipo de trabajo INVS, con base en los datos procesados por el OMC (2018).

Al mismo tiempo debe tenerse en cuenta que la OMC agrega:

“En cumplimiento del auto 316 de 2016 se encuentra que de 1.033 casos reportados por la Corte Constitucional de mujeres víctimas de violencia sexual – entre otros hechos- en los anexos reservados del auto 092 de 2008 y siguientes, solamente 78 recibieron atención en salud mental y psicosocial, según reporte del ministerio de salud.

De acuerdo con la Unidad de Víctimas, entre el 2014 y el 2015 solamente recibieron atención individual 59 mujeres dentro del programa de atención psicosocial y salud integral a víctimas (...). Lo cual evidencia la falta de respuesta por parte del Estado para garantizar una reparación integral que permita a las víctimas de violencia sexual restablecer la relación con su cuerpo, resignificar lo ocurrido y asumir un lugar de empoderamiento y autonomía” (Bermúdez, S., 2018, p. 70).

Con base en lo anterior, se puede afirmar que, pese a que el Estado colombiano ha creado e implementado programas de reparación con miras a garantizar la no repetición de la violencia sexual, especialmente en el marco del conflicto armado, lo que revelan las cifras

de las organizaciones no gubernamentales son subregistros con cifras altamente mayores, con una brecha, que, según el documental titulado “Mariposas Violetas” (No es Hora de Callar, 2020):

“Para Mayo del 2019, el gobierno tenía un registro oficial de veintisiete mil mujeres violentadas sexualmente en el marco del conflicto armado, mientras que las ONG y entidades no gubernamentales tenían un subregistro de por lo menos dos millones de mujeres abusadas sexualmente”. Ello implica que la violencia sexual se haya mantenido en el tiempo y continúe siendo un delito que afecta principalmente a las mujeres y niñas.

Ahora bien, en este punto es fundamental precisar el impacto diferenciado que el conflicto armado ha dejado en las diferentes zonas colombianas, en el que se posicionan como principales sujetos de violencia, las mujeres indígenas y afro - descendientes, poniendo de evidencia la persistencia de supuestos coloniales sexuados que han establecido una relación casi que inseparable con las dinámicas de la guerra, a través de la cual se perpetúan actos de violencia sexual, ratificando discursos de subordinación femenina.

Al respecto, el CNMH, en el ya citado informe “La Guerra Inscrita en el Cuerpo” realiza un análisis estadístico en el que afirma que:

“Las mujeres negras e indígenas representan menos del 12 por ciento de la población nacional, sin embargo, según cifras del OMC, constituyen casi el 8,3 por ciento de la totalidad de las víctimas mujeres registradas por violencia sexual en el conflicto armado. Esto significa que hay una representación importante de estas mujeres en tanto víctimas de este delito. Esto nos conduce a pensar que la violencia sexual que ellas han sufrido solo se puede entender en su relación con el racismo y la colonización que históricamente ha pesado sobre los grupos negros e indígenas” (CNMH, 2017, p. 346).

Como ya se mencionó, lo anterior implica que, en el contexto de la guerra, los actos de violencia sexual contra las mujeres, convierta sus cuerpos en territorios apropiables en los que, a través de la reducción del mismo a la cosificación sexual, se transmite un mensaje a las comunidades y territorios de dominación armada, expresión del poder masculino y triunfo de guerra.

En este sentido, puede afirmarse que las mujeres que han sufrido un sinnúmero de vejámenes sobre sus cuerpos maltratados y el silencio de una sociedad incapaz de hacer justicia y de generar una reparación integral de víctimas, piden no ser revictimizadas y la implementación de estrategias para afrontar lo sucedido, en las que confluya tanto el reconocimiento de las consecuencias y afectaciones que deja la violencia sexual en sus cuerpos, como la garantía de su derecho a la salud mental y física en condiciones óptimas de bienestar.

De acuerdo con lo anterior, se ha reconocido que las consecuencias del conflicto armado no son uniformes ni impactan de la misma manera a todos los actores sociales. De allí, que sea la población de mujeres víctima de delitos sexuales en quienes se enfoque la mirada del presente trabajo investigativo, pues se considera que no solo basta con reconocerlas como víctimas e implementar programas de reparación (que en la mayoría de casos obvia sus verdaderas necesidades y contextos), sino que deben generarse escenarios de participación en los que ellas mismas sean quienes se conviertan en sujetos activos de los procesos individuales y colectivos de reparación.

Ahora bien, de acuerdo con el Informe de Gobierno: Política de Atención y Reparación a Víctimas publicado en Julio del 2018, se menciona:

“La Ley 1448 de 2011 dispone el enfoque diferencial como uno de sus principios generales, a partir del reconocimiento de grupos expuestos a mayor riesgo de las violaciones en razón a su pertenencia étnica, edad, género, orientación sexual e identidad de género y discapacidad. De esta manera, se establece que el diseño e implementación de criterios diferenciales deberá responder a las particularidades y grado de vulnerabilidad de las víctimas, y contribuir a la “eliminación de esquemas de discriminación y marginación que pudieron ser la causa de los hechos victimizantes” (2018, p. 92).

Debe aclararse que estas mujeres víctimas a quienes se hace referencia, no solo hacen parte de la población civil, sino que, en muchas ocasiones, son disidentes de algún grupo armado y se han convertido en víctimas de violencia sexual dentro de las dinámicas mismas de los grupos armados a lo que alguna vez pertenecieron (bien sea por parte de sus compañeros, o de los grupos armados “enemigos”).

Planteamiento ratificado por parte del CNMH al citar:

“En los espacios de confrontación bélica, en particular en los combates, ataques a objetivos militares y emboscadas, la violencia sexual se ha usado sobre el cuerpo de las mujeres combatientes del bando enemigo, como forma de retaliación y de tortura para obtener información, previo al asesinato. La amenaza latente de la violencia sexual es clara para las mujeres guerrilleras, que la consideran un riesgo inevitable, tanto por parte de miembros de la fuerza pública como de los grupos paramilitares” (2017, p. 60).

Así mismo, el CNMH (2017), agrega que, de acuerdo a los testimonios recogidos en el informe técnico citado en párrafos anteriores, la violencia sexual fue ejercida contra niñas y mujeres frente a sus familiares, utilizando dicha violencia como una táctica “cruel, de terror y miedo”, enviando un mensaje a la población en general sobre la posibilidad de ser las víctimas potenciales de los mismos hechos.

En otras palabras, la violencia sexual se ha manifestado de múltiples maneras y con diversos objetivos, que varían de acuerdo al grupo o al actor armado que lo ha perpetrado y del territorio en que estos se encuentren asentados, no obstante lo anterior, aunque dichos delitos sean cometidos bien sea por parte de los grupos armados, (guerrilla, ELN, paramilitares y/o fuerzas armadas colombianas) hacia las mujeres no armadas, o por parte de estos grupos hacia las mujeres consideradas como aliadas o pertenecientes al “bando enemigo”, todos tienen un punto en común: la violencia sexual del conflicto armado colombiano, esto es, la ignominia y el desdén con el que han sido tratadas las víctimas por parte de sus victimarios.

De conformidad con lo anterior el CNMH agrega:

“Si bien todos los actores armados han hecho uso de la violencia sexual, no todos lo han hecho de la misma forma, o en la misma magnitud. El escenario está determinado por la relación que cada grupo armado establece con la población civil en un contexto geográfico e histórico particular y en una dinámica específica y que se define, principalmente, por la experiencia vivida de las víctimas en dichos contextos” (CNMH, 2017, p. 37).

Lo anterior, se ha presentado con ocasión del aprovechamiento de superioridad armada que tienen los actores de guerra en relación con las mujeres y niñas, poniéndolas en situaciones de vulnerabilidad y subordinación, en las que o acceden a lo que estos actores quieren, o sencillamente son asesinadas, no solo ellas, sino también su familia. Por otro lado, merece la pena destacar que el Estado colombiano ha generado una serie de normativas y programas de reparación de mujeres víctima de delitos sexuales en los que pese a que se ha buscado implementar políticas de género y de empoderamiento, lo que se logra evidenciar en los resultados de dichos programas es que se ha priorizado el interés económico de las mismas, dejando de lado un factor determinante en materia de reparación integral de las víctimas, como es el caso de la afectación que estas mujeres sufren frente a su autoconcepto tras sufrir vejámenes de tipo sexual.

Al respecto, es importante agregar la creación del Consejo Nacional de Política Económica y Social, (en adelante CONPES) 3784 de 2013, y su posterior publicación de una Cartilla Pedagógica en el año 2014, en las que se presentan los lineamientos en materia de Políticas Públicas respecto a la “Prevención de Riesgos, la Protección y Garantía de los Derechos de las Mujeres Víctimas del Conflicto Armado”. Pues a través de las mismas “se buscó diseñar una respuesta integral a las problemáticas de las mujeres víctimas del conflicto armado interno y cumplir con las exigencias planteadas en la legislación, sentencias y autos de la Corte Constitucional” (CONPES, 2014, p. 95).

Lo cual, a su vez permitió reconocer que:

“1) “las mujeres son víctimas de graves y particulares formas de violencia con ocasión del conflicto armado”; 2) “los entornos y prácticas socioculturales desconocen a las mujeres como sujetos de derechos”, y 3) “las mujeres víctimas enfrentan dificultades en el acceso a la atención y restablecimiento de derechos” (DNP, 2013)” (CONPES, 2014, p. 95).

En este sentido, la cartilla pedagógica CONPES 3784 publicada en el año 2014, reconoce que:

“La violencia sexual en sus diferentes manifestaciones, constituye una de las afectaciones más graves a los derechos fundamentales, particularmente al derecho a la vida, la libertad, la

seguridad, la integridad física y psicológica, la libre expresión y libertad de circulación y el libre desarrollo de la personalidad, dificultando el ejercicio de los derechos sexuales y reproductivos” (CONPES, 2014, p. 24).

Dicho lo anterior, debe reconocerse que lo citado en la cartilla pedagógica del CONPES implica un avance en lo que respecta al reconocimiento de la multidimensionalidad de los efectos de la violencia sexual. En este sentido, podría afirmarse que los programas de reparación de víctimas implementados por parte del Gobierno Nacional de Colombia han de estar diseñados a partir de las necesidades de las víctimas y con miras a la transformación y mejoramiento de dichos aspectos.

Al respecto, Bermúdez, S. afirma que la violencia sexual en el marco del conflicto armado ha representado daños físicos y morales sobre los cuerpos de las mujeres y propone en el transcurso de su investigación el diseño e implementación de estrategias de reparación que posibiliten que estas mujeres puedan “sobreponerse ante el dolor, recuperar sus vidas y seguir construyendo hacia futuro” (2018, p.72).

Sin embargo, al realizar una revisión de los informes gubernamentales de los resultados de algunos programas implementados en materia de reparación, merece la pena destacar que el estado colombiano ha generado una serie de normativas y programas de reparación de mujeres víctima de delitos sexuales en los que pese a que se ha buscado implementar políticas de género y de empoderamiento, lo que se logra evidenciar en los resultados de dichos programas es que se ha priorizado el interés económico de las mismas, dejando de lado un factor determinante en materia de reparación integral de las víctimas, como es el caso de la afectación que estas mujeres sufren frente a su autoconcepto tras sufrir vejámenes de tipo sexual.

Lo anterior se ve ratificado al examinar el Informe de Gobierno: Política de Atención y Reparación a Víctimas publicado en Julio del 2018, al mencionar que:

“En cuanto a suficiencia y coherencia del gasto, muestra el compromiso que ha mantenido el Gobierno nacional con la población víctima del conflicto armado en materia presupuestal, asignando recursos importantes para el goce efectivo de derechos de esta población” (2018, p. 119).

En este sentido, se hace evidente la preocupación económica por parte del Estado colombiano en materia presupuestal frente a la reparación de víctimas del conflicto armado, sin embargo, es necesario resaltar que al remitirse a las estrategias diseñadas para la reparación integral de las mujeres víctimas de delitos sexuales, el mismo informe de gobierno pone de evidencia la priorización hacia los intereses económicos de estas mujeres y, de esta manera, da cabida al vacío frente a la creación de estrategias tendientes a analizar, comprender y transformar el autoconcepto de dichas víctimas tras sufrir vejámenes de tipo sexual dentro del conflicto armado colombiano.

En este orden de ideas, para citar algunos de los programas de reparación de mujeres víctimas de delitos sexuales en el marco del conflicto armado colombiano implementados por parte del estado, se toman como referencia los documentos titulados “Resultados Estrategias Movilización Social Montes de María” y “Resultados Mapeo Actores Institucionales y Diagnostico Institucional en Atención, Prevención, Protección y Erradicación de violencias basadas en género, especialmente en el marco del conflicto armado y las representaciones sociales de los y las servidoras hacia la mujer víctima del conflicto armado en cada uno de los territorios que conforman la Subregión de Montes de María”.

Estos documentos fueron publicados en el año 2018 por parte de la fundación social colombiana (CEDAVIDA), en los que se describen los modos tanto de ejecución como de implementación y resultados de veinte “Estrategias de movilización social” y veinte agendas de incidencia logradas a partir de los tres talleres territoriales en el fortalecimiento organizativo y en la estructuración de agendas para cada uno de los procesos organizativos.

Merece la pena destacar entonces, que el resultado de los informes anteriormente descritos, revelan que dichos programas tuvieron impactos significativos en materia de la

creación de espacios para impulsar el emprendimiento de las mujeres que fueron víctima de delitos sexuales.

No obstante, deben mencionarse algunos aspectos importantes a tener en consideración; en primer lugar, preguntarse si el modelo económico capitalista que rige en la sociedad colombiana está diseñado para el emprendimiento, en consecuencia cuestionarse por si dichos proyectos implementados tendrán una sostenibilidad y capacidad de producción tan amplios para competir con los estándares de mercados e industrias internacionales y; en segundo lugar, debe mencionarse que estos programas relegaron las necesidades de reparación psicológica frente a las afectaciones que sufren las mujeres en el marco de los efectos generados como consecuencia de los delitos sexuales perpetrados contra ellas.

Por su parte, la Unidad para las Víctimas y el Fondo de Población de las Naciones Unidas (en adelante UNFPA) en su informe titulado “Experiencia de la Estrategia de Recuperación Emocional con Mujeres Víctimas de Violencia Sexual en Colombia”, “da a conocer la experiencia de la Estrategia de Recuperación Emocional Grupal (EREG) en la atención psicosocial a mujeres víctimas de violencia sexual” (Unidad de Víctimas y UNFPA, 2019, p. 7) implementada en el año 2015 por parte de dichas instituciones gubernamentales en el marco de la reparación.

A propósito de dicha estrategia, debe mencionarse que contó con 7 profesionales en el área psicosocial, quienes tuvieron a cargo el diseño, implementación y análisis de resultados de la misma. Así mismo, esta propuesta de reparación “contó con la realización de una entrevista a 14 mujeres sobrevivientes de violencia sexual (...) en Cúcuta, Barranquilla, Sincelejo, Bogotá y Cali (...)” (Unidad de Víctimas y UNFPA, 2019, p. 8). Acto seguido, propone la Unidad de Víctimas y UNFPA que:

“La estrategia se basa en premisas que permiten que las conversaciones que se generan en este espacio puedan aliviar el dolor y el sufrimiento, a la vez que generan sensaciones de bienestar. La estrategia se apoya en los grupos colaborativos como una forma de facilitar cambios individuales, en los que la puesta en escena de la representación del sufrimiento que la persona realiza se da en un escenario participativo, reflexivo y de sentido transformador, a través de conversaciones con un objetivo específico, que buscan un cambio en las

emociones, comportamientos y pensamientos de los y las sobrevivientes” (Unidad de Víctimas y UNFPA, 2019, p. 20).

De conformidad con lo anterior, puede afirmarse que la estrategia de reparación psicosocial implementada por parte de la Unidad de víctimas y del UNFPA, representa un avance significativo en lo que respecta a la reparación integral de las mujeres víctimas de delitos sexuales, pues reconoce la necesidad de generar espacios de participación en las que son ellas mismas quienes se convierten en protagonistas de la transformación y/o comprensión de sus emociones y pensamientos frente a los vejámenes de tipo sexual sufridos con ocasión del conflicto armado.

Ahora bien, vale la pena mencionar, que pese a la multiplicidad de aspectos que abarca dicha estrategia de reparación, el autoconcepto es un factor que no se tuvo en cuenta al momento de diseñar e implementar la misma; lo anterior implica a su vez, que dicha dimensión se convierta en una categoría de la reparación olvidada, pero que si se observa con atención, resulta fundamental en lo que respecta a la reconciliación de las mujeres víctimas de delitos sexuales con el concepto que tienen de su propio cuerpo.

Frente a lo anterior, debe mencionarse que entidades como el CNMH, la fundación COALICO, e incluso entidades gubernamentales como la Unidad de Víctimas han manifestado en los informes anteriormente descritos que el cuerpo de las mujeres, al sufrir violencia sexual, termina por convertirse en objetos apropiables posicionando “tanto a la mujer como al cuerpo de la misma (...) como objeto y tratado como tal, dejando de lado a un ser humano que siente, piensa, se comporta, reflexiona y existe” (Veloza, S., 2019, p. 67).

Para el caso concreto, se habla de un proceso de reparación que implique abordar los significados que se construyen a través del cuerpo (tanto antes, como después) dentro de los contextos de guerra en que las mujeres se encuentran inmersas, así como la manera en que estos se relacionan con los autoconceptos de las víctimas y el modo en que los mismos pueden modificarse mediante la implementación de una práctica deportiva con miras a la

construcción de escenarios de paz y reconocimiento, al utilizar herramientas metodológicas que el Deporte Social puede brindar para ello.

En este orden de ideas, se hace necesario generar una propuesta de reparación con un enfoque de género⁸ y con miras a la transformación del autoconcepto que tienen las mujeres que han sido víctimas de delitos sexuales en el marco del conflicto armado colombiano:

“Cada cuerpo es también un territorio delimitado, una frontera espacial entre el ‘yo’ y los ‘otros’. El territorio de cada cuerpo es el espacio propio, el más privado e inabandonable de cuantos puedan acotarse” (Fontecha, M., 2015, p. 65), por lo que con esta propuesta se apunta no solo a la resignificación del autoconcepto de las mujeres víctimas de delitos sexuales, sino también trascender a las comunidades a las que ellas pertenecen, al contribuir en la construcción de relaciones sociales más armónicas y en las que se favorezca el reconocimiento del otro.

En consecuencia, debe mencionarse que en el presente trabajo investigativo, se reconoce que el proceso de reparación de víctimas de delitos sexuales, debe ir más allá del reconocimiento y restablecimiento de derechos sexuales y reproductivos de las mismas, en la medida que los vejámenes que estas mujeres han soportado como consecuencia de la violencia perpetrada en sus cuerpos, implica generar herramientas y procesos metodológicos, que además de lo anterior, favorezcan la reconciliación y autonomía de estas mujeres en relación con los dominios físicos, emocionales y sociales de su autoconcepto.

2.4. Deporte Social

A continuación, se propone la construcción de una perspectiva Teórica de Deporte Social como categoría, a partir de la generación de unas subcategorías del mismo, que a su vez permitan la comprensión de las transformaciones que el Deporte ha tenido, en el marco de las manifestaciones que ha presentado en relación con las mujeres colombianas.

⁸ Para efectos de esta investigación, se entiende por enfoque de género, una propuesta que sea consecuente con las ya mencionadas condiciones diferenciales – poblacionales referentes a las necesidades inherentes a cualquier persona que se identifique como Mujer y que haya sido Víctima de violencia sexual en el marco del conflicto armado colombiano.

Así mismo, presenta la manera como a partir de las intencionalidades que al Deporte mismo se le impriman, se puede lograr una reconfiguración simbólica y practica del mismo, de modo tal que, para el caso concreto, se oriente hacia la construcción de un concepto particular de Democracia en el que se priorice el reconocimiento del otro, y de la que se hará mayor mención en la parte final del presente capitulo.

2.4.1. Concepción de feminidad a partir de los Discursos y prácticas de la educación física y el Deporte en Colombia

En esta subcategoría se presenta una breve contextualización histórica de las formas en que el Deporte se ha manifestado en relación con las mujeres colombianas y cómo ciertas prácticas de violencia de género se mantuvieron a través del tiempo pese a los múltiples avances que en materia de Género y Deporte se han generado:

2.4.1.1.Contextualización de la Educación Física, el Deporte y el Papel de la Mujer en Colombia Desde los Años 30

a. Contextualización Educación Física y Mujer en Colombia desde 1930 a 1940

Para los inicios de la década del treinta, la situación de la educación física en Colombia presentó una serie de acontecimientos que marcaron no sólo la manera de generar los espacios académicos de dicha asignatura ante los estudiantes, sino también en la formación de los educadores físicos y el rol y participación de las mujeres en el ámbito del deporte y la educación física en sí misma.

Es necesario mencionar que con la promulgación de la ley 80 de 1925 se hacen evidentes los intereses e ideas eugenésicos y de mejorar la raza en Colombia, que en palabras de la autora Martha Cecilia Herrera:

“los debates sobre raza y las ideas eugenésicas de inicios del siglo XX, reflejarían una preocupación por el carácter físico y moral de la población nacional. (...) que generaría una preocupación al interior de las elites por orientar dichas transformaciones sociales hacia su modelo ideal de nación” (Herrera, 2001, p.).

Al respecto y según plantea Chinchilla (S.f.), en el marco de los debates y de la preocupación por la “degeneración de la raza” que se hacía cada vez más evidente en la región del caribe, se posiciona la Educación Física y el Deporte como una posible solución al problema, en la medida que estos, se constituyeron como “instrumentos beneficiosos tanto física como moralmente para el desarrollo de la población nacional”.

Frente a la década de los años treinta, se podría afirmar que esta se constituyó como época dorada para la educación física en Colombia, pues en el año 1933 se restituiría la Comisión Nacional de Educación Física; en el año 1934, se inauguraría el Parque Nacional Enrique Olaya Herrera; para 1936, se da la fundación del INEF (Instituto Nacional de Educación Física) “cuya principal tarea sería la formación de educadores físicos que pudieran realizar enseñar la materia a nivel nacional y al tiempo participaran en el diseño e impulso de políticas, plazas y torneos deportivos”(Saldarriaga, 2012)

Por su parte, Bibiana Rodríguez, en su texto “La mujer en la Educación Física en Colombia entre 1930 y 1950” propone que:

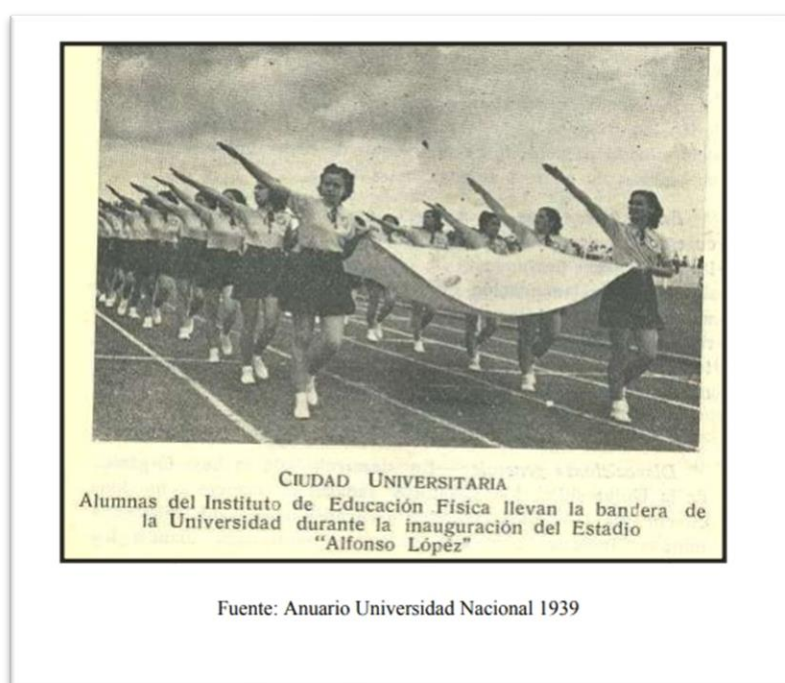
“Por el año 1936 empezaba a funcionar el Primer Instituto de Educación Física (INEF), en la facultad de medicina de la Universidad Nacional, el cual tenía como propósitos llenar las necesidades de capacitar profesores de Educación Física, realizar investigaciones biotipológicas del escolar colombiano y un centro de investigaciones de divulgación científica en el campo de la Educación Física” (s.p.).

Así mismo, describe Rodríguez, B. (1997):

“En el primer pensum la profesora ANA MARIA CHAVES (licenciada en Educación Física en 1938, después profesora de danzas del Departamento de Educación Física y retirada de su labor en 1989), comenta como no todas las materias eran mixtas, como era el caso de la Puericultura (sólo para mujeres) y las materias prácticas como la gimnasia, natación, deportes, atletismo, danza, gimnasia rítmica y esgrima se dictaban en grupos separados, pero con la misma intensidad horaria” (Rodríguez, 1997, s.p.).

Frente a lo cual se puede afirmar que dichas dicotomías de *pensum* respondían a formaciones de ciudadanos diferentes y con roles sociales diferentes, muy supeditados a su condición sexual de hombre y/o mujer.

Por otra parte, en el año 1938 “se celebrarían en la ciudad de Bogotá los Juegos Bolivarianos durante los cuales se inaugurarían los estadios Alfonso López Pumarejo y Nemesio Camacho Campín” (Rocha, 2018). Evento en el que participarían algunas mujeres estudiantes de la Universidad Nacional, como se hace evidente en la siguiente fotografía:



Fuente: Diana Alexandra Alfonso Rodríguez Requisito parcial para optar al título de Magister en Historia, (2012)

Concretamente frente al rol que desarrolló la mujer en el ámbito de la educación física y el deporte en Colombia, estuvo plenamente relacionado con la promoción y fomento de los mismos, así como la práctica de ciertos deportes específicos en los clubes sociales; sin embargo, también puede evidenciarse que, para esta década de la historia, las mujeres estaban limitadas al “acompañamiento de los hombres en los eventos sociales y deportivos realizados en los clubes. No obstante, la presencia de la mujer siempre fue fundamental en la asistencia de eventos deportivos, ya fuese como espectadora, acompañante de los jugadores o como

encargada de entregar las copas a los ganadores de las competencias” (Rodríguez, A., 2012, s.p.).

Vale la pena resaltar, que, si bien estos eran los roles preestablecidos para las mujeres, no se correspondían con todas las mujeres, sino por el contrario estaban limitados únicamente a aquellas pertenecientes a las clases sociales más altas, reafirmando su prestigio y nivel social.

Ahora bien, frente al postulado anteriormente citado, podría afirmarse que, por el contrario, el rol de la mujer durante varios años en el ámbito de la educación física y el deporte se redujo a ser acompañante de los hombres e imagen publicitaria (iconográfica de belleza), siendo éstas unas dinámicas excluyentes, en la que son los hombres quienes tienen principal protagonismo en dicho entorno.

Si bien resulta complejo interpretar sucesos históricos en relación de las dinámicas sociales contemporáneas, se puede afirmar que pese a que la prensa intentó visibilizar de cierto modo a la mujer y su participación en el deporte, también contribuyó en la construcción de ciertos tipos de masculinidades y femineidades en las que se establecía un modelo de hombre “superhombre” y un modelo de mujer “súperhembras”, en los que sólo ciertas prácticas deportivas eran aceptables para un sexo y otro sin transgredir esos arquetipos propuestos.

Cabe aclarar que el citado autor hace un importante énfasis en la mujer y el deporte de países como Estados Unidos, que resulta ser un contexto completamente diferente al latinoamericano, pues en este último, y según narra Scharagrodsky (contexto argentino), el ideal femenino estaba netamente vinculado con la maternidad y el fin de las prácticas corporales era la eugenesia. En este sentido, puede decirse que la maternidad tuvo implícitos una serie de presupuestos que:

“definían a la femineidad en los ejercicios físicos y en la gimnasia: el decoro, el pudor, la gracia, el recato, la delicadeza y la elegancia en los movimientos. Al mismo tiempo que se indujo ese tipo de femineidad, se sancionó todo aquello que estuviese vinculado con la virilización femenina o con supuestos deseos indecentes. Para lograr este cometido se prescribieron ejercicios físicos que trabajaban ciertas partes del cuerpo -la pelvis y el

abdomen- y desarrollaban ciertas capacidades físicas -velocidad y, con algunas reservas, la fuerza” (Scharagrodsky, 2004, p. 4).

Por lo que puede afirmarse que las dinámicas deportivas en este país empezaron a generar de cierto modo un empoderamiento femenino en el contexto de las prácticas deportivas nacionales, camino que continuó desarrollándose a través de los años, a saber:

b. Contextualización de la educación física y el deporte en Colombia años 1960 y 1970, una mirada a la mujer.

En Colombia en la década de los 60 la educación física es considerada fundamental para el conocimiento de sí mismo, desde las dimensiones del cuerpo operativo y desde la comprensión de los propios mecanismos de trabajo corporal. En esta época se destaca el papel del deportista para la sociedad y para garantizar la grandeza de la patria.

También, se destaca la formación de profesores en el campo de la educación física, como conocedores científicos de una actividad que requiere compromiso y dedicación en relación con las necesidades del país.

Por su parte, y luego de una política de transformación estatal durante el gobierno de Carlos Lleras Restrepo, en la que se pone de evidencia la intención de impulsar el crecimiento deportivo en Colombia, nace al mismo tiempo que el Consejo Nacional, el Instituto Colombiano de la Juventud y el Deporte, y nace Coldeportes, en 1968, “Trabajaremos por Mejorar el Nivel Deportivo del País, dijo Adolfo Carvajal, al tomar posesión como director de Coldeportes” (Linares y Bermúdez, 2008, p. 30).

Para este momento de la historia colombiana, son pocos los aspectos que relacionan la mujer y el deporte o la educación física; sin embargo, merece la pena resaltar que en el año 1968 Colombia estuvo representada en los Juegos Olímpicos de México por un total de 43 deportistas, 38 hombres y 5 mujeres representaron el tricolor nacional, Olga Lucia de Angulo, Carmen Gómez y Martha Manzano en Natación y Elcy Rivas y Juana Mosquera en Atletismo.

El equipo olímpico colombiano no obtuvo ninguna medalla en estos Juegos, pero en gran medida es uno de los principales acontecimientos femeninos en la historia ya que hay

representación femenina. En definitiva, la mujer no tuvo gran participación en materia deportiva para la época.

Ahora bien, en los años 70, los deportes se encontraban definidos y bajo unas normas encaminadas cada vez más a obtener mejores niveles, para ello nace la ley 181 de 1995 para la creación del Sistema Nacional del Deporte.

Es necesario mencionar, que al igual que la década pasada, el rol de la mujer dentro del deporte fue prácticamente nulo, en el sentido que socialmente su principal obligación correspondía aun a la maternidad y a los oficios del hogar. Un claro ejemplo de lo anterior fue la participación colombiana en los Juegos Olímpicos de Múnich en 1972, en los que primó la participación masculina.

c. Contextualización desde los años 1980, 1990 y 2000 sobre la educación física y el deporte femenino en Colombia

Desde el momento en que se incluyó la educación física como profesión en Colombia en el año 1936, iniciaron las capacitaciones, estudios e investigaciones que continuaron a lo largo de los años, a tal punto que al llegar a los años 80 existía un amplio conocimiento en cuanto a la enseñanza y práctica de esta actividad.

Para la década de los años 80, pese a que las mujeres iniciaron una fuerte incursión en el ámbito deportivo, aún continuaban las restricciones a los deportes que ellas pudiesen practicar, siendo: el nado sincronizado, la gimnasia y el patinaje los únicos permitidos de manera oficial para las mismas, bajo la premisa de que estos no las alejaba de su gracia femenina.

Pese a lo anterior, para este momento de la historia, por acción cultural, las mujeres estuvieron inmersas la mayor parte de su tiempo en las tareas del hogar, y dentro de las actividades que desplegaban para “divertirse” aparecen las manualidades tales como trabajos con porcelanas, telas, bordados, crochet, entre otras

Teniendo en cuenta lo anterior se puede afirmar, que, para muchas mujeres, quizá llevadas por sus tradiciones familiares y sus arraigos culturales, el éxito de sus metas consistía principalmente en la manera en que desarrollaran sus roles de amas de casa.

Sin embargo, ya entrados en las décadas de los años 90 y 2000, mujeres como Mabel Mosquera (nacida en Quibdó en el año de 1969) al representar Colombia en los juegos olímpicos de Atenas en el 2004, y convertirse en medallista olímpica en la modalidad de levantamiento de pesas, dejó un precedente para las mujeres colombianas en el que plasmó la evidencia de que sí era posible transgredir los roles de género impuestos en el deporte hasta ese momento de la historia.

En esta dirección, debe agregarse mujeres como Ximena Restrepo, medallista de bronce en los Juegos Olímpicos de Barcelona en el año 1992 y María Isabel Urrutia, medallista de oro en los Juegos Olímpicos de Sídney en el año 2000, son quienes en la época contemporánea ponen de evidencia que sí es posible trasgredir las dinámicas excluyentes del Deporte. Así como Mariana Pajón, quien es la única doble medallista de oro en Bmx Race, constituyéndose como la única medallista colombiana que posee dos medallas de oro en la historia de los Juegos Olímpicos colombianos.

2.4.2. Contextualización de Deporte Social

A partir del contexto que suscita el Énfasis Social de la Licenciatura en Deporte de la Universidad Pedagógica Nacional, surge el interrogante por el lugar y la incidencia que puede tener el Deporte (al constituirse como un hecho social y cultural) en las problemáticas socio-culturales que acontecen en el contexto social colombiano. Lo anterior se propone en el marco de la comprensión y búsqueda de alternativas de comprensión y abordaje a dichas problemáticas desde la perspectiva Social del Deporte.

En esta dirección, debe decirse que el presente trabajo es una propuesta de orden tanto conceptual como metodológico, fundamentada en procesos investigativos y con miras a tener incidencia en las problemáticas suscitadas de frente a las realidades de las mujeres que se han constituido como víctimas de delitos sexuales en el contexto del conflicto armado colombiano, de esta manera se podrá aportar quizá a una mejor comprensión de las necesidades de este sector de la población desde el área del saber que implica el Deporte Social.

Así mismo, entiende que la población de este trabajo es heterogénea en términos de la categoría no binaria de género y lo que en este mismo sentido implica la feminidad. Sin embargo, vale la pena mencionar que para efectos del desarrollo del deporte social se priorizan los grupos de personas que están en condiciones de desventaja social frente a otros, en este sentido son precisamente las Mujeres Víctimas de delitos sexuales en el marco del conflicto armado colombiano, quienes se constituyen como sujetos sociales doblemente marginadas no solo por su condición de mujer, sino también por la violencia sexual que en sus cuerpos se ha ejercido y la constante revictimización a que se ven expuestas por las diferentes instituciones responsables de garantizar tanto la reparación como la no repetición de estos vejámenes.

Como bien se mencionó en párrafos anteriores, la respuesta de estas instituciones en muchos casos no se corresponde con las necesidades en términos del autoconcepto de estas mujeres víctimas de violencia sexual; en consecuencia, surge la necesidad de buscar y construir alternativas de solución y afrontamiento⁹ que además de lo anterior, aporten en la construcción de equidad dentro de la sociedad colombiana.

Antes de continuar con lo anterior, debe decirse que por Deporte Social se entiende un escenario de reflexión, diálogo y deliberación, que puede ser fin y medio a la vez y que además de tener un enfoque poblacional específico, tiene una perspectiva diferencial con la que se busca interpelar los sujetos a quienes va dirigido, con relación a la multiplicidad de realidades que ellos pueden construir a partir de su propia experiencia deportiva.

En este sentido, se plantea un Deporte Social en el que también se generen procesos y escenarios de reconocimiento que velen por el desarrollo y participación democrática en la construcción de los grupos sociales en que se implementen dichas prácticas.

Dicho de otro modo, se trata de generar espacios de reconocimiento por el otro a través de las prácticas deportivas sociales, en las que se prime por el respeto hacia las diferencias y posturas que cada actor tenga dentro del contexto en que este tipo de deporte sea implementado.

⁹ Entiéndase como recursos psicológicos que el sujeto pone en marcha para hacer frente a situaciones estresantes (Amaris, A., Madariaga, C., Valle, M. y Zambrano, J., 2013).

Un ejemplo claro de lo anteriormente descrito es la manera en que Duarte (2011) plantea los procesos de reflexión que facilita el deporte social:

“El deporte social comunitario desde esta fundamentación puede convertirse en un proceso de aprendizaje que permite desarrollar la percepción que los individuos participantes tienen de su situación en la vida y en el contexto de su cultura, así como del sistema de valores en que viven en relación con sus objetivos, expectativas, estándares y preocupaciones” (p. 8).

Llegado a este punto, se reconoce el Deporte como un hecho social y cultural con fuertes incidencias en las dinámicas tanto individuales como colectivas. Lo anterior, se afirma con ocasión a la fuerte representación simbólica que tiene el mismo respecto a la diversidad de tensiones que pone de evidencia el deporte en sí mismo y que se generan en el proceso de construcción de identidad colectiva.

Al respecto agregan Capretti, S. (2001) y Elías N. (1992) que en el marco de la sociedad Moderna es cuando el Deporte se constituye como un metadiscurso de la sociedad en el que se proporciona un marco interpretativo de la realidad en que se está inmerso. Un ejemplo claro de lo anterior se suscita al afirmar que el deporte implica procesos de democratización, al facilitar escenarios de reconocimiento y respeto por el otro, en los que no solo se aprende la técnica pura de un deporte en sí mismo, sino que por el contrario se da espacio para la interacción con el otro.

De esta manera, el Deporte Social no solo construye identidades individuales, sino también colectivas, permeadas ambas por el respeto a las diferencias y a las manifestaciones expresivas de cada sujeto social. Así pues,

“Desde el pluralismo, el deporte social comunitario tiene en cuenta los sistemas morales que se tejen dentro de la comunidad y promueve escenarios para que la reflexión ética pueda darse; reconoce que en una comunidad existen posiciones en conflicto y se interesa por las diferencias y similitudes que generan esos conflictos para comprender y, en consecuencia, producir acercamientos desde la reflexión” (Riso, 2006, citado en Duarte, 2011, p.5)

Por otra parte, debe procurarse la posibilidad de reinventar las prácticas de deporte social cada que el grupo de personas en que se implemente lo requiera, atendiendo a las necesidades propias de la misma y haciendo partícipes a todos los sujetos sociales inmersos en ella; lo anterior implica una intencionalidad propia y característica del deporte social, en la que se generen procesos de transformación socio- culturales.

Ello implica, que la implementación del deporte social en contextos de mujeres víctimas de delitos sexuales resulta pertinente y necesario para su proceso de reparación, en la medida que estas mujeres se convertirán en las protagonistas de sus propios procesos no solo de aprendizaje de alguna práctica deportiva, sino que también lo serán en procesos de fortalecimiento y/o mejoramiento tanto de su autoconcepto como de su derecho a la salud física y emocional, a través de dichas prácticas deportivas sociales, a su vez haciendo eco en comunidades locales con miras a la generación de escenarios de reconocimiento y justicia para dichas mujeres.

Ahora bien, resulta fundamental mencionar que en Colombia ya existen experiencias de deporte social con intencionalidades de transformación; ejemplo claro de ello son los programas de reparación integral implementados por parte de La Unidad para las Víctimas y el Programa de Naciones Unidas para el Desarrollo (PNUD) en Mistrató, Risaralda en el año 2017, en los que el Deporte desempeñó un papel fundamental en los procesos de construcción de paz y que en palabras de Freddy López (Director territorial de la Unidad para este año), permitió dejar de lado las huellas de la guerra y apuntar a un futuro más promisorio en Paz y con reconciliación.

2.4.3. Democracia, Deporte y Mujer: Sentido del Deporte Social

El deporte ha tenido críticas tanto positivas como negativas frente a la manera en que se ha manifestado con relación a las mujeres, como se ha descrito en párrafos anteriores. Estas consecuencias dependen de la intencionalidad y sentido que se les impriman a las prácticas deportivas en sí mismas.

Llegado a este punto, debe mencionarse que se hacen evidentes algunas de las características fundamentales del Deporte Social referente al enfoque diferencial -

poblacional¹⁰ que este implica. Para efectos de la presente investigación, las mujeres víctimas de delitos sexuales en el marco del conflicto armado colombiano se constituyen como una población en condiciones especiales de vulnerabilidad¹¹ con quienes se busca imprimir un sentido diferente a las prácticas Pedagógicas de Deporte Social orientadas tanto a la transformación y/o mejoramiento de su autoconcepto, como a la construcción de un horizonte diferente de sentido de la Democracia participativa.

Vale la pena resaltar, que la presente es una propuesta que busca contribuir en la construcción de los nuevos discursos de género, a partir de una reconfiguración tanto simbólica como práctica del Deporte, que, pese a que históricamente se ha considerado excluyente y maltratadora para las mujeres, los resultados obtenidos a través del rastreo teórico reflejan que en la medida que se impriman unas intencionalidades específicas, es posible alcanzar el empoderamiento¹² femenino en términos de su autoconcepto. En las siguientes subcategorías se dará cuenta de la propuesta que se genera en el presente trabajo investigativo en términos de la intencionalidad que se le imprimen a las prácticas de Deporte Social, con relación al autoconcepto de las mujeres víctimas de violencia sexual del conflicto armado colombiano:

2.4.3.1. Deporte Social y Mujer

En esta línea, se tomaron como referencia los presupuestos planteados por Fontecha, M. (2015) quien plantea la necesidad de tomar conciencia frente a la importancia tanto del desarrollo de la motricidad¹³ de las mujeres en procesos de empoderamiento, como de la

¹⁰ Entiéndase que para efectos del presente trabajo se privilegia abordar población en condiciones de vulnerabilidad, que, en palabras de Pizarro, R. (2011) se define como “la inseguridad e indefensión que experimentan las comunidades, familias e individuos en sus condiciones de vida a consecuencia del impacto provocado por algún tipo de evento económico- social de carácter traumático”.

¹¹ En la medida que, como bien se ha mencionado, son mujeres que han sido doblemente victimizadas a partir de las dinámicas mismas de la violencia sexual del conflicto armado colombiano y la revictimización que implica acudir a las Instituciones del Estado al momento de interponer una denuncia o dar inicio al proceso de justicia.

¹² Entendido como el conjunto de habilidades y capacidades para tomar decisiones sobre sus vidas y cotidianidades

¹³ Entendida “como la forma de expresión del ser humano, como un acto intencionado y consiente, que además de las características físicas, incluye factores subjetivos, dentro de un proceso de complejidad humana”. (González, A. y González, C., 2010, pág. 177).

urgencia por reivindicar “la importancia del desarrollo de las capacidades del movimiento en su proceso de emancipación y autonomía personales” (Fontecha, M., 2015, p. 18).

Lo anterior se propone con miras a la creación de escenarios de transformación y/o mejoramiento del autoconcepto de las mujeres víctimas de delitos sexuales del conflicto armado colombiano, en los que sean ellas mismas quienes se conviertan en sujetos protagonistas tanto de sus propias transformaciones como de la construcción de políticas públicas que respondan a sus necesidades frente a los procesos de reparación.

De hecho, propone la capacidad motriz como sinónimo de autonomía de las mujeres, al afirmar:

“La autonomía de las mujeres precisa de la autogestión de su cuerpo, lo más personal e intransferible. Pero, para lograr esa autonomía, no basta con tener el control de los aspectos corporales relacionados con la libertad reproductiva y sexual. En este ejercicio de adueñarse del propio cuerpo, las mujeres deben incluir el desarrollo de la destreza corporal” (Fontecha, M., 2015, p. 65).

Es necesario agregar, que como bien se ha mencionado en párrafos anteriores y en armonía a las premisas propuestas por Fontecha, M., el deporte, bajo estas intencionalidades se constituye como fin y medio a la vez, en la medida que si bien se implementarán prácticas que favorezcan el aprendizaje de habilidades relacionadas a determinado deporte, también se convertirá en un escenario que facilite espacios de reflexión, dialogo y deliberación frente a lo que acontece con los autoconceptos de estas mujeres víctimas, antes, durante y después de su implementación.

2.4.3.2. Deporte Social y Autoconcepto

En este sentido, el Deporte Social frente al autoconcepto de las mujeres víctimas de delitos sexuales con ocasión de la guerra, puede constituirse como un hecho que no solo les permitirá realizar una práctica deportiva en sí misma, sino, además quizá les brinde las herramientas para empoderarse de sus procesos tanto de transformación de autoconcepto, como del ejercicio pleno de sus derechos a la reparación y a la salud física y emocional.

Por otra parte, debe mencionarse que con la presente propuesta se apunta no solo a la comprensión de los autoconceptos de las mujeres víctimas de delitos sexuales, sino también trascender a la cotidianidad de estas mujeres, contribuyendo en la construcción de relaciones sociales en las que se favorezca el reconocimiento del otro.

De la misma manera, en el presente trabajo investigativo se propone aportar para que el proceso de reparación de víctimas de delitos sexuales, vaya más allá del reconocimiento y restablecimiento de sus derechos sexuales y reproductivos, en la medida que los vejámenes que estas mujeres han soportado como consecuencia de la violencia perpetrada en sus cuerpos, implica generar herramientas y procesos, que, además de lo anterior, favorezcan la transformación de estas mujeres en relación a su autoconcepto.

En este sentido, vale la pena destacar que, bajo estas premisas, el Deporte Social puede constituirse como un hecho social y cultural, facilitador del empoderamiento femenino en el que se prime por el reconocimiento de las mujeres con plenos derechos y que a su vez contribuya en el proceso de transformación y/o mejoramiento de sus autoconceptos.

2.4.3.3. Deporte Social y Democracia: sentido pedagógico y educativo del Deporte Social

Dicho lo anterior, resulta indispensable detenerse respecto al significado que en el presente trabajo se le imprime a la Democracia y la relación que guarda con los autoconceptos de las mujeres víctimas de violencia sexual en el marco del conflicto armado. Pues bien, debe decirse que a través de la implementación de las prácticas pedagógicas de Deporte Social se busca replantear la noción tradicional de Democracia que refiere a la participación ciudadana a través de agentes elegidos por el pueblo mismo, proponiendo como horizonte de sentido la construcción teórico - práctica de un concepto particular de Democracia.

Por esta razón, se busca generar una mirada de la Democracia participativa que se convierta quizá en una manera pertinente de vida en nuestra sociedad, en el que se generen dinámicas de horizontalidad en términos de la construcción de identidades, sentidos de vida, reconocimiento del otro e incluso construcción de políticas referentes a la reparación de víctimas de delitos sexuales.

De esta manera, replantear la noción de Democracia implica interpelar a las Mujeres Víctimas de delitos sexuales del conflicto armado colombiano frente a la manera en que se relacionan en los espacios cotidianos y en sus vidas personales antes, durante y después de la implementación de las prácticas de Deporte Social.

En tal dirección, una Democracia acorde a estos preceptos buscará el respeto por los derechos individuales y colectivos y primará por re simbolizar o resignificar la vida cotidiana de las mujeres víctimas de violencia sexual a partir del autoconcepto que construyeron de manera posterior a sufrir violencia sexual y del interrogante por lo que acontece con el mismo al implementar prácticas de Deporte Social.

En este sentido y significancia de Democracia, las mujeres víctimas de delitos sexuales serán partícipes e incluso protagonistas en la formulación y/o reformulación de políticas públicas concernientes a la reparación, a partir tanto de sus propias experiencias de vida, como de sus necesidades en lo que a la transformación del autoconcepto se refiere.

2.4.3.3.1. Deporte Social, Democracia y el cuidado de sí para el cuidado del otro

Llegado a este punto, el interrogante es ahora por la manera en que se trasgrede de lo individual a lo colectivo; podría decirse entonces, que se parte de los presupuestos teóricos del “cuidado de sí” planteados por el Filósofo Michel Foucault. Para efectos del presente trabajo investigativo y en relación con lo anteriormente descrito, el Deporte Social facilita la construcción de escenarios dialógicos de reflexión para las mujeres víctima de delitos sexuales frente al autoconcepto a través del cuidado de sí como perspectiva pedagógica.

Debe decirse entonces, que se trata de un desafío para la Pedagogía del Deporte Social en el que la misma, además de ser un fin (frente al aprendizaje o mejoramiento de técnicas deportivas) se constituya como practica para la interpelación frente al lugar en el que estas mujeres construyen tanto sus subjetividades como sus relaciones interpersonales en el contexto social en que se encuentran inmersas.

Llegado a este punto, debe decirse que, el cuidado de sí como práctica de la libertad implica el cuidado del otro: “(...) El cuidado de sí es ético en sí mismo; pero implica

relaciones complejas con los otros, en la medida que este ethos de la libertad es también una manera de cuidar de los otros”. (Foucault, M., 1994, p. 116).

En esta dirección se parte del pensamiento y acción individual sin dejar de lado el actuar colectivo; dicho de otro modo, el cuidado de sí implica una especial atención por el pensamiento y modo de actuar individual, pero también refiere a los modos de relacionarse con el otro y con el mundo en general. En este sentido el cuidado de sí hasta aquí propuesto, remite al cuestionamiento de ¿Quién soy yo?, pues precisa que, a través del conocimiento de sí, se puede llegar al cuidado del otro.

Es necesario aclarar que con el presente trabajo investigativo no se busca generar la construcción de autoconceptos y subjetividades impuestas a partir de una mirada moralista de lo que se considera como positivo, sino que por el contrario se busca propiciar escenarios que velen por la autonomía y protagonismo de las mujeres víctimas de delitos sexuales en términos de la construcción y/o transformación del “yo soy como soy”, la identidad y autoconcepto a partir de lo que se quiere para sí y para su propia vida.

Así mismo, se debe resaltar que, para efectos de la presente investigación, se toma distancia de los planteamientos realizados por parte de la autora Joan Trontto (1987), en la medida que el abordaje del cuidado de sí planteado en este trabajo, surge del reconocimiento de las Mujeres Víctimas de violencia sexual en el marco del conflicto armado en la construcción de Democracia. Debe decirse, que lo anterior se realiza desde procesos de resignificación de lugares y experiencias que favorezcan la equidad con relación a la interpelación individual y la comprensión de la importancia del cuidado del otro, y no, por el contrario, desde una perspectiva protectora o que guarde relación con roles de género en los que a la mujer le corresponde cuidar al otro, como lo plantea Trontto (1987).

Se debe resaltar que esta investigación se construye a partir del precepto de “la conversión de uno mismo por sí mismo”, pues precisamente el desarrollo de las prácticas pedagógicas de Deporte Social con las mujeres de víctimas de delitos sexuales, se da a partir del proceso reflexivo sobre sí mismas, en el que se presenta un continuo interrogante por los modos de vida que tuvieron que asumir como consecuencia de su victimización, la manera en que sus autoconceptos se estructuraron luego de ser víctimas de violencia sexual y sobre

todo, en el marco de la decisión personal de transformar o no dichas realidades en que se han visto o se encuentran inmersas.

En esta dirección, la metodología (en la que se hará énfasis en el siguiente capítulo) del Deporte Social fundamentada en el cuidado de sí, se estructura a partir de, por un lado, el cuestionamiento por la manera en que se construyen como sujeto, y por el otro, el ejercicio valorativo de esa construcción. De esta manera, se propende potenciar la capacidad de decidir si tomar distancia o no de las dinámicas sociales en que se encuentran inmersas.

En otras palabras, las estrategias educativas y pedagógicas de esta investigación, dan la palabra y la fuerza a las mujeres víctima de delitos sexuales, de modo tal que permiten que sean ellas quienes se descubran, se conozcan y se reconozcan a sí mismas, identificando a su vez los “micropoderes”¹⁴ que han marcado sus vidas, generando espacios de reflexión sobre ellos y posteriormente decidiendo de cuales de ellos o no quieren desprenderse, en un acto emancipatorio y de libertad como reflejo del cuidado de sí.

Así mismo, se afirma que el cuidado de sí implica una relación con el otro, en la medida que a partir de la transformación individual se puede llegar a la construcción del otro; en otras palabras, quien entiende y cuida del otro, cuida de sí mismo y es en este preciso momento en el que se materializa la concepción propia de Democracia Participativa en la que configuran el respeto y la mirada por el otro comprendiendo que necesito de él para afirmar mi propia subjetividad.

Se puede agregar que, el rol docente asumido en esta investigación se corresponde con el de facilitador de los escenarios reflexivos (descritos en párrafos anteriores) respecto al tipo de sujeto que se es y a los sujetos que quisiesen ser con relación al otro. Vale decir que las mujeres víctimas de delitos sexuales son quienes interpelan, re simbolizan y re piensan su propia vida.

De cualquier manera, lo anterior se puede lograr no adoptando otro discurso impuesto por el docente (quizá pensado de manera inocente como alternativo y diferente); sino

¹⁴ Propuestos por Michel Foucault como una serie de discursos sociales que definen lo que está bien lo que está mal en el marco de las practicas cotidianas y en instituciones tales como la familia, entre padres e hijos, la escuela en la relación entre maestros y alumnos; en el trabajo, entre los jefes y los empleados; etc.

que, por el contrario, a partir de unas dinámicas de pensamiento autónomo y reflexivo sean ellas mismas (las mujeres víctimas de delitos sexuales), quienes tomen conciencia respecto a los efectos que puede tener determinada situación respecto a su vida y cotidianidad presente y futura.

En esta medida, lo político y democrático tienen escenario en la vida cotidiana de las mujeres víctimas de delitos sexuales en el marco del conflicto armado colombiano, porque las prácticas pedagógicas de Deporte Social, se convierten en el espacio de construcción de sujetos practicantes de la libertad, a partir de una noción ética del pensamiento y del cuidado de sí, en la que se logran evidenciar la multiplicidad de realidades y posibilidades existentes en relación a las formas de vivir y de relacionarse con el otro.

3. Capítulo III

3.1.Marco Metodológico

El presente capítulo describe el paradigma y enfoque metodológico de la investigación. Así mismo, propone el método y los instrumentos utilizados con miras a obtener y sistematizar la información relacionada al Autoconcepto de las Mujeres Víctimas de delitos sexuales en el marco del conflicto armado colombiano, desde la perspectiva Pedagógica del Deporte Social.

Así mismo, debe mencionarse que, el presente capítulo se propone a partir de la correspondencia que el mismo tiene con el marco teórico, en la medida que esta surge como una propuesta metodológica coherente, que permite desarrollar tanto el sentido mismo del presente trabajo investigativo, como abordar la problemática planteada como propuesta de investigación.

En este sentido, debe decirse que los instrumentos utilizados son los que mejor se corresponden con las necesidades mismas de los sujetos de investigación, para el caso concreto, las mujeres víctimas de delitos sexuales en el marco del conflicto armado colombiano, en la medida que este, se constituyó como un grupo cambiante, en el que solo dos mujeres siguieron el proceso de manera permanente y las demás mujeres, como

consecuencia de las condiciones mismas de la red y del contexto en que se encuentran inmersas, estuvieron presentes en varias de la sesiones pero no en todas.

3.1.1. Paradigma de Investigación

El presente trabajo investigativo se constituyó a partir del paradigma Fenomenológico de tipo Hermenéutico, propuesto por Van Manen (2003), quien afirma que la Fenomenología describe la forma en que cada individuo se orienta hacia la experiencia vivida y la hermenéutica, se refiere a cómo cada individuo interpreta los “textos” de la vida” (p. 23). En tanto la pregunta central de investigación se fundamenta precisamente en comprender la manera en que los autoconceptos de las mujeres víctimas de delitos sexuales en el marco del conflicto armado colombiano, se ven transformados o no, a partir de la implementación de las Prácticas Pedagógicas de Deporte Social.

Así mismo, este paradigma de investigación propone la importancia de ir más allá de lo descriptivo para ahondar en la interpretación y reflexión de lo que representa determinado fenómeno en el marco de la experiencia investigativa, por lo que puede afirmarse que responde a las necesidades investigativas de esta propuesta, en la medida que la misma, busca comprender lo acontecido con los autoconceptos de estas mujeres víctimas de delitos sexuales al implementar unas prácticas de Deporte Social.

Debe decirse entonces, que el rol asumido por parte del investigador desde una perspectiva fenomenológica se corresponde con el propuesto por Ayala (2008, p. 411): “El investigador FH¹⁵ está interesado primordialmente por el estudio del significado esencial de los fenómenos, así como por el sentido y la importancia que éstos tienen”, pues el objetivo principal de la presente investigación conlleva a comprender lo que acontece con los autoconceptos de las mujeres víctimas de delitos sexuales en el marco del conflicto armado colombiano, antes, durante y después de la implementación de unas prácticas pedagógicas de Deporte Social.

Cabe agregar que, se plantea el establecimiento de relaciones conversacionales (también descritas por Van Manen), entre las mujeres víctimas de violencia sexual y el

¹⁵ (FH) Entiéndase Fenomenológico Hermenéutico.

investigador, en las que “tomar prestadas las experiencias de los otros” permite comprender el significado profundo de un aspecto de sus propias experiencias de vida (como es la construcción del autoconcepto luego de ser víctima de violencia sexual). Sin embargo, es necesario aclarar que en palabras del mismo Van Manen: “hay que partir del hecho de que el método de la fenomenología es que no hay método” (2003, p. 80), pues es la misma experiencia con el grupo poblacional, la que determinara el método que mejor responda a las necesidades mismas de los sujetos de investigación, lo cual, a su vez implica que el método sea flexible y sujeto a cambios que precisamente se correspondan con las dinámicas sociales de los sujetos de investigación.

3.1.2. Enfoque Investigativo

Durante la búsqueda de antecedentes que facilitaran la estructuración del enfoque investigativo que, a su vez permitiera la comprensión de la realidad social en que se han visto inmersas las mujeres víctimas de delitos sexuales del conflicto armado colombiano, se pone de evidencia el método cualitativo como el que mejor se corresponde con el abordaje hermenéutico de los fenómenos anteriormente descritos.

En tal dirección, debe definirse la investigación cualitativa como aquella que busca la comprensión de un fenómeno social, a través de la descripción de la significancia contextualizada que determinado grupo social le asigne a tal fenómeno. En este sentido, se parte del supuesto que, si bien la metodología cualitativa sigue una serie de lineamientos orientadores, no está sujeta a unas reglas inquebrantables, sino que por el contrario es la población y el contexto mismo el que orienta al investigador, a partir de sus necesidades, en la elección del método y las herramientas que mejor se corresponden con los objetivos propuestos en el proceso investigativo.

Al respecto, se puede agregar “En sentido amplio, puede definirse la metodología cualitativa como la investigación que produce datos descriptivos: las propias palabras de las personas, habladas o escritas, y la conducta observable” (Quecedo, R. y Castaño, C, 2003, p.3). Esto implica abordar un enfoque metodológico que posibilite la comprensión de las múltiples actitudes que acaecen en las prácticas de Deporte Social, implementadas con las

mujeres víctima de delitos sexuales en el marco del conflicto armado colombiano y con ocasión de la observancia de lo acontecido con sus autoconceptos.

En consecuencia, el presente trabajo investigativo se estructuró a partir de las bases metodológicas propias de la investigación cualitativa, de modo tal que se buscó ir más allá de la mera descripción y transcripción de determinado fenómeno, al propender por la interpretación de las experiencias de vida de las mujeres víctimas de delitos sexuales y lo que aconteció con esta categoría en relación a la implementación de una practicas pedagógicas de Deporte Social, inicialmente en sus autoconceptos, pero que en el desarrollo de la mismas lleva a comprender la manera en que el cuidado de sí, hizo eco en la construcción del concepto alternativo de Democracia.

Frente a lo anterior, agregan Quecedo, R. y Castaño, C.:

“Los métodos con los que se estudia a las personas influyen en cómo se las ve. Si reducimos las palabras y los actos a ecuaciones estadísticas, se pierde el aspecto humano. El estudio cualitativo permite conocer el aspecto personal, la vida interior, las perspectivas, creencias, conceptos..., éxitos y fracasos, la lucha moral, los esfuerzos...” (Quecedo y Castaño, 2003, p.8). por lo que se trata de comprender lo que acontece tanto en los autoconceptos como en la cotidianidad de las mujeres víctimas de delitos sexuales al implementar practicas pedagógicas de Deporte Social.

Por otra parte, autores como Quecedo y Castaño proponen la investigación cualitativa como aquella de carácter inductivo, en la que:

“Comienza con la recogida de datos, mediante la observación empírica o mediciones de alguna clase, y a continuación construye, a partir de las relaciones descubiertas, sus categorías y proposiciones teóricas. (...) Mediante el estudio de los fenómenos semejantes y diferentes analizados, desarrolla una teoría explicativa”.

No obstante, es necesario destacar que, si bien se parte de una teoría inductiva de la investigación cualitativa, el diseño de esta investigación inicia a partir del precepto de flexibilidad característico de la misma investigación cualitativa, de acuerdo a lo afirmado por Taylor, S. y Bodgan, R.:

“los investigadores desarrollan conceptos, intelecciones y comprensiones partiendo de pautas de los datos y no recogiendo datos para evaluar modelos, hipótesis y teorías preconcebidas. En los estudios cualitativos los investigadores siguen un diseño de la investigación flexible (...)” (1984, p. 20).

Llegado a este punto, es necesario mencionar que el enfoque investigativo cualitativo es correspondiente con el paradigma de investigación fenomenológico hermenéutico en la medida que favorece la interpretación y comprensión de situaciones sociales propias de los sujetos, sus contextos y necesidades.

3.1.3. Modelo de Investigación

A partir de lo descrito en párrafos anteriores, debe decirse que el presente trabajo investigativo, además de constituirse en el enfoque cualitativo de investigación, se estructura en el modelo de corte etnográfico, del que se toman algunos elementos para así, constituir una perspectiva teórica en cuanto al rol que asume el investigador en este proceso.

Pues bien, debe decirse que la etnografía es definida por Nolla, N. (1997) de la siguiente manera:

"La etnografía (...) se traduce etimológicamente como estudio de las etnias y significa el análisis del modo de vida de una raza o grupo de individuos, mediante la observación y descripción de lo que la gente hace, cómo se comportan y cómo interactúan entre sí, para describir sus creencias, valores, motivaciones, perspectivas y cómo éstos pueden variar en diferentes momentos y circunstancias; podríamos decir que describe las múltiples formas de vida de los seres humanos" (p. 1).

Dicho lo anterior, puede afirmarse que el interrogante ahora es, por la manera en que el investigador establece relación con el grupo poblacional antes y/o durante la implementación de (para el caso concreto) unas prácticas pedagógicas de Deporte Social, con la intencionalidad de comprender lo que acontece con los autoconceptos de las mujeres víctimas de violencia sexual del conflicto armado colombiano.

En tal dirección, es necesario aclarar que la etnografía implica adentrarse en el grupo poblacional y tal como lo sugiere Nolla (1997, p. 3): “(...) el etnógrafo tiene que insertarse en la vida del grupo y convivir con sus miembros por un tiempo prolongado”, para efectos de la presente investigación, se vela por la construcción de vínculos con las mujeres víctimas de violencia sexual, de tal manera que las interacciones que deriven del mismo, posibiliten acceder a una mayor cantidad de información y que a su vez faciliten la comprensión de lo que acontece con los autoconceptos de las mismas en relación a sus propias cotidianidades desde una perspectiva de Deporte Social.

De esta manera, el rol asumido por la investigadora del presente trabajo, fue el de convertirse en un sujeto activo que, a través de la proposición de escenarios de Deporte Social, logró involucrarse con la comunidad, de modo tal que a través de la generación de relaciones dialógicas entre la misma y los sujetos a investigar (esto es, las mujeres víctimas de violencia sexual del conflicto armado colombiano), propendió por observar, interpretar y comprender las experiencias de vida que las mujeres participantes decidieron compartir con ella.

Vale la pena aclarar que si bien no se generó una convivencia propiamente dicha en la cotidianidad de las mujeres víctimas y que, como consecuencia de la pandemia en la que se ve inmersa la totalidad de la población colombiana y mundial, no fue posible interactuar de manera convencional, es decir, presencial, con los sujetos a investigar, sí se veló por establecer relaciones de cercanía con las mismas, a través del uso de tecnologías como son el celular y el computador, mediante llamadas telefónicas, chats de WhatsApp y video conferencias de WhatsApp y Zoom, de modo tal, que ello facilitó una mejor consolidación de los escenarios de Deporte Social pero bajo las lógicas temporales y de relación con el otro, que las mismas mujeres fueron generando durante el desarrollo de la presente investigación.

Lo anterior implica la necesidad de describir a mayor profundidad la manera en que se puede desarrollar una investigación de corte etnográfico apoyado en herramientas tecnológicas con lo que se titulará en adelante Etnografía Digital Onlife y de la que se hará mayor precisión en la siguiente subcategoría:

3.1.3.1.Etnografía Digital Onlife

En este sentido, puede decirse que, si bien la etnografía clásica implica la inmersión del investigador en las vidas de los sujetos investigados, se puede afirmar que “lo digital ha sido descrito de forma recurrente como un desafío metodológico para la etnografía” (Bárcenas, K. y Presa, N. 2019, p. 3).

De esta manera, a partir del rastreo de antecedentes teóricos se pone de evidencia que la etnografía, en relación con las mediaciones tecnológicas, ha sufrido una serie de transformaciones al iniciar con la etnografía virtual, posteriormente con la etnografía digital, para finalmente llegar a la etnografía Digital Onlife, propuesta por Floridi (2015), en la que se da cuenta de lo que acontece en línea y fuera de ella, en relación con los sujetos de investigación.

A continuación, se presenta una caracterización general de las transformaciones que ha tenido la etnografía en términos de la inmersión de la misma a través de las mediaciones digitales:

a. Etnografía Multilocal:

Surge como una de las primeras transformaciones de la Etnografía Clásica en la que el trabajo del Etnógrafo “se caracteriza por su posicionamiento en/del sistema mundo, con lo cual la mirada etnográfica se coloca en varios espacios y por varios periodos de tiempo, a través de las herramientas Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC)”. (Bárcenas, K. y Presa, N. 2019, p. 3).

b. Etnografía Virtual:

Se posiciona como una de las primeras propuestas por desarrollar etnografía a través del uso de la internet, “proceso que, metodológicamente, implica emplazar la mirada del etnógrafo en un espacio construido a través de conexiones y un tiempo no cronológico (Hine,

2015 en Bárcenas, K. y Presa, N. 2019, p. 3). en esta medida, estas primeras etnografías virtuales se desarrollaron a través del registro fotográfico que los etnógrafos realizaban.

c. Etnografía Digital:

Como consecuencia de las múltiples críticas que conllevó la asincronía que manifestaba la etnografía Virtual, surge como respuesta la etnografía digital, en la que la mirada de los etnógrafos se torna hacia espacios tales como los blogs, en los que se generaba un “intercambio cotidiano de escritos en blogs”, convirtiéndolos en “un instrumento que ancla la investigación en Internet y se convierte en un híbrido entre diario de campo, archivo público y espacio de discusión académica”. (Estalella, A., 2017, p. 53).

Dicho de otro modo, “se puede plantear que la etnografía digital constituye un método interdisciplinario que retoma enfoques y perspectivas de las prácticas sociales de al menos tres disciplinas: la comunicación, la antropología y las ciencias de la computación”. (Bárcenas, K. y Presa, N. 2019, p.p.3). Sin embargo, esta metodología también sufrió fuertes críticas en cuanto, para algunos antropólogos como Gómez Cruz y Ardévol (2013, p. 30), presuponen una dicotomía entre lo que sucede en los escenarios en línea y lo que acontece socialmente fuera de ella.

d. Etnografía Digital Onlife:

Consecuencia de lo descrito en el párrafo anterior surge la Etnografía Digital Onlife, entendida como un método de investigación que:

“teje una conexión con la perspectiva que de mejor manera da cuenta de la complejidad y la intersección de lo que sucede en línea y fuera de línea (...) Al situarse epistemológicamente en la perspectiva de la etnografía digital/*Onlife* es importante asumir que tanto la dimensión en línea (online) como la fuera de línea (offline) están integradas en el entramado de diversas prácticas sociales. Mantener esta perspectiva es fundamental aun cuando las técnicas de

investigación y el trabajo de campo se realicen únicamente en escenarios en línea.”. (Bárcenas, K. y Presa, N. 2019, p. 3).

Dicho lo anterior, para efectos del desarrollo de la presente investigación, se tomó la Etnografía Digital Onlife como principal referente en cuanto al método de investigación, en la medida que no solo se veló por observar, describir y comprender lo acontecido durante la implementación de las prácticas Pedagógicas de Deporte Social, sino que, también, a través de conversaciones establecidas mediante chats de Whatsapp y llamadas telefónicas, se buscó mantener un vínculo constante con los sujetos de investigación, de modo tal, que se generara un mayor acercamiento frente a la manera en que dichas prácticas influyeron o no en la cotidianidad de estas mujeres víctima de violencia sexual en el marco del conflicto armado colombiano.

En tal dirección, Hine (2015, citado en Bárcenas, K. y Presa, N. 2019) para describir de manera detallada la forma en que la Etnografía Digital Onlife se sitúa como un método de investigación:

“Hine parte de que Internet es una experiencia encarnada, que se genera día a día y que se enclava en marcos de acción y significado que se producen a través de prácticas sociales en Internet. Este tipo de etnografías se realizan en entornos de campo difusos e impredecibles entre las formas de interacción mediadas por computadora y cara a cara”. (Hine, 2015, p. 56).

Llegado a este punto, se puede afirmar que la Etnografía Digital Onlife se constituye como un método de investigación que, pese a que implica otras formas de relación entre investigador y sujetos investigados, guarda ciertas similitudes con la Etnografía clásica, en la medida que ambas propenden, por transgredir la mera observación descriptiva, de modo tal que buscan comprender las experiencias subjetivas, sentidos y significados que los sujetos sociales constituyen frente a un fenómeno social y a partir de la implementación de determinadas prácticas (de Deporte Social para el caso concreto).

Así mismo, debe decirse que, si bien se inicia con una observación participante por parte del investigador, en la que el mismo se presenta ante los sujetos de investigación, esta no se limita a “aspectos textuales, visuales o auditivos, sino que también incorpora los elementos quines-tésicos que genera la comunicación mediada por la computadora” (Cora et al, 2009, p. 61). Dicho de otro modo, en el presente trabajo investigativo se velará por comprender tanto el lenguaje verbal como el no verbal (Kinestésico¹⁶) de las mujeres víctimas de delitos sexuales, durante cada encuentro que ellas tuvieron con la investigadora.

Ahora bien, uno de los principales desafíos que representa la Etnografía Digital Onlife refiere a la manera en que la investigación desarrolla la “entrada” o la “ida” al campo, en la medida que, para efectos de esta rama de la etnografía, es el mismo investigador el que debe construir el espacio de interacción entre investigador y sujetos de investigación, en este sentido, escenarios como los de las videollamadas y chats a través de aplicaciones como Whatsapp y Zoom, se constituyeron como el campo de la presente investigación.

Por otra parte, debe agregarse que “además de la construcción del campo, la producción, registro y sistematización de datos etnográficos en línea también implica retos para el etnógrafo”. (Bárcenas, K. y Presa, N. 2019, p. 3). en esta medida, no solo bastó con la realización de Diarios de campo, como los que pueden ser utilizados en la etnografía clásica, sino que, además de ello se debe elaborar un registro sistemático de las capturas de pantalla y videollamadas que se realicen durante la implementación de las Prácticas Pedagógicas de Deporte Social.

3.1.3.2.Observación participante

La Observación Participante puede definirse, como un proceso de investigación que “involucra la interacción social entre el investigador y los informantes.” (Taylor y Bogdan, 1984), por su parte, Iñiguez (2008, citado en Gaviria, V. 2019), propone que: “La observación participante es una técnica de investigación cualitativa con la cual el investigador recoge

¹⁶ Entiéndase procesar la información asociándola a las sensaciones y movimientos, al cuerpo.

datos de naturaleza especialmente descriptiva, participando en la vida cotidiana del grupo, de la organización, de la persona que desea estudiar” (p. 76).

En consecuencia, puede decirse que esta técnica resulta pertinente con relación al paradigma, modelo y método de investigación propuestos, habida cuenta que implica una inmersión, si bien no directa, sí en términos de la creación de un vínculo con los sujetos de investigación, que, para el caso concreto se facilitó a través de las herramientas tecnológicas como las aplicaciones de Whatsapp y Zoom.

Llegado a este punto, es necesario agregar que se optó por este instrumento, en la medida que permite generar una sistematización de todos los acontecimientos que se generen con los sujetos de investigación tanto en sus cotidianidades antes, durante y después de la implementación de las Prácticas Pedagógicas de Deporte Social, así como en el marco de desarrollo de las mismas.

Además de lo anterior, esta, es una técnica que guarda coherencia con la etnografía Digital Onlife, pues permite sistematizar la información obtenida en las observaciones que se realicen en línea como de aquellas situaciones que se generen en el contexto de los sujetos de investigación, fuera de línea.

3.1.4. Instrumentos de Investigación

A continuación, se presenta el proceso denominado “ciclo de los instrumentos”, según el cual se buscó la validación de cada uno de los instrumentos utilizados para efectos del desarrollo de la presente investigación, en términos de su correspondencia y coherencia tanto con el paradigma, modelo y método de investigación hasta aquí propuestos, como con el marco metodológico y las necesidades mismas de los sujetos de investigación:

3.1.4.1. Ciclo de los Instrumentos:

Antes de realizar la descripción de la manera en que se desarrolló el ciclo de los instrumentos debe definirse el mismo, pues bien, hace referencia al proceso o paso a paso que se llevó a cabo con miras a seleccionar y validar los instrumentos que resulten más acertados al momento de recoger la información obtenida en los contextos de los sujetos

sociales y en relación al problema propuesto de investigación, en palabras de Ibarra, J. (2020), este ciclo consta de los siguientes pasos:

1. Selección: consiste en, previa búsqueda de antecedentes, elegir aquellos que mejor se correspondan con el marco metodológico y el contexto de los sujetos de investigación.
2. Diseño: refiere a la elaboración de los instrumentos seleccionados previamente con el investigador, que guarda especial relación con las categorías propuestas en el marco teórico y que serán utilizados durante el desarrollo de la investigación.
3. Validación o Verificación: implica la revisión de un experto, en términos de la coherencia que el instrumento tenga con los marcos teóricos y metodológicos propuestos por el investigador, y que además faciliten la comprensión de dos aspectos:
 - a. Contexto tanto de los sujetos de investigación, como del contexto en que se realiza la misma y
 - b. Ritmos del encuentro: entendidos como los tiempos en que se desarrollan los encuentros entre investigador y sujetos de investigación y los momentos de la investigación en que se pueden aplicar dichos instrumentos.
4. Ajustes: como su nombre lo indica, hacen referencia a las respectivas correcciones que deben realizarse a los instrumentos, a partir de las sugerencias que el experto realice en el paso anterior.
5. Implementación: es la utilización de los instrumentos en términos de la aplicación de los mismos a los sujetos sociales en los tiempos determinados por el investigador y, finalmente,
6. Sistematización: refiere a la organización de la información obtenida después de la implementación del instrumento.

Dicho lo anterior, los instrumentos más pertinentes para este trabajo investigativo fueron: observación participante, diario de campo, entrevistas semiestructuradas e historias de vida, en las cuales se hará importante énfasis más adelante.

3.1.5. Diario de Campo

Como bien se mencionó anteriormente, resulta necesario realizar una sistematización de la información recolectada a partir de la implementación de las Prácticas Pedagógicas de Deporte Social y el instrumento que mejor se corresponde tanto con la Etnografía Digital Onlife como con la Observación Participante es el diario de campo, pues en palabras de Iñiguez (2008, citado en Gaviria, V. 2019):

“Cuando la observación participante se realiza en el marco de un diseño etnográfico o cuasi-etnográfico, el resultado de la observación se materializa en el libro, diario o cuaderno de campo que contiene tanto las descripciones como las vivencias e interpretaciones del/a observador/a” (p. 67).

Lo anterior implica la posibilidad del investigador de registrar todos los aspectos relevantes para su investigación y posteriormente poder realizar un análisis que le lleve quizá a la comprensión de los sentidos y significancias que los sujetos de investigación le asignen a un fenómeno social, que para el caso concreto serían las practicas pedagógicas de deporte Social en relación a sus autoconceptos.

3.1.6. Historias de Vida

Por su parte, la historia de vida, es definida como:

“una estrategia de investigación, encaminada a generar versiones alternativas de la historia social, a partir de la reconstrucción de las experiencias personales (...) facilita el conocimiento acerca de la relación de la subjetividad con las instituciones sociales, sus imaginarios y representaciones simbólicas. La historia de vida permite traducir la cotidianidad en palabras, gestos, símbolos, anécdotas, relatos, y constituye una expresión de la permanente interacción entre la historia personal y la historia social”. (Puyana, Y., Barreto, J., S.f.).

En este sentido, es un instrumento que permite generar un mayor acercamiento con las mujeres víctima de violencia sexual en el marco del conflicto armado colombiano, en el

que son ellas mismas quienes se convierten en protagonistas de sus propios relatos de vida, a partir de la reconstrucción de sus propias narraciones, en las que se tienen en cuenta sus sentires, sentidos, pensamientos, deseos y demás, a partir de lo que implicó una victimización en el contexto de la guerra, pero que además permitirá estudiar los sucesos que se generaron antes, durante y después de la implementación de las prácticas de Deporte Social en términos del autoconcepto, el cuidado de sí y, en consecuencia, en sus propias cotidianidades.

Así mismo, Puyana, Y. y Barreto, J. (S.f.), afirman al citar a Valdés (1998):

“El proceso de reconstrucción de cada historia de vida contiene un significado especial para el entrevistado: reconocer y reapropiarse de la vida misma, compenetrarse con su realidad, con una vivencia, y al mismo tiempo tomar cierta distancia con ella, objetivarla con un alto componente de alegría y de dolor. "Relatar la vida, no es vaciar una sucesión de acontecimientos vividos, sino hacer un esfuerzo para dar sentido al pasado, al presente y a lo que éste contiene como proyecto" (p. 297).

Lo que implica que con la construcción de las historias de vida de estas mujeres se pueda generar un análisis sobre el significado de los acontecimientos más relevantes de sus vidas en relación a la victimización que sufrieron, sus autoconceptos y la manera en que las prácticas de deporte social influyeron o no en dichas situaciones y frente los contextos sociales que se encuentran inmersas.

Ahora bien, resulta necesario mencionar que este instrumento no se aplicará de manera única, sino que por el contrario se acompañará con la implementación y uso de entrevistas semiestructuradas a los sujetos de investigación, en la medida que “El estudio del contexto social, económico y cultural donde se desenvuelven las personas investigadas, así como el empleo de técnicas como la observación participante y no participante, el registro en el diario de campo, las encuestas acerca de aspectos relevantes más generales o la consulta de archivos, ofrecen posibilidades de contrastar y enriquecer la información”. (Puyana, Y., Barreto, J., S.f.).

Se trata entonces, de generar un proceso de recolección de la información lo mas integral, completo y objetivo que sea posible, en tanto que el hecho de contrastar la

información obtenida con las historias de vida y la que develan las entrevistas semiestructuradas, permitirá una mejor comprensión del fenómeno social que se investiga.

3.1.7. Entrevista Semiestructurada

Así mismo, se optó por la entrevista semiestructurada, en primer lugar, porque esta es definida como “una conversación que se propone un fin determinado distinto al simple hecho de conversar. Es un instrumento técnico que adopta la forma de un diálogo coloquial. Se define la entrevista semiestructurada como “la comunicación interpersonal establecida entre el investigador y el sujeto de estudio, a fin de obtener respuestas verbales a las interrogantes planteadas sobre el problema propuesto”. (Díaz, L., et al., 2013, s.p.).

Al respecto agrega Guber (2001, citado en Chingaté, L. 2019):

“En este tipo de entrevista se deben tener en cuenta dos aspectos fundamentales según (Guber, 2001, p. 96-99) “el primero, tiene que ver con el contexto; haciendo referencia al contexto de los sujetos (político, cultural, social) y al lugar donde se desarrolla la entrevista. Segundo, con respecto a, los ritmos del encuentro” aspectos que determinarán la calidad de información que se pueda obtener a partir de las vivencias de los participantes y las interpretaciones del investigador” (p. 69).

Lo anterior resulta relevante en la medida que precisamente se trata de transgredir la mera observación participante con las mujeres víctimas de violencia sexual en el marco del conflicto armado, en términos de lo que acontece con sus autoconceptos, antes, durante y después de la implementación de las prácticas pedagógicas de Deporte Social, a partir tanto de las dinámicas propias de su cotidianidad como de las implicaciones que tuvo el hecho de desarrollar este tipo de prácticas a través de herramientas tecnológicas como el celular o el portátil y mediante el uso de aplicaciones como WhatsApp y Zoom.

3.1.7. Población

Si bien en el desarrollo del marco teórico se realizó una caracterización general de lo que para efectos de la presente investigación se entiende como mujer, y de igual manera, se

presentaron las implicaciones que tienen el hecho de ser mujer y estar inmersa en contextos del conflicto armado colombiano, en la presente categoría se propone una caracterización específica del grupo poblacional sujeto de investigación.

Es necesario aclarar que, si bien el grupo se caracterizará en su totalidad, se hará especial énfasis en dos mujeres pertenecientes al mismo, en la medida que este grupo ha sido fluctuante y solamente ellas dos, han estado en todas las sesiones de implementación de las prácticas de Deporte Social.

3.1.7.1.Ubicación geográfica

En primer lugar, debe mencionarse que es un grupo compuesto por diez mujeres de entre 40 y 50 años, todas víctimas de violencia sexual en el marco del conflicto armado colombiano y están ubicadas geográficamente en diferentes regiones de Colombia de la siguiente manera:

1. Huila:

A esta zona del país pertenecen ocho mujeres. Debe agregarse que todas están ubicadas en una vereda del departamento del Huila, es decir que ellas viven en caseríos y fincas y que el acceso a internet no siempre resulta sencillo para ellas.

De este grupo de mujeres, quien ha tenido mayor participación ha sido la “Mujer C”, quien ha estado en la mayor cantidad de sesiones comparación al resto de mujeres, que solamente ha estado en una sesión, cada una.

“Mujer C” es una mujer de 40 años, de cabellera larga, es una mujer de pocas palabras, pero en los pocos encuentros en que he podido compartir con ella denota disposición para desarrollar las prácticas en general.

2. Popayán

En este municipio de Colombia, se encuentra Fulvia Chunganá Medina, una mujer de aproximadamente 50 años, cabellera larga y muy expresiva, Fulvia es una mujer muy

comunicativa y siempre ha mostrado gran disposición para hacer parte de las sesiones de deporte social. Fulvia es madre de dos hijas y un hijo y abuela de dos nietos.

Así mismo, Fulvia es una mujer fruto de la violencia sexual que fue perpetrada en el cuerpo de su señora madre, una mujer sordomuda y quien también fue víctima en el marco del conflicto armado colombiano. Es necesario agregar que Fulvia es una mujer que fue víctima de violencia sexual en el conflicto armado y fuera de él, sin embargo, denota una actitud de fortaleza frente a las adversidades y sobre todo de generosidad frente a sus compañeras y otras mujeres que también han sufrido de violencia sexual, pues constantemente invita a más mujeres a unirse al grupo y hacer parte del proyecto.

3. Bogotá- Bosa la Libertad

En este sector de Colombia está ubicada la señora Siris, una mujer de 45 años, afrocolombiana, oriunda de Bagadó, Chocó. Siris es una mujer muy amable, que vive en compañía de sus hijas y su hermana, todas, nativas del Chocó.

Así mismo, debe decirse que Siris es una mujer que inicialmente se mostró un poco tímida, pero que con el transcurrir de las intervenciones se fue denotando mayor confianza con la investigadora y entablando relaciones dialógicas con la misma y siendo más comunicativa durante el desarrollo de las prácticas de deporte social.

3.1.8. Formatos

A continuación, se presentan los formatos utilizados para efectos de sistematizar la información obtenida a través de la observación participante:

3.2. Diarios de campo

Este formato se diseñó con miras a registrar cada detalle percibido y considerado como fundamentalmente relevante para el desarrollo de la investigación

DIARIO DE CAMPO				
Actividad			Fecha	
Hora				
Investigador/Observador				
Objetivo/pregunta				
Situación				
Lugar-espacio	Del practicante		De la población:	
Herramientas utilizadas para desarrollar la actividad				
Personajes que intervienen				
Descripción de actividades, relaciones y situaciones sociales cotidianas				
Observaciones				

Ilustración 8. Elaboración propia. Formato Diario de Campo

Para efectos de este trabajo investigativo se realizaron Veintiocho Diarios de Campo, algunos como resultado de los encuentros con las Mujeres Víctima de Violencia sexual en el marco del conflicto armado colombiano para efectos de la implementación de las prácticas de Deporte Social y otros como consecuencia de los encuentros y conversaciones que tuve con ellas a través de conversaciones por la aplicación WhatsApp, a los cuales se podrá tener acceso en los anexos del presente trabajo investigativo.

3.1.8.1. Entrevistas Semiestructuradas

Si bien, se trata de entrevistas semiestructuradas, que como bien fueron descritas en párrafos anteriores, no tienen un formato específico y rígido, ya que se trata precisamente de un instrumento de recolección de la información que se corresponde con la metodología cualitativa y puede variar durante la implementación de la misma, si fueron debidamente validadas por dos expertos, posterior a las correcciones sugeridas por los mismos, antes de su implementación. A continuación, se muestran fragmentos del diseño inicial de las entrevistas semiestructuradas validadas por los expertos:

No.	Categoría	Pregunta	Coherencia	Pertinencia	Aprobada	No aprobada	Observaciones
	Romper el Hielo	Mi nombre es Sandra Julieta Sierra Maveda, y el objetivo de este encuentro es poder conocer más sobre tu historia de vida y la percepción que tienes sobre algunos temas, en este sentido, espero que te sientas en libertad y confianza de expresar todo lo que quieras. ¿Cómo estás? ¿A qué te dedicas? ¿Qué te gusta hacer cuando tienes tiempo libre? ¿Tienes algún pasatiempo? ¿Qué edad tienes? ¿Tienes pareja? ¿A qué te dedicas? ¿Qué te gusta hacer? ¿Qué es lo que menos te gusta hacer? ¿Qué más puedes contarme de ti?, es decir ¿Hay alguna cualidad que te describa?  ¿Cuáles han sido momentos de tu vida que recuerdas con más cariño y alegría? Y en ese sentido, ¿Hay alguno de esos momentos que recuerdes con más cariño que el resto? ¿Qué sucesos difíciles has vivido? ¿Qué extrañas, qué deseas? ¿Qué opinas de lo que está pasando con las masacres en nuestro país?					
	Conflicto Armado y Violencia Sexual	¿Qué es un conflicto armado para ti? ¿Cuál es tu pensamiento y opinión sobre el Conflicto armado? ¿Que signifique ser Mujer en el Conflicto Armado? 					

Ilustración 9. Elaboración propia. Fragmento Entrevista Semiestructurada

		¿A que tipo de violencias se ve enfrentada una mujer en el conflicto armado?					
		¿Consideras que la mujer ha sido botín de Guerra?					
		¿Consideras que la violencia sexual puede influir en la manera en que pensamos sobre nosotros mismos?					
							
	Autoconcepto	Para ti ¿Que es el autoconcepto?					
		¿Que piensas de ti?					
		¿Se puede cambiar lo que se piensa de si mismo? ¿Por qué?					
		¿Que cualidades tienes que resaltes?					
		¿Que habilidades tienes que resaltes?					
		¿Eres feliz con tu cuerpo?					
		¿Que te gustaria cambiar de ti misma?					
	Genero y Mujer	¿Para ti que significa ser mujer?					
		¿De que manera la violencia, de tu contexto, afectó la manera en que te construiste como mujer?					
							
		¿Que conoces de la fuerza de las mujeres para organizarse y luchar por sus derechos?					
		¿De que manera piensas que el deporte cambia la manera en que la mujer se percibe a si misma?					
							
		¿Te consideras una mujer fuerte? ¿por que?					
	Deporte Social	¿Que piensas del Deporte?					
		¿Te gusta hacer Deporte? ¿por que?					
		¿Eres hincha de algun equipo?					
		¿Te agrada algun deporte?					
		¿El Deporte ha tenido efecto en tus habilidades? ¿Por que?					

Ilustración 10. Elaboración propia. Fragmento Entrevista Semiestructurada

Es importante aclarar que, las entrevistas semiestructuradas fueron realizadas a dos mujeres del grupo poblacional de Mujeres Víctima de Violencia sexual en el marco del conflicto armado colombiano que se hicieron partícipes en la implementación de las prácticas de Deporte Social, en la medida que estas dos mujeres fueron quienes presentaron mayor constancia durante todas las sesiones desarrolladas. Así mismo, resaltar que las entrevistas probadas por parte de los expertos se encuentran en la parte de anexos de la presente investigación.

4. Capítulo IV

4.1. Resultados e Interpretación de la Información Obtenida

El desarrollo de este capítulo presenta la manera en que se realizó la sistematización de la información, obtenida posterior a la implementación de los instrumentos de investigación seleccionados y previamente validados por expertos. Así mismo, se describe la forma en que se procedió a realizar el análisis y/o triangulación de la información.

Frente a la sistematización de la información, debe mencionarse que la misma, estuvo dividida en dos fases: una primera que consistió en transcribir las entrevistas semiestructuradas e historias de vida que se realizaron de manera verbal y mediadas por herramientas digitales y en resaltar y/o “codificar”¹⁷ la información obtenida en cada documento (diarios de campo, entrevistas semiestructuradas e Historias de Vida) y la segunda fase, que implicó realizar una matriz por categoría en las que se agrupó cada fragmento resaltado por categorías en la fase anterior.

Así mismo, es importante precisar que, el análisis de la información se dividió en dos niveles específicos: el primero de ellos consistió en contrastar la información obtenida entre todos los instrumentos de investigación, a partir de las cuatro categorías de análisis de esta investigación, y, el segundo de ellos, comprendió analizar esta información obtenida en la primera fase de análisis, según lo propuesto en el marco teórico y metodológico.

Debe decirse que, en términos de sistematizar y analizar la información, se tomó como referente principal a Mejía, J. (2011), en su texto “Problemas Centrales del Análisis de datos Cualitativos”, el cual se corresponde de manera consecuente tanto con el marco teórico, como con el marco metodológico del presente trabajo investigativo.

¹⁷ En palabras de Mejía, J. (2011) implica asignarle un código a cada categoría de tal manera que sea claramente diferenciable en los textos de la información recolectada

4.1.1. Sistematización de la Información

Para efectos de sistematizar la información obtenida tras la implementación de los instrumentos de recolección, debe mencionarse que, en primer lugar y durante todos los encuentros entre la investigadora y las mujeres Víctimas de violencia sexual en el marco del conflicto armado colombiano, se utilizaron los diarios de campo anteriormente descritos. Así mismo, es necesario aclarar que, las Entrevistas Semiestructuradas e Historias de Vida estuvieron mediadas por la utilización de herramientas tecnológicas, específicamente, a través de la aplicación Zoom, pero que, para efectos de obtener mayor rigurosidad en el análisis de la información obtenida, las mismas fueron debidamente transcritas por parte de la investigadora.

En segundo lugar, se procedió a asignar un color a cada categoría, de tal manera que, al remitirse a cada documento, entiéndase Diarios de Campo, Entrevistas Semiestructuradas e Historias de vida, se pueda diferenciar en qué momento de las narraciones de estas mujeres se resalta cada categoría y sub- categoría de análisis. En tal sentido, a la categoría “Autoconcepto” le correspondió el color amarillo, a la categoría “Conflicto Armado y Violencia Sexual” se le asignó el color verde, la categoría “Género y Mujer” se diferenció con el color púrpura y, finalmente, la categoría “Deporte Social” se distinguió con el color azul.

A continuación, se presentará la imagen de un fragmento de la Historia de Vida de una de las Mujeres en el que se resaltó cada categoría y sub- categoría con su respectivo color, de tal manera que permita una mayor comprensión de lo expuesto con anterioridad frente a la manera en que se dio inicio a la sistematización de la información obtenida, luego de la implementación de los instrumentos de recolección de la información citados en párrafos anteriores:

Hice otro diplomado con otra escuela, más mujeres nos sumábamos quizá ahí supe que debía hablar, pero aún tenía miedo, aprendí a trabajar para la paz a través del arte y el juego. Seguí fortaleciéndome con otras organizaciones en acompañamiento psicosocial, liderazgo político, proceso de paz, y prevención de la violencia sexual, y conocimiento de las leyes.

Hoy celebro por ser mujer, no ha sido fácil, sin embargo la vida misma me ha dado la oportunidad de reconocirme y todo lo que me pasó se convirtió en una fortaleza y ayudar a muchas mujeres que vivieron violencias y sobre todo la violencia sexual ya que afecta lo personal, familiar y social, poco a poco fui conociendo más mujeres con quienes hemos hablado de lo que nos pasó, empezamos procesos de acompañamiento psicosocial juntas y así logramos construir una memoria histórica a través del arte, el canto y el tambor sanados.

Soy un referente como lo ha sido para mí “INSPIRACION”, una mujer que un día del año 2014 me buscó, le conté lo que me había pasado y fue quien me mostró un nuevo caminar,

Ilustración 11. Elaboración propia. Fragmento Historia de vida de una Mujer Víctima de Violencia Sexual codificada por categorías

En relación a la idea anterior, se puede afirmar que este primer trabajo de categorización por colores puede ser definido como “el proceso mediante el cual el contenido de la información cualitativa, transcrita en el texto de campo, se descompone o divide en unidades temáticas que expresan una idea relevante del objeto de estudio” (Mejía, J., 2011, p. 5), lo que en sí mismo, conlleva a la investigadora a adentrarse de mayor manera en la información obtenida en los diarios de campo, las historias de vida y las entrevistas semiestructuradas. Lo anterior implica realizar una lectura analítica de las respuestas y actitudes de las Mujeres Víctima de violencia sexual en el marco del conflicto armado en relación al objetivo general de la presente investigación, y partiendo de lo que acontece con su autoconcepto antes, durante y después de la implementación de las prácticas de Deporte Social.

En palabras de Mejía, J. (2011):

“La categorización y codificación son momentos de un mismo proceso para establecer unidades de información significativas de un texto. Las unidades temáticas se asocian a los contenidos categoriales y éstos, a su vez, se representan en determinados códigos. El sistema

de categorías de unidades de datos cualitativos, dado su carácter flexible y emergente, no se trata de unidades precisas como los datos cuantitativos” (p. 6).

En relación a lo planteado, merece la pena resaltar que se realizó un primer nivel de clasificación de la información, en la que se asignó un color o código a cada categoría y ello a su vez facilitó iniciar el segundo nivel de clasificación de la información, en el que se agrupó cada fragmento de la información obtenida de acuerdo a la categoría con que se correspondiera, más allá de si se encontró en un diario de campo, en una entrevista o en una historia de vida, pues se trata entonces de la comprensión y análisis de dichas narraciones como un todo y no como fragmentos de información obtenida a través de la implementación de instrumentos individuales.

Para efectos de lo anterior, se realizó una matriz por cada categoría de análisis propuesta para el desarrollo del presente trabajo investigativo, y una matriz general que contiene la unión de las cuatro categorías resaltadas, es decir, que la misma se constituyó a partir de la unión de las cuatro matrices individuales anteriormente descritas. Al respecto propone Mejía, J. (2011):

“En ese sentido, la categorización implica un proceso de identificación de unidades temáticas y la clasificación de dichas unidades de datos en relación al todo, describiendo clases significativas de un mismo género, de forma tal que se va descubriendo características, propiedades o aspectos del fenómeno que se investiga. Lo representativo de la categorización es que se refiere a una unidad de registro que expresa una idea, en un proceso constante de integración y reintegración del todo y las partes a medida que se revisa el discurso y va emergiendo el significado de cada componente del texto” (p. 6).

En relación a lo expuesto, es necesario mencionar que cada una de las matrices construidas contiene cuatro columnas en las que la investigadora anotó: la fecha en que se implementó el instrumento de investigación, el tipo de instrumento en que se encontró el fragmento resaltado, el fragmento del texto propiamente dicho y la subcategoría o subcategorías a que pertenece el mismo. A continuación, se muestra una imagen de un fragmento de la matriz que corresponde a la categoría Autoconcepto:

RECOLECCION DE LA INFORMACIÓN SISTEMATIZACION INSTRUMENTOS

CATEGORÍA AUTOCONCEPTO

Fecha	Fuente	Descripción/Contenido	Subcategoría
24 de Mayo del 2020	Diario de campo	Las dos mujeres manifestaron que, si bien las instituciones han generado algunas estrategias de reparación, la mayoría de ellas (por lo menos en lo que respecta a ellas dos) se ha reducido a un incentivo económico pero que en todo caso se han olvidado de tratar un tema tan importante como es el cuerpo y la idea que ellas tienen de sus cuerpos. Además de lo anterior, Mujer A, manifestó que en una ocasión tuvo la oportunidad de prepararse para participar en la carrera de la mujer en el año 2016 y que para ella recibir esa medalla de participación fue uno de los logros más motivantes no solo a nivel físico sino también porque según ella tras terminar esta carrera se sintió la mujer “más poderosa del mundo” y también se sintió capaz de lograr cualquier cosa que se propusiera, independientemente de si es gordita o no.	Autoconcepto Físico
30 de Mayo del	Diario de Campo	Pese a lo anterior continuamos dialogando con Mujer D y Mujer A y les comenté que este será y es un espacio de todas y para todas porque lo que una	Autoconcepto Físico

Ilustración 12. Elaboración propia. Fragmento Matriz Autoconcepto

De conformidad con lo anterior, puede decirse entonces, que si bien se realizaron matrices por cada categoría para efectos de una mejor sistematización de la información, en cada una de ellas se puso de evidencia que algunos fragmentos de los relatos de las mujeres víctimas de violencia sexual en el marco del conflicto armado colombiano, se corresponden no solo con una categoría de análisis, sino que por el contrario están presentes como mínimo en tres de ellas, por lo que nuevamente es preciso hablar de un todo durante la sistematización de la información obtenida con los instrumentos de investigación y no de fragmentos de respuestas obtenidas en una entrevista, una historia de vida o un diario de campo. A continuación, se muestra una imagen de un fragmento de la matriz que corresponde a la categoría Autoconcepto y en la que también se resaltan otras categorías como “Conflicto Armado y Violencia Sexual” y “Género y Mujer”:

	Historia de Vida S.	Es que a pesar de todo, a pesar de todo el daño que nos han hecho podemos transformarnos en otra persona y eso nos ayuda amosrarle otra cara al país y a todas esas personas que nos han hecho daño y nos han agredido que, nos levantamos y a pesar de que nos destruyeron, fuimos tras de volvernos a juntar y poder mostrar otra realidad de la vida y que podemos luchar por nuestro derechos y que vamos	Autoconcepto Social
		a luchar y a alzar las voces por todas las personas que aun no lo han podido alzar y que vamos a seguir en la lucha para que la gente entienda, que eso es un maltrato, que las mujeres no somos botín de guerra, que las mujeres somos seres humanos que merecemos respeto y esta es nuestra dignidad que queremos mostrar ante el mundo.	
	Entrevista S.	a veces yo me arreglo y supuestamente me veo muy bonita... jajaja... aunque yo digo que yo soy una top model, que siempre estoy elegante jajaja, mira que todo este proceso me ayudo a recuperar mi autoestima, cosa que yo había perdido, porque yo siempre me sentía horrible, fea y hoy en día yo me arreglo y salgo con la frente en alto y super bonita, super bella, super elegante... me siento yo así, así los demás no me vean	Autoconcepto Físico
	Entrevista S.	yo creo que es que uno mismo se dé como una opinión hacia uno mismo, o sea, se autoevalúe, diría yo, que uno mismo se autoevalúe, como la autoestima, o se haga autocrítica.	Autoconcepto
	Entrevista S.	esa sonrisa mía es de cierto tiempo para acá que, yo no sé de dónde la saqué y se ve y transmite, porque yo era una mujer como muy alejada, de pocos amigos y de cierta forma amargada porque me decían algo y me molestaba, entonces ya de cierto tiempo, que inicié el proceso con la Fundación Círculo de Estudio (que no es del gobierno), que fue la que empezó mi proceso psicosocial, desde ahí	Autoconcepto emocional y físico

Ilustración 13. Elaboración propia. Fragmento matriz Autoconcepto y otras categorías

En tal dirección, puede decirse entonces, que no se trata de la mera transcripción de lo acontecido con los autoconceptos de las Mujeres víctimas de violencia sexual en el marco del conflicto armado colombiano antes, durante y después de la implementación de las prácticas de Deporte Social, sino de poner en dialogo dichas narraciones con lo propuesto en el marco teórico, pero que para ello se realizaron las dos fases de clasificación de la información hasta aquí propuestas.

4.1.2. Análisis y o Triangulación de la Información

Una vez sistematizada y codificada toda la información obtenida tras la implementación de los instrumentos de investigación (Diarios de Campo, Entrevistas Semiestructuradas e Historias de Vida), se dio inicio al análisis de la misma a través de dos fases: una primera fase, que se constituyó a partir del análisis de las narraciones de las Mujeres Víctimas de Violencia Sexual en el marco del conflicto armado colombiano obtenido en los diferentes instrumentos de investigación y, una segunda fase que implicó la triangulación de esta información en relación a los presupuestos teóricos construidos en el marco teórico del presente trabajo investigativo.

Así las cosas, debe decirse que, para desarrollar este momento del trabajo investigativo, se tomó como referente a Mejía, J. (2011) al citar:

“Criterio inductivo. A la elaboración inductiva de un esquema de categorías Strauss le denomina *codificación abierta* (Strauss, 1987: 58-61), consiste en el descubrimiento progresivo de las categorías a partir del examen sucesivo de los datos de todas las formas posibles. No parte de una estructura teórica restrictiva sobre los datos, se examina línea a línea o párrafo a párrafo del texto para generar contenidos de información del discurso, de lo superficial y general a lo más profundo y específico” (p.7).

En este sentido, se puede afirmar que, para este momento de la investigación,

A. Primera fase de Análisis de Codificación selectiva

Esta fase de análisis consiste en tomar fragmentos de las narraciones de las Mujeres Víctimas de Violencia Sexual en el marco del conflicto armado colombiano a partir de las matrices construidas por categorías y ponerlas en relación con la interpretación de la investigadora. De la misma manera, en esta fase de la interpretación de la información, se ponen en dialogo los resultados obtenidos a través de la implementación de los diferentes instrumentos de recolección de la información, para así obtener un contraste tanto entre los relatos de las diferentes mujeres, como de los resultados obtenidos posterior a la codificación de la información.

Es necesario agregar que no solo basta con construir de manera lógica nuevos párrafos a partir de los fragmentos narrativos descritos con anterioridad, sino que los mismos, se deben estructurar en relación al ejercicio interpretativo de la investigadora, de tal manera que se ponga de manifiesto la fenomenología de tipo hermenéutico por la que se optó para efectos de la implementación metodológica del presente trabajo investigativo.

B. Segunda fase de Análisis de Codificación selectiva

Dando continuidad a lo descrito en la fase anterior de interpretación de la información, este segundo nivel de análisis comprende la estructuración dialógica entre los resultados obtenidos en el primer nivel de análisis con los presupuestos teóricos planteados en el presente trabajo de investigación. Es necesario agregar, que, de igual manera, este ejercicio interpretativo se realizó a partir de cada una de las categorías y sub- categorías propuestas para el desarrollo de esta investigación y a partir del cuestionamiento por ¿Qué dirían los autores frente a lo expuesto por las mujeres víctimas de violencia sexual en el marco del conflicto armado colombiano y la investigadora frente al autoconcepto y el deporte social? Así mismo, este nivel de análisis de la información busca la construcción de nuevas reflexiones que conduzcan a la investigadora a generar conclusiones frente a lo acontecido con el autoconcepto de las Mujeres Víctima de violencia sexual antes, durante y después de la implementación de prácticas de Deporte Social.

4.1.3. De los resultados y discusión

A continuación, se exponen los resultados obtenidos como consecuencia de la sistematización y análisis de la información obtenida de manera posterior a la triangulación de la misma, lo cual permitió construir una mirada particular de la realidad en que están inmersas las Mujeres Víctima de violencia sexual en el marco del conflicto armado colombiano y lo acontecido con su autoconcepto antes, durante y después de la implementación de las prácticas de deporte social y posterior a la interpretación de las categorías propuestas, a saber:

4.1.1.1.Categoría Autoconcepto

Comprender lo acontecido con el autoconcepto de las Mujeres Víctima de violencia sexual en el marco del conflicto armado colombiano antes, durante y después de la implementación de las practicas del deporte social, implica no solamente remitirse a los presupuestos teóricos, sino que también deben tenerse en cuenta sus propias narraciones y el contexto en que cada una de ellas se ha visto inmersa, de ahí que se haya optado por la implementación de un paradigma fenomenológico de tipo hermenéutico para estructurar la base metodológica para la implementación del presente trabajo investigativo.

En tal sentido, puede decirse que, contrastar las narraciones de las mujeres entrevistadas con las propuestas teóricas de algunos autores frente al abordaje del autoconcepto, implicó analizar lo acontecido con los subdominios o subcategorías del autoconcepto tomadas en cuenta para el desarrollo del presente trabajo investigativo, de esta manera se describe a continuación lo acontecido con cada uno de ellos:

4.1.1.1.1. Autoconcepto físico:

Si bien, de manera inicial se optó por considerar principalmente lo acontecido con la dimensión de la apariencia física a través de la mirada de las Mujeres Víctimas de delitos sexuales del conflicto armado colombiano y la manera en que la misma se vio permeada tras la violencia sexual de la que fueron víctimas estas mujeres, al escudriñar sus narraciones se pone de evidencia que las dimensiones que comprenden su salud física y emocional y sus habilidades físicas también tuvieron una serie de transformaciones que merece la pena ser destacadas.

En este sentido, puede decirse que el autoconcepto físico de las Mujeres Víctima de violencia sexual en el marco del conflicto armado colombiano, tuvo una serie de transformaciones tras los vejámenes que fueron perpetrados sobre sus cuerpos y con ocasión del conflicto en que se vieron inmersas durante más de diez años. Así mismo, es necesario mencionar que, dichas vicisitudes se constituyeron en múltiples dimensiones y/o aspectos enmarcados dentro de las cotidianidades de cada una de las mujeres que compartieron sus

experiencias con la investigadora, a través de narraciones ampliamente detalladas en las entrevistas semiestructuradas e historias de vida.

En tal dirección, los relatos de estas mujeres resaltan de manera constante un sin número de consecuencias que tuvieron en relación a la manera en que empezaron a concebir su cuerpo, a relacionarse con sus familias y amigos y frente al modo en que llevaron sus vidas durante varios años en términos laborales, académicos e incluso sentimentales de manera posterior a la violencia sexual en que se vieron inmersas.

Como consecuencia de lo anterior, es necesario resaltar que, si bien el autoconcepto físico es mencionado de manera reiterativa por parte de las Mujeres Víctima de violencia sexual en relación a la dimensión de la apariencia física, las dimensiones referentes a sus habilidades físicas y su estado de salud (subcategorías que no se pretendían abordar para el desarrollo de la categoría autoconcepto) surgieron con tal fuerza que no solo se enmarcaron en la manifestación de sus subjetividades, sino que, también se hicieron presentes de modo tal que tiñeron las cotidianidades de estas mujeres a partir de la implementación permanente de las prácticas de deporte en su diario vivir y como consecuencia de la percepción positiva que estas mujeres tienen en relación a la manera en que el Deporte se incursionó en sus vidas.

4.1.1.2. Autoconcepto emocional:

En relación con esta subcategoría del autoconcepto, puede decirse que, la misma presenta de igual manera algunos dominios que a partir de la construcción teórica realizada por la investigadora y desde los referentes de algunos autores se pretendieron abordar con la implementación de las prácticas de deporte social. En tal sentido, se pudo evidenciar que el autoconcepto emocional ocupa un rol importante en las narraciones de estas mujeres víctima de violencia sexual en el marco del conflicto armado colombiano, habida cuenta que, si bien estas mujeres mencionan que posterior a la agresión sexual en que se vieron inmersas, durante muchos años se sintieron ninguneadas, con la implementación de las prácticas de Deporte Social en sus vidas, lograron generar procesos de transformación en sus propias formas de

vivir y de relacionarse con sus familias y amigos, además de “potencializar todas sus capacidades para trabajar, estudiar y “salir adelante”.

4.1.1.3.Autoconcepto Social

A partir del abordaje teórico del autoconcepto social, puede decirse que el autoconcepto de las Mujeres Víctimas de delitos sexuales del conflicto armado colombiano está permeado precisamente tanto por las violencias que fueron perpetradas en sus cuerpos, como por la respuesta por parte del Estado en cuanto a los procesos de justicia, reparación y garantías de no repetición frente a lo acontecido en los contextos de violencia y conflicto armado en el que estas mujeres estuvieron o están inmersas.

Por su parte, si bien las narraciones de las mujeres Víctimas de violencia sexual, poco mencionan esta subcategoría, la misma sí se hace presente en algunos fragmentos de sus relatos, los cuales también coinciden en las palabras de ambas mujeres, pues refieren específicamente a la desprotección social que sintieron posterior a las agresiones sexuales en que se vieron inmersas, así como el olvido de muchas instituciones por generar “estrategias de reparación para sus cuerpos y la idea que ellas tienen del mismo”, pues reconocen la importancia de atender esta dimensión psicológica, que según ellas “es indispensable para sanar, mejorar sus actitudes, su autoconcepto , y también su salud”.

4.1.1.4.Autoconcepto y Deporte

Paralelamente, frente a la relación entre autoconcepto y Deporte, se logró evidenciar la correspondencia entre los presupuestos teóricos y lo acontecido con el autoconcepto de las Mujeres Víctima de violencia sexual en el marco del conflicto armado colombiano posterior a la implementación de las prácticas de Deporte Social. Lo anterior se propone con ocasión a las afirmaciones de varios autores tomados como referentes para la presente investigación, quienes manifiestan que la implementación de prácticas de Deporte facilitan una serie de transformaciones en el autoconcepto de quien las realiza: “La práctica física continuada ayuda a desarrollar habilidades y competencias físicas, así como realzar la propia estética personal” (Tomás, 1998), en este sentido, al remitirse a los relatos de estas mujeres, se logra

evidenciar cómo para ellas la implementación del Deporte Social les ha traído una serie de consecuencias positivas tanto a nivel individual, (en términos de la manera en que se perciben a sí mismas), como a nivel colectivo, frente a la manera en que han estructurado sus relaciones interpersonales.

De la misma manera, es necesario resaltar que la implementación de las prácticas de Deporte Social permitió a estas Mujeres Víctima de violencia sexual mejorar su autoconcepto físico y emocional principalmente, pues evidencian mayor alegría al hablar de sus cuerpos, de sus habilidades y de todos los cambios que el Deporte ha traído a sus vidas.

Por otra parte, si bien los autores que han estudiado el tipo de práctica que “mejor se corresponde” con el abordaje del autoconcepto proponen la implementación de deportes de conjunto; la presente investigación generó un debate entre la teoría tradicional anteriormente descrita y la generación de un nuevo presupuesto teórico en el que fue posible abordar y generar transformaciones en el autoconcepto de las Mujeres Víctima de violencia sexual en el marco del conflicto armado colombiano, a partir de la generación de escenarios de enseñanza- aprendizaje de técnicas básicas de atletismo desde el enfoque mismo del Deporte social. Es necesario agregar, que lo anterior no solo permitió otra posibilidad teórica, sino que también facilitó la creación de otro tipo de abordaje metodológico del autoconcepto.

De conformidad con lo anterior, debe decirse que las prácticas de Deporte Social de carácter individual de las que hicieron parte las mujeres Víctima de violencia sexual en el marco del conflicto armado colombiano, estuvieron permeadas por la condición poblacional y contextual de estas mismas mujeres y fueron estructuradas bajo unas intencionalidades que les fueron impuestas desde el principio de su ejecución, en tal sentido, se puede afirmar que la creación de estos escenarios no solo facilitó el aprendizaje de algunos elementos propios del Atletismo de fondo, sino que también pudo afectar las subjetividades de estas mujeres en términos de su autoconcepto.

Lo anterior, se propone en la medida que son las Mujeres Víctima de violencia sexual quienes han manifestado que incluir este tipo de deporte sus cotidianidades, ha contribuido en la generación de una serie de transformaciones frente a la manera en que se sienten consigo mismas y respecto a los modos de relacionarse con los otros, pues fueron ellas mismas

quienes decidieron vincular de manera progresiva tanto a sus familiares como a sus amigos y a amigas a la participación en los encuentros de Deporte Social que se desarrollaron en el lapso de cuatro meses, en este sentido, estas mujeres afirman sentir un gran fortalecimiento frente a la relación con sus seres queridos, pues este escenario también se posicionó como un espacio para compartir tiempo con ellos y así mismo, contribuir al cuidado de la salud y bienestar de los mismos.

4.1.2. Género Y Mujer

Analizar los discursos de género contruidos a través de los aportes que algunos teóricos han realizado en el marco de las dinámicas sociales, políticas y culturales que han permeado la construcción de feminidades en Colombia, implica una puesta en dialogo de los mismos con las narraciones de las Mujeres Víctima de violencia sexual en el marco del conflicto armado colombiano. En tal sentido, puede decirse que, tanto el concepto de mujer y feminidad como la manera en que los cuerpos de estas mujeres han sido tratados a través de los años, han estado cimentados a partir de discursos no solo dominantes sino también “situados histórica y geográficamente” (Sánchez, 2019, p. 6) a partir de dinámicas de colonialidad, subordinación y dominación masculina que han sido ejercidos de manera casi que naturalizada en los contextos sociales de estas mujeres.

Así mismo, al poner en dialogo los postulados teóricos con las experiencias de las Mujeres Víctima de violencia sexual en el marco del conflicto armado colombiano, se logra evidenciar que por lo menos entre los mismos existe una relación de correspondencia en los que se reflejan roles pre asignados para las mujeres y basados en la sumisión, la inferioridad y la victimización.

En esta dirección, resulta pertinente mencionar que si bien existen numerosos discursos frente a la categoría género, durante la implementación de esta investigación se optó por generar contextualizaciones a dichos discursos, de modo tal que resulta necesario resaltar que dentro de las dinámicas sociales propias de cada contexto en que se encontraban las Mujeres Víctimas de violencia sexual se reconoce por un lado, la diversidad en cuanto a la construcción de feminidades y por el otro, las dinámicas de marginación específicas, ello

quiere decir que algunas mujeres han sido doblemente marginadas no solo por su condición de mujer, sino también por su condición racial.

Llegado a este punto, puede decirse que sin lugar a dudas, la realidad que las mujeres colombianas han vivido en lo que respecta a la violencia y específicamente en relación a la violencia sexual, es un doble impacto diferenciado, en el que son las mujeres quienes se constituyen como las principales víctimas, pero a su vez, son las mujeres afro, indígenas, palenqueras, raizales y Rom en quienes ha recaído con mayor fuerza el peso de la violencia sexual y la desprotección por parte del Estado colombiano.

En consecuencia, la construcción de feminidades de las mujeres víctimas de violencia sexual, resultó permeada por las citadas dinámicas de apropiación y cosificación de sus cuerpos a que se vieron expuestas en el marco del conflicto armado colombiano y que según cuentan estas mujeres en sus relatos, fue naturalizada en sus cotidianidades de modo tal, que solo algunos años después de haber vivido en la ciudad de Bogotá pudieron comprenderlos como actos constituyentes de violencia de género.

Paralelamente a lo anterior, es necesario mencionar que las Mujeres Víctima de violencia sexual, permitieron a la investigadora ampliar la presente categoría en relación con lo descrito como violencia de género, a partir de los referentes teóricos elegidos de manera inicial. Se puede señalar que, estas mujeres, a través de sus narraciones describieron otras manifestaciones que pueden catalogarse como violencia de género, algunas de ellas se constituyen a partir de los abusos económicos, psicológicos y de agresión física (además de la agresión sexual), que fueron perpetradas en la mayoría de los casos por parte de los actores del conflicto armado colombiano dentro de cada una de sus comunidades.

Lo anterior se materializa al analizar fragmentos de las narraciones de las Mujeres Víctima de violencia sexual en el marco del conflicto armado colombiano en los que se describe cómo algunos hombres pertenecientes a grupos armados al margen de la ley irrumpían en las casas de estas mujeres, aprovechando que ellas se encontraban solas, consumían sus alimentos, tomaban su dinero y abusaban de ellas sexual y físicamente a través del sometimiento de estas mujeres, mediante violencia física y amenazas de muerte a través del uso de las armas que estos hombres poseían.

De esta manera, los citados actos de sometimiento y abuso económico, físico y emocional se constituyen como otras manifestaciones de la violencia de género que ocupa la presente categoría, habida cuenta que las mismas fueron cometidas con miras a amedrentarlas y doblegarlas por el solo hecho de ser mujeres, cosificándolas y reduciéndolas a botines de guerra y canales de comunicación de superioridad de un grupo armado u otro.

4.1.3. Conflicto Armado Y Violencia Sexual

La multiplicidad de expresiones históricas de violencia sexual en que se han visto inmersas las mujeres colombianas, (especialmente afrodescendientes, indígenas y Rom) con ocasión al conflicto armado, se ponen de manifiesto no solo al recurrir tanto a las cifras publicadas por entidades gubernamentales y no gubernamentales, sino que también pueden ser claramente identificadas al analizar las narraciones que estas mujeres compartieron con la investigadora de manera posterior a la implementación de las prácticas de Deporte Social.

Así mismo, resulta fundamental mencionar que, en primer lugar, las Mujeres Víctima de Violencia sexual definen el conflicto armado como una serie de luchas y violencias entre actores armados, con ocasión de diferencias ideológicas, del narcotráfico y de intereses económicos que siempre han afectado a las personas de las comunidades en que ellos se encuentran asentados, y en segundo lugar, los relatos de estas mujeres siempre relacionan el conflicto armado con los vejámenes de tipo sexual que el mismo ha generado en términos de impacto diferenciado a las mujeres de sus contextos sociales.

En este sentido, es necesario aclarar que, no siempre estas mujeres víctima de violencia sexual tuvieron plena conciencia de estar inmersas en dinámicas bélicas, pues según sus propias narraciones, solo años después de haber vivido en Bogotá y de haberse hecho parte de algunos procesos de reparación ejecutados por parte de instituciones no gubernamentales fueron comprendiendo lo que se puede entender por conflicto armado, las implicaciones que el mismo tuvo en la manera en que se tuvieron que relacionar con sus seres queridos, y desde luego, el sinnúmero de consecuencias que todo lo anterior dejó para ellas en sus vidas.

Por otra parte, en lo que concierne a las estrategias propuestas y materializadas por parte del Estado colombiano en el marco de la reparación y garantía de no repetición para las Mujeres Víctima de violencia sexual en el marco del conflicto armado colombiano, esbozadas en el marco teórico y en relación a las experiencias de estas mujeres, puede decirse que tanto para los autores como para las mujeres entrevistadas, dichas estrategias han culminado en la desprotección y el olvido por parte del Estado colombiano de dimensiones tales como el abordaje del autoconcepto, y en términos más generales de la salud emocional de las víctimas de violencia sexual en contextos de guerra.

En tal sentido, debe agregarse que los relatos de las Mujeres Víctima de violencia sexual, permitieron a la investigadora ampliar la mirada frente a factores de victimización y revictimización descritos también de manera inicial a partir de referentes teóricos, lo anterior se afirma en la medida que la narraciones de estas mujeres ponen de evidencia que la mayoría de programas de reparación ejecutados por parte de entidades gubernamentales son de difícil acceso y ello implica que muchas de las mujeres convertidas en víctima no tengan la posibilidad de acceder o de hacerse parte en dichas estrategias de reparación.

Llegado a este punto, puede decirse que tanto los presupuestos teóricos, como los relatos de las Mujeres Víctima de violencia sexual en el marco del conflicto armado colombiano, compartidas con la investigadora a través de las entrevistas e historias de vida, coinciden y permiten dilucidar que han sido, y continúan siendo las Mujeres las principales víctimas en el contexto bélico colombiano, lo cual ha implicado a su vez la reducción de las Mujeres en Botines de guerra a través de los cuales, los actores armados han buscado intimidar a sus opositores a través del uso de la Violencia sexual como móvil principal bajo el cual se ha perpetrado la violencia hacia estas mujeres.

4.1.4. Deporte Social

Establecer una relación dialógica entre los presupuestos teóricos del Deporte Social frente a la información obtenida gracias a las entrevistas semiestructuradas e historias de vida de las Mujeres Víctima de violencia sexual en el marco del conflicto armado colombiano, implica desarrollar un recorrido Inter categórico de todo lo expuesto con anterioridad, pero además de ello analizar las narraciones de estas mujeres frente a las subcategorías propuestas

para el desarrollo y comprensión del Deporte Social y lo acontecido con el Autoconcepto de estas mujeres luego de su implementación, de esta manera, se da inicio al segundo nivel de análisis de la información:

4.1.4.1. Deporte Social y Mujer

Frente a la manera en que el Deporte se ha manifestado en relación a las Mujeres, tanto la teoría como los relatos de las Mujeres Víctima de violencia sexual coinciden en que históricamente se ha constituido como un fenómeno discriminatorio para las mismas, en tanto la mayoría de dinámicas deportivas desarrolladas en los contextos sociales de estas mujeres tendían a ser exclusivamente para los hombres, dejando completamente relegada la participación de las mujeres en dichos eventos.

Sin embargo, las narraciones de las Mujeres Víctima de violencia sexual de manera posterior a la implementación de las prácticas de Deporte Social, permiten dilucidar nueva congruencia entre la teoría y lo vivenciado durante dichos encuentros en el marco de la transformación de las cotidianidades de estas mujeres. Lo anterior, se propone con ocasión al empoderamiento del que estas mujeres afirman haber adquirido en el transcurrir de las sesiones, en este sentido no solo hacen mención de un mejoramiento de sus habilidades físicas, sino también de una serie de transformaciones positivas respecto a la seguridad con que toman decisiones ahora y que en general afrontan sus vidas.

En tal dirección, se logra dilucidar un mayor empoderamiento por parte de las Mujeres Víctima de violencia sexual en el marco del conflicto armado colombiano, con ocasión de la implementación de las prácticas de atletismo desde el enfoque de Deporte Social impreso en las mismas y que buscaba precisamente constituir dichas prácticas como fin y medio a la vez.

4.1.4.2. Deporte Social y Autoconcepto

El Deporte Social frente al autoconcepto de las Mujeres Víctima de delitos sexuales con ocasión de la guerra, se constituyó como un hecho que no solo les permitió el aprendizaje de las técnicas básicas de atletismo, sino que también, según permiten evidenciar sus

narraciones, les brindó las herramientas para generar empoderamiento frente a su autoconcepto, en términos de la manera en que pudieron notar cómo transformaron la idea que tenían sobre sus cuerpos y en términos generales frente a sus capacidades generales para ejecutar labores de su cotidianidad como subirse a un tejado sin la ayuda de otra persona.

4.1.4.3. Deporte Social, Democracia y el cuidado de sí para el cuidado del otro

Ahora bien, frente a lo concerniente al Deporte Social y la construcción de un concepto particular de Democracia a partir del cuidado de sí para el cuidado del otro, puede decirse que tanto los planteamientos teóricos descritos en capítulos anteriores, como los relatos compartidos por parte de las Mujeres Víctima de violencia sexual en el marco del conflicto armado colombiano, permiten a la investigadora comprender que existe un lazo de relación entre ambos preceptos.

En tal dirección, puede decirse que además de la información proporcionada por parte de las Mujeres Víctima de violencia sexual a través de las entrevistas semiestructuradas e historias de vida, los diarios de campo permitieron dilucidar que fueron las mismas Mujeres quienes construyeron la materialización de la teoría del cuidado de sí para alcanzar el cuidado del otro, en la medida que con el transcurrir de los encuentros desarrollados para implementar las prácticas de atletismo desde el enfoque del Deporte Social, estas mujeres víctima, fueron vinculando a sus familiares, amigas y amigos a hacer parte de los citados encuentros.

Lo anterior se afirma con ocasión a que se le preguntó a las mujeres el por qué decidieron vincular a sus seres queridos en las sesiones de Deporte Social que se estaban desarrollando de manera virtual; todas coincidieron en manifestar que para ellas el hecho de implementar el Deporte en sus cotidianidades les permitió un mejoramiento en sus condiciones de salud física y emocional, pero también en la manera en que se concebían a sí mismas, razón por la cual querían compartir con sus seres queridos dicha experiencia. Así mismo, es necesario agregar que, las Mujeres Víctima de violencia sexual en el marco del conflicto armado colombiano, expresaron en sus relatos que tras la vinculación de sus seres queridos a las sesiones de Deporte Social, sintieron que sus relaciones mejoraron, dicho de otro modo, para ellas el vincularlos implicó un mejoramiento de la manera en que se

relacionaban por ejemplo con sus hijos, al generar vínculos de mayor cercanía y de apoyo para ellas en su proceso de reparación como víctima de violencia sexual en el marco del conflicto armado colombiano.

En tal sentido, se puede decir que existe gran conexión entre la propuesta teórica desarrollada en el presente trabajo investigativo y las narraciones de las Mujeres Víctima de violencia sexual en el contexto de guerra colombiano, habida cuenta que, además de todo lo descrito con anterioridad, se pone de evidencia que los espacios destinados a las prácticas de Deporte Social se convirtieron en escenarios generadores de dialogo, deliberación, interpelación y reconocimiento del otro, pues más allá de la simple vinculación de los familiares y amigos de las mujeres participes en el presente trabajo, los mismos tuvieron la posibilidad de conocer la realidad que afronta una Mujer colombiana tras la victimización en que se vio inmersa, así como la construcción de otras posibilidades para abordar los procesos de reparación de la salud emocional de estas mujeres y específicamente en términos de su autoconcepto desde la perspectiva del Deporte Social.

5. Capítulo V

5.1. Reflexiones Finales

5.1.1. Conclusiones

A partir de lo descrito con anterioridad, puede decirse que el objetivo principal de esta investigación se fundamentó en comprender la manera en que el Deporte Social actúa en el Autoconcepto de las Mujeres Víctimas de delitos sexuales del conflicto armado colombiano, en este sentido, y de manera posterior a realizar el análisis de la información obtenida a través de las entrevistas semiestructuradas, las historias de vida y los diarios de campo implementados durante este trabajo investigativo, se pueden considerar las siguientes reflexiones finales:

Se logró evidenciar que en lo que respecta a las categorías de análisis propuestas para el desarrollo de esta investigación, esto es: Autoconcepto, Género y Mujer, Conflicto Armado

y Violencia Sexual y Deporte social, los avances teóricos han relegado el estudio conjunto de las mismas; como consecuencia de dicho vacío teórico, hoy día no existen programas de reparación de Mujeres Víctima de violencia Sexual en el marco del conflicto armado colombiano frente al abordaje del autoconcepto de las mismas y a partir de la implementación de prácticas de Deporte Social; por consiguiente, el presente trabajo, aporta a la construcción de nuevas teorías en las que el Deporte Social se constituye como un fenómeno que favorece la construcción de escenarios de deliberación y reconocimiento de estas mujeres a partir del protagonismo que ellas adquirieron tras la implementación de estas prácticas de Deporte Social, en la medida que fueron las Mujeres Víctima de violencia sexual en el marco del conflicto armado colombiano, quienes con el transcurrir de las sesiones aportaron en la construcción metodológica, por ejemplo, al proponer la implementación de música durante el desarrollo de las sesiones.

Así mismo, es necesario mencionar que este proyecto de grado se llevó a cabo a partir de los objetivos, pregunta de investigación y con miras a generar un proceso que se correspondiera con las características diferenciales- poblacionales de las Mujeres Víctima de Violencia sexual en el marco del conflicto armado colombiano, así como el contexto de pandemia en que se encuentra inmerso el mundo desde inicios del año 2020. En este sentido, como lo evidenciamos, la construcción metodológica permitió dar respuesta tanto al objetivo principal como a la pregunta problema, al dilucidar lo acontecido con el autoconcepto de estas mujeres antes, durante y después de la implementación de las prácticas de Deporte Social, mediadas por herramientas tecnológicas, a través de la implementación de los instrumentos de recolección de la información seleccionados para tal fin.

Lo anterior, se propone con ocasión al empoderamiento del que estas mujeres afirman haber adquirido con el transcurrir de las sesiones, al hacer mención no solo del mejoramiento de sus habilidades físicas, sino también de una serie de transformaciones positivas frente a la seguridad con que toman decisiones ahora y que en general afrontan sus vidas. Lo anterior, puede evidenciarse al remitirse a la historia de vida de Siris, quien afirma:

“Todo este proceso me ayudó a recuperar mi amor propio, cosa que yo había perdido, porque yo siempre me sentía horrible, fea y hoy en día yo me arreglo y salgo con la frente en alto y super bonita, super bella, super elegante...me siento así. A cada parte de mi cuerpo, siempre

le doy gracias, yo primero le tenía miedo enfrentarme desnuda en el espejo, y ahora lo hago cuando me voy a bañar, lo hago y ya le doy gracias a mi cuerpo por todo, yo aprendí a hacer una terapia de enfrentarme a mí misma con el espejo y ya no le hago daño, ya no la maltrato, y a esta Siris le digo: eres linda, eres bella, gracias”. Así mismo, Fulvia, en la entrevista propone:

“Yo no soy atleta, no soy deportista, sin embargo, soy ese ejemplo para muchas mujeres, eso no tiene nada que ver, de ser delgadas o algo así, no, eso tiene que ver más que todo con un hábito, pero también de salud. Porque yo tengo ahora el hábito de caminar, de trotar cada mañana, porque ahí aprendí a identificar que todo parte de las emociones y afecta el cuerpo y la salud, cada encuentro, cada ejercicio lo aprendí para mejorar, aplicarlo en mi vida y replicarlo a las y los demás y mejorar la calidad de vida”.

Llegado a este punto, se concluye que la metodología implementada permitió posicionar al Deporte Social como un fenómeno generador de escenarios no solo de aprendizaje de las técnicas básicas de atletismo, sino también de herramientas adecuadas para la construcción de espacios de deliberación y reconocimiento de las Mujeres Víctima de violencia sexual en el marco del conflicto armado colombiano, como sujetos sociales y de derechos, protagonistas de sus propios procesos de reparación al tenor del abordaje del autoconcepto, al afirmar: “cogí el hábito de caminar todos los días, por mi salud, y para tener un mejor estado físico, esto me hace estar mejor tanto en mi estado de ánimo como en todas las áreas de mi vida.” (Fulvia, historia de vida, 2020, p. 6).

Al respecto agrega Siris:

“Inicie un proceso con una gran entrenadora que me contacto, me localizó y logramos llegar a unos acuerdos e iniciar un proceso de ejercicio que me ha servido para transformar mi vida de una forma positiva porque me ha mejorado mi salud física, también mi salud mental, porque de cierta forma me siento ahora diferente, otra persona, que puede pensar positivamente y también manejar unas rutinas de ejercicio y de alimentación, donde he visto todo el proceso en el que he bajado de peso, y las dolencias que tenía en brazos y pineras me han mejorado”. (Siris, historia de vida, 2020, p. 4).

En tal dirección, se puede afirmar que el marco metodológico también se correspondió con el objetivo pedagógico de la presente investigación, pues permitió agenciar escenarios de interpelación y de empoderamiento de las Mujeres Víctima de violencia sexual, quienes se habían constituido como Mujeres ninguneadas, maltratadas y que no habían tenido la posibilidad de una palabra personal. Por el contrario, durante la implementación de las prácticas de Deporte Social, la investigadora tuvo la posibilidad de escuchar y reconocer los derechos y la humanidad de estas mujeres a través de la generación de contextos y herramientas de reconocimiento de la palabra de este grupo de mujeres, quienes se convirtieron en protagonistas de sus propias cotidianidades, al favorecer el hecho de vincular a sus seres queridos en el desarrollo de las sesiones, pues en palabras de Siris:

“Este proceso me ha ayudado también para que otras compañeras también se animen porque ellas han estado también pendientes en el proceso, porque eso nos va a servir para mejorar como personas, como mujeres, porque nos demuestra que sí podemos ser mejores y superar los obstáculos” (Siris, historia de vida, 2020, p. 6), o al citar a Fulvia:

“el deporte es lo mejor que uno puede invertir en uno, en el cuerpo, porque es que eso le permite que el cuerpo y la mente y todo tenga una transformación porque voy caminando, voy oxigenando, y voy sacando cosas que...todo lo negativo lo he vuelto positivo, que sí, yo como ser humano tengo mis bajonazos, por supuesto, pero también aprendí a tramitarlo” (Fulvia, entrevista, 2020, p. 9).

Por otra parte, es necesario mencionar que aconteció una situación no prevista por parte de la investigadora en términos metodológicos, pues durante el desarrollo de los encuentros con las Mujeres Víctima de violencia sexual, se puso de evidencia el alto nivel de compromiso y vinculación de las mismas con los encuentros acordados, en los que fueron estas mujeres quienes aportaron de manera significativa en la construcción metodológica de las sesiones, al proponer la implementación de música de fondo mientras se ejecutaban los ejercicios técnicos de atletismo planteados por parte de la investigadora, esto, su vez permite afirmar que es posible romper patrones de violencia en los que las Mujeres víctimas de violencia sexual fueron ninguneadas, para darles la palabra frente a lo que quieren o no para ellas mismas:

“Yo me siento muy motivada cuando ponemos música, porque siento como que me queda más fácil hacer los ejercicios, como que se me olvida que estoy dándola toda, aquí me siento como que puedo quejarme y no me van a regañar, pero la música hace que me queje menos” (Siris, diario de campo, 18 de Julio, 2020).

De igual manera, es necesario resaltar que la implementación de las prácticas de Deporte Social permitió a estas Mujeres Víctima de violencia sexual mejorar su autoconcepto físico y emocional principalmente, pues denotan mayor seguridad al hablar de sus cuerpos, de sus habilidades físicas y de todos los cambios que el Deporte ha traído a sus vidas, tales como mejorar sus hábitos alimenticios y la manera en que ahora se relacionan con sus seres queridos. Lo anterior puede evidenciarse al citar a Siris en la entrevista que tuvo con la investigadora:

“Yo me siento más linda, hermosa, porque yo digo “no, este cuerpazo que tengo ahora, con todo el proceso que he hecho, me miro al espejo y veo otra persona, y veo que los pantalones ya...perdieron...y digo uy cada día estoy más bonita y sí, me ha ayudado, me siento así, como guitarra...90, 60, 90, jajaja...y mi hija también, mi hija es “¡mami...uy, si te están aprovechando los ejercicios, y es que todo eso que tu hija te dice, (porque ella es mi máxima crítica), entonces, que te diga que te ves mejor, pues también eso me alienta un poco más. También ha mejorado mi calidad de vida, debido al proceso que inicie, porque también todos los hábitos alimenticios me han dado cierta tranquilidad porque ya al hacer los ejercicios me relajo, me desestreso y de cierta forma me cambia la manera de pensar negativamente, entonces todo eso ha sido de gran ayuda.”. por su parte Fulvia, afirma:

“Imagínate que yo no me subía a una escalera jajaja y en estos días estaba en una atacadera los vecinos y yo dije bueno que será y yo decía no, yo no soy capaz de subirme a una escalera y dije, pero bueno, si no lo hago yo ¿Quién más? Y me trepe como si nada, por allá y fue muy chévere porque no pasó nada, o sea, me subí, me bajé y dije uy que chévere, lo otro es que también me sirve inclusive, ya me puedo amarrar los zapatos, es bacano, o sea, es muy, la sensación es muy chévere”.

Por otra parte, si bien los autores que han estudiado el tipo de práctica que “mejor se corresponde” con el abordaje del autoconcepto proponen la implementación de deportes de

conjunto; la presente investigación generó un debate entre la teoría tradicional anteriormente descrita y la generación de un nuevo presupuesto teórico en el que fue posible abordar y generar transformaciones en el autoconcepto de las Mujeres Víctima de violencia sexual en el marco del conflicto armado colombiano, a partir de escenarios de enseñanza- aprendizaje de técnicas básicas de atletismo desde el enfoque mismo del Deporte Social. Es necesario agregar, que lo anterior no solo permitió otra posibilidad teórica, sino que también facilitó la creación de otro tipo de abordaje metodológico del autoconcepto, lo cual puede verse claramente evidenciado al remitirse a las entrevistas e historias de vida de Siris y Fulvia, quienes de manera repetida realizan afirmaciones tales como:

“yo quedaba feliz cada vez que hacia una sesión de ejercicios porque se me iba viendo el resultado, a medida que yo iba haciendo el ejercicio, yo iba notando la transformación de mi cuerpo, y no solamente de mi cuerpo sino también la tranquilidad e mi mente, relajamiento a nivel psicológico, que era un proceso que también me ayudo bastante a avanzar y a mejorar mi estado de vida y mi amor propio, porque yo ya no peleo con Siris en el espejo” (Siris, historia de vida, 2020, p. 6).

De conformidad con lo anterior, debe decirse que las prácticas de Deporte Social de carácter individual de las que hicieron parte las Mujeres Víctima de violencia sexual en el marco del conflicto armado colombiano, estuvieron permeadas por la condición poblacional, diferencial y contextual de estas mismas mujeres, pues fueron estructuradas bajo unas marcadas intencionalidades desde el principio de su ejecución, en tal sentido, se puede afirmar que la creación de estos escenarios no solo facilitó el aprendizaje de algunos elementos propios del Atletismo de fondo, sino que también pudo afectar las subjetividades de estas mujeres en términos de su autoconcepto, lo cual se ve reflejado en afirmaciones de Siris en el Diario de campo del día 29 de Agosto del 2020: “yo me siento muy bien, muy contenta y agradecida porque ahora ya me puedo poner la ropa que yo quiera y ya ahora estoy comiendo mejor, entonces de salud también me siento mejor porque ya no se me inflama el colon, así como antes, además me siento que hago los ejercicios mejor, no como al principio sino masa suelta”.

Lo anterior, se propone en la medida que fueron las Mujeres Víctima de violencia sexual, quienes manifestaron que incluir este tipo de deporte sus cotidianidades, contribuyó

en la generación de una serie de transformaciones frente a la manera en que se sienten consigo mismas y respecto a los modos de relacionarse con los otros, pues fueron ellas mismas quienes decidieron vincular de manera progresiva tanto a sus familiares como a sus amigos y a amigas a la participación en los encuentros de Deporte Social que se desarrollaron en el lapso de cuatro meses. En este sentido, estas mujeres afirman un gran fortalecimiento frente a la relación con sus seres queridos, pues este escenario también se posicionó como un espacio para compartir tiempo con ellos y así mismo, contribuir al cuidado de la salud y bienestar de los mismos.

Eso puede verse evidenciado en un fragmento de la entrevista realizada a Fulvia: “en estos días hicimos un en vivo de ejercicios, con unas mujeres de Guatemala, porque yo hago parte de una Red Global con mujeres de muchos países, entonces, una de ellas es compañera mía y yo la invite y ella invitó a otras amigas, entonces cuando ella me conoció yo era muy gorda, en el 2017, entonces ella me dijo que yo cómo había bajado de peso, entonces yo le conté, le conté de que estaba haciendo ejercicio contigo, y pues que lo había cogido como hábito, entonces les conté eso y me dijeron que les gustaría que yo les dijera cómo, entonces lo hicimos, seis mujeres y pues ahí estamos, y ese es uno de mis pasatiempos bonitos”.

En consecuencia, el Deporte Social se constituyó como un fenómeno transgeneracional en el que se vieron vinculados los familiares, amigos y amigas de las Mujeres Víctima de violencia sexual en el marco del Conflicto armado colombiano, quienes estaban comprendidos en un rango etario totalmente diverso, pues algunos de ellos tenían siete años de edad, mientras otros, al igual que las Mujeres protagonistas de este proyecto, estaban entre los 45 y 50 años, logrando trascender del cuidado de sí al cuidado del otro, personas que fueron vinculadas a nuestros encuentros por iniciativa de las Mujeres que hicieron parte de este proyecto.

Por otro lado, la implementación de las prácticas de Deporte social en relación al autoconcepto y al sentido pedagógico del presente trabajo de investigación, se materializa en la medida que a través las prácticas de Deporte Social se pudieron agenciar escenarios de interpelación de las subjetividades de las Mujeres Víctima de violencia sexual, en los que fueron estas mujeres quienes tomaron las decisiones frente a la construcción de sujetos

sociales que ellas mismas decidieron generar para sí mismas, a partir de una serie de transformaciones en sus propias cotidianidades, dicho en palabras de Siris

“Yo cuento mi historia de vida para mostrar una forma positiva, que a pesar de las violencias estamos vivas, que podemos cambiar vidas también y que podemos seguir adelante, para que no nos sigan discriminado ni maltratando. Es que a pesar de todo, a pesar de todo el daño que nos han hecho podemos transformarnos en otra persona y eso nos ayuda a mostrarle otra cara al país y a todas esas personas que nos han hecho daño y nos han agredido que, nos levantamos y a pesar de que nos destruyeron, fuimos tras de volvernos a juntar y poder mostrar otra realidad de la vida y que podemos luchar por nuestros derechos y que vamos a luchar y a alzar las voces por todas las personas que aún no lo han podido alzar y que vamos a seguir en la lucha para que la gente entienda, que eso es un maltrato, que las mujeres no somos botín de guerra” (2020).

En efecto, se puede concluir que el Deporte Social tiene un sentido pedagógico en el abordaje del autoconcepto de las Mujeres Víctima de violencia sexual en el marco del conflicto armado colombiano y en la construcción de una mirada particular de Democracia, pues permitió dinámicas de transformación en cuanto a la manera en que ellas se perciben a sí mismas, los modos en que se relacionan con el otro y las posicionó como las protagonistas en la construcción de un nuevo paradigma en torno a los procesos de reparación frente a su salud emocional y específicamente en relación a su autoconcepto.

A pesar de las dinámicas de distanciamiento físico que ocasionó la pandemia por Covid- 19, tuve la posibilidad de generar lazos estrechos con estas Mujeres Víctima de violencia sexual del conflicto armado colombiano, lazos que me permitieron comprender que sí es posible romper patrones de violencia a través de la implementación de prácticas de deportes como el atletismo, siempre que se hagan a través de una perspectiva social y bajo la mirada de un enfoque poblacional -diferencial, que para efectos de esta investigación, fue desde luego, una perspectiva feminista interseccional y decolonial¹⁸.

¹⁸ Entiéndase una corriente del feminismo que reconoce la relación de las múltiples dimensiones de desigualdades y formas de opresión sobre la identidad social de las personas considerando la etnia, la clase social y el género. Es una apuesta política que plantea cómo la opresión de género no puede ser homogeneizada ni aislada de otros sistemas de opresión. El feminismo decolonial pone en evidencia que la colonialidad ha

En este sentido, y gracias a la implementación de las prácticas de Deporte Social mediadas por herramientas tecnológicas, tuve la posibilidad de hacer parte de las cotidianidades de mujeres ubicadas en el Cauca, Huila y Bogotá, oí sus voces, sus miedos, sus tristezas, pero también tuve la fortuna de conocer sus sueños, sus metas y ¿por qué no? De ver la transformación que tuvieron con ocasión de la implementación de esta propuesta de abordaje del autoconcepto.

Desde mi lugar de enunciación como mujer víctima de violencia sexual, investigadora, maestra y feminista, pude reconocer que la violencia sexual no afecta de la misma manera a todas las mujeres, y que, en consecuencia, no todas sanamos de la misma manera, que son las mujeres afro y campesinas quienes han sido históricamente excluidas y violentadas a través de todo un engranaje de relaciones inequitativas en las que los cuerpos femeninos han sido reducidos a botín de guerra.

Comprendí que los cuerpos de las Mujeres Víctima de violencia sexual del conflicto armado colombiano, tienen una amplia carga de memoria histórica de violencia, silencio, estigma y desolación; así mismo, también tuve procesos de interpelación personal en los que constantemente tuve que replantear la manera de iniciar un diálogo con estas mujeres, a través de la generación de escenarios de deliberación, mediante la enseñanza de las técnicas básicas del atletismo, ¿cómo mantener la motivación de estas mujeres en plena pandemia y aislamiento físico?, ¿qué quiere una mujer afro que fue violentada sexualmente? ¿Qué quiere la mujer indígena que sufrió vejámenes de tipo sexual sobre su cuerpo? Al respecto, puedo decir, que bastó una mirada empática y una constante escucha, de tal modo que fueron ellas mismas quienes decidieron cuándo y qué querían compartir conmigo, una investigadora que había llegado a sus vidas tan solo cuatro meses atrás.

Ahora bien, respecto a los procesos de interpelación y resignificación de las Mujeres víctima de violencia sexual del conflicto armado colombiano desde la perspectiva del cuidado de sí, implicó para todas nosotras, la comprensión respetuosa de la otra, a partir de la mirada de sus fortalezas y sus necesidades respecto a las afectaciones que había sufrido su autoconcepto y la manera en que se relacionaban con el otro. En este sentido, fueron ellas,

atravesado también el feminismo lo que hace que las mujeres del “Tercer mundo” sean pensadas como objetos o víctimas y no como sujetos de su propia historia. (Revista Búsquedas Políticas, 2018, p.6)

quienes durante el transcurrir de nuestros encuentros me fueron enseñando que no es tiempo de callar, y que, si bien este tipo de violencia afecta todas las dimensiones de la cotidianidad de las mujeres, sí es posible apelar a la transformación de la realidad en que estamos inmersas, pero que esos grandes cambios empiezan quizá por transformaciones más “privadas” como recuperar el amor propio, o en palabras de Siris “dejar de pelear con el espejo”.

Finalmente, solo me queda agregar que cada una de las mujeres resilientes que hicieron parte de este hermoso trabajo, ponen de evidencia que es el momento de dejar de lado la idea de que las Mujeres Víctima de violencia sexual son seres constantemente desdichados y débiles, o como alguna vez Siris mencionó “¿es que para ser víctimas es necesaria la revictimización o mostrar esa realidad triste a toda hora?” (Siris, Historia de vida, 2020). En tal dirección, no desconocen la multiplicidad de afectaciones que deja la violencia sexual a cada Mujer víctima, pero también, nos invitan a sanar, a transformar, a luchar y a alzar las voces por todas las Mujeres que aún no la han podido alzar.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Aguilar, T. (2008). El sistema sexo-género en los movimientos feministas. Revista *Amnis* [En línea], 8 | 2008, Publicado el 01 septiembre 2008, consultado el 01 abril 2020. URL: <http://journals.openedition.org/amnis/537>; DOI: <https://doi.org/10.4000/amnis.537>
- Alabarces, P. (1998). ¿De qué Hablamos cuando Hablamos de Deporte? Revista Nueva Sociedad Nro. 154. Buenos Aires, Argentina.
- Bermúdez, S. (2017). Aproximaciones a la Rehabilitación Psicosocial de la Vida Erótica de Mujeres que han Vivido Violencia Sexual en el Marco del Conflicto Armado Colombiano. Pontificia Universidad Javeriana. Facultad de Ciencias Políticas y Relaciones Internales. Maestría en Estudios de Paz y Resolución de Conflictos. Bogotá, Colombia.
- Butler, J. (2001) El género en disputa: El feminismo y la subversión de la identidad. México: Editorial Paidós Mexicana, S.A.
- Calderón, M. y Martínez, R. (2015). El Deporte Como Herramienta Esencial Para Lograr La Paz Y El Desarrollo en el Mundo: Una Aproximación Al Caso Colombiano Del Actual Proceso de Diálogo de la Paz. VIII Congreso Latinoamericano de Ciencia Política. Perú, Lima.
- Campaña “Violaciones Y Otras Violencias: “Saquen Mi Cuerpo De La Guerra”. (2010). Primera Encuesta De Prevalencia “Violencia Sexual En Contra de las Mujeres En El Contexto Del Conflicto Armado Colombiano (2001-2009). Colombia.
- Campaña “Violaciones Y Otras Violencias: “Saquen Mi Cuerpo De La Guerra”. (2017). Segunda Encuesta De Prevalencia De Violencia Sexual En Contra De Las Mujeres en el Contexto Del Conflicto Armado Colombiano 2010-2015. Colombia
- Casa de la mujer, (2011). Encuesta de Prevalencia de violencia sexual en contra de las mujeres en el contexto del conflicto armado colombiano 2001-2009. Campaña “Violaciones y Otras Violencias SAQUEN MI CUERPO DE LA GUERRA”. Colombia.
- Castañeda, P. (2017). Las Voces De Las Mujeres: El Conflicto Desde Las Narraciones Femeninas. Pontificia Universidad Javeriana. Facultad De Comunicación Y Lenguaje Comunicación Social. Bogotá, Colombia

- Castellanos, G. Accorsi, S. y Velasco, G. (1994). Discurso, Género y Mujer. *Centro de Estudios de Género y la Manzana de la Discordia*. Universidad del Valle. Editorial Facultad de Humanidades. Santiago de Cali. Colombia.
- Castillo, D. (2013). Acercamiento Al Estado Del Arte Sobre Mujer Y Deporte. Universidad Pedagógica Nacional, Facultad de Educación Física, Bogotá Colombia.
- Castro, A., Morales, A. y Vanegas, A. (2015). Hablando De Empoderamiento: Estudio De Una Muestra De Género Masculino En El Noroeste De México. *Revista de Psicología y Ciencias del Comportamiento de la U.A.C.J.S.* Vol. 6(1), enero-junio, 2015. Sonora, México.
- CEDAVIDA. Gobierno Nacional. De Colombia. (2018). Resultados Estrategias Movilización Social Montes de María. Fundación Social Colombiana CEDAVIDA Mujer. Montes de María, Colombia.
- CEDAVIDA. Gobierno Nacional. De Colombia. (2018). Resultados Mapeo Actores Institucionales y Diagnostico Institucional en Atención Prevención, Protección y Erradicación de violencias basadas en género, especialmente en el marco del conflicto armado y las representaciones sociales de los y las servidoras hacia la mujer víctima del conflicto armado en cada uno de los territorios que conforman la Subregión de Montes de María. Fundación Social Colombiana CEDAVIDA Mujer. Montes de María, Colombia.
- Centro Nacional de Memoria Histórica, CNMH (2011). Mujeres que hacen historia: Tierra, cuerpo y política en el Caribe colombiano”. Editorial Panamericana Formas e Impresos S.A. Bogotá, Colombia.
- Centro Nacional de Memoria Histórica, CNMH (2017). La guerra inscrita en el cuerpo Informe nacional de violencia sexual en el conflicto armado. Editorial Panamericana Formas e Impresos S.A. Bogotá, Colombia.
- Chingaté, L. (2019). “Una mirada al sentido que los campesinos del sector rural de Chipaque atribuyen a sus prácticas deportivas”. Universidad Pedagógica Nacional de Colombia. Bogotá, Colombia.

- CLACSO. Grupo de Trabajo CLACSO Deportes. (2019). Cuadernos del Mundial No. 3. Revista Cuadernos del Mundial No. 3. Latinoamérica.
- COALICO, (2014). Que dejen de cazar a los niños y las niñas. Informe sobre violencia sexual contra niñas, niños y adolescentes en el conflicto armado en Bogotá, Colombia.
- Cobb, S. (1976). Social support as a moderator of life stress. *Psychosomatic Medicine*, 38 (5) 300-314. Washington, DC
- COLDEPORTES (2016). El deporte jugará un papel definitivo en el posconflicto. Coldeportes Prensa. Colombia.
- Comisión Colombiana de Juristas CCJ, (2016). Acceso a la justicia para mujeres víctimas de violencia sexual Sexto Informe de Seguimiento al Auto 092 de 2008 y Primer Informe de Seguimiento al Auto 009 de 2015, Anexos Reservados Mesa de seguimiento a los Autos 092 y 009 de la Corte Constitucional. Ediciones Antropos Ltda. Bogotá, Colombia.
- Congreso de la Republica de Colombia (1995). Ley 181 de 1995. Secretaria del Senado de Colombia. Colombia.
- Congreso de la Republica de Colombia (1997). Ley 360 de 1997. Corte Constitucional Colombiana. Colombia.
- Congreso de la Republica de Colombia (2008). Ley 1257 DE 2008. Secretaria del Senado de Colombia. Colombia
- Congreso de la Republica de Colombia (2014). Ley 1719 de 2014. Secretaria del Senado de Colombia. Colombia.
- Constitución Política de Colombia. (1991). Secretaria del Senado de Colombia. Colombia.
- CONPES. Gobierno Nacional. De Colombia (2014). Lineamientos de Política Pública. Consejo Nacional de Política Económica y Social República de Colombia. Departamento Nacional de Planeación para la Prevención de Riesgos, la Protección y Garantía de los Derechos de las Mujeres Víctimas del Conflicto Armado. Colombia.

Corte Constitucional Colombiana (2008). Auto 092 del 2008. Corte Constitucional Colombiana. Colombia.

Díaz, D. (2012). Cuerpos, Mujeres Y Feminismo. Universidad Pedagógica Nacional. Facultad de Humanidades. Licenciatura en Educación Básica con Énfasis en Ciencias Sociales. Bogotá. Colombia.

Duarte, R. (2011). Fundamentación del Deporte Social Comunitario A Partir De Las Categorías Bioéticas: Una Opción Hacia El Mejoramiento De La Calidad De Vida Que Trasciende El Deporte Moderno. Revista Lúdica pedagógica Vol. 2. Bogotá, Colombia.

Durá, A., y Garaigordobil, M. (2006). Relaciones del autoconcepto y la autoestima con la sociabilidad, estabilidad emocional y responsabilidad en adolescentes de 14 a 17 años. *Análisis y Modificación de conducta*, 32 (141), 37-64.

Esnaola, I.; Goñi, A.; Madariaga, J. (2008). El Autoconcepto: Perspectivas de Investigación. Revista de Psicodidáctica, vol. 13, núm. 1, 2008, pp. 69-96. Universidad del País Vasco/Euskal Herriko Unibertsitatea. Vitoria-Gazteiz, España

Fernández, O. (2012). La Violencia en el Deporte. Editorial: Liberty Drive. España.

Fidias, G. (2018). Actividad Física y Ciencias. Edición Especial 2018 "Mujer y Deporte". Universidad Pedagógica Experimental Libertador- Instituto Pedagógico "Rafael Alberto Escobar Lara". Venezuela.

Fontecha, M. (2015). El Deporte se Instala en las Cavernas de la Igualdad. Editorial: ARACNE Editrice S.R.L. País Vasco.

Foucault, M. (1994). Hermenéutica del Sujeto. Ediciones Endymión. Madrid.

García, S. (1994). Origen del Concepto Deporte. Facultad de Educación, Universidad de Salamanca. Salamanca

Garrido, R., Videra, A., Parra, J. y Ruiz R. (2012). Actividad físico deportiva, autoconcepto físico y bienestar psicológico en la adolescencia. Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación 2012, nº 22, pp. 19-23. Federación Española de Asociaciones de

Docentes de Educación Física (FEADEF). ISSN: Edición impresa: 1579-1726. Edición Web: 1988-2041 (www.retos.org).

Gobierno de Colombia. (2018). XIII Informe sobre los avances de la política pública de atención, asistencia y reparación integral a las víctimas del conflicto. Colombia.

González, A. y González C. (2010). Educación Física Desde La Corporeidad Y La Motricidad. Revista Hacia la Promoción de la Salud, Volumen 15, No.2, julio - diciembre 2010, págs. 173 - 187 ISSN 0121-7577. Manizales, Colombia.

Goñi, E., & Infante, G. (2010). Actividad físico-deportiva, autoconcepto físico y satisfacción con la vida. *European Journal of Education and Psychology*, 3(2), 199-208.

Goñi, E. y Ruiz, S. (2005) La Estructura del Autoconcepto Personal. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, vol. 2, núm. 1, 2005, pp. 291-304. Asociación Nacional de Psicología Evolutiva y Educativa de la Infancia, Adolescencia y Mayores. Badajoz, España

Infante, G. y Goñi, E. (2009). Actividad Físico-Deportiva Y Autoconcepto Físico en la Edad Adulta. *Revista de Psicodidáctica*, vol. 14, núm. 1, 2009, pp. 49-61. Universidad del País Vasco/Euskal Herriko Unibertsitatea. Vitoria-Gazteis, España

IUSPORT (2019). La Generalitat actualiza la guía sobre la violencia sexual en el deporte. IUSPORT. España.

Lagarde, M. (2012). El feminismo en mi vida. Hitos, claves y topías. Instituto de las Mujeres de la Ciudad de México. Ciudad de México decidiendo Juntos. México.

La Rosa, J. y Díaz, R. (1991). Evaluación del autoconcepto: una escala multidimensional. *Revista Latinoamericana de Psicología*, vol. 23, núm. 1, 1991, pp. 15-33. Fundación Universitaria Konrad Lorenz. Bogotá, Colombia

Lerner, G. (1990). La creación del patriarcado. Barcelona: Critica Barcelona

Martínez, J. (2007). Autonomía. *Anuario Jurídico y Económico Escorialense XL* (2007) 711-764/ISSN:1133-3677. Madrid, España.

- Navarro, D. (2018). Abuso sexual en el deporte: Cuando el depredador es el que te enseña. Diario el Herald. Colombia.
- ONU Mujeres (2011). Acceso a la justicia para mujeres víctimas de violencia sexual. Cuarto Informe de Seguimiento al Auto 092 de la Corte Constitucional. Comisión Colombiana Juristas. Bogotá, Colombia
- ONU Mujeres (2016). Acceso a la justicia para mujeres víctimas de violencia sexual, Sexto Informe de Seguimiento al Auto 092 de 2008 y Primer Informe de Seguimiento Auto 009 de 2015. Comisión colombiana de Juristas. Bogotá, Colombia.
- ONU Mujeres (2018). Acoso Sexual en el Deporte. ONU Mujeres: Centro Virtual de Conocimiento para poner fin a la Violencia contra las Mujeres y Niñas.
- Paris, J. (2016). Abuso Sexual en el Deporte. Las relaciones de superior a subordinado son sin duda las más peligrosas. Diario el Pais. Edic. América.
- Presidencia de Colombia (2010). Decreto Presidencial 164 de 2010. Presidencia de Colombia. Colombia.
- Quesedo, R. Castaño, C. (2000). Introducción A La Metodología De Investigación Cualitativa. *Red de Revistas Científicas de América Latina y el Caribe, España y Portugal*.
- Ruiz, S. y González, O. (2005). Autoconcepto Físico Y Modalidad Deportiva Practicada. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, vol. 2, núm. 1, 2005, pp. 513-529. Asociación Nacional de Psicología Evolutiva y Educativa de la Infancia, Adolescencia y Mayores. Badajoz, España
- Scott, J.W. (1990). El Género: Una categoría útil para el análisis histórico. En historia y género: Las mujeres en la Europa Moderna y Contemporánea. Valencia: Ediciones Alfons el Magnánim Instituto Valenciano I D'Investigación. Francia.
- Sánchez, A. y Mosquera, M. (2011). Tratado Sobre Violencia y Deporte la Dialéctica de los ámbitos Intercondicionales. Editorial: Deportiva S.L. España.

- Sánchez, C y Oliveros, S. (2014). La Reparación Integral A Las Víctimas Mujeres: Una Aproximación a la Aplicación del Enfoque Diferencial de Género en el Contexto del Conflicto Armado Colombiano. Grupo de Investigación Problemas Contemporáneos del Derecho y la Política (GIPCODEP) de la Facultad de Derecho y Ciencias Políticas Universidad de San Buenaventura. Cali, Colombia.
- Sánchez, O. (2019). Interpelando la Categoría Género. Revista Desde la Región, No. 59, año 2019. ISSN0123- 4528. Recuperado el 31 de Marzo del año 2020 en <http://www.region.org.co/index.php/revista59/paz/item/426-interpelando-la-categoria-de-genero>
- Simone de Beauvoir. (1948). El Segundo Sexo. Editorial Siglo Veinte.
- Suarez, I. (2018). Escándalo sexual en el fútbol mexicano: denuncian abusos a juveniles de los Tiburones Rojos de Veracruz. INFOABE. México.
- Taylor, S. y Bodgan, R. (1984). Introducción a los métodos Cualitativos de Investigación. La Búsqueda de Significados. Ediciones Paidós Iberica S.A. España.
- Tomás, I. (1998). Equivalencia psicométrica de una traducción del cuestionario de autoconcepto físico PSDQ (Physical self-Description Questionnaire) al castellano. Tesis Doctoral. Universidad de Valencia. Valencia (España).
- Torres, S. (2018). Entre Cuerpos de Mujeres Jóvenes: Producción de Subjetividades Políticas. Trabajo de grado presentado como requisito para optar el título de Magíster en Desarrollo Educativo y Social. Universidad Pedagógica Nacional. Facultad De Educación. Maestría En Desarrollo Educativo Y Social. Bogotá, D. C. Colombia.
- UNICEF (2018). #abusofueradejuego: UNICEF Comité Español se une al compromiso de la prevención del abuso sexual en el deporte. UNICEF Comité Español. Madrid, España.
- Unidad para la Atención y Reparación Integral a las Víctimas. (2017). Cultura y deporte, protagonistas en la reparación integral de los niños. Cultura y deporte, protagonistas en la reparación integral de los niños- Noticias. Nariño, Colombia.

Unidad para la Atención y Reparación Integral a las Víctimas (2017). El deporte, una herramienta de paz para las víctimas en Mistrató. Cultura y deporte, protagonistas en la reparación integral de los niños. Cultura y deporte, protagonistas en la reparación integral de los niños- Noticias. Risaralda, Colombia.

Unidad para la Atención y Reparación Integral a las Víctimas y Fondo De Población De Las Naciones Unidas (UNFPA). (2019). Experiencia de la Estrategia de Recuperación Emocional con Mujeres Víctimas de Violencia Sexual en Colombia. Colombia.

Van Maden, M. (2003). Investigación educativa y experiencia vivida. Barcelona: IDEA BOOKS, S.A.

Veloza, L. (2019). Mujer víctima del Conflicto Armado, Cuerpo y Deporte. Universidad Pedagógica Nacional, Facultad de Educación Física, Bogotá Colombia.

Zuleta, E. (1991). Colombia: Violencia, Democracia y Derechos Humanos. Altamir ediciones LTDA. Colombia.

Anexos

Tabla 4. Elaboración propia. Matriz de Documentos Encontrados

No.	Título del Trabajo	Autor	Año	Lugar	Área Disciplinar o Ubicación	Tipo de Documento	Categoría
1	Mujer víctima del Conflicto Armado, Cuerpo y Deporte	Laura Sofía Veloza Quinche	2019	Bogotá	Facultad de Educación Física Universidad Pedagógica Nacional Facultad De Comunicación Y Lenguaje	Tesis Pregrado	Conflicto Armado, Mujer y Deporte
2	Las Voces De Las Mujeres: El Conflicto Desde Las Narraciones Femeninas	Paula Camila Castañeda Tapias	2017	Bogotá	Comunicación Social Pontificia Universidad Javeriana Facultad de Ciencias Políticas y Relaciones Internales	Tesis Pregrado	Conflicto Armado y Mujer
3	Aproximaciones a la Rehabilitación Psicosocial de la Vida Erótica de Mujeres que han Vivido Violencia Sexual en el Marco del Conflicto Armado Colombiano	Sandra Tatiana Bermúdez Castro	2018	Bogotá	Maestría en Estudios de Paz y Resolución de Conflictos	Tesis posgrado	Conflicto Armado y Mujer
4	Primera Encuesta De Prevalencia “Violencia Sexual En Contra De Las Mujeres En El Contexto Del Conflicto Armado Colombiano (2001-2009)	Campaña “Violaciones Y Otras Violencias: Saquen Mi Cuerpo De La Guerra”	2010	Colombia	Campaña “Violaciones Y Otras Violencias: Saquen Mi Cuerpo De La Guerra”	Informe Técnico	Conflicto Armado y Mujer
5	Segunda Encuesta De Prevalencia De Violencia Sexual En Contra De Las Mujeres en el Contexto Del Conflicto Armado Colombiano 2010-2015	Campaña “Violaciones Y Otras Violencias: Saquen Mi Cuerpo De La Guerra”	2017	Colombia	Campaña “Violaciones Y Otras Violencias: Saquen Mi Cuerpo De La Guerra”	Informe Técnico	Conflicto Armado y Mujer
6	Constitución Política de Colombia	Ricardo Duarte Bajaña Centro Nacional de Memoria	1991	Colombia	Secretaría del Senado de Colombia	Constitución Política de Colombia	Conflicto Armado y mujer víctima
7	"Guerra Inscrita en el Cuerpo" Informe nacional de violencia sexual en el conflicto armado	Histórica	2017	Colombia	Centro Nacional de Memoria	Informe Técnico	Conflicto armado y mujer
8	Ley 1257 DE 2008	Congreso de la Republica de Colombia	2008	Colombia	Histórica Secretaria del Senado de Colombia	Ley	Conflicto armado y mujer
9	Mujeres que hacen historia: Tierra, cuerpo y política en el Caribe colombiano”	Centro Nacional de Memoria Histórica	2011	Bogotá	Centro Nacional de Memoria Histórica	Informe Técnico	Conflicto Armado y Mujer
10	Que Dejen de Cazar a las Niñas y Los Niños: Informe Sobre Violencia Sexual	Campaña “Violaciones Y Otras Violencias:	2014	Bogotá	Centro Nacional de Memoria Histórica Justicia de Género para los Derechos en Crisis de las Mujeres,	Informe Técnico	Conflicto Armado y Mujer

	Contra Niñas, Niños y Adolescentes en el Conflicto Armado Colombiano	Saqueen Mi Cuerpo De La Guerra”			Niños y Niñas Colombianas Afectadas por el Conflicto Armado		
11	Resultados Estrategias Movilización Social Montes de María	Fundación Social Cedavida	2018	Montes de María	Consejería presidencial para la Equidad de la Mujer Fundación Social Colombiana CEDAVIDA	Informe Técnico	Conflicto Armado y Mujer
		Gobierno Nal. De Colombia		Colombia			
12	Resultados Mapeo Actores Institucionales y Diagnostico Institucional en Atención Prevención, Protección y Erradicación de violencias basadas en género, especialmente en el marco del conflicto armado y las representaciones sociales de los y las servidoras hacia la mujer víctima del conflicto armado en cada uno de los territorios que conforman la Subregión de Montes de María	Fundación Social Cedavida	2018	Montes de María	Consejería presidencial para la Equidad de la Mujer	Informe Técnico	Conflicto armado y Mujer
	Acceso a la justicia para mujeres víctimas de violencia sexual, Sexto Informe de Seguimiento al Auto 092 de 2008 y Primer Informe de Seguimiento Auto 009 de 2015	Gobierno Nal. De Colombia		Colombia	Fundación Social Colombiana CEDAVIDA		
13	Acceso a la justicia para mujeres víctimas de violencia sexual Cuarto Informe de Seguimiento al Auto 092 de la Corte Constitucional El Deporte Como Herramienta Esencial Para Lograr La Paz Y El Desarrollo en el Mundo: Una Aproximación Al Caso Colombiano Del Actual Proceso de Diálogo de la Paz La Reparación Integral A Las Víctimas Mujeres: Una Aproximación A La Aplicación del Enfoque Diferencial de Género en el Contexto del Conflicto Armado Colombiano	ONU Mujeres	2016	Bogotá	ONU Mujeres	Informe Técnico	Conflicto armado y Mujer
		Comisión Colombiana Juristas			Comisión Colombiana Juristas		
14		ONU Mujeres	2011	Bogotá	ONU Mujeres	Informe Técnico	Conflicto Armado y Mujer
		Comisión Colombiana Juristas			Comisión Colombiana Juristas		
15		María Isabel Calderón –	2015	Perú, Lima	VIII Congreso Latinoamericano de Ciencia Política	Articulo	Deporte y Conflicto armado
		Rodrigo Martínez			Asociación Latinoamericana de Ciencia Política (ALACIP).		
16		Claudia Lorena Sánchez Lucumí	2014	Cali	Grupo de Investigación Problemas Contemporáneos	Articulo	Conflicto Armado y Mujer
		Stephanie Oliveros Ortiz		Colombia	del Derecho y la Política (GIPCODEP) de la Facultad de Dercho y Cincias Polítcas Univrsidad de San Buenaventura		

17	Cuadernos del Mundial No. 3	Grupo de Trabajo CLACSO Deportes, Políticas Públicas y Sociedad	2019	Latinoamérica	Revista Cuadernos del Mundial No. 3	Artículos	Mujer y deporte
18	El Deporte se Instala en las Cavernas de la Igualdad”	Matilde Fontecha Miranda	2015	País Vasco	Editorial: ARACNE editrice S.r.l.	Libro	Mujer y deporte
19	Acercamiento Al Estado Del Arte Sobre Mujer Y Deporte	Diana Milena Castillo Prieto	2013	Bogotá	Facultad de Educación Física Universidad Pedagógica Nacional	Tesis Pregrado	Mujer y deporte
20	Actividad Física y Ciencias. Edición Especial 2018 "Mujer y Deporte"	Fidias G. Arias	2018	Venezuela	Universidad Pedagógica Experimental Libertador-Instituto Pedagógico "Rafael Alberto Escobar Lara"	Libro	Mujer y Deporte
21	Origen del Concepto Deporte	Saúl García Blanco	1994	Salamanca	Facultad de Educación Universidad de Salamanca	Articulo	Deporte Y Deporte Social
22	¿De qué Hablamos cuando Hablamos de Deporte?	Pablo Alabarces	1998	Buenos Aires Argentina	Revista Nueva Sociedad Nro. 154	Articulo	Deporte
23	Fundamentación del Deporte Social Comunitario A Partir De Las Categorías Bioéticas: Una Opción Hacia El Mejoramiento De La Calidad De Vida Que Trasciende El Deporte Moderno	Ricardo Duarte Bajaña	2011	Bogotá	Revista Lúdica pedagógica Vol. 2	Articulo	Deporte social
24	El deporte jugará un papel definitivo en el posconflicto	Coldeportes	2016	Colombia	Coldeportes Prensa	Articulo	Deporte y Conflicto armado
25	Cultura y deporte, protagonistas en la reparación integral de los niños	Unidad para la Atención y Reparación	2017	Nariño	Unidad para la Atención y Reparación Integral a las Víctimas- Noticias	Articulo	Deporte y Conflicto armado
26	El deporte, una herramienta de paz para las víctimas en Mistrató	Integral a las Víctimas	2017	Risaralda	Unidad para la Atención y Reparación Integral a las Víctimas- Noticias	Articulo	Deporte y Conflicto armado
27	Tratado Sobre Violencia y Deporte la Dialéctica de los ámbitos Intercondicionales	Unidad para la Atención y Reparación	2011	Colombia	Unidad para la Atención y Reparación Integral a las Víctimas- Noticias	Libro	Deporte y Violencia
28	La Violencia en el Deporte	Antonio Sánchez Pato y María José Mosquera González Dr. Ovidio Fernández Martin	2012	España	Editorial: Deportiva S.L	Libro	Deporte y Violencia
29	Ley 181 de 1995	Congreso de la Republica	1995	Colombia	Editorial: Liberty Drive Congreso de la Republica	Ley	Deporte Y Deporte Social

		de Colombia			de Colombia		
30	Abuso Sexual en el Deporte. Las relaciones de superior a subordinado son sin duda las más peligrosas #abusofueradejuego: UNICEF Comité Español se une al compromiso de la prevención del abuso sexual en el deporte	Julieta Paris	2016	Edic. América	El País	Noticia	Deporte y Violencia Sexual
31	Escándalo sexual en el fútbol mexicano: denuncian abusos a juveniles de los Tiburones Rojos de Veracruz	UNICEF	2018	Madrid	UNICEF Comité Español	Informe Técnico	Deporte y Violencia Sexual
32	La Generalitat actualiza la guía sobre la violencia sexual en el deporte	Ignacio Suarez	2018	México	INFOABE	Noticia	Deporte y Violencia Sexual
33		IUSPORT	2019	España	IUSPORT Asociación Latinoamericana de Ciencia Política (ALACIP).	Noticia	Deporte y Violencia Sexual
34	La violencia sexual en el ámbito deportivo: prevención, detección y atención	ANNA ALMÉCIA	2018	España		Articulo	Deporte y Violencia Sexual
35	Abuso sexual en el deporte: Cuando el depredador es el que te enseña	Diana Navarro	2018	Colombia	Diario el Heraldo ONU Mujeres: Centro Virtual de Conocimiento para poner fin a la Violencia contra las Mujeres y Niñas	Noticia	Deporte y Violencia Sexual
36	Acoso Sexual en el Deporte	ONU Mujeres	2018		Corte Constitucional Colombiana	Informe Técnico	Deporte y Violencia Sexual
37	Auto 092 del 2008	Corte Constitucional Colombiana	2008	Colombia	Secretaria del Senado de Colombia	Auto	Conflicto Armado y Mujer
38	Ley 360 de 1997	Congreso de la Republica de Colombia	1997	Colombia		Ley	Mujer y Violencia Sexual
39	Ley 1719 de 2014	Congreso de la Republica	2014	Colombia		Ley	Mujer y Violencia Sexual
40	Decreto Presidencial 164 de 2010	de Colombia Presidencia de Colombia	2010	Colombia	Presidencia de Colombia	Decreto	Mujer y Violencia Sexual

Anexo 2. Formato Entrevistas Semiestructuradas

UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL DE COLOMBIA

FACULTAD DE EDUCACIÓN FÍSICA

LICENCIATURA EN DEPORTE

ÉNFASIS SOCIAL

SANDRA JULIET SIERRA POVEDA

INSTRUMENTO DE RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN

En virtud del desarrollo de la investigación titulada “AUTOCONCEPTO DE LAS MUJERES VÍCTIMAS DE DELITOS SEXUALES DEL CONFLICTO ARMADO COLOMBIANO DESDE LA PERSPECTIVA DEL DEPORTE SOCIAL” se propone el siguiente protocolo de entrevista semiestructurada, con el fin de comprender lo que acontece con el Autoconcepto de las Mujeres Víctima de violencia sexual en el marco del conflicto armado, antes, durante y después de la implementación de prácticas de Deporte Social.

Es necesario agregar que el presente instrumento se constituye con fines netamente investigativos, por lo que se garantiza absoluta reserva frente a los datos en el mismo consignados.

En consecuencia, se agrega una rejilla para efectos de validación de las preguntas propuestas, de tal manera que se solicita sean leídas y comentadas de acuerdo a su criterio de experto, con las correspondientes sugerencias en relación al lenguaje utilizado, el objetivo general de la investigación y la cohesión y coherencia entre el mismo y todas las preguntas formuladas.

TIPO DE INSTRUMENTO: Entrevista semiestructurada.

TEMA DE INVESTIGACIÓN: “AUTOCONCEPTO DE LAS MUJERES VÍCTIMAS DE DELITOS SEXUALES DEL CONFLICTO ARMADO COLOMBIANO DESDE LA PERSPECTIVA DEL DEPORTE SOCIAL”

OBJETIVO DE LA INVESTIGACIÓN: Comprender la manera en que el Deporte Social actúa en el Autoconcepto de las mujeres Víctima de delitos sexuales del conflicto armado colombiano.

OBJETIVO DEL INSTRUMENTO: Reunir información brindada por las mujeres Víctima de delitos sexuales del conflicto armado colombiano que permitirá comprender lo acontecido con su Autoconcepto antes, durante y después de la implementación de prácticas de Deporte Social en sus cotidianidades.

POBLACIÓN: Mujeres Víctima de delitos sexuales del conflicto armado colombiano de entre 45 y 50 años de edad.

Como estudiante de la Licenciatura en Deporte de la Universidad Pedagógica Nacional, tuve la oportunidad de realizar un trabajo de intervención durante cuatro meses comprendidos entre Mayo y Agosto del año 2020, con mujeres de entre 45 y 50 años de edad, Víctimas de Violencia sexual en el marco del conflicto armado colombiano y domiciliadas en Popayán, Huila y Bogotá. Si bien dicha intervención estuvo mediada por herramientas tecnológicas tales como las aplicaciones de Whatsapp y Zoom, se generó un vínculo entre la investigadora y las mujeres víctimas de modo tal que con la implementación de este instrumento se pretende dar lugar a una mayor manifestación de la subjetividad de estas mujeres en relación a su Autoconcepto y lo acontecido con el mismo frente a la implementación continua de Deporte Social en sus cotidianidades.

Categorías Centrales

CATEGORIA 1 AUTOCONCEPTO

Por Autoconcepto se entiende “la idea que cada persona tiene de sí misma en cuanto ser individual.” (Goñi, E y Ruiz S., 2005, 293). O, dicho de otro modo, refiere al conjunto de

percepciones que tiene una persona de sí misma a partir de una serie de dominios o dimensiones del propio yo, que a su vez se generan como consecuencia de las experiencias previas que cada quien ha tenido. Así mismo, debe señalarse que para efectos del presente trabajo investigativo se tomaran en cuenta como base los dominios físicos, emocionales y sociales del autoconcepto.

CATEGORÍA 2 GÉNERO Y MUJER

Para efectos del presente trabajo investigativo, se plantea una propuesta no binaria de género, en la que primero, se trasciende la diferenciación biológica hembra- macho y segundo, se hace una apuesta por la diversidad identitaria, cultural y/o de orientación sexual de toda persona que se identifique como mujer, para de esta manera contribuir a la erradicación de dinámicas de violencia y discriminación para las mismas.

Por otra parte, no se habla de un arquetipo único de mujer, sino que por el contrario, deben reflexionarse las condiciones históricas, geográficas, sociales y políticas de cada grupo de mujeres, para así, de esta manera poder quizá comprender los problemas que se plantean las mujeres contemporáneas en relación al entorno en el que viven.

Al respecto Sánchez, O (2019, 7) citando a Eskalera Karakola afirma:

“(…) su pretensión homogeneizadora y excluyente que bajo la interpretación de que la opresión de género iguala a todas las mujeres, niega o no habla de la superposición de las opresiones, y del extrañamiento de muchas mujeres con un movimiento feminista con el que se identifican pero cuya agenda y legado histórico resultan, en gran medida ajenos, puesto que no se sienten nombradas y representadas por la mujer blanca, urbana, heterosexual (Eskalera Karakola, prólogo en las Otras Inapropiables, 2004, p. 9).

Entiende entonces, la necesidad de considerar a las mujeres (colombianas para efecto del presente trabajo investigativo) como sujetos políticos heterogéneos con diversidad de “clase, raza e identidades sexuales que definen las relaciones socio sexuales en las que se encuentran (...)” Sánchez (2019, 9)

CATEGORÍA 3 CONFLICTO ARMADO Y VIOLENCIA SEXUAL

Este capítulo pone de evidencia la multiplicidad de manifestaciones históricas de violencia sexual en que se han visto inmersas las mujeres colombianas, (especialmente afrodescendientes, indígenas y Rom), con ocasión al conflicto armado; así mismo, presenta algunas cifras emitidas por parte de instituciones oficiales del Estado, frente a las tasas de victimización de las mismas y su no correspondencia con informes emitidos por parte de organizaciones no gubernamentales como el Centro Nacional de Memoria Histórica.

Por otra parte, esboza algunas de la estrategias propuestas y materializadas por parte del Estado colombiano en el marco de la reparación y garantías de no repetición de lo anteriormente descrito, y la manera en que las mismas se han reducido a una indemnización monetaria e incentivación al emprendimiento de las mujeres víctimas de violencia sexual del conflicto armado colombiano, dejando de lado dimensiones tales como las del autoconcepto.

CATEGORÍA 4 DEPORTE SOCIAL

En esta categoría se presenta en primer lugar, una breve contextualización histórica de las formas en que el Deporte se ha manifestado en relación con las mujeres colombianas y cómo ciertas prácticas de violencia de género se mantuvieron a través del tiempo pese a los múltiples avances que en materia de Género y Deporte se han generado

En segunda instancia, y a partir del contexto que suscita el Énfasis Social de la Licenciatura en Deporte de la Universidad Pedagógica Nacional, surge el interrogante por el lugar y la incidencia que puede tener el Deporte (al constituirse como un hecho social y cultural) en las problemáticas socio- culturales que acontecen en el contexto social colombiano. Lo anterior se propone en el marco de la comprensión y búsqueda de alternativas de abordaje a dichas problemáticas desde la perspectiva Social del Deporte.

En esta dirección, debe decirse que la presente es una propuesta de orden tanto conceptual como metodológico, fundamentada en procesos investigativos y con miras a tener incidencia en las problemáticas suscitadas de frente a las realidades de las mujeres que se han constituido como víctimas de delitos sexuales en el contexto del conflicto armado colombiano, de esta manera se podrá aportar quizá a una mejor comprensión de las

necesidades de este sector de la población desde el área del saber que implica el Deporte Social.

Así mismo, debe decirse que por Deporte Social se entiende un escenario de reflexión, dialogo y deliberación, que puede ser fin y medio a la vez y que además de tener un enfoque poblacional específico, tiene una perspectiva diferencial con la que se busca interpelar los sujetos a quienes va dirigido, en relación a la multiplicidad de realidades que ellos pueden construir a partir de su propia experiencia deportiva.

En este sentido, se plantea un Deporte Social en el que también se generen procesos y escenarios de reconocimiento que velen por el desarrollo y participación democrática en la construcción de los grupos sociales en que se implementen dichas prácticas.

Dicho de otro modo, se trata de generar espacios de reconocimiento por el otro a través de las prácticas deportivas sociales, en las que se prime por el respeto hacia las diferencias y posturas que cada actor tenga dentro del contexto en que este tipo de Deporte sea implementado.

NODOS DE DISCUSION

En este orden de ideas, es necesario mencionar que el presente trabajo investigativo entiende que el sujeto político de este trabajo es heterogéneo. Sin embargo, vale la pena mencionar que para efectos del desarrollo del Deporte social se priorizan los grupos de personas que están en condiciones de desventaja social frente a otros, en este sentido son precisamente las mujeres Víctimas de delitos sexuales en el marco del conflicto armado colombiano, quienes se constituyen como sujetos sociales doblemente marginadas no solo por su condición de mujer, sino también por la violencia sexual que en sus cuerpos se ha ejercido y la constante revictimización a que se ven expuestas por las diferentes instituciones responsables de garantizar tanto la reparación como la no repetición de estos vejámenes.

Llegado a este punto, se reconoce el Deporte como un hecho social y cultural con fuertes incidencias en las dinámicas tanto individuales como colectivas. Lo anterior, se afirma con ocasión a la fuerte representación simbólica que tiene el Deporte, respecto a la

diversidad de tensiones que pone de evidencia en sí mismo y que se generan en el proceso de construcción de identidad colectiva.

Por otra parte, debe procurarse la posibilidad de reinventar las prácticas de Deporte social cada que el grupo de personas en que se implemente lo requiera, atendiendo a las necesidades propias de la misma y haciendo partícipes a todos los sujetos sociales inmersos en ella; lo anterior implica una intencionalidad propia y característica del Deporte social, en la que se generen procesos de transformación socio- culturales.

Lo anterior implica, que la implementación del Deporte social en contextos de mujeres víctimas de delitos sexuales resulta pertinente y necesario para las dinámicas propias de la reparación de las mismas, en la medida que estas mujeres se convertirán en las protagonistas de sus propios procesos no solo de aprendizaje de alguna práctica deportiva, sino que también lo serán en el fortalecimiento y/o mejoramiento de tanto su autoconcepto como de su derecho a la salud física y mental, a través de dichas prácticas deportivas sociales, a su vez haciendo eco en comunidades locales en con miras a la generación de escenarios de reconocimiento y justicia para dichas mujeres.

Preguntas Orientadoras:

De acuerdo a lo descrito con anterioridad y en relación a lo propuesto por (Díaz, L., García, U., Martínez, M. y Varela, M., 2013) se plantea la entrevista semiestructurada como “la comunicación interpersonal establecida entre el investigador y el sujeto de estudio, a fin de obtener respuestas verbales a las interrogantes planteadas sobre el problema propuesto”. En este sentido, se tendrán algunas preguntas base orientadoras, bajo las cuales se desarrollará la conversación con las mujeres entrevistadas, de modo tal que las mismas pueden desarrollarse de manera secuencial o no, de acuerdo a las dinámicas mismas de las narraciones de las mujeres entrevistadas.

Es necesario aclarar que durante el avance de la entrevista pueden surgir mas preguntas que no se encuentran expuestas a continuación, de tal manera que permitan la ampliación de algún relato específico al que refiera la mujer investigada y que resulte fundamental para el desarrollo de la presente investigación

Lo anterior resulta relevante en la medida que precisamente se trata de transgredir la mera observación participante con las mujeres víctimas de violencia sexual en el marco del conflicto armado, en términos de lo que acontece con sus autoconceptos, antes, durante y después de la implementación de las prácticas de Deporte Social, a partir tanto de las dinámicas propias de su cotidianidad como de las implicaciones que tuvo el hecho de desarrollar este tipo de prácticas a través de la mediación de herramientas tecnológicas como el celular o el portátil y mediante el uso de aplicaciones como Whatsapp y Zoom.

Frente a la Coherencia y pertinencia se responde con el criterio (SI) o (NO).

No.	Categoría	Pregunta	Coherencia	Pertinencia	Aprobada	No aprobada	Observaciones
	Romper el Hielo	Mi nombre es Sandra Julieta Sierra Poveda, y el objetivo de este encuentro es poder conocer más sobre tu historia de vida y la percepción que tienes sobre algunos temas, en este sentido, espero que te sientas en libertad y confianza de expresar todo lo que quieras. ¿Cómo estás? ¿A qué te dedicas? ¿Qué te gusta hacer cuando tienes tiempo libre? ¿Tienes algún pasatiempo? ¿Qué edad tienes? ¿Tienes pareja? ¿A qué te dedicas? ¿Qué te gusta hacer? ¿Qué es lo que menos te gusta hacer?					

		¿Qué más puedes contarme de ti?, es decir ¿Hay alguna cualidad que te describa?  ¿Cuáles han sido momentos de tu vida que recuerdas con más cariño y alegría? Y en ese sentido, ¿Hay alguno de esos momentos que recuerdes con más cariño que el resto? ¿Qué sucesos difíciles has vivido? ¿Qué extrañas, qué deseas? ¿Qué opinas de lo que está pasando con las masacres en nuestro país?					
	Conflicto Armado y Violencia Sexual	¿Qué es un conflicto armado para ti?					
		¿Cuál es tu pensamiento y opinión sobre el Conflicto armado?					
		¿Qué significó ser Mujer en el Conflicto Armado? 					

		¿A qué tipo de violencias se ve enfrentada una mujer en el conflicto armado?					
		¿Consideras que la mujer ha sido botín de Guerra?					
		¿Consideras que la violencia sexual puede influir en la manera en que pensamos sobre nosotros mismos?					
							
	Autoconcepto	Para ti ¿Qué es el autoconcepto?					
		¿Qué piensas de ti?					
		¿Se puede cambiar lo que se piensa de sí mismo? ¿Por qué?					
		¿Qué cualidades tienes que resaltas?					
		¿Qué habilidades tienes que resaltes?					
		¿Eres feliz con tu cuerpo?					
		¿Qué te gustaría cambiar de ti misma?					
	Género y Mujer	¿Para ti qué significa ser mujer?					

		¿De qué manera la violencia, de tu contexto, afectó la manera en que te construiste como mujer? 					
		¿Qué conoces de la fuerza de las mujeres para organizarse y luchar por sus derechos?					
		¿De qué manera piensas que el deporte cambia la manera en que la mujer se percibe a sí misma? 					
		¿Te consideras una mujer fuerte? ¿por qué?					
	Deporte Social	¿Qué piensas del Deporte?					
		¿Te gusta hacer Deporte? ¿por qué?					
		¿Eres hincha de algún equipo?					
		¿Te agrada algún deporte?					
		¿El Deporte ha tenido efecto en tus habilidades? ¿Por qué?					

		¿El Deporte ha cambiado la manera en que vives?					
		¿El deporte ha hecho que cambies tus hábitos? ¿ en cuales?					
	OBSERVACIONES GENERALES						

FIRMA: _____ VALIDADO SI: ____ NO: _____

DIARIO DE CAMPO				
Actividad			Fecha	
Hora				
Investigador/Observador				
Objetivo/pregunta				
Situación				
Lugar-espacio	Del practicante		De la población:	
Herramientas utilizadas para desarrollar la actividad				
Personajes que intervienen				
Descripción de actividades, relaciones y situaciones sociales cotidianas				
Observaciones				

Anexo 4. Entrevistas semiestructuradas y categorizadas

ENTREVISTA FULVIA

Julieta: Hola Fulvia, mi nombre es Julieta, aunque ya nos conocemos, debo mencionarte que soy estudiante de decimo semestre de la Universidad pedagógica Nacional, para mí es un gusto saludarte y preguntarte ¿cómo estás? Y ¿a qué te dedicas tú actualmente?

Fulvia: Bueno, mi nombre es Fulvia Chunganá Medina, vivo en Popayán, desplazada del conflicto armado, víctima de violencia sexual dentro y fuera del conflicto armado, hija de una mujer sordomuda, pero pues... tengo una familia que es mi soporte...eh... a qué me dedico en este momento, pues estoy, uno pues por la pandemia en la casa pero me dedico a aprender y a desaprender, hago mucho ejercicio, pesaba 102 kilos y he bajado ya a 75 mmm... cosa que me alegra mucho, me dedico a ayudar a otras personas a través de charlas de ayuda psicosocial, no soy profesional, no tengo un título, pero digamos que los procesos me han ayudado, pero también una mala experiencia que tuve en la vida como fue ser víctima de violencia sexual, dentro y fuera del conflicto armado y bueno pues, todo esto me ha llevado a aprender cosas, herramientas, a cantar... entonces pues ayudo a personas, a jóvenes, a señoritas, a que manejen un poco más las emociones, también les digo pues que hay que tramitarlas porque realmente uno se para es desde las circunstancias, desde la crisis, entonces eso, me dedico a eso, a estar con mis hijas, a aprender de ellas... tengo una nieta que es muy inteligente, está haciendo también con una estudiante de la Universidad Pedagógica Nacional gimnasia artística, entonces la admiro mucho y admiro lo que ha avanzado.

Yo misma me admiro de mí, porque no me quería, no me gustaba verme al espejo, no me gustaba que me dijeran nada porque contestaba con dos piedras en la mano... jajaja...pues, como decimos, sin embargo, me volví en este proceso más humana, mejor mujer, mejor persona y bueno pues todo eso también va a acompañado de la edad, ya tengo casi 54 años, ya creo que la madurez hace que uno se transforme para cada día estar mucho mejor.

Julieta: Bueno, mil gracias, me encanta tu presentación, me puedes contar por favor ¿Qué te gusta hacer?

Fulvia: bueno, eh digamos, mi rutina por ejemplo es, claro está, levantarme, el baño, eh, organizarme, arreglarme y me voy a caminar por acá en un lado que se llama la variante y camino 40 minutos, una hora. Llego a la casa y bueno pues, hago el desayuno y mientras estoy haciendo el desayuno o un jugo, estoy escuchando audiolibros, estoy escuchando conferencias, me gusta mucho escuchar conferencias, me he metido en muchos curso en a Universidad del Cauca para trabajar por la memoria histórica, estoy haciendo otros de liderazgo internacional entonces estoy muy pendiente de las tareas que hay que hacer...mmm...estoy estudiando el bachillerato, eso también me tiene contenta, porque ya llevo, eh, desde Agosto estoy estudiando con el Instituto Bolivariano de Bogotá, que también es virtual, así que cuando avanzo un poco en los quehaceres de la casa, me siento, aprendí a

manejar Word, Excel, aprendí a manejar todo lo que son las guías, a descargar trabajos, a investigar en Google, a leer, a irme atrás a la época de la Antigua Grecia, o sea a aprender mucho, pero también a desaprender y así poco a poco va pasando el día, ayudo un poco a mi nieta, a mis hijas, pues no salgo... pues, de repente voy a donde mi madre y me estoy con ella, jugamos, eh, ella teje mucho, ella es sordomuda, entonces con ella digamos que los diálogos no son muy amplios. Voy a donde mi hijo también, donde mis hermanos, y vuelvo a casa, sin embargo, pues siempre estoy en un constante aprender, me gusta mucho ver el amanecer, el anochecer, soy amante a la naturaleza y amando la vida como debe ser.

Julieta: Okay muchas gracias y ¿tienes algún pasatiempo adicional a todo lo que mencionaste?

Fulvia: Bueno yo, digamos que a veces sí nos vemos una o dos películas con mi nieta, nos gustan las películas digamos así como cristianas, películas de vida, de historias de vida, como basadas en la vida real, pero como les parece que tengo TikTok jajaja, ese es mi... eso también me ha convertido, de eso también he sido polémica en la familia porque les da pena, dicen que no que como se me ocurre hacer eso, que eso es para los jóvenes y yo les digo “ustedes vieran como me divierto”, pero qué es lo bonito de esto, que a mi me escribe mucha gente que me agradece lo que yo les digo, eh, les hago... en estos días hicimos un en vivo de ejercicios, con unas mujeres de Guatemala, pero a ellas se les cayo, estuvimos como cinco minutos y para mi fue una experiencia muy bonita, entonces digamos, tengo TikTok y cuando no estoy, me la paso viendo, me gusta mucho ver también y hacer mis videos, así que me encuentran como Ful2677 jajaja...

Julieta: Jajaja listo yo te sigo, ¿y estas mujeres de Guatemala, como llegaste a ellas? Y ¿por qué hacer un en vivo de Deporte?

Fulvia: Digamos que una de esas mujeres hace parte de SEMA, de la red global de la cual yo hago parte, porque soy tamborera del Cauca, digamos hago parte de una organización de aquí del Cauca, otra nacional que es red de Mujeres Victorias y Profesionales y acabamos de iniciar una que es la Plataforma de Mujeres Territoriales, pero también hago parte de una Red Global con mujeres de muchos países, entonces, una de ellas es compañera mía y yo la invite y ella invito a otras a migas, entonces cuando ella me conoció yo era muy gorda, en el 2017, entonces ellas me dijo que yo cómo había bajado de peso, entonces yo le conté, le conté de la Carrera de la Mujer por la Paz en Bogotá, la carrera Unicef, la Carrera de la Mujer Norte-Caucana y pues con mucho gusto le conté de que estaba haciendo ejercicio contigo, y pues que lo había cogido como habito, porque realmente...mmm... todo es un hábito, inclusive, estar en la casa haciendo nada, se convierte en un habito que no...entonces les conté eso y me dijeron que les gustaría que yo les dijera cómo, entonces lo hicimos, seis mujeres y pues ahí estamos, y ese es uno de mis pasatiempos bonitos, pero también hago videos de unos cinco o diez segundos de superación personal, entonces, en TikTok o pues ¿, ahora tengo Instagram jajaja...

Julietta: Listo y ¿hay alguna cosa que no te guste hacer?

Fulvia: Mmm... qué no me gusta...pues, (espérame abro la ventana que acá esta haciendo mucho calor), a ver, no me gusta tomar trago e irme a... mmm en estos días me dijeron que yo era anti-chévere, yo les dije “bueno, ese es su pensar y lo respeto” porque me dijeron “toma con nosotros” yo les dije “yo les recibo un trago pero no soy... me tomo un vino pero ahí, pues sí, sino pues...pero no soy de sentarme ahí”, entonces que por eso dicen que yo por eso me volví...no, no, no...yo antes soy muy chévere, entonces no soy de, o será que no he tenido la oportunidad, pero no soy de sentarme a tomar trago, no, no soy, nunca me ha gustado.

Julietta: Cuéntame algunas cualidades que te describan por favor.

Fulvia: Cualidades, soy muy alegre, ahora, jeje, también, espiritual, me gusta mucho la relación con el otro, no tiene nada que ver con el otro, no tiene nada que ver con la religión, sino una relación que llevo inclusive con el medio ambiente, ahorita estoy pasando por una experiencia bonita, digamos una lección: hace, como em Mayo hice una donaton a ayudar a una gente a darles unos mercados y resulta que yo tenía unas papas afuera en unas canastas y repartí y resulta que algunas se fueron por unos huequitos que hay en el patio y pues yo nunca me di cuenta, uno lava y barre y ya, nunca me di cuenta, cuando comenzaron a salir por medio de las rendijas y están muy bonitas, y yo decía que, en serio le da a uno que en medio de la adversidad renace la vida y no las quiero cortas y me dicen “vea se le entró el monte” y yo les digo “ no, eso es papa” jajaja, “¿Cómo así que papa?” si, dentro de la casa y ahí están jaja, y están bien verdes, yo quiero verlas florecer, no creo que las pueda cosechar porque pues eso esta sellado con cemento y todo peor por ahí nacieron, entonces digamos que jajaja, eso me da lecciones de vida, eh soy muy divertida si, cualidades también, que soy, me gusta mucho la labor social, me gusta ayudar a los demás, creo que en eso me destaco mucho, con toda la humildad y digamos un compromiso que tengo que es ayudar a quienes de verdad me necesiten, a quienes de verdad veo que se, uno siente como que se ahogan en algo poquito, de cosas, entonces yo les dije en estos días, mire, a veces eso es como cuando uno se imagina... los que han estado en el mar, que se ahoga en eso remolinos, no en las olas es que se llaman, sin embargo más allá de las olas hay uno océano por descubrir entonces eso es lo que me, es lo que yo siento.

Julietta: Cuéntame por favor algunos de los momentos de tu vida que recuerdes con mucho cariño

Fulvia: Digamos un poco de mi niñez, es como digamos, sentirse uno triste, pero a la vez lo recuerdo con mucho amor, cuando era muy niña y me robe, bueno no me robe, yo me encontré, pero en el fondo sabía que esas chanclas tenían dueño, yo me encontré unas chanclas, en un rio y tenían dueño y yo me las coloque y me quedaron perfectas, yo siempre anduve descalza en el campo y estudiaba descalza y esas chanclas me quedaron como

mandadas a hacer jajaja, eh, digamos tres días después apareció la dueña y me castigaron por todo el pueblo, delante de la gente en el colegio, fue terrible porque creo que a partir de ahí hasta rabia le cogí al estudio y cuando mi papá (que no era mi papá) me vio así toda golpeada, echando sangre y marcada, el me dijo “le voy a comprar unos zapatos” y me abrazó y me dijo “yo no le pego porque yo a usted la recogí en el suelo”, entonces es lo mas lindo y eso me marco a mí, que ese día supe que alguien me quería independientemente si yo hubiera hecho un daño, un mal, entonces eso para mí fue muy bonito, sin embargo yo le cogí rabia al estudio, yo no estudie sino hasta quinto de primaria.

Eh otro que me hizo muy feliz, digamos, fue... todos, todos mis hijos han sido una bendición, pero mi hijo, único varón, el medico me dijo un día, bueno, el se enfermó, para resumir, el medico me dijo llame a la familia para que se despidan porque ya no hay nada que hacer por él, entonces me hizo un dibujo, me habló que se le había necrosado el páncreas, que tenía una peritonitis, pancreatitis aguda severa y pues ya no había nada que hacer y se estaba muriendo, entonces pues yo, para mí fue demasíadamente impactante que a una madre le diga eso, entonces vino un médico y me dijo “se lo voy a operar pero no le garantizo” y yo creí en Dios, no el no que dijo el hombre sino en dios y lo opero, estuvo casi mes y medio con vida artificial y le estoy hablando, eso fue en el 2012 y en este momento tiene 25 años y es un joven muy sano, eh, digamos que esa fue una de las cosas de todos, de tantos milagros que he recibido de Dios, para mi vida.

Y otras cosas que me han hecho alegre es como me doy cuenta que el dinero es muy fundamental en la vida, claro que sí, pero me he atravesado el Océano Atlántico en el mejor avión de Europa jajaja, he estado con la Duquesa de Luxemburgo, y todo el mundo con mucho billete y yo sin plata, estuve en un coversatorio muy, de alto nivel con la Duquesa de Luxemburgo y creo que yo tenia el vestido mas barato, sin embargo me dijeron “donde compraste ese vestido tan hermoso” la gente siempre me decía “¿y ese vestido donde lo compraste?”, me lo ayudo a comprar una compañera en Bogotá, entonces no es, es como cuando uno ve la hora en un reloj de 20 millones y yo veo la hora en un reloj de 10 mil pesos, entonces son todas esas cosas bonitas que yo he aprendido a diferenciar pero que me han hecho muy feliz y muchas cosas más.

Hacer deporte, cuando llegue en la Carrera de la Mujer, yo no quería llegar a la meta, yo no quería llegar porque, a todo mundo lo recibían, y yo... ya me faltaban, además iba como entre las ultimas, ya con los que van bar4eindo, imagínese jajaja, entonces sentía mucha vergüenza, pero yo dije, mm, no, un señor me dijo “no se preocupe, avanzo 9 km y le faltan cinco pasos” me dijo, y yo ya me iba a salir y un señor que yo no conocía me impulsó, entonces yo, como que me hubieran puesto algo y corrí, y adelante estaba el profesor Efraín e la Universidad Pedagógica Nacional, me tomó fotos, me aplaudía, me hicieron llorar, ahí estaban las mujeres de Soacha recibíendome, Pilar Rueda que gritaba mi nombre, entonces, eso me hizo muy feliz y me colgaron la medalla, entonces creo que, entendí que la vida no es una competencia, sino llegar a la meta.

Julietta: Ay me encanta eso que dices, que emotivo, me identifico, porque como bien sabes a mí también me gusta mucho ese deporte y por eso quise implementar esas practicas con ustedes.

Fulvia: Exacto es que no se trata de llegar de primeras sino, la satisfacción de saber que lo logro, es que no todo el mundo corre 9km, 3 km, es que no es fácil y lograrlo es una satisfacción muy grande.

Julietta: Totalmente de acuerdo contigo, también quería preguntarte si me quisieras contar algunos sucesos que no recuerdes con tanto cariño, no sin antes mencionar que para mí no es muy grato tener este tipo de conversaciones mediadas por una pantalla, pero bueno, es lo que tenemos en este momento.

Fulvia: Primero que todo quiero decirte que no te preocupes y que yo doy gracias a Dios por todo lo que ha pasado en la vida, por conocerte, por conocer la Universidad Pedagógica y personas maravillosas como tú y bueno, pues dada la situación, lo mejor que podemos tener es la virtualidad y una entrevista a través de la virtualidad, pues yo sé que estoy con personas que se ponen en mis zapatos y que también por medio de esta pantalla, quizá muchos me vean, me escuchen, entonces para mí no es nuevo y creo que eso también hace que perdamos un poco de temor a las cámaras jaja...

Hay cosas en la vida que... y digamos el ser humano tiene la tendencia de recordar todo lo triste, todo lo triste, eso sí, con fecha, con hora, con...y se lastima y se latiga y todo lo que implica recordar lo doloroso. De niña fui muy castigada, ¡muy castigada! Por mi mamá, a quien amo mucho, quizás... nunca es tarde, pero quizás comencé a quererla cuando yo ya casi era una señorita, casi me iba a ir de la casa, tenia casi... entonces yo ya me estaba volviéndome, como odiándola a ella, mmm pero pues, eh, me pegaban pues porque sí, porque no y por sospecha, pero no solamente me pegaba mi mamá, me pegaba mi tía, me pegaban mis primos, y el único que estuvo ahí para mí, para abrazarme y para llorar conmigo fue mi papá, es que.... (llora) y ¿sabe qué es lo que mas me duele? (llora), que yo nunca le dije te amo y no está, él fue el que me crio, me dio su apellido, que muchos ni lo pueden nombrar, soy Chunganá jaja, eh, pero él fue el que estuvo ahí, a el no le gustaba, a el no le gustaba que me pegaran porque decía que yo era avispada.

Yo cantaba mucho, me gustaba cantar en las lomas, y me hacían callar, me decían ridícula y bueno pues así, y él me apoyaba, eh, eso pues en mi niñez y pues finalmente yo digo que como que a todo niño le dan juete, le dan o lo sostienen, a veces uno dice “si a mí no me hubieran tratado así quien sabe quien fuera yo” porque la crianza de ahora es muy diferente a las de nosotras, bueno con relación eso a mi niñez.

Ya después me fui con la persona que me propuso que me fuera, yo no lo hice tanto ni por amor sino por salvarme de tanto juete, entonces sin embargo con esta persona duramos como quince años, tres hijos, uno se murió, dos hijas y un hijo, entonces digamos que esas es un

parte bien porque tengo mis hijas pero digamos que viene la... una historia que se me parte la vida en dos y es en 1990 cuando fui víctima de violencia sexual, realmente eso marca un antes y un después, si hubiera sabido que eso que, que a mí eso que me paso aquel día, yo lo podía hablar, yo hubiera tenido este apoyo de ustedes, quien sabe, a lo mejor yo sería, yo no puedo decir una presidenta, o tener un cargo muy alto donde hubiera podido ayudar, para que no se violaran las mujeres, pero calle, me daba cuenta de lo que pasaba y hubo un temor, mucho miedo por más de 23 años, y eso prácticamente es una vida entera en las cuales uno se pierde muchas cosas bonitas como ver crecer sus hijos, mis hijos no saben lo que es una fiesta de quince años, solo la última, mi hijo, a nosotros nos enseñaban que los hijos tenían que hacer la primera comunión, que la confirmación, bueno, eso no paso con mis hijos, eh, entonces uno ese, ellos dicen “por usted”, en algún momento mi hija me reclamó, “por tu culpa, no sé qué, por tu culpa”, entonces eso es incómodo, eh, la violencia sexual impacta mucho en la vida de las personas, en la vida de las mujeres, en la economía, en lo psicológico, en la educación y por su puesto en la salud, yo estuve hospitalizada a consecuencia de eso, por una enfermedad que para mí fue muy, muy como vergonzosa, sin embargo yo no tuve la culpa, me sané, pero bueno, eso fue lo feo que me paso y que marco mi vida por más de 20 años, marcó quizá mi vida negativamente, donde perdí la mejor oportunidad de ver surgir a mis hijos, cuando abrí mis ojos ya mi hija mayor se había ido, de hecho se fue con un hombre maravilloso, y lo mataron, y yo me quede como que... estaba yo sumida en esa tristeza, y mi hija entra en ese episodio, entonces creo que romper el silencio, hace que uno rompa con muchas cosas para que esas cosas feas, no pasen o si siguen o pasan, ya uno aprenda también a tramitarlas.

Un escenario donde se violentó, se violó a la mujer campesina y todo eso y rompimos el silencio, muchas, algunas no, pero cuando eso sucede, resulta que las niñas, las mujeres que están dentro de sus casas comienzan a hablar y es donde nos damos cuenta que la violencia sexual esta en los lugares donde son protectores, que esta, la casa, el colegio, la universidad, y es ahí donde nos damos cuenta por que muchas mujeres se fueron a los grupos armados, otras se quitaron la vida, otras se metieron a la drogadicción, a la prostitución, bueno, cantidad de consecuencias.

Yo fui víctima fuera del conflicto armado y es, creo que es dolor más fuerte que tuve emocionalmente, porque uno no cree, no se imagina, que uno llegue a querer a una persona y que esa persona haga eso, sin embargo, yo intente como justificarlo, porque decía, no es que estaba borracho, pero no, eso pasa, y tristemente paso en mí, pero pasa con muchas mujeres, entonces es una forma de nosotras prevenir, para que las personas que se sientan amenazadas, las niñas, niños, adolescentes hablen, denuncie, y que eso no les afecte, o sea que eso no se llegue a dar y si se da que epa que hay unas historias más aberrantes y que las puede llegar a tramitar para que no cometan malas decisiones.

Julieta: Bueno Fulvia, pues muchas gracias, porque se de entrada que no es sencillo recordar momentos difíciles y estamos aquí dando este gran paso de confianza en la que me cuentas

todo esto. Y bueno, tú haces mención de un conflicto armado, entonces me surge a mí la duda de ¿para ti qué es un conflicto armado?

Fulvia: bueno, yo vine a saber lo del conflicto armado ahora, ahora último, puedo decirte, desde el 2014, yo viví en el pueblo Uribe Tambo, Cauca mas de 25 años, nací y me críe allá, nunca supimos que estábamos en un conflicto armado, viendo la guerrilla matar la gente, escuchando porque no teníamos televisión, escuchábamos noticias de las masacres, de los falsos positivos, en ese tiempo no se llamaban falsos positivos, no, encontraban, un supuesto, un guerrillero con las botas pero, porque nos dimos cuenta que era falso positivo, porque tenía las botas al revés, porque, bueno se sabía que, bueno, porque tenía las botas limpias, o sucias, una cantidad de cosas, pero me doy cuenta del conflicto armado ahora después, nunca supe qué era un conflicto armado, que me di cuenta de del conflicto armado, que es digamos como una división, un tema de poder, pero también de ideologías, y yo no estoy de acuerdo con las FARC, no, porque si, digamos, si no se hubiera metido el narcotráfico, en medio, pensaría yo, que se hubieran avanzado muchas cosas, claro esta que sin matar la gente, pero aquí en Colombia se ha logrado el poder a través de las violaciones de los Derechos Humanos, entonces, digamos que eso ha sido un conflicto, y el conflicto armado ha generado toda clase de divisiones, tanto políticas como religiosos y todo lo que tiene que ver con la sociedad, ahora, inclusive las familias están divididas a causa de todo el conflicto armado porque por ejemplo hay victimas de las FARC, victimas del paramilitarismo, entonces dicen que la JEP prefiere a los de la...bueno, eso es un enredo, el conflicto armado es lo peor que le pudo haber pasado al país, pero yo estoy segura que la paz la vamos a lograr, aunque parece más difícil construir la paz, que la misma guerra, ero la vamos a alcanzar tarde que temprano, o mas temprano que tarde.

Julietta: En esa medida de lo que tu me comentas, ¿tú qué piensas que significó ser mujer en el conflicto armado?

Fulvia: Bueno, ser mujer en el conflicto armado en ese tiempo, primero, pues no sabíamos qué era el conflicto armado, tampoco, pero ser mujer era peligroso, o sea, digamos, si ya fui victima de violencia sexual en ese momento, yo me daba cuenta que le estaban haciendo a otra compañera, a otra a miga, mejor dicho una vecina, una conocida, era terrible, entonces yo decía, pobrecita esas mujeres que tienen hijas, porque eso van así, era como... por ejemplo, por la mañana mataban un señor y eso era, o sea que a quien le tocara por la tarde, y pues preciso, a Fulano de tal lo mataron, delante de nosotros lo hacían, entonces, así mismo era la... entonces ese miedo, esa angustia, porque decía uno, ¿cómo así?, es terrible uno ser mujer, porque nos van a violar y si digamos la cosa ya se ponía dura pues, sencillo, un tiro en la frente o donde fuera y ya, las mataban, entonces, eh, nunca vi que hubieran matado una mujer en el pueblo por eso, pero si me di cuenta de que las violaron, entonces era muy miedoso ser mujer, en esa época, pues hablo de 1989, 90, 91 más o menos.

Julietta: ¿Y a qué otros tipos de violencias estaban expuestas las mujeres?

Fulvia: A todos los tipos de violencia, expuestas a todas las violencias porque realmente digamos, había que acceder a que, ellos entraran a tu casa a cocinar, si tú tenías la posibilidad de tener un carro había que pasárselo, si o si para que ellos llevaran su mercado, eh, también había mucho maltrato psicológico, pero también eso lo hacía la misma comunidad, porque el mismo sistema lo ha permitido, de que la mujer sea pordebajada, entonces la mujer no tenía derechos, solamente el hombre y eso también se enmarcaba dentro del conflicto armado.

Julietta: ¿Y cómo así que no tenían derechos? ¿A qué te refieres específicamente?

Fulvia: Por ejemplo, eh, muy puntual el caso mío, mi mamá es sordomuda y yo no se a ella quien le dijo que yo solamente tenía que crecerme así, grande (realiza lenguaje de señas simultáneamente) para tener hijos, que yo no podía trabajar porque eso era para los hombres, o sea, en señas me decía que eso era para los hombres, por ejemplo, si en algún momento queríamos hacer algo, la verdad el tema de ser mujer viene a salir es gracias a las que muy anteriormente lograron desde el voto, pero también desde la visibilización de que nosotras tenemos derechos a muchas cosas, a estudiar, a manejar, incluso un carro y bueno por ahí, en algunos espacios a nosotras no se nos permitía por solo hecho de ser mujer, nosotras, yo quería jugar fútbol en el pueblo... “no, no, no porque usted es mujer”, solamente servíamos para hacer barra, y pues bueno, hacíamos barra y ya, entonces mas o menos es eso así.

Julietta: tú me comentas que estuviste inmersa en el conflicto armado y que como tal no tenías conciencia de que era un conflicto armado, pero ahora que lo sabes, quisiera que me comentaras por favor, ¿de qué manera piensas que te afectó esa violencia sexual que sufriste durante el conflicto armado en relación a la manera en que te sentías con tu imagen, tu cuerpo, etc.?

Fulvia: Totalmente, eso es un daño que muchas aun no lo han superado, es cierto, eso es irreversible, porque digamos uno puede decir, no, yo ya lo supere, mentiras, eso no se supera así, porque hay episodios en la vida cotidiana que te regresan quizá a ese momento, y no es tanto la... sino, como el terror, algún olor, alguna característica que hace que uno recuerde y le de ese miedo, esa angustia o quizá esa rabia o ese asco. ¿De qué manera me afectó? Profundamente, en mi vida cotidiana, eh, alguna vez, una hija me dijo, que se sentía muy sola porque pues la verdad yo me dedique a trabajar, a trabajar para ellos, pero no tuve el tiempo para dedicarles a ellas, los sobreprotegía porque me daba miedo que les fuera a pasar algo, pero también los castigaba muchísimo, yo me consideraba mala, y me da mucha tristeza; me afectó digamos mi desarrollo personal siempre, no... yo decía “no, es que yo soy pobre, es que yo no tengo ropa, es que soy”, o sea me quejaba mucho de la vida, de las circunstancias, del marido que me había tocado, de la casa donde me toco vivir, o sea es terrible como eso afecta mucho, porque digamos, la ciudad es bonita, pero en el campo nosotros no pagábamos ni luz, ni agua y muchas ocasiones solamente comprábamos la sal, llegar a la ciudad es transformarse totalmente, pero t no llegas a una ciudad a vivir en tu casa, o sea hay que pagar un arriendo, hay que comprar estufa, empezar, por ahí, camas, entonces, digamos que la vida

nos cambia, sin embargo es una nueva oportunidad, que uno tiene que acoplarse e ir a la par incluso con la tecnología, entonces creo que es, eh, uno añora el campo, por ejemplo en este tiempo y en todos los tiempos, sin embargo, ha sido una oportunidad para mi desarrollo y para crecer como persona, para crecer como mujer y para servir a los demás, pero si afecta mucho el conflicto armado a la vida cotidiana de las familias.

Julieta: ¿Y sientes que ese conflicto y esa violencia afectaron la manera en que tu percibías tu cuerpo como tal?

Fulvia: Totalmente, yo hasta ahora, yo, digamos usted me ve a mi con este vestidito de tiritas porque me hace calor, pero yo, digamos, eh, no soy capaz de desvestirmele a un hombre, no, por mucho que me diga que me quiere, que me ama, porque eso me pasó, digamos con el primer, con el papá de mis hijos fue la misma vaina pero para mi no era... con la segunda persona con quien me casé también estuve siempre tapándome, una cosa que no, no, no y no he podido con eso, entonces, digamos, es muy complejo, como eso impacta en la vida de uno, porque no es que yo no me quiera, porque yo aprendí a quererme como soy y bueno, creo que la vida me ha enseñado que yo soy unca y que esto que tengo aquí es un resultado de todo lo que me ha pasado y que a parte de la violencia sexual, pues tengo mis hijos y que lo gordita, las cicatrices mas bien es como eso de mis cicatrices en mis cesáreas, pero no mayor a que ay que me dé la depresión, no; y pues no tengo pareja, o sea que eso me tranquiliza.

Julieta: Bueno, entiendo, muchas gracias, quería preguntarte algo en relación al deporte, porque como me comentas que ahora hace parte de tu diario vivir, quisiera que me comentaras si piensas que el deporte cambie la manera en que percibes tu cuerpo.

Fulvia: totalmente, digamos, yo no me le... no sé, porque como no tengo pareja no sé, pero me pongo un vestido de baño y ya no me da pena, digamos antes me daban pena las piernas, no, ya no, me encantan, yo tengo mis shorts, eh, soy feliz cuando voy en la variante, es muy bonito porque me siento bien, o sea yo antes era que ay que la pena, no, ya no, me siento muy bien y el deporte es lo mejor que uno puede invertir en uno, en el cuerpo, porque es que eso le permite que el cuerpo y la mente y todo tenga una transformación porque voy caminando, voy oxigenando, y voy sacando cosas que... y me gusta, me encanta mucho y es que ya dejaron de dolerme las rodillas, me dolían los tobillos y ya no.

Julieta: A propósito de eso que planteas ¿sientes que el deporte ha mejorado tus habilidades?

Fulvia: Mucho, imagínate que yo no me subía a una escalera jajaja y en estos días estaba en una atacadera los vecinos y yo dije bueno que será y yo decía no, yo no soy capaz de subirme a una escalera y dije, pero bueno, si no lo hago yo ¿Quién más? Y me trepe como si nada, por allá y fue muy chévere porque no pasó nada, o sea, me subí, me bajé y dije uy que chévere, lo otro es que también me sirve inclusive, ya me puedo amarrar los zapatos, es bacano, o sea, es muy, la sensación es muy chévere, yo me pregunto ¿Por qué a la gente no le gusta y prefiere dormir?, no si es que para eso tenemos la noche, y me desconecto y duermo bien

rico y lo mejor es invertir en el cuerpo porque incluso dejé de tomar tanta pasta, tomaba seis pastillas para la tensión, ahora solo me tomo dos, imagínese. Yo digo, todo lo negativo lo he vuelto positivo, que sí, yo como ser humano tengo mis bajonazos, por supuesto, pero también aprendí a tramitarlo y les doy plazo, a mi no me van a tener agobiada todos los días no, no, no, o sea si voy a llorar me pego una llorada, me encierro, y me quedo dormida y me levanto bien.

Julietta: Bueno mi querida Fulvia, otra pregunta que quería hacerte es ¿para ti qué es el autoconcepto?

Fulvia: Autoconcepto...dijo un señor, interesante jajaja... es algo como para mí, ¿sí?, autoconcepto es lo que yo pienso, es mi concepto de lo que digo y hago, es el concepto de lo que expreso, quiero decir que es mío, nunca había escuchado hablar de eso, para mí es por ejemplo, si tu me dices, cual es el concepto de esta botella, yo te lo digo, pero cuando hablo de autoconcepto, siento yo que se refiere a algo mío, de lo que yo dije y de lo que yo exprese.

Julietta: Listo Fulvia, perfecto, muchas gracias, pues precisamente el autoconcepto se refiere al concepto que tienes de ti misma, pero en muchas dimensiones, en tu aspecto físico, social, emocional, etc. Te hago la contextualización porque precisamente como les he repetido en varias ocasiones, es uno de los ejes centrales de este proyecto. Muchas gracias por responder. Ahora, una vez dicho esto, me puedes contar por favor ¿hay alguna cosa de ti que te gustaría cambiar?

Fulvia: Pues a ver, yo quisiera cambiar lo que te digo, no sé si a mi vida va a llegar una pareja o no, un hombre que me... no sé, no sé, no sé, y que yo pueda decir bien, eh, como que... pues no he tenido todavía ese momento, pero eso me gustaría cambiarlo, porque creo que la belleza de una mujer no está ni en la ropa ni en un maquillaje, sino en la forma de ser, entonces creo que es eso, pero porque soy yo la que me limito, soy yo la que prefiero no aceptar por el temor de pronto a desnudarme pero eso lo quiero cambiar y sé que lo voy a lograr.

Julietta: ¿Me quieres contar habilidades que resalten de ti?

Fulvia: Habilidades, hablar mucho jajaja, aconsejar a la gente, a las niñas, pero también escuchar, me gusta mucho escuchar porque cuando uno escucha aprende, y toma, como dices tú, conceptos y herramientas para en otra oportunidad ayudar a otras personas, otra habilidad que me caracteriza es leer, pero eso lo hice ahora y cantar me gusta mucho, cantar, me la paso por ahí cantando, no soy profesional pero sí, es más, en estos días voy a grabar, no sé si ¿has oído hablar de la “canción sin miedo”, de Vivir Quintana de México?,

Julietta: ¡Sí, claro! que sí, de hecho, también estoy en un proyecto en el que vamos a grabar también esa canción.

Fulvia: Yo lo voy a grabar, inclusive voy a ver si me lo graba Lorena, para que tú la escuches ahí, ojalá me lo permitan, voy a cantar esa canción, esa es uno de las que he estado entrenando para cantarla, pero entonces la estoy cantando con... si tiene mucho de lo que canta Vivir, pero le meto cosas de las mujeres del Cauca y el contexto de las mujeres de Colombia.

Julieta: Igual cuando ustedes tengan esa canción y si me lo permiten, me gustaría ponerla en el documental que vamos a hacer, pues si ustedes lo permiten.

Fulvia: Sí de una, es lo que yo quiero hacer, estoy alistando mi vestido blanco porque para cantarla me quiero poner de blanco y bueno, tocar el tambor, eso si es lo que me encanta, me gusta mucho, es una de las cosas que también le cogí como el tiro para cantar junto a mi tambor sonoro.

Julieta: ¡A mí me encanta! Igual como tu te ves con Lorena mañana, todo lo que tu quieras grabar de ti, tocando, cantando, que nos hable de ti y de la Fulvia de ahora, bienvenido, porque la idea es mostrar como fue tu proceso de crisálida, es decir, somos conscientes que antes se sufrió y se vivieron cosas muy complicadas, porque nadie desconoce tu dolor, todo lo contrario, por eso es que tu eres un referente y nosotros ponemos los ojos sobre ti, porque realmente hiciste y aun haces un proceso de Ave Fénix, entonces todo lo que puedan grabar, háganle, y mi Fulvia querida eso era todo lo que te quería preguntar por hoy, no sé si quieras agregar alguna cosa.

Fulvia: Bueno sí, agregar, antes que todo, a Dios pero también a ti por escogerme, a la Universidad Pedagógica Nacional, creo que siempre la menciono mucho en mis espacios, al profesor Efraín, a su esposa, a ustedes, a varios de la Universidad Pedagógica que fueron mi soporte para yo empezar a caminar, a correr, yo no soy atleta, no soy deportista, sin embargo soy ese ejemplo para muchas mujeres, eso no tiene nada que ver, de ser delgadas o algo así no, eso tiene que ver más que todo con un hábito, pero también de salud.

Que el ser víctimas de violencia sexual no nos impide transformar nuestras vidas, no nos impide soñar, reír, no nos impide cambiar imaginarios y transformarnos para potencializar todo lo que tenemos dentro nosotras que somos mujeres, que somos berracas, que todo lo que hemos hecho en la vida ha sido muy fuerte, a pesar de a ver sido así, de las circunstancias, de todo lo que implica eso veintipico de años, impactos en mi vida, hubo cosas que quizás las he olvidado, pero son las cosas que también he abarcado positivamente en algunos aspectos y que la vida continua, que lloviendo y haciendo sol la vida es bella.

Las mujeres que son víctimas de violencia sexual denuncien, pero que no se queden solamente con la denuncia sino que busquen espacios de superación, que nosotras somos un referente, pero que con profesionales como ustedes podemos lograr tener una mejor calidad de vida, que le invirtamos al conocimiento, que le invirtamos a la salud por medio del deporte, que es lo mejor, lo mejor, porque eso inclusive mejora hasta la memoria para aprender

muchas cosas que se están descubriendo gracias también a la tecnología y como yo digo en mi escritura: ¡a pesar de todo aquí estoy puesta, los pájaros sueltos y mi alma de fiesta!

Julieta: Muchas gracias por todo mi querida Fulvia, eres un amor.

ENTREVISTA SIRIS

Julieta: Hola Siris, mi nombre es Julieta, aunque ya nos conocemos, debo mencionarte que soy estudiante de decimo semestre de la Universidad pedagógica Nacional, para mí es un gusto saludarte y preguntarte ¿cómo estás? Y ¿a qué te dedicas tú actualmente?

Siris: Bueno, gracias a dios estoy muy bien, yo soy auxiliar de enfermería, trabajo con la Cruz Roja, hago turnos y soy referente étnico de la Alta consejería, en este momento estoy alternando los dos trabajos, el fin de semana en la Cruz Roja y de Lunes a Viernes estoy con la Alta Consejería de Víctimas en los centros de atención para víctimas o centros de encuentro que se llaman ahora.

Julieta: Ok súper, y... ¿tú tienes algún pasatiempo? ¿qué te gusta hacer en tu tiempo libre?

Siris: Por eso, lo que pasa es que yo no tengo tiempo libre, así que digamos, muy poco porque siempre estoy atendiendo a las personas, a víctimas, que digamos me llaman cuando tengo que hacer conexiones con otras lideresas de otras ciudad de Colombia, de barranquilla, de allá del sur de Bolívar, de la Guajira, también tengo conexión, con el Chocó, que allá lidero, también tengo una fundación que se llama Seres de Vida y Esperanza, donde también ayudo a víctimas en todos sus procesos de orientación y de todo lo relacionado con cualquier tipo de servicio que necesite, también pertenezco a la Asociación de Mujeres Víctimas Emprendedoras que también es encargada de...nosotros hacemos declaraciones y denuncias y también siempre apoyamos a las mujeres en cualquier tipo de violencia o necesidad que se les presente, porque siempre las orientamos, las enrutamos y las direccionamos según las necesidades. También digamos, siempre estoy al servicio de todo el que me necesite.

Julieta: Entiendo, pero...a ti ¿qué te gusta hacer? Por ejemplo, bailar, caminar, tejer, leer...etc.

Siris: Pues ahora estoy haciendo mucho ejercicio, que ya lo volví una rutina diaria, digámoslo así porque ya también lo puse entre mis prioridades, cuando no estoy con la entrenadora, estoy yo también sola, entonces me levanto y hago mi rutina de ejercicios porque ya lo puse como una prioridad en mi vida por todo lo que me ha ayudado de forma física, por salud, y también porque me ha ayudado psicológicamente, entonces siempre ha sido, ahora lo tengo como una de las cosas que más me gustan para hacerla diariamente o la alterno según los horarios que tenga, lo hago digamos día por medio, pero sí, lo puse entre

mis prioridades. También leo mucho, es que me gusta mucho leer, entonces en las noches que llego me pongo a leer.

Julieta: Y ¿qué sería entonces eso que menos te gusta hacer?

Siris: Jaja pues no sé por que yo a todo le pongo actitud jaja...

Julieta: Quería preguntarte también por algunos de los momentos de tu vida que recuerdes con mas cariño, se que hay muchos, pero algunos que sean más especiales

Siris: Yo creo que el recuerdo que mas bonito tengo fue cuando iba a nacer mi hija, que fue, porque yo estaba entre ese miedo y esa ansiedad, porque pues, había tenido una experiencia de una amiga que habíamos estudiado juntas y ella se había muerto teniendo bebé, pues a mí eso me traumatizó un poco, pero también, cuando ya me tocó el turno a mí, sentí mucho, miedo pero a la vez felicidad cuando ya yo a ella la tuve en mis brazos, yo lloraba de sostenerla y a la vez de felicidad y le daba gracias a dios porque había nacido bien, sana y que pues... no habíamos tenido inconvenientes, porque esa fue la felicidad más grande y cada logro de mi hija para mí es algo súper emocionante, porque ha sido una niña muy pila y entregada y dedicada al estudio, entonces todo eso también ha sido una de las grandes bendiciones que me enorgullecen cada día

Julieta: Súper bien, ¿y ella cuantos años tiene?

Siris: Ella ahorita tiene 17 años

Julieta: Ah ¿o sea que está en la universidad?

Siris: Ella ya terminó su carrera profesional, que ella decidió estudiar derecho y ya solamente estamos esperando si el grado es virtual o si lo van a hacer presencial, por eso ella ya no está acá viviendo conmigo, porque como mi papá murió hace poco, está acompañando a mi familia allá en Bagadó y dice, ella me dice, que si el grado es virtual ella no viene ya, y nos vemos hasta que yo me vaya en diciembre, sino que a mi ya no me gusta el calor, pero bueno. Igual una de las grandes bendiciones que yo...nosotras tenemos es que como víctimas a nosotras nos colaboraron para que ella estudiara y pues ya terminó porque ella es muy pilas, muy dedicada.

Julieta: Y hablando de las cosas que no te gustan, a propósito, quería preguntarte por esos sucesos difíciles que has tenido

Siris: Pues... he vivido muchos, incluso digamos cuando me toco salir de...dejar a mi familia porque nunca nos habíamos separado, fue muy traumático para mí tanto para ellos, y pues ahora la reciente perdida de mi padre también ha sido bastante, bastante difícil, porque el era un roble, nunca se enfermaba y de un momento a otro, en quince días se nos fue, cuando descubrimos que estaba enfermo y él siempre fue digamos, yo digo que yo le herede toda esa

fuerza y esa valentía que él tenía, porque también era una persona muy servicial, que yo le decía, “mi arquitecto, el de las mil funciones” porque mi papá hacía la medicina ancestral, que curaba el vaso, el hígado, en fin para muchas cosas, también manejaba secretos y hiervas para parar sangre, curar... digamos los animales se enfermaban y él ayudaba a curar animales, también era el carpintero del pueblo, el que se subía a los techos, arreglaba goteras, construía casas en madera, era uno de los más duros pescadores de ahí del pueblo, porque él tenía su atarraya y también manejaba mucho lo que era la agricultura, era incansable y digamos a la hora que llegara la gente y así estuviera dormido, le tocaban la puerta y él tenía también ese don de servir, y salía a atenderlos o se iba a donde estuvieran, o sea él siempre eso fue, eso es que ahora de cierta forma, a pasear de tanto dolor, porque pues ya no voy a tener la presencia física de él, pero me fortalece eso, por ese gran ser humano que fue, y que también seguiré sus pasos poco a poco, porque yo creo que nunca le alcanzaría al nivel de él pero sí voy a continuar sirviendo, que es lo que él más hacía.

Julieta: Bueno, te agradezco por compartir conmigo estas situaciones, sé que no es para nada fácil, pero me alegra ver la actitud que asumes ante las circunstancias y saber que eres una mujer tan fuerte, también me alegra saber entonces de dónde viene ese carisma que te caracteriza. Quiero que ahora te detengas y pienses si hay alguna cosa en este momento que desees con todo tu corazón.

Siris: ¡Uy! yo siempre vengo en una lucha con las instituciones que sean más efectivas en cuanto a las situaciones que se presentan, porque siempre tengo esa frustración ahí, porque digamos pasa un caso de una mujer, de violencia y ya se volvió como digamos, una estadística y no una solución a frenar las cosas, entonces siempre me duele, me parte el alma ver que las instituciones le dan bombo, que mataron, que yo no sé qué... y se volvió apenas así: mataron a fulana en tal parte, en tal parte mataron otros, y que ya la violencia se volvió como tan natural y que nosotros no sintamos eso y que las autoridades como tal no cumplen como tal y no hacen efectividad en la... en la... digamos en todas las soluciones de los problemas, porque digamos yo en este momento soy una mujer amenazada, recibí hace poco amenazas y digamos, inicie un proceso de declaración con fiscalía, declaración con todas las instituciones y se volvieron unos protocolos que he visto y yo digo como funcionaria lo veo tan estancada, ahora las mujeres que no tienen esa voz y esa cuestión, entonces es más difícil porque si a mí ha sido tan demorada la ruta y que las instituciones no sean tan eficaces, ahora una mujer campesina, otra persona, entonces es más difícil, entonces todo eso me duele, me duele que nunca den una respuesta y no haya una acción afirmativa hacia nosotras, ósea siempre se queda ahí como archivado y no busquen como una respuesta como: “bueno su caso está en tal ruta” o ya sabemos quién es, o ya le seguimos los pasos, que den una respuesta porque ya están acumuladas y ya tenemos muchos casos de mujeres que tienen infinidad de denuncias y todas son archivos y cuando van a pedir una protección siempre ponen diferentes trabas para decirle que no, que tiene que, “que no hubo un atentado para darme una protección” me dijeron a mí, ¿o sea que tienen que matarme primero para que ustedes

me brinden seguridad?, les dije, entonces todo eso me duele, me duele y siento demasiado, digamos estamos en un país que verdaderamente ya todo se volvió tan natural, entonces que al único que le importan los muertos es al familiar que siente y que ve ese, esa pérdida, de lo contrario a nadie más.

Julieta: A propósito de lo que tu planteas quería preguntarte ¿tu que opinas de lo que esta pasando en nuestro país, de lo que están asesinando a los lideres y lideresas, el retorno de las masacres?

Siris: Uy me preocupa demasiado porque vivimos en un país muy resentido, un país que lo que digamos, muy vengativo y que no buscamos una solución positiva y entonces porque usted me hizo maldad yo también tengo que hacerle maldad y buscar a destruir, y que tenemos que hacer un proceso de perdón y de sanación porque la verdad estamos en un proceso de...estamos transmitiendo de generación en generación ese odio y todo ese resentimiento, a nuestros hijos y eso se va creando como todo ese derramamiento de sangre cada día peor, entonces me preocupa demasiado porque no buscamos soluciones positivas sino siempre la guerra, entonces yo siempre estoy de acuerdo con el proceso de paz, porque prefiero un país, una paz imperfecta a una guerra perfecta, no donde los muertos siempre seamos nosotros los campesinos, porque los que más... más hemos puesto muertos, somos las personas vulnerables, que no tenemos nada que ver en la guerra, entonces eso es lo que estamos poniendo nosotras las mujeres, poniéndonos a nosotras como botín de guerra, a nuestros hijos, nuestros esposos y a nuestras familias, entonces todo esto ha sido y será un proceso doloroso siempre.

Julieta: A partir de eso que mencionas, quisiera que por favor me comentes para ti ¿qué es un conflicto armado?

Siris: Para mí se ha generado en una serie de cosas, de, por ejemplo lo político, también a nivel económico, porque muchas veces se genera por el proceso de que tu tienes una finca, van y te intimidan, te amenazan van y te despojan de lo tuyo, y ya ahí se crea también un conflicto entre la persona a la que le quitaron porque se llena de odio y de venganza y también busca la manera como de cierta manera recuperar, independiente que haya sangre o que se sacrifiquen tantas personas para...ahí se inicia un conflicto armado, digámoslo así y también digamos, mas que todo una guerra política, donde la mayoría de la gente no conoce ni por qué, o sea lo que somos los afectados de esa guerra, de ese conflicto, ni sabemos el por qué nos toca vivir la a nosotros, sabiendo que hay digamos de cierta forma, hay un...como vivimos en un país tan corrupto y se generan ciertos intereses políticos entonces eso hace que se vuelva de cierta forma un conflicto para cada uno defender sus propios intereses, entonces todo eso hace parte de un conflicto armado.

Julietta: Entiendo, que, de acuerdo a lo que me has compartido hasta el momento, estuviste inmersa en contextos de conflicto, entonces quisiera saber ¿para ti qué significa ser mujer en ese conflicto armado?

Siris: ¡Uy! El riesgo más...ser mujer...digamos...porque fuimos el botín de guerra, porque ante todo, nosotras somos las que mas hemos sufrido la guerra en diferentes formas, porque nos utilizaron, nos maltrataron, nos violaron, nos masacraron a nuestros hijos, a nuestros esposos y ser mujer ante la guerra, éramos el ser mas vulnerable, ante un hombre que te viene y te intimida con el solo hecho de hablarte tu ya sientes miedo, por el solo hecho de verte, porque yo viví la violencia en diferentes hechos y en diferentes formas y fui torturada, agredida, digamos mmm despojada y ha sido muy muy muy difícil lograr superar y no...por lo menos, yo nunca olvido esa parte, nunca lo olvido, uno puede hacer muchos procesos pero eso nunca se olvida, logra tratar de sanar, pero por mas que uno trate de sanar, pero no se olvida.

Julietta: A propósito que hablas de procesos de sanación, y como bien has mencionado, el gobierno tiene muchos programas de reparación de mujeres víctimas de violencia sexual en el marco del conflicto armado, ¿Qué opinas de ellos?

Siris: pienso que no son efectivos esos programas porque venimos de...porque nos revictimizan más, cada día, con nuestro, digamos que nosotras vamos a reclamar nuestros derechos, lo que hacemos es recibir de las instituciones revictimización porque yo también lo viví cuando llegue acá a declarar, y las primeras preguntas son muy fuertes, y también, pusieron en duda mi declaración, entonces, esos programas no han sido efectivos y tampoco son unos programas que dignifiquen a la mujer y que uno se sienta como, digamos, una reparación integral como tal no, y todavía estamos viviendo eso ante las instituciones porque ya la violencia sexual, es que para mí es un crimen de lesa humanidad pero al gobierno no le importa, no, a usted la violaron y nada, no significa nada porque no esta dentro de las prioridades del gobierno, como víctimas de violencia sexual.

Julietta: ¿Por qué piensas que no son procesos de reparación integral?

Siris: Pues porque precisamente son solo protocolos y rutas que digamos uno no entiende, uno porque es funcionaria medio va haciendo los procesos, pero una mujer campesina queda perdida y realmente todo se termina en archivos y al final con nosotras no pasa nada.

Julietta: De acuerdo, hemos hablado de las mujeres, que son botín de guerra en un conflicto armado, de lo que representó para ti el ser mujer y estar inmersa en esos contextos, quisiera que cuentes para ti ¿qué significa ser mujer? ¿Qué representa ser mujer?

Siris: Mmm ¿Qué representa ser mujer? Yo creo que, yo soy el ser más orgulloso de haber nacido mujer, porque ser mujer digamos, es símbolo de vida, de transformación, porque fuimos escogidas para criar, para digamos, para habitar nueve meses un ser que sale de

nuestras entrañas, yo siempre he dicho que la mujeres deberíamos estar en un pedestal porque estamos en riesgo, porque lograr tener un bebe nueve meses en nuestro ser, en nuestro estomago y poder darle vida, pone en peligro nuestra vida, entonces los hijos deberían de seres como... (risas) más amoroso y más queridos con uno, con ese seres increíble que lo logro traer al mundo, pero a veces es un poquito decepcionante con lo que se vive ahora y con lo que pasa, digamos los prejuicios que se manejan y las crianzas que se manejan porque digamos que todo va desde la crianza y cuando iniciamos a valorar mas lo material que lo natural, que lo normal entonces iniciamos también a perder todos esos valores y esas cosas y todo eso bonito que es el amor, el amor hacia las personas y tener esa humildad hacia uno mismo y hacia los demás, entonces ahí perdimos como todo ese valor, pero pues ser mujer o creo que es el puente mas sagrado de dar vida y de poder transformar la vida de otros, símbolo de amor, de vida, de esperanza, de, digamos, de realización.

Julieta: Entiendo, muchas gracias por tu respuesta, quisieras por favor contarme si tú piensas que por ejemplo la violencia y el estar inmersa en el contexto del conflicto armado afecto la manera en que te construiste como mujer y cuéntame de qué manera lo hizo

Siris: Si claro, yo creo que de diferentes maneras... la violencia afectó primero como mujer, porque digamos yo tuve, yo fui agredida, digamos...mmm...por agresiones sexuales donde me intimidaron con un revolver, me lo pusieron, donde yo, al principio, yo trate de defenderme y la persona estaba tan obsesionada conmigo, que cuando no pudo accederme digamos porque nos agarramos, me ultrajó la blusa y todo, me puso un revolver y yo dije, y ...cuando el trató...pensó dominarme pero no lo logró, porque yo le dije “gran cobarde es la única fuerza que tiene porque así no me lo va a lograr, a mano a mano no lo va a lograr” y yo creo que al decirle eso no sé qué pasó, el me colocó el revolver aquí! (señaló el pecho) Y me estaba encañonando con el gatillo y yo le dije ¡gran cobarde es la única fuerza que tiene porque así no lo va a lograr!, el señor bajó el arma, no sé qué pasó y no logró, digamos me agredió violentamente, me ultrajo y me pegó pero no hubo el acceso carnal violento como tal porque no sé de dónde saqué tanta fuerza para yo agarrarme y enfrentarlo y zafarme a pesar de que me agarró a trompadas, a cachetadas, me ultrajó física, verbal...me decía que yo era fea, entonces yo le decía “¿entonces si soy fea para qué me busca, para qué? Entonces, y...la persona, el solo hecho de uno ser mujer uno ya va como con esa desventaja y más afro, porque la mujer afro tiene unas condiciones físicas que siempre se van a resaltar más que las otras, y entonces siempre hay como esa mirada hacia, yo también digo, que eso también es una forma de que viene ya como, una enfermedad que traen ya las personas en la mente, que ven eso mas que a las otras mujeres, que digamos realza más esa parte física de la mujer, entonces siempre vamos a...vamos en desventaja y siempre vamos a ser más agredidas en ese proceso de...por el solo hecho de ser mujer, de ser afro y el solo hecho de tener ciertas condiciones, siempre vamos a ser más violentadas porque esa es una de las partes que he evidenciado en los pueblos, cuando llegan esos grupos al margen de la ley siempre...eh...inicialmente empiezan a mirarle a uno que el trasero, que el cuerpo, que lo

pechos, entonces toda esa forma física de la mujer afro han sido unas de las que mas ha sido violentada por la forma física.

Julieta: En este sentido, ¿consideras que las condiciones de raza y/o etnia implican una mayor vulnerabilidad para las mujeres en el contexto de la guerra?

Siris: Si claro, las mujeres afro, las indígenas y las campesinas más que todo, porque somos mujeres más vulnerables en cuanto a las cuestiones de derechos, entonces, por el solo hecho de ser mujer, de ser afro, de ser indígena y de ser campesina, porque también esa parte la miran mucho también. Las gitanas también, porque nadie las tiene en cuenta y es que siempre ha sido ese proceso de discriminación con nosotras, y es que entonces es doble y triple discriminación y violencia con nosotras. Porque siempre las mujeres afro, siempre somos discriminadas, violentadas, también, en la cuestión de derechos, también es una lucha incansable, que cada vez, me duele porque, pues, yo a veces me siento como con ganas de no seguir, cansada, porque cuando veo tantas...o sea...que ellos también justifican la violencia que le hacen a uno y que la maquillan, a mí eso me duele, porque siempre la culpa es de la mujer, siempre vamos a ser culpables de todo.

Julieta: ¿Tú piensas que la violencia en que estuviste inmersa afectó la manera en que percibiste tu cuerpo en esa época e incluso aun?

Siris: Si claro, me afectó demasiado, porque mira que una de las cosas de mi separación que me afectó, que yo tenía pareja, vino después que yo tuve esa agresión, yo no permitía que me tocara, yo empecé a vestirme así forrada porque yo, vestía digamos muy al cuerpo, muy debido a las condiciones de allá del calor, yo siempre vestía en shorts, camisetas y todo eso, pero yo cambie, ahora tú me ves forrada, tú nunca me vas a volver a ver así como tan...cambie mi forma de vestir, cosa que no debió pasar, pero porque era yo la que me sentía cómoda así, ahora ya no, o sea todo eso me afectó psicológicamente y yo ya para vestirme o cambiarme de una persona no soy capaz, o sea son cosas que me dejaron traumatizada, yo ya le tengo miedo a que una persona se acerque a hablarme de amor y es que de hecho yo estoy soltera y llevo años así, porque yo pienso que todo el que se me acerque no viene con buenas intenciones, entonces todo eso también afectó mi vida, mi intimidad, todo mi parte de ser mujer, me afectó mucho.

Yo por ejemplo no dejo que los hombres casi se me acerquen, hasta ahora es que estoy cambiando, por ejemplo, yo tengo un compañero del trabajo, “xx” se llama él, el es gay, pero pues es muy lindo y muy querido conmigo, entonces él siempre le encanta abrazarme y todo eso y me dice “ay Siris tú ¿por qué eres así? Es que no te gusta que te den amor, si yo te quiero” y yo le digo “No me toques”, yo le digo así y me dice “¿ay pero por qué te volviste tan agresiva?”, porque con él hay momentos que yo lo permito hasta cierto punto y el empieza, que esto, que lo otro, y a veces yo ya no quiero... (risas), que me estén... y dice “ay pero si yo no te voy a hacer daño” pero yo le digo “no quiero que me toques” y ya él ha

entendido que hay un límite, sí, esa parte y pues sí, me saluda que “ay hola cómo estás” y eso... pero nos abrazamos y ya, pero ya de estar ahí como todo el tiempo que me estén tocando, que “ay que ven , que tus trenzas, ay no, que tan linda”, porque a veces yo me arreglo y supuestamente me veo muy bonita... jajaja... aunque yo digo que yo soy una top model, que siempre estoy elegante jajaja, mira que todo este proceso me ayudo a recuperar mi autoestima, cosa que yo había perdido, porque yo siempre me sentía horrible, fea y hoy en día yo me arreglo y salgo con la frente en alto y super bonita, super bella, super elegante... me siento yo así, así los demás no me vean o me digan “ay porque no te colocas las...” ... mmm... otra cosa que no me gusta es que me toquen mucho mis trenzas o que me digan “¿y por qué no usas las otras extensiones?” yo digo “pues porque me gusta esta, entonces no tengo que darle gusto a usted sino a mí”, entonces he venido manejando esa parte, es que yo soy Siris, y yo me siento bien con esto, también me dicen “porque es que unas usa no sé qué...” yo les digo “no señor”, y así he ido como manejando esa parte también, porque todo es de gustos y yo no tengo por qué entrar en una competencia que no quiero y que me obliguen a competir ante las demás mujeres afro o ante las demás personas, entonces, el día que me iba de viaje, que tenía que cambiarme mis trenzas y yo les dije “esta es mi identidad y yo no voy a cambiar mi identidad por darle gusto a quien ... a unas compañeras”, y les dije, “ustedes me conocen, con mis trenzas me voy, es que ¿ustedes conocen el significado histórico que tienen mis trenzas?”, les dije yo así, “entonces no me manden a aparentar lo que no soy” (risas)...

Julieta: ¿Alguna vez has escuchado hablar del autoconcepto?, o, en otras palabras, ¿para ti qué es el autoconcepto?

Siris: Mmm...ahí sí me corcho...mmm...yo creo que es que uno mismo se dé como una opinión hacia uno mismo, o sea, se autoevalúe, diría yo, que uno mismo se autoevalúe, como la autoestima, o se haga autocrítica.

Julieta: Okay, entonces, a partir de esa respuesta que me acabas de dar, ¿me podrías también contar que cualidades resaltas de ti misma?

Siris: Yo resalto muchas cosas de Siris, mmm bueno, de esta nueva Siris, porque yo siempre digo que la Siris, digamos sumisa, triste eh...digamos, nunca...mmm... digamos esa sonrisa mía es de cierto tiempo para acá que, yo no sé de dónde la saqué y se vé y transmite, porque yo era una mujer como muy alejada, de pocos amigos y de cierta forma amargada porque me decían algo y me molestaba, entonces ya de cierto tiempo, que inicié el proceso con la Fundación Circulo de Estudio (que no es del gobierno), que fue la que empezó mi proceso psicosocial, desde ahí inicie, la Siris que había adentro y que no había desarrollado, entonces esa, la Siris de ahora tiene demasiadas cualidades diría yo, porque es una mujer bondadosa, perseverante, una mujer que le encanta compartir lo poco que tiene, ayudar a las demás personas, también, yo creo que, tengo como, yo siempre digo, yo ahora tengo como esa valentía de tomar las decisiones propias y sin miedo, el miedo lo he dejado atrás y ahora he ,

digamos tomo las cosas, digamos... tomo las decisiones con más firmeza sin que me arrepienta, o sea tomo una decisión, mas segura, o sea independiente que sea positiva o negativa, pero me siento tranquila, entonces toda es la nueva Siris que ahora ustedes están viendo aquí en este momento... jajaja...

Julieta: Me encanta todo eso que dices, y de esta manera, también me gustaría entonces que me menciones algunas habilidades que resaltes de ti.

Siris: Mmm... habilidades... para llegar a la gente y para convencer, yo creo porque a veces de cierta forma yo veo a la gente frustrada en ciertas decisiones y yo les hablo y les pongo todas las partes y la persona termina como cambiándole un poquito, no haciéndole daño, pero termino como cambiándole un poquito el chip jajaja...mmm... ya de las habilidades físicas, pues, mmmm (silencio por unos segundos) mmm... mi sonrisa, mi, digamos, mi, mmm ¿Cómo digo?, jajaja, pues este cuerpo escultural que tengo, siempre digo, pues yo amo mi cuerpo independiente que tenga barriga, que tenga los senos caídos, yo lo amo, o sea con todos mis defectos, yo siempre digo, le decía mi hija “estas chancletas que tengo” (señalando sus senos) jajaja... y ella me decía “ay má, no hable así”, pero pues me regaña, pero independiente, yo las acepto y las amo y le doy gracias a dios por tener todo completo, porque a cuantos no les hace falta, entonces yo digo, yo cada parte de mi cuerpo, siempre le doy gracias, y me miro en espejo... yo aprendí que... o sea yo primero le tenía miedo enfrentarme desnuda en el espejo, y lo hago cuando me voy a bañar, lo hago y ya le doy gracias a mi cuerpo por todo, o sea por todo su funcionamiento, por todo, aprendí a hacer una terapia de enfrentarme a mi misma con el espejo y ya no le hago daño, ya no la maltrato, ya a esta Siris le digo eres linda, eres bella, gracias, tal cosa, por darme, como...por, por, darme esta ñata, estos ojos que puedo ver, estas piernas que me llevan donde yo quiera, estas mmm...piernotas porque mis compañeras me dice que cuando yo doy un paso ellas dan dos, entonces sí, y eso que bajaron un poquito porque estaban más grandes jajaja...

Julieta: Bueno, súper, me encanta que tomes ese arraigo cultural tan fuertemente y que lo hagas respetar, de igual manera que linda la manera en que te describes, pero entonces me surge otra duda, ¿tú piensas que el deporte ha contribuido a eso que me acabas de decir, a mejorar tu autoestima, la forma en que te ves a ti misma?

Siris: ¡Uy si claro!, súper, porque el deporte que además de que es una forma también que te ayuda a ti psicológicamente, porque sí...es una parte también que te va a liberar, a sanar de ciertas cosas, entonces también te a ayudar a evitar meterte en problemas o digamos a pensar en otras cosas como digamos, en drogas o en hacer cosas que no, porque si tu te centras en tener una vida sana haciendo ejercicio , haciendo deporte y todas esas cuestiones, tu vas a pensar sanamente, entonces, eso te va a ayudar a que tu tengas una vida digna y una vida mas saludable, entonces todo eso son cosas que...si...que siempre tiene que ir el deporte ligado con uno , entonces, si, me ha ayudado demasiado.

Julieta: Me alegra mucho que te sientas así y sobre todo que lo puedas mantener como estilo de vida.

Siris: Yo se lo dije al principio que usted, que yo le dije, que yo venia con el proceso del médico que tenía que hacer ejercicio y me lo mandó, o sea el médico me lo dio, me dijo que tenía que hacerlo, y llegó usted como un ángel, lo había recibido unos meses antes, como en marzo, y como si lo hubiera pedido por arte de magia y me llega usted con la propuesta de una y yo le dije “ay sí porque ya me lo mandaron”, y que tenía que hacer ejercicio, porque el año pasado yo tuve un problema de preinfarto y era por el problema del colesterol y estaba subida de peso, entonces el médico me mandó que hiciera rutinas de ejercicio y yo pues no había sacado el tiempo y mira que usted me planteó la situación, hablamos y después nos organizamos, eso sí con mis horarios locos, jajaja... me tuvo mucha paciencia, mucha paciencia, porque yo, después que ya habíamos cuadrado, yo “ay no puedo...que no que tal hora”, yo le decía “¿puede a tal hora?” y ella me decía “tranquila” y tenía toda la paciencia del mundo y se acomodaba a mis locuras de horarios porque...jajaja...

Julieta: Sí claro, pues es que de eso se trata, de que realmente pudieras hacer tus entrenamientos y que valiera la pena el tiempo invertido en nuestras sesiones, pero sigo con la duda ¿tú piensas que el deporte ha hecho cambiar la manera en que tú te ves?

Siris: Sí obvio: física, la ha hecho cambiar super, porque ya todo el mundo lo vio, se vio el proceso, y las compañeras también, incluso ayer estaba yo...como me fui para Fontibón y ya todas “ay, pero estas más bonita, te bajaste de peso, como te ves de regia y así te ves bonita”

Julieta: Entiendo, pero claro esas son las percepciones de ellos y ¿la tuya?

Siris: Pero sí, yo me siento más linda, hermosa, porque yo digo “no, este cuerpazo que tengo ahora, con todo el proceso que he hecho, me miro al espejo y veo otra persona, y veo que los pantalones ya...perdieron...y digo uy cada día estoy mas bonita y si, me ha ayudado, me siento así, como guitarra...90, 60, 90, jajaja...y mi hija también, mi hija es “¡mami...uy, si te están aprovechando los ejercicios”, y es que todo eso que tu hija te dice, (porque ella es mi máxima crítica), entonces, te diga que te ves mejor, pues también eso me alienta un poco más”.

De todas maneras, esos últimos días que nos poníamos de acuerdo para hacer ejercicio con usted, entonces esos últimos días fueron fuertes porque me llegaba la noticia de mi papá, que estaba mal, que no sé qué y...hacia ejercicio y me tranquilizaba y ya bajaba como el estrés, y como esa ansiedad, esa preocupación y me ponía y yo le decía, “estoy un poquito...con un problema y tal cosa” pero hagámosle que yo necesito y me ponía a hacer ejercicio y cambia la manera como uno se siente.

Julieta: Y ¿durante el proceso, alguna vez te interesó que tu hija te acompañara en los entrenamientos?

Siris: Sí claro, yo más de una vez la invite porque pues a mí me parece que es un proceso muy bueno, porque uno ve los cambios y como le dije, pues por salud y digamos también ya uno se ve más bonita, entonces pues para mí, que ella también estuviera... pero lo que pasa es que ya esos últimos días con lo de mi papá, pues ya ella se tuvo que ir para el Chocó, y ella está allá y pues tampoco es que tuviera tanto tiempo porque siempre estaba terminando su profesional y como ella es tan pilas pues no le quedaba tiempo pero sí, me hubiera gustado que también participara en este proceso de deporte.

Julieta: Bueno, Siris muchas gracias por darme tu tiempo y por dialogar conmigo de temas tan interesantes de la manera en que lo has hecho, por lo pronto no es nada mas de mi parte, no se si tu quieras agregar algo más.

Siris: No pues, primero que todo agradecerle por haber estado ahí, por toda la paciencia y por ese proceso tan bonito porque pues a mí ya me queda el habito de hacer mis ejercicios y mi deporte y pues dejar un mensaje para las mujeres, que el maltrato no es solamente que a uno le peguen o le ultrajen sino que a veces yo veo mujeres que están viviendo una situación bastante fuerte y que justifican todo lo que hace el marido y yo digo ay dios mío, dónde está el amor propio, porque primero piensan, no es que el lo hizo por tal cosa, no es que tal otra...y que no me permitan realizar mi proyecto de vida o como persona, como mujer, me parece la peor violencia que hay, cuando a ti, que no, que el no quiere que estudie, que no quiere que yo haga, que trabaje, dios mío y no te da para vivir y lo necesario para tu comparar tus cosas, y si te regalan algo, un familiar o algo, eso ya es un problema, ahí no es. Entonces envió un gran mensaje de esperanza para todos y para todas las mujeres, que uno siempre puede salir adelante y superar todas las barreras, así como yo lo he venido haciendo con todos mis procesos, gracias.

Anexo 5. Historias de vida Categorizadas

HISTORIA DE VIDA SIRIS

Mi vida ha pasado por una serie de transiciones y evoluciones, las cuales han sido las bases que me han redefinido, he aprendido a aceptar cada cambio, eventos buenos o malos porque de cierta manera me han hecho ser una mujer perseverante y resiliente ante los diversos problemas que se pueden presentar en la vida, todas estas circunstancias son las que me permiten avanzar, no soy una persona que se caracteriza por enfrascarse en las cosas negativas, desde pequeña me tocó trabajar duro para ayudar a mi familia y a pesar de ser víctimas del conflicto armado jamás quisimos ser dependientes del asistencialismo del gobierno, ya que si bien este tiene ciertas obligaciones con nosotros, la dependencia no es la mejor alternativa para salir adelante cuando se tienen todas las capacidades para luchar y construir un mejor futuro.

Soy de Bagadó Chocó y provengo de una familia numerosa, nos criaron con muchos valores, mis papás fueron la fuente de inspiración para salir adelante y gracias a la agricultura, a la pesca, a la minería y al trabajo de mi padre mi familia pudo sostenerse.

Realice diversos trabajos antes de poder empezar a cumplir mis sueños y desde el año 2018 trabajo en la Alta Consejería para los Derechos de las Víctimas, la Paz y la Reconciliación del Distrito, como orientadora del enfoque diferencial étnico para facilitar el acceso a todas las rutas que ofrece el Estado y a los procesos de auto-reconocimiento contemplados en la ley de Víctimas, me encargo de facilitar diálogos de interpretación cultural con las instituciones del Distrito y la Nación y desde mi puesto de trabajo siempre doy una recomendación a todas las personas que me contactan y es que siempre independientemente de cualquier ayuda que nos den, seamos perseverantes y que aspiremos a algo más allá para construir un mejor proyecto de vida.

Bueno, les quiero contar que Siris es un nombre que siempre ha dado esa fuerza y ese poder, que amo profundamente ese nombre que me han puesto mis queridos padres y que me ha transformado digamos en la mujer perseverante que ha tenido la valentía y la fortaleza de seguir adelante y de transformar mi vida y de transformar la de muchos porque a pesar de las adversidades he logrado digamos eh, avanzar, y no quedarme digamos en los problemas y en

los asistencialismos del gobierno, que a pesar de que pues el gobierno tiene unas obligaciones con nosotros, pero yo sé que como víctima también nosotros tenemos que mirar otros proyectos de vida independiente de todo el proceso que maneje el gobierno y buscar para mejorar nuestra calidad de vida porque cuando nosotros nos limitamos apenas todo lo que da el gobierno, nos volvemos mas vulnerables, entonces lo que yo siempre doy una recomendación a todas las personas que me han contactado y que siempre independiente de cualquier ayuda que nos den, seamos perseverantes y que podamos digamos tener otros proyectos para poder ayudar a otras personas y a mí me...pues...mi vocación siempre ha sido ayudar y poder servir a quien lo necesita, independiente de que cultura sea o que religión sea, siempre tengo ese amor de servicio para todo el mundo, siempre abrirle las puertas al que lo necesite.

Desde la perspectiva psicosocial pienso que una forma que contribuyó para mi desarrollo pleno como persona fue el hecho de empoderarme y ayudar a otras personas soy sobreviviente y el acompañamiento psicosocial me permitió retomar a la mujer guerrera y valiente, que estaba oculta dentro de mí, ahora soy una mujer mucho más fuerte, pensé en el dolor que sufrí para luego transformarlo en una experiencia para salir adelante.

A pesar de todo el racismo y el clasismo que se maneja en esta ciudad, me puse a la tarea de vencer todos esos estereotipos que la gente se ha creado y he logrado salir adelante y darles a algunas personas una lección de vida, porque la ignorancia y la falta de educación son las que crean la brecha para todos esos prejuicios sociales, para mí todos somos iguales y siempre he pensado que si bien todos somos ignorantes en cierta medida, el respeto es la mayor muestra de educación

Entonces me...eso me ha dado como todo esa credibilidad y esa fuerza para poder ayudar y ponerme como ejemplo de vida, por lo menos yo he logrado el estudio de mi hija, que gracias a Dios, ella es mi gran bendición, nosotras hemos luchado juntas en todos estos procesos y que ella gracias a dios yo logre con el Fondo de Victimas, digamos que esa es la mejor bendición que le pueden dar a uno, el estudio, en este momento mi hija lo logro, ya esta para graduarse, yo me siento muy orgullosa de ella y super bendecida porque ha sido una niña muy centrada, muy dedicada y que logro demostrarme que también me va siguiendo los pasos (risas suaves), entonces esa situación también me enorgullece y también digamos, trabaje

duro (porque me ha tocado trabajar muy duro) a pesar de todo el racismo y el clasismo que se maneja en esta ciudad, pero he vencido todos esos estereotipos que la gente se ha creado y todos esos imaginarios y he logrado salir adelante y darles como una lección de vida, yo creo que la gente, yo siempre digo , que la ignorancia y la falta de información de la gente es que se crea también todos esos prejuicios sociales, porque para mí no los existen, todas las personas somos iguales y podemos aportar mucho ante una sociedad y ante el mundo y que la paz la hacemos nosotros mismos, no otras personas ni ninguna institución y si nosotros desde un principio mostramos esa negatividad siempre vamos a encontrar esas barreras y esos obstáculos, pero para mí ya no existen siempre que hay una barrera yo trato de sobrepasarla, por más difícil que yo vea una situación yo siempre le encuentro una luz y una salida, esa es la Siris de ahora, una Siris, bastante cambiada, porque ya me siento una mujer realizada, una mujer que a lo que se dedica es apenas a ayudar y a servir, entonces les mando un mensaje de amor, de esperanza y que siempre pensemos en algo positivo ante cualquier adversidad, porque a veces nosotros mismos nos truncamos en la vida porque nos quedamos estancados y no son las otras personas, sino nosotros mismos, entonces, un abrazo para todos.

Yo trabaje en Bagadó, Chocó, en la alcaldía haciendo procesos como secretaria de deporte, durante siete años, después trabaje como jefe de presupuesto y el ultimo cargo que tuve fue en la registraduría de Bagadó, donde pues allí se presentaron inconvenientes de orden público y me tocó trasladarme a la ciudad de Bogotá, como a los treinta y pico de años.

Yo inicie un proceso como mujer que ayuda, porque yo llegué aquí y me vulneraron mucho mis derechos porque yo venia como víctima y como cuando yo trabajaba allá en la registraduría en Bagadó yo era cotizante, en esa época le negaban a uno porque uno era cotizante entonces no me aceptaban como víctima y yo habiendo pasado miles de cosas: yo perdí mi casa, yo estuve secuestrada, fui maltratada, torturada, de todo...a mí...yo pagaba vacuna con lo que me ganaba, o sea, (risa suave)...y yo hice una lucha casi de dos años para que me aceptaran como víctima y eso me obligó a que orientara otras personas porque a mí me costó, entonces yo llegaba, la gente aquí y no sabía la ruta entonces a veces algunas personas ya iniciaron a conocerme y me contactaban, es más, en Fontibón yo no sabía qué era la palabra “Líder” cuando alguien fue a la alcaldía y dijo que conocía una líder muy buena, quien sabe...y me citaron a la Alcaldía a una reunión y yo fui y yo no sabía y yo decía

“no, yo no soy líder”, y ellos decían “no que usted hace tales y tales trabajos y ayuda a muchas víctimas” y yo contestaba “si pero pues yo no soy líder”, decía yo, y ahí inicié pues, tuve mesas de víctimas de Fontibón y seguí haciendo mi proceso ayudando a víctimas a todo tipo de orientación y enrutamiento de las instituciones y todo eso y hasta hoy.

Pero antes de todo eso, yo tuve que pasar muchas situaciones muy difíciles en Bogotá porque cuando yo llegue, yo no tenía ni en donde dormir pero en medio de proceso de hacer valer mis derechos conocí a un señor que fue el primero que me ayudó varios meses a trabajar con él, pues yo hacía de todo, que el aseo, que los platos, que esto, que aquello, pero pues el no me pagaba completo, pues no completo, sino que él ya tenía el personal, entonces a mí me pagaba la mitad de lo que le pagaba a mis compañeras y ellas a veces me decían “ay pero tu estas regalando el trabajo” pero yo les decía que no, porque las verdad a mí esa plata en esa época a aunque fuera poquita me servía.

Yo entonces estuve varios meses allí, y el señor después me llevó a una empresa, donde inicié a trabajar haciendo cosas que yo nunca había realizado en mi vida, pero pues gracias a dios se me facilitaron y eso me obligó a que yo estudiara y tomé la decisión de hacer un curso de enfermería en el 2009, y termine en el 2011, me gradué de enfermera, donde ese ha sido mi profesión, también inicié el proceso con víctimas del conflicto para exigir mis derechos como mujer y también como víctima, donde siempre hubo mucha, mucha negligencia por parte del gobierno y de las instituciones porque siempre me rechazaron las declaraciones, me tocó también hacer varios procesos con abogados para que me pudieran aceptar, y eso me obligó a hacer un proceso de conocer mis derechos ante las instituciones y de orientar a otras personas para que también no les vulneraran sus derechos.

Bagadó es un pueblo muy azotado por la violencia, donde han pasado muchos grupos al margen de la ley, en el 97 hubo la primera toma guerrillera, en el 2001 la segunda toma guerrillera y de ahí en adelante hubo otro tipo de violaciones, en el sentido que los paras y la guerrilla se apoderaron de ese pueblo, donde nos sometieron a diferentes tipos de violaciones, en el sentido que nos tocaba pagar vacuna, nos torturaban, secuestraban, hacían de todo tipo, digamos, las personas que trabajábamos de cierta forma, viajábamos hasta Quibdó a hacer el mercado y cuando llegábamos al pueblo nos lo quitaban y no podíamos decir nada, también, digamos mi mamá y mi papá criaban pollos, criaban cerdos y todas esas cosas ellos se lo

comían, la consumían ellos y sin pagar y no había derecho a reclamar. También utilizaban mucho las niñas del colegio, porque siempre iniciaron a enamorarlas, y eso hizo que varias niñas y jóvenes se fueran con ellos, los reclutaron. Hubo mucha también tortura a personas que eran del mismo pueblo, también los mataron y también injustamente por comentarios; es que si no se los llevaba la guerrilla, se los llevaban los paras y vivimos digamos del 2000 hasta el 2005, fue muy difícil en esa época porque digamos la única autoridad eran los grupos al margen de la ley, eso digamos, pues a mí me tocó vivirlo en esa época y hasta el 2007 que a mí me tocó por obligación salir para Bogotá porque ya las amenazas fueron demasiado fuertes, donde por salvar a mi familia yo Sali corriendo hasta la ciudad de Bogotá que yo hoy le doy gracias dios porque de cierta forma, al principio lo vi como un daño que me hicieron por todo el desarraigo cultural y familiar y todo, pero ha sido de gran bendición porque todas esas adversidades me han fortalecido para convertirme en la persona que soy hoy en día, donde acá descubrí que tenía muchas habilidades y muchas cosas que allá en el pueblo desconocía, por ejemplo aprendí a lo de restablecimiento de derechos para mí y para otras personas que desconocen también cuales son las rutas de las instituciones y eso me ha dado el conocimiento y el empoderamiento para poder ayudar a mucha gente que lo necesita y eso me ha abierto las puertas para llegar hoy a la alta consejería de victimas donde también juego un rol muy importante porque soy referente étnico, donde he tenido la experiencia de trabajar con las mismas víctimas, que me enorgullece poder ayudar y aportar a las personas y poderles dar todas las herramientas y rutas para que ellos también de cierta forma tengan una vida digna y puedan reclamar y restablecer sus derechos como víctimas.

Otra cosa que quiero contarles es que desde mayo inicie un proceso con una gran entrenadora que me contacto, me localizó y logramos llegar a unos acuerdos e iniciar un proceso de ejercicio que me ha servido para transformar mi vida de una forma positiva porque a nivel salud y a nivel también psicológico porque el deporte para mí ha logrado transformarme positivamente porque ya vi un cambio general en mí, pude hacer una serie de ejercicios con ella, permanente donde me ha mejorado mi salud física, también mi salud mental, porque de cierta forma me siento ahora diferente, otra persona, que puede pensar positivamente y también manejar unas rutinas de ejercicio y de alimentación, donde he visto todo el proceso en el que he bajado de peso, ya las dolencias que tenía en brazos y pineras me han mejorado, al principio, antes, me dolían un poco las manos y se me dormían por la forma de dormir y

porque estaba sufriendo de colesterol alto, problemas de azúcar y eso ha mejorado mi calidad de vida, debido al proceso que inicie, porque también todos los hábitos alimenticios me han dado cierta tranquilidad porque ya al hacer los ejercicios e relajo, me desestreso y de cierta forma me cambia la manera de pensar negativamente, entonces todo eso ha sido de gran ayuda. Le agradezco a esa persona por haber llegado a mi vida, de una forma super positiva, que me ha ayudado también para que otras compañeras también se animen porque ellas han estado también pendientes en el proceso, porque eso nos va a servir para mejorar como personas, como mujeres.

Yo nunca antes había hecho ejercicio, porque siempre tuve unas molestias que no me permitían, yo tuve hasta ordenes medicas que no podía hacer ejercicio porque cada vez que intentaba hacer ejercicio, siempre me dolían las piernas o se me inflamaban, entonces los médicos me dieron como un certificado médico para yo no hacer educación física y yo a veces intentaba jugar futbol o básquet y siempre tuve malestar, entonces ahora se me facilitó un poco más debido a yo no sé, debido seguro a un proceso que tuve con una persona profesional, que al principio digamos hacíamos el calentamiento, ya después iniciábamos la rutina de ejercicios y ahora si ya también después de hacer ejercicio se iniciaba también el procesos de relajamiento de los músculos y todo eso ayudo para que de cierta forma se me facilitara más y no sintiera ese cansancio, esas dolencias, y se me facilitara cada días más, cada día tener como esa fuerza y es ritmo y esas ganas de seguirlo haciendo porque siempre se me...yo quedaba feliz cada vez que hacia una sesión de ejercicios porque se me iba viendo el resultado, a medida que yo iba haciendo el ejercicio, yo iba notando la transformación de mi cuerpo, y no solamente de mi cuerpo sino también la tranquilidad e mi mente, relajamiento a nivel psicológico, que era un proceso que también me ayudo bastante a avanzar y a mejorar mi estado de vida.

Yo cuento mi historia de vida para mostrar una forma positiva, que a pesar de las violencias estamos vivas, que podemos cambiar vidas también y que podemos seguir adelante, para que no nos sigan discriminado ni maltratando, entonces, con eso tuve, también una experiencia el día que tuve la exposición en la Javeriana, cuando un señor no sabia que era yo la que estaba en la foto y dijo “pero no parecen víctimas” y yo le respondí “¿es que para ser víctimas tenemos que andar revictimizándonos o mostrando esa realidad triste o algo?”. Es que a pesar de todo, a pesar de todo el daño que nos han hecho podemos transformarnos en otra persona y eso nos ayuda a mostrarle otra cara al país y a todas esas personas que nos han hecho daño

y nos han agredido que, nos levantamos y a pesar de que nos destruyeron, fuimos tras de volvernos a juntar y poder mostrar otra realidad de la vida y que podemos luchar por nuestro derechos y que vamos a luchar y a alzar las voces por todas las personas que aun no lo han podido alzar y que vamos a seguir en la lucha para que la gente entienda, que eso es un maltrato, que las mujeres no somos botín de guerra, que las mujeres somos seres humanos que merecemos respeto y esta es nuestra dignidad que queremos mostrar ante el mundo.

HISTORIA DE VIDA FULVIA

Como dice la canción: Un día orando le dije a mi señor, tú el alfarero y yo el barro soy, moldea mí vida a tu parecer, has como tú quieras hazme un nuevo ser, me dijo no me gustas, te voy a quebrantar y en un vaso nuevo te voy a transformar, pero en el proceso te voy hacer llorar porque por el fuego te voy hacer pasar.

Parte de mi historia me la cuenta un hombre.

Segundo Chunganá: Yo iba de regreso a mi pieza donde vivía, cansado de un día de trabajo en la carretera, sudado, sucio y con hambre, era tarde.

Escuche en una letrina (sanitario) un ruido como un animal, que raro pensé, me asomé curiosamente y veo a la mudita OLGA MEDINA en un estado de dolor agudo y pujando muy fuere, mi sorpresa fue que vi algo en medio de sus piernas y no lo pensé dos veces, la hale duro de un brazo y ella cayó al piso, y de inmediato pario un niño. Corrí donde la hermana de ella, Rafaela para contarle; regresamos a donde estaba la mudita, la reacción fue empezar a golpearla muy duro, yo la detuve, le dije ayúdela que yo me hago cargo de ella y del niño. Recibí el niño en mi camisa sucia y ella la atendió a la mudita. Ese mismo día ella se fue conmigo estaba muy adolorida, yo no podía comunicarme con ella. Desde ese momento quien nos apoyo fue la hermana o sea tu tía Rafaela Medina quien fue tu madrina de bautismo.

“Si ese niño era niña, o sea yo” después recuerdo cuando mi papá me contaba historias de su pasado unas tristes otras alegres, y como él se fue de Carlosama Nariño al Cauca y termino viviendo con una mujer que no oía ni hablaba. Poco a poco la familia fue creciendo, Cuando yo apenas empezaba a caminar nació mi

hermana **mariposa**, luego **colibri**, **hombre hermoso** y **florecita**, cada uno nos llevamos un año de diferencia. Este buen hombre me dio su apellido, así que mi madre Olga Medina compartió su vida con un señor que se convirtió en su compañero. Yo era una niña muy alegre, divertida, tranquila, jugaba con piedras, con barro, mi madre nos hacía muñecas de trapo, hacíamos carreras detrás de una llanta de bicicleta, jugábamos al yesmi, ponchábamos con un limón, llorábamos y seguíamos, no nos preocupaba nada, hacíamos piscinas en pequeñas quebradas y nos bañábamos con mis hermanas y mi hermanito, también ayudábamos a dejar entrando agua para que mi mamá nos cocinara, hierva para los cuyes y conejos íbamos con mi papa a recoger leña al monte para cocinar. Recuerdo que andábamos descalzos, mi madre me despertaba me hacía bañar y me peinaba me daba café con masas y me iba a la escuela, de esa manera también mis hermanas y mi hermano, no sabíamos que éramos pobres porque no nos sentíamos así, los jueves mi madre cortaba hojas de plátano y las asábamos, para llevarlas el día viernes al mercado y las cambiábamos por pescado, también mi padre vendía café, él trabajaba en obras públicas en la carretera, tomaba trago pero era muy responsable con todo lo de la casa o sea la comida más que todo, así pase parte de mi niñez, era alegre.

Una ocasión cuando estaba en segundo de primaria, nos llevaron a un paseo, a otro municipio, estaba feliz de montar en carro, pues ese privilegio no lo teníamos, tampoco había visto un río y meterme en el por primera vez fue fantástico. Había mucho pescado pequeño, estaba admirada quería cogerlos y no se dejaban. A ese río también habían llevado otros niños de unos municipios vecinos.

Me llamó la atención unas chanclas de correas que estaban en una piedra, eran de caucho, me las medí y me quedaron, me las dejé puestas, estuve con ellas todo el día, yo era consiente que serían de alguna niña que no era de mi pueblo. Llegó la hora de regresar, fui la primera en subirme a la chiva estaba tan feliz porque supuestamente me había encontrado unas chanclas, ya que nadie las pregunto, llegamos al pueblo Uribe Tambo Cauca y corrí a donde estaba mi papa

y le conté que me había encontrado las chanclas, él las miro y me dijo bueno me alegro miya... Tres o cuatro días después llegaron a mi salón donde yo estaba estudiando dos señoras que yo nunca había visto con una niña guiadas por mi profesora Miriam. La niña miro mis pies y dijo: ¡esas son mis chanclas. La profesora sin mediar palabra puso mis manos sobre el pupitre y me dio tan duro con una regla de madera, yo gritaba. Luego me pego con un rejo, me castigo delante de mis compañeros, y les decía que yo le había robado las chanclas a la niña, la profesora me las quito y se las paso a la señora y ellas salieron, alguien le conto a mi tía Rafaela y luego al salón yo estaba temblando de dolor y miedo, me llevo pueblo debajo de la mano dándome correa por todo el camino, en la casa me pego mi primo, luego llego mi madre y mi tía en señas le dijo que, qué vergüenza lo que yo había hecho así que mi madre me pego hasta que se cansó, yo me remonte, me escondí porque pensaba que mi papa me iba a acabar, estaba muy adolorida y tenía mucho miedo, él me llamaba yo conocía su voz , no lo sentía enojado, salí, él me miró y lloró, y me dijo que no me pegaría porque él me había recogido del suelo y que yo era una buena niña, que me iba a comprar unos zapatos, no me podía mover casi, ya en la casa me dio fiebre él me ponía pañitos de vinagre en la frente y me daba colada porque no podía masticar, mi papá de verme tan mal le pego a mi mamá mis hermanas lloraban fue horrible, le cogí rabia a la profesora Miriam además no fui a estudiar no sé por cuanto tiempo, estaba muy adolorida y me daba vergüenza de lo que me dirían los compañeros del salón, y todos los que se dieron cuenta.

Perdí el año, prefería irme con mi primo Jorge a ayudar a apartar terneros donde una vecina, o acompañaba a mi papá donde otros vecinos mientras cocinaban el jugo de caña para sacar panela, regrese a la escuela a repetir segundo y también lo perdí, así seguí, cuando mi primo Jorge Medina quien fue como un hermano para mí paso a quinto yo pase a tercero, mi tía estaba brava y le explico a mi mamá que yo había entrado a primero con Jorge (ella le hizo un dibujo de unas escaleras para que mi madre entendiera) entonces le aclaro que Jorge había terminado el último escalón y que yo abajo, mi madre me castigo hasta sacarme

sangre y también mi tía, en ese momento llegó mi papá y primero cogió a mi tía y le pego y luego a mi mamá, ya la vida se volvió triste porque por todo me pegaba mi madre, sin embargo ella seguía ahí, me acariciaba me peinaba, con sus señas me daba su bendición y me mandaba a la escuela o a hacer algún oficio, poco caso le hacía, ella se volvió más amorosa porque yo le ayudaba con mi hermanita la última que también es sordo muda.

Le ayudaba con mis hermanas y con mi hermano. La desobediencia hacia mi madre me dejó un recuerdo para siempre. Un día ella me mando a coger escoba; le alce los hombros en señal de que no lo iba a hacer, ella con sus señas me dijo que el diablo me iba a castigar. Cogí el machete y me fui brava para la huerta a coger la escoba, lo hacía de mala gana, de pronto sentí un fuetazo en mi pierna derecha, voltee a mirar brava; porque creí que mi mamita me había seguido para pegarme, y no había nadie a mi alrededor, sin embargo veo una culebra verde envuelta en una vara de las que mi padre le ponía a las martas de frijol y seguía dando fuetazos, yo grite asustada y un vecino, don Julio se asomó y la mato, me dijo, váyase para la casa, él me recogió la escoba y la amarró con un cincho y me la pasó, me fui y no dije nada, estaba asustada, en la parte donde ese animal me fue teó se me comenzó a poner rojo como un quemón, no se me sanaba con nada, mi madre y mi papá me hacían remedios y seguía ahí, como al año mi madre de verme eso tan feo me echo la bendición y me aplicó saliva de ella y así fue como se me secó y me curé, tengo la cicatriz.

Así sigo con mi hermosa vida con aciertos y desaciertos, Un día en clase la profesora Melva nos preguntó a las niñas que si teníamos novio, yo le dije que a mí me gustaba mucho un vecino y que él me había dado un beso, en ese momento salimos a recreo y la profe salió de la escuela y se fue, cuando Salí por la tarde me estaba esperando mi tía y mi madre, las dos me castigaron yo estaba más grande y les dije que ahora porque el castigo, al que me dijeron lo que la profe les había ido a contar, mi tía le decía a mi madre en señas que yo tenía novio, no aguante más tanta cosa y le dije la verdad a mi papá, él me aconsejo me dijo que yo era muy

niña, que lo pensara bien que no quería verme sufrir, iba a la escuela ya no entraba donde mi tía, pasaba derecho con mis vecinas y el jovencito.

De todas las materias me gustaban ciencias naturales, creo que era la única hacia dibujos y títulos **me gustaba participar en las barras de los equipos de fútbol, en presentaciones, en danzas** en todas las actividades de la escuela.

Terminé quinto de primaria. Jorge mi primo ya estaba estudiando el bachillerato en Popayán. Era Semana Santa y me dejaron ir a pasar Semana Santa y a las procesiones a donde un tío a Popayán. Regrese a casa y a los pocos días llego la esposa de mi tío con una prima, yo me puse contenta, pensé que me llevarían a estudiar así como a Jorge. Pero no era así. Fueron en busca de un reloj que supuestamente me había llevado, no era cierto, les asegure que no lo había cogido, jamás volvería a tomar lo que no era mío sin embargo me dieron nuevamente duro todo el que quiso en la casa, yo lloraba y le juraba a mi papito que no lo había cogido. Pasó una semana y llego mi tío, con un mercado grande para nosotros a mí me llevo a regalar una sudadera y que ahora si me iban a llevar a estudiar el bachillerato a la ciudad, además a pedir perdón porque el reloj lo habían encontrado en un gabinete, pero ese día dije nunca más vuelvo a la casa de mi tío porque me hicieron castigar injustamente; ya no quería estudiar, me rogaron que era muy inteligente, que no querían que anduviera con novio en fin, prefería quedarme en la casa, ayudándole a mi madre o iba a donde mi tía, a comer gelatina y le ayudaba también a hacer oficio, o nos íbamos a cosechar café.

La última vez que mi madre me castigó fue cuando me llegó el periodo menstrual, no sabía porque estaba sangrando y le hice señas de lo que me estaba pasando ella se enojó y nuevamente me castigó, como pude me solté y salí corriendo, ya no aguantaba más y no sabía porque sangraba, estaba angustiada y mi papá no llegaba de su trabajo.

Estaba muy aburrida con la situación, no entendía. Mi madre le dijo a mi tía y ella ya no me castigó, sino que me aconsejó y me dijo que de ahí en adelante me

seguiría viniendo cada mes y que debía usar trapos. Ella fue quien me regalo unos y me los ayudo a cortar y me decía que los lavara y los guardara para el otro mes.

Mientras ella me ayudaba me invitó a su casa, por el camino nos sentamos a la orilla de la carretera y me dijo: miya usted ya es una señorita y tiene que saber algo: se puso a llorar, yo le decía “XX”... El compa “XZ” no es tu papá, le dije como así, y dijo que estaba arrepentida de ver como mi madre me castigaba tanto, yo le decía que yo era culpable porque no le hacía caso y le sacaba rabia, mi tía me dice mi hermanita “XS” fue violada varias veces, y en esas quedo en embarazo de usted solo me di cuenta cuando el compadre me fue a llamar para decirme que mi hermana había parido un niño, ese día le pegue porque no me había dicho del embarazo, después mi hermana llorando me contaba con sus señas que esos hombres la cogían y la violaban y me mostró la cicatriz que tiene en la pierna, se hizo daño por quererse defender en un cafetal. Le dije que porque mi papá no me había dicho nada, ella me dijo, él no sabe quién fue y que no lo quería saber, después me dijo que uno de los que la abusaba era el marido de ella o sea de mi tía “XX”, me dio mucha rabia, con mi mamita, no sabía cómo hacerle entender porque había pasado eso, cuando llego mi papá, me regañó porque vio que estaba faltándole al respeto a mi madre, y me dijo a ella la respetas como sea es tu madre... yo lo mire con rabia y le dije que no me dijera nada que él no era mi papá, él se sentó y se cogió la cabeza, mi tía llegó y se pusieron a hablar, yo me subí a un palo de guamas muy alto estaba muy aburrida, él me decía que me bajara que habían unas avispas y que eran bravas, no sé cómo las moleste y se torearón esos animales y me picaron por todo el cuerpo aun en la lengua cuando yo gritaba, mi papá me decía tírese y así lo hice nos picaron a todos, me llevaron muy enferma al puesto de salud, me sacaban los agujones con una pinza, y mientras eso pasaba mi papá y mi mamá me acariciaban y él me contaba todo lo que mi mamá había sufrido por la maldad de algunos hombres y que por eso él quiso sin quererla un poquito hacerse cargo de las dos, y me dijo es por eso que usted y sus hermanas y su hermano son diferentes, yo lo abrace y nos fuimos para la casa, creo que desde ese momento nació un amor por mi madre, ella es tan especial, no entiendo cómo ha sido tan guapa y nos sacó adelante a sus 4 hijas y su hijo todos somos alentados.

Las cosas en la casa dieron un giro pues trabajábamos parejo en la casa y la finca, íbamos a la novena de navidad, a las fiestas todo era lindo, mi novio me visitaba, por las noches y se iba para su casa en una de sus visitas me dijo que me acostara con él; le dije que no, entonces él me respondió que entonces no iba a volver yo lo quería porque él me abrazaba y me hacía sentir bien. Le dije que no se fuera y accedí a lo que él quería sin saber de qué se trataba. Al otro día me enteré que él se fue del pueblo a vivir a Popayán. Me puse muy triste. Con los días una amiga me dijo que nos fuéramos a trabajar a la ciudad para comprar nuestras cosas, mi papá me dejó ir y así empecé a trabajar en una cafetería en el terminal de Popayán. Ahí conocí un joven muy apuesto, era guapo, me gustaba mucho y empezamos un lindo noviazgo, fui muy feliz nunca me maltrató era muy especial, pero me sentía pobre y creía que él no me merecía porque él era de buena familia. Un día le dije que iba a visitar a mis padres y a mis hermanas, viajé con regalos, mi padre me dijo que no me volviera a ir, y así lo hice, me quedé con mi familia en mi casa, extrañaba al muchacho.

A los meses llegó mi antiguo novio y nos fuimos a vivir juntos, quedé en embarazo, en el año 1985 nació mi primer hijo, por cesárea porque los médicos dijeron que venía de cabeza. El niño nació enfermo solo vivió 15 días y murió, no lo tuvimos en los brazos ya que estuvo en incubadora ese tiempo, regresamos al pueblo a continuar nuestras vidas. De nuevo estaba embarazada y el 2 de marzo del año 1987 me faltaba más de un mes para que naciera la niña así que viaje a mi último control, pero la chiva que viajábamos se volteó y quedé a debajo, en una zanja, me sacaron, me iba a devolver porque dije que me había orinado del susto, una señora nos dijo eso es líquido amniótico así que me llevaron de urgencia al hospital y me sacaron a mi niña **MARIPOSA** por cesárea, mi papá estaba feliz con su nieta, me compró un ovejo para la dieta, muy sana y rosadita, nuestro centro de atención en la casa todos las queríamos, así sigue mi historia, mi compañero era muy toma trago, vivíamos en casa de mis padres, no nos faltaba nada, viendo crecer a mi pequeña. Una tarde encontré a mi compañero con otra mujer, así que decidí irme a trabajar a Bogotá con unos españoles en su casa, dejé la niña con mis padres.

Estaba contenta porque me iba bien, le cogí el ritmo al trabajo además trabajaba con mi hermana. El patrón iba a viajar a Cali a una reunión de negocios, y me pidió el favor que le bajara un portafolio con los papeles, lo hice pero no me di cuenta que no alisté el que el necesitaba, regresó por el portafolio pero perdió el vuelo, ese día el me trato tan mal, me humilló, me echó, yo estaba muy asustada, y le dije a la patrona que me pagara para irme, no sabía qué hacer cuando sentí que entro, era tal mi susto que me metí en un sótano muy adentro había mucho polvo, telarañas y ahí me quede un rato escondida, escuchaba que me llamaban y la señora decía que yo no había salido porque la llave de la puerta la tenía ella, así que me buscaron y me encontraron.

Pasó todo lo contrario de lo que yo pensaba, porque cuando salí, en vez de seguirme maltratando me abrazaron y me sacudían el polvo y las telarañas y el patrón me decía que mi error y descuido para él era una bendición, no entendía nada, entonces nos sentamos y me dijo: el avión que iba a viajar lo explotaron saliendo de la ciudad y murieron todos. Hubo mucho silencio, la gente tenía susto, y finalmente no me dejaron ir, a los pocos días me dijeron que me darían un regalo, pues me llevaron a conocer bahía Solano en el Chocó, era la primera vez que montaba en avión, en avioneta y en barco fue una experiencia muy bonita, al año les pedí permiso para viajar al pueblo a hacer bautizar mi hija, MARIPOSA, mis patrones me dieron la ropa para la niña, me ayudaron para que le hiciera una fiesta, y que regresara para que me fuera con ellos para España porque habían muchos atentados en la ciudad y ellos no querían esa vida. La verdad me dio miedo irme con ellos y decidí quedarme en el pueblo con mi familia, volví con mi compañero, yo no planificaba mi hija tenía 4 años y nuevamente embarazada.

Aquí comienza una nueva etapa en mi vida que en verdad me marcaría para siempre. Mi compañero consiguió un trabajo en construcción en Santana por la Romelia Cauca, tenía casi 4 meses de embarazo la niña se quedó con mis papás y me fui a cocinarle a mi compañero. Para nosotros era muy normal que la guerrilla estuviera por ahí, ellos cuidaban; hacían sus reuniones, en ese pueblo estaban

organizando para la inauguración del puesto de salud, estos hombres no se metían con la gente, eso creía yo. Un día Bajaron, recuerdo que eran del octavo frente de las FARC. Yo me encontraba lavando una cebolla para el almuerzo de pronto por la parte de atrás vi tres guerrilleros uno paso hacia un lado pero no les puse mucha atención uno de ellos aindiado me saludo, me pidió agua hervida y le dije que no tenía le ofrecí café, él me siguió ya dentro de la cocina me cogió por detrás y me tiro al piso, me decía que me quedara callada porque me mataba me apuntaba en la cara con un fusil como los que utilizan los soldados, me daño la ropa, estaba muy asustada afuera había bulla, estaban cantando (pueblo unido jamás será vencido) yo le suplicaba pero él mientras me apuntaba se desabotona el pantalón me daño mi ropa interior, yo le decía que estaba embarazada que no me hiciera daño pero él seguía, tenía dos opciones en medio del miedo dejarme o él me mataría, me violó fue horrible, ese hombre olía tan feo, tan feo. Alguien lo llamó, él se paró me miro y me dijo que si yo hablaba mataba a mi compañero y a mi tío que era el inspector de policía de la Romelia, salió corriendo por detrás. Me dio vómito, me bañé, llore mucho, se me apago el fogón, me dolía mi espalda mi parte baja, no sabía que hacer no entendía porque ese tipo me hizo eso, pensé que entrarían los otros entonces me fui para donde una amiga "Flor", ella me dio café con envuelto yo no quería, me dijo no vaya a decir nada hija porque esto está muy peligroso, no sé cómo ella se dio cuenta, además había tristeza porque a ella le habían matado un hijo. Me sentía muy mal, ese mismo día le dije a mi compañero que se quedara que yo mejor regresaba a la casa y así lo hice. Comencé con mucho dolor de cabeza, me salieron granos en la cabeza en las manos y el dolor era cada día peor, me hicieron de todo hasta que termine en el hospital San José de Popayán, me hacían exámenes y me salían bien, recuerdo que me sacaron liquido de la columna, el resultado fue alarmante porque se reunieron los médicos y las enfermeras, me miraban pero no me dijeron nada, solo me aislaron lejos de los demás enfermos, entraban médicos con tapabocas, guantes, la comida me la daban en desechable, no tenía visitas, no entendía porque citaron al compañero y lo examinaron, luego entraron varios médicos y me preguntaron que si yo había tenido relaciones sexuales con otros hombres les dije que no, y también me

preguntaban las enfermeras todo el tiempo me negué, mi compañero les decía que nosotros vivíamos juntos y que yo no sabía que lo que yo tenía era una infección por un agua que él me dio para el dolor de cabeza y que se la había formulado un señor ya que dijo que lo que tenía era un espíritu de un muerto, y esa agua era de una tumba. Los médicos me dijeron que yo tenía una enfermedad de transmisión sexual, que por eso me tenían aislada y que por lo tanto me tenían que sacar él bebe, les suplique que no le dijeran a mi compañero lo que yo tenía me sentía fatal y pensaba mucho en el rechazo, los médicos decían que mi hijo iba a nacer sin huesos, muda, y con muchos problemas de salud. Mi tía no dejó que me sacaran mi bebe, Estuve hospitalizada un mes, salí con un tratamiento diario de penicilina. Me hicieron firmar un papel porque no permití que me sacaran mi hija; tampoco tuve control porque me daba miedo lo que me fueran a decir.

No le conté a mi papá lo del embarazo ya que él me decía que mi compañero no era responsable. A finales de junio de 1990 mi papito lindo mi gran apoyo se puso muy enfermo, lo hospitalizaron y muere. La vida nos da un giro grande porque en parte dependíamos de él, en ese tiempo la violencia que había en la región Uribe Tambo estaba muy dura por todos lados, había mucho miedo porque estaban matando a los amigos, familiares, vecinos, entonces decidimos desplazarnos a Popayán Cauca.

El 28 de enero de 1991 empezó mi trabajo de parto, fui al hospital con una tía, me iban a llevar a cirugía, yo no quería porque sabía que me estudiarían el bebé. me ayude, puje y nació mi pequeña, **COLIBRÍ**, mi compañero llego al hospital y miró que había nacido una niña y él quería niño, me dejó en el hospital, yo lloraba porque me preguntaba cómo voy a sacar mis niñas adelante, sin embargo un cuñado me ayudó para salir del hospital. Estando en dieta comencé a trabajar en casa de familia mientras la niña más grandecita estudiaba yo trabajaba y me llevaba la pequeña la ponía a dormir en un canasto que me regalaron y siempre a mi lado mi milagro de Dios como yo le digo hasta ahora, porque el pronóstico de los médicos era uno y Dios tenía el maravilloso resultado una hija sana, hermosa, inteligente, ahora una profesional.

Mi vida transcurrió en una ciudad donde me tocaba pagar arriendo, servicios; lo que nunca había hecho, trabajaba en casas de familia. Los problemas con mi compañero eran muchos porque yo no accedía a tener relaciones sexuales, pero yo no le podía decir porque que no quería contagiarlo, el tratamiento duro dos años me hacían examen cada tres meses siempre estuve en control, mis hijas hermosas, solo yo sabía lo que estaba sufriendo, triste porque no podía volver a mi pueblo donde teníamos nuestros alimentos, animales y en muchas ocasiones lo único que comprábamos era la sal.

Vendimos la finca que dejo mi papá por unos pesos y que ahora era de mi madre, no la pagaron en total. Empezamos a trabajar todos y poco a poco nos organizamos, me hacía exámenes cada mes después cada tres y así, cuando mi hija cumplió 2 años me hicieron un examen y estaba totalmente sana, descanse por esa parte de tanta inyección. Mi vida cambio mucho sobreprotegía a mis hijas, vivía un mes en un lado otro en otro y así pagando arrendo con muchas necesidades, de vez en cuando iba al médico y me hacía exámenes, todos me salían normal. Volví a compartir cama con el papá de mis hijas y nuevamente en embarazo, yo no quería, pero no podía hacer nada. Nos comenzó a ir bien, hizo algunos negocios teníamos 2 taxis, un bus y un carro particular, era mejor la situación, la alegría de mi compañero cuando el 12 de julio de 1995 nace mi Hijo **CESAR**, estábamos tan contentos, una mañana se fue a comprarme una gallina para hacerme un caldo pero no regresó, al otro día llego muy mal, no sé dónde estuvo, le habían dado escopolamina, lo golpearon en la cabeza, nos tocó llevarlo de urgencia al hospital, lo operaron estuvo en cuidados intensivos, a los días le dieron la salida, ya no pudo trabajar y poco a poco fuimos acabando con todo, ahí nuevamente nuestras vidas cambiaron, él le gustaba ir a buscar mujeres prostitutas, amanecía por fuera llegaba borracho a maltratarme, cada nada me tocaba salir con mi niño de brazos y mis hijas para donde mi hermano a terminar la noche. el carro particular estaba alquilado a unos ingenieros; lo manejaba un joven y él se daba cuenta de todo lo que yo soportaba, así que empezó a enamorarme, me decía que no merecía ser

maltratada, que se daba cuenta que yo era una buena mujer y todo lo que luchaba para sacar mis hijas y mi niño adelante, me convencieron sus palabras, terminamos en la cama de un hotel, a los 15 días de haber estado con él me volvió a invitar y yo acepté, nunca me había sentido tan bien, eso creí porque fue muy especial, estaba contenta pues no me importaba, mi pensar era que así me desquitaba de todo lo que había pasado conmigo. Cuando llegue al sitio de encuentro acordado, él estaba con mi marido, no sabía qué hacer, me dijo que para donde me iba, le mentí que a visitar una amiga, el que me había invitado dijo: dígame la verdad que va a salir con migo y le dijo que ya habíamos estado una vez (trágame tierra dije en mi mente) cogí un taxi y me fui para la casa, me sentía pésima porque jamás había hecho eso, en seguida llegaron los dos, los saque de la casa, el muchacho se fue y mi marido se entró a la casa, me cogió del cabello y me tiro contra un asiento me tumbo los dientes, me rompió debajo de la nariz,(tengo la cicatriz, desde ese tiempo tengo dentadura postiza) lo demande, y lo llevaron a la cárcel 24 horas, la situación económica decayó y acabamos con los carros, muchas deudas en fin, estaba cansada de tanto maltrato violencias y malos ejemplos, y decidí quedarme sola y sacar mis hijos adelante. Empecé a trabajar en una trilladora donde me pagaban muy bien, vivía con mis dos hijas y mi hijo.

Todo cambio, mi familia me los cuidaba mientras yo trabajaba ellos estudiaban, después me buscó y me prometió cambiar volvimos, ya no era lo mismo 15 días después, una madrugada llego borracho y me cogió a golpes se metió la dueña de la casa también la golpeo y en ese momento pasaba la policía y se lo llevaron como ya lo había demandado en la comisaria de familia, y en el juzgado por el maltrato lo dejaron preso por un tiempo, la familia de él me decía que le retirara la denuncia, yo no lo hice.

Seguí trabajando tranquila, me tocaba duro pero me gustaba mucho lo que hacía como mensajera de una empresa, compre una moto ahorra paseaba con mis pequeños, mi niño aun de brazos, a los 2 años conocí un hombre empezamos a conversar a salir, comenzamos un lindo noviazgo en 1998, era muy buena

persona con migo con mis hijas y mi hijo, nos enamoramos el 09 de 09 de 1999 nos casamos por lo civil, feliz, comenzamos a pagar arriendo ya solos, claro con mis hijos, todo era perfecto el me ayudaba con ellos tanto en el colegio, en sus tareas, nos compró lo básico de la casa, me propuso que nos casáramos por la iglesia y que hiciéramos una casa en un lote que él tenía de una herencia, acepte, buscamos tener un hijo y así fue, ya estaba en mi segundo mes, me sentí mal fuimos al médico, me hicieron exámenes y mi bebé se había desprendido y por eso me hicieron un degrado, seguí trabajando, hablamos de tener un hijo, acepte y quede embarazada, hicimos la casa primero en madera, nos ayudó mucho mi familia, mi cuñado “Pablo”, y pronto estaba viviendo con él en nuestra casa con mis hijas y mi hijo, éramos felices, ya no pagábamos arriendo, fue mi mejor embarazo siempre el conmigo, apoyándome, y cuidándonos, nos sentíamos protegidos por él, además era una figura paterna, el 18 de septiembre del año 2.000 me comenzaron los dolores y fuimos al seguro me hospitalizaron y de una para cirugía para hacerme cesárea, a las 10 am comenzó el procedimiento, estuve consiente de todo ya que me durmieron solo de la cintura para abajo, nace mi niña **CARAMELO**, terminado el procedimiento, se quedó un enfermero serrándome el estómago, yo miraba la niña era rosadita y estaba vestida de amarillo estaba feliz pero me sentía muy mareada y sangraba mucho, poco a poco iba perdiendo el conocimiento ya no me podía mover, el enfermero llamo al médico el me abrió un ojo y dijo que me hicieran una radiografía urgente porque algo no estaba bien, el resultado, me habían dejado una compresa dentro de mi útero por lo tanto deberían operar de urgencia, mi esposo me miro muy mal yo le dije lo que había pasado y también que si me moría demandara y si no que Dios nos tenía con propósito, a la 01 de la tarde me subieron, no supe de la niña ni de nada hasta las 10 de la noche que me pegaban en la cara y me hablaban pero no reaccionaba era consiente pero no podía hablar, poco apoco fui recobrando la conciencia, y me enviaron a pieza, lo primero que vi fue la familia de mi esposo esperándome con la niña, le habían dado aromática todo el día.

Él amaneció ahí cuidándome y ayudándome porque estaba muy adolorida. Al otro día el médico me pidió disculpas por el tremendo error, me dijo que era su carrera pero que había hecho todo lo posible por salvar mi vida, me llevo un termo con chocolate y unas galletas. No vimos la necesidad de denunciarlo, una enfermera me dijo que le firmara la orden de ligadura yo le dije que no porque los dos solo teníamos la niña y que estábamos recién casados además él me decía que más adelante tuviéramos el niño, la enfermera me dijo que el médico me había ligado el día que me sacaron la compresa porque me habían abierto por otro lado de mi útero y que un embarazo más era muy riesgoso, aceptamos pues ya no había nada que hacer, estábamos bien la niña estaba alentada y me dieron la salida, seguimos con nuestras vidas, la niña nos unió más, cuando mi “caramelo” tenía 2 meses le dio bronconeumonía estaba muy grave y dieron la orden de entubarla porque no podía respirar por sus propios medios y en Popayán no habían los aparatos, es por eso que con mi seguro, pudimos diligenciar una ambulancia, contratamos una pediatra, y la hermana de mi esposo que es enfermera, salimos a las 5 de la mañana rumbo a Cali yo iba orando y mi esposo me decía usted tiene 3 más y yo solo la niña y usted operada, yo solo le hablaba a Dios y le daba las gracias porque había sido misericordioso con migo y mi familia, iba conectada a unos aparatos la doctora muy pendiente.

Llegamos a Cali el medico ordenó desconectarla del oxígeno de la ambulancia, y llevar a la niña a hacerle unas placas del tórax, subimos al ascensor y Dios hizo un milagro extraordinario ya que la niña comenzó a respirar normal, y se pegó de mi seno, hacia 3 días que no me dejaban darle seno, cuando el médico vio la placa dijo que la niña no tenía nada, sin embargo estuvo ahí unos días esperando que le diera una crisis y no fue así, le dieron salida, y regresamos a Popayán.

El 16 de diciembre del 2.000 nos casamos en la catedral de Popayán con la bendición de mi madre y mi suegra, hicimos fiesta nos dieron regalos. Era feliz. Mis hijas crecieron acabaron su bachillerato, me Salí de la trilladora para trabajar

con mi esposo de domingo a domingo, yo era consciente de que tenía 3 hijos que no eran de él por lo tanto la responsabilidad era mía, así fue que sin darnos cuenta caímos en la rutina del trabajo, nos descuidamos como pareja, vivíamos juntos pero separados en muchos aspectos ya no mercábamos en la casa porque como yo tenía restaurante todos comíamos ahí, tampoco salíamos además me fui engordando y empecé a sentir el desprecio de mi esposo.

Mi hija “Colibrí” se enamoró y se fue a vivir con su compañero se llevaron a mi hija Leidy a vivir con ellos las cosas en la casa se pusieron duras, me empecé a endeudar como dicen por ahí destapaba un hueco para tapar otro, sin darme cuenta toque fondo literalmente, mi hijo muy joven se enamoró y se fue de la casa, quedamos mi hija “Caramelo”, mi esposo y yo, nos cortaban la luz, el agua, el gas, fritaba un huevo a mi hija con la luz de una vela, no podía creer todo lo que me estaba pasando. Comenzó la violencia de mi esposo hacia mí, el 31 de diciembre del 2012 él me confiesa que tiene otra mujer que está enamorado. Me dice como que yo lo estaba secando, que estaba gorda. Decidí dejar el negocio tirado e irme a la casa a recuperar mi matrimonio, solo recibía maltrato, desprecio humillación, hablaba con su mujer por teléfono delante de mí, mi hija “Caramelo” perdió el año, todo era oscuro, le rogaba amor a mi esposo y solo recibía rechazo, me amanecía esperándolo, lloraba todo el tiempo, me prohibió ir a su negocio, entrar a su cuarto, yo le rogaba y cada día era peor él me decía que era demasiado tarde que me había perdido el amor hacia mucho tiempo, eso me dolía.

El 4 de diciembre del 2013 me dijo “te voy a hacer algo para que me cojas rabia” se fue a tomar trago, me fui para donde una vecina mi amiga y le conté lo mal que la estaba pasando me dijo que yo debía atenderlo bien y no alejarlo, que era muy fría y que si él me buscaba tenía que complacerlo porque eso era lo que él buscaba afuera de la casa.

Llegó muy tomado, subimos a mi habitación creí que me buscaba como su esposa, me acostó boca abajo me colocó su mano en mi espalda y me violó, yo

gritaba el solo decía que le cogiera rabia, como pude lo aparte de mí, él se fue cogió un taxi y al hospital, no sé qué me dolía más si mi parte íntima o mi alma, me atendieron, me hicieron un lavado, lloraba amargamente, me dieron acetaminofén para el dolor y a tomar líquido por unos 8 días, antes de salir cogí la historia que estaba en una camilla y la rompí, ese día negué a mi amada familia, yo dije que no tenía para donde irme, tampoco quise decir quien me había hecho tanto daño, el médico que me atendió fue muy amable, luego después con una psicóloga, yo les decía que por favor me dejaran ahí, tenía miedo, y mucho dolor en mi corazón, en mi ser como mujer, no podía creer que el hombre que había amado como a nadie me hubiera hecho eso.

Regrese a la casa me encerré lloré y lloré, no supe a qué hora me dormí, al otro día él me llamo por teléfono y me decía que lo perdonara que estaba muy borracho, y me decía: “que pomada le llevo” Le conté a mi hija lo que había pasado y se enteraron mis otras hijas y mi hijo. Les dije que no hicieran nada que lo había perdonado, sin embargo, era raro porque yo lo seguía amando pero ya no quería estar un minuto más ahí. Tuve una charla con él le cogí las manos le dije te perdono, mirándolo a los ojos, no te envío a la cárcel por pesar a tu madre aun por mi hija: Y le dije, no hay peor cárcel que la mente, si no la sabes manejar te enloqueces; me ayudaste mucho con mis hijos, nos amamos, le agradecí por todo, creo que fueron más las cosas buenas que las malas sé que estoy destruida pero te dejo. He tomado la decisión de irme, él lloraba me decía que no que mejor se iba él, me decía ¿y las cosas? Mi respuesta fue, para mí lo más importante es la unión familiar siempre he trabajado y aún tengo mis manos, empezaré de cero le desee que fuera muy feliz que lo soltaba porque ya era claro que su amor por mi había terminado.

En esa semana él cambio tanto, me ayudo a lavar la casa, a jabonar, cocinaba conmigo, me decía mi amor y me llevaba pasteles bueno quiso hacer muchas cosas hermosas pero mi decisión estaba tomada.

Hablé con mis hijas y les dije que quería estar sola, ellas hicieron un gran esfuerzo y arrendaron una casa, además la amoblaron. Algo que me da mucha tristeza es que mi hija “Mariposa” había ahorrado para hacer su carrera para trabajar en el INPEC, era su sueño y con ese dinero pagaron el arrendo para mí y mi pequeña “Caramelo”. El 11 de diciembre del 2013 salgo de mi casa donde compartí 15 años de los cuales 13 fueron bonitos, donde vi crecer a mis hijas y mi hijo tranquilos, con muchos aciertos y desaciertos también como se fueron independizando. Un día mi hija me dijo que me fuera para su casa, así lo hicimos nos recibieron con sus brazos abiertos, sin reproches, empezamos a reconstruir nuevamente un hogar de madre he hijas, hijo y nietos.

He escalado muchas etapas, hoy me he levantado en victoria. Comienza mi cambio a partir del año 2013 con un reconocimiento especial a mis bellas vecinas del barrio nuevo San José de Popayán, a cada una mis sinceros agradecimientos, **María, Laura, Rochi, Marina, Marhal, Bley (Mujeres proyectando futuro)** y demás vecinas y vecinos donde iniciamos un proceso en Mujeres ahorradoras en acción, con la **doctora Bertha**.

Fui a un encuentro cristiano y ahí sanó mi corazón, hoy por hoy soy mejor mujer mejor persona, tomé la decisión de perdonar a quienes decidieron hacer con mi cuerpo lo que quisieron donde yo no pude decidir. Estoy en una etapa bonita aprendiendo y desaprendiendo, lo cierto es que en la vida nada se logra sola y todo mi proceso ha sido gracias a las instituciones, a una gran amiga “**Libertad**” quien me escogió para ir a Bogotá a Hacer un diplomado en acompañamiento psicosocial, conocí mujeres de varios departamentos, con unas historias tremendas, pensaba que solo yo había sufrido tanto.

Hice otro diplomado con otra escuela, más mujeres nos sumábamos quizá ahí supe que debía hablar pero aún tenía miedo, aprendí a trabajar para la paz a través del arte y el juego. Seguí fortaleciéndome con otras organizaciones en acompañamiento psicosocial, liderazgo político, proceso de paz, y prevención de la violencia sexual, y conocimiento de las leyes.

Hoy celebro por ser mujer, no ha sido fácil, sin embargo la vida misma me ha dado la oportunidad de reconocermé y todo lo que me paso se convirtió en una fortaleza y ayudar a muchas mujeres que vivieron violencias y sobre todo la violencia sexual ya que afecta lo personal, familiar y social, poco a poco fui conociendo más mujeres con quienes hemos hablado de lo que nos pasó, y empezar procesos de acompañamiento psicosocial juntas y así lograr construir una memoria histórica a través del arte, el canto y el tambor sanador.

Soy un referente como lo ha sido para mí “**INSPIRACION**”, una mujer que un día del año 2014 me buscó, le conté lo que me había pasado y fue quien me mostró un nuevo caminar, junto a ella he aprendido, pero además he desaprendido.

Agradezco infinitamente a una gran mujer que aparte de ser profesional se coloca en los zapatos de nosotras y el mío propio, gracias a ella he seguido en Bogotá, la doctora **Ave Libre**, Mejor nombre y apellido no podía tener, es el pilar de muchas mujeres y rueda por donde le toque, maestra de vida es la que le ha apostado a este bello proceso de empoderarnos de permitirnos que sean nuestras propias voces las que se escuchen y trabajar en la prevención de la violencia sexual y la paz. Ahora nada nos detiene extendiendo mi mano sobre la tuya para que juntos y juntas caminemos con la camiseta y la mejor disposición de cambio social.

QUIERO RESALTAR MIS GRANDES EXPERIENCIAS:

Hacer parte de las tamboreras del Cauca, con nuestra obra de teatro **tambores que claman cuerpos que expresan hilos de vida**. Un poco para contarles que con esta obra mostramos la historia de violencias del conflicto que se vivió en Colombia Y el caos que generó; en esta obra mostramos el antes el después en la vida de las mujeres, a la vez nuestros cantos sanadores.

Hago parte de **la Red de Mujeres Víctimas y Profesionales**, primero coordinadora regional, posicionamos la red en Popayán, hemos hecho 4 jornadas

de denuncia colectiva, luego viajé a Bogotá como coordinadora nacional, donde me decía que no era merecedora de ese título, porque no creía en mí, hice mi labor desde el amor, respeto y carisma. Aprendí que una cosa es la teoría y otra la experiencia de vida y que es la que me ha formado desde el dolor. Soy mi orgullo y soy Resistencia. He tenido muchas emociones encontradas, he aprendido cómo se trabaja desde lo central, la mejor escuela para las mujeres que experimentamos esta bella experiencia me he ido cualificando con mis capacidades, estoy feliz de conocer nuevas personas, en colegios universidades. Con la ayuda del Profesor "XX" de la Universidad Pedagógica corrí en la carrera de la mujer por la paz y también en la Unicef, es algo que nunca hice en la vida ahora me enorgullece tener tres reconocimientos mis medallas las que conservo con mucho orgullo donde la meta es llegar así sea de ultimo, pero llegar. Desde ahí cogí un buen habito caminar o trotar cada mañana, también he aprendido el tema político ahora entiendo que siempre fui de izquierda, soy defensora de los derechos humanos y orientadora en talleres, creo que esta etapa vivida es una de las mejores donde estoy desaprendiendo muchos patrones que en su momento hicieron daño. Todo ha sido con apoyo de profesionales y claro la doctora "Ave Libre". Conocí varios departamentos de Colombia, aprendí a manejar la plataforma de información de la red, también muchas cosas que en mi vida cotidiana del campo no hacía, las que ahora han enriquecido mi conocimiento y trabajar con otras personas con mejor capacidad.

Amo las cosas que hago porque le pongo el alma, comprometida con lo espiritual entiendo que apartada de Dios nada soy. Asistí a Casa Roca en Bogotá, participe en un gran taller de formación, **Cátedra del perdón y la reconciliación**, para entender la mirada del conflicto armado más allá de lo que se vivió, y tener una postura de reconocer al otro y trabajar en la reconciliación, ahí entendí que el perdón es una decisión y un acto de amor ya que solo afecta a una sola persona en todas las ares de la vida.

Participé en **talleres de recuperación emocional** con psicoterapeutas, fue muy enriquecedor porque ahí aprendí a identificar que todo parte de las emociones y afecta el cuerpo y la salud, cada encuentro, cada ejercicio lo aprendí para mejorar, aplicarlo en mi vida y replicarlo a las y los demás y mejorar la calidad de vida. Ejemplos con la naturaleza, los movimientos, las miradas la respiración etc.

Ser integrante de la Red global en la fundación SEMA con 19 países, otros idiomas, mujeres con historias quizá más crueles pero que también decidieron poner sus voces y así unidas trabajar cada una desde sus capacidades en su país por las demás. También hago parte del coro internacional, soy un pajarito que va volando hacia el cielo: mi parte es la canción todo cura todo sana todo lleva medicina adentro. Feliz porque supe caminar por donde nadie me entendía, sé que tengo amigas y amigos en otras culturas del mundo y eso me hace humildemente agradecida, hoy como todas las de SEMA somos activistas internacionales. Conocí Ginebra Suiza, La Haya y Luxemburgo.

Por otra parte, hacer parte de una construcción de una obra de arte **Contra monumento, Fragmentos**, donde se fundieron las armas de la antigua guerrilla de las FARC, este es un lugar de arte y memoria, fuimos invitadas por la maestra, escultora y artista **Doris Salcedo**, donde queda plasmada la historia de muchas mujeres y la mía, en este bello proceso. Dolían las manos, la espalda, pero dolió más la guerra.

Ver mi nombre en una placa será un legado para contarles a mis hijas hijonietos, familia y a la sociedad. La escultora **Doris Salcedo** nos invitó a plasmar su nueva obra **Quebrantos** un ejercicio colectivo para plasmar los nombres de más de 160 líderes asesinados, estos fueron escritos con vidrio en la plaza de Bolívar como forma de duelo colectivo, pero también para no olvidar sus luchas y el legado que dejaron también para que cesen los asesinatos a líderes y lideresas sociales.

Caminé con jóvenes y profesionales por las mejores universidades de Bogotá Y Popayán, conocí personas del ámbito político también sus diferencias, Conocí

el congreso, asistí a audiencias, donde hay muchas diferencias, también la JEP (justicia especial para la paz) ahí hay mujeres profesionales, que saben escuchar a las víctimas desde lo humano, algunas veces las necesité para que me orientaran para algunas ponencias donde debía presentarme.

Intercambie experiencias con muchas compañeras, Estudiantes de colegios, y con jóvenes a quienes Escuche me escucharon, y orienté, aun lo sigo haciendo desde la distancia. Gratitud inmensa a mis hijas hijo y mi amada familia por apoyarme, porque entendieron por qué decidí alejarme dejándolo todo, y empezar un nuevo proceso en mi vida. Amo lo que hago, siempre estaré dispuesta a seguir en mi liderazgo ayudando, apoyando y por supuesto trabajando por la reconciliación, el perdón de las personas, sin señalamientos y la paz del país.

Escribir mi historia ha sido un ejercicio de resignificación a mí misma, prácticamente es un mapa de mis recuerdos en el transcurrir de mis 53 años. No es fácil hablar de mí misma, además que es una historia como la de muchas mujeres, dedicadas solo a ser madres ya que no teníamos otra opción porque para eso creímos que nacíamos las mujeres sobre todo en el campo. (Era el pensar de muchas).

Los aprendizajes han sido como construir mi vida después de. Mi desarrollo personal no ha sido fácil, he pagado un precio, pero con humildad y satisfacción ha sido como subir por una montaña de arena, he sido consiente que me he resbalado y me he equivocado, sigo en la lucha para llegar a la cima, estoy atenta a nuevos descubrimientos, sé que mi paso en este mundo tiene un propósito.

Es hora de reflexionar; no en lo que pasó sino qué hago con lo que pasó, a este tiempo ha sido un desarrollo vivencial el cual me he empoderado con una mirada de reconciliación y perdón claro está sin olvido y seguir trabajando por la paz de mi bello país por aquellas personas que se creen excluidas de sus derechos, pero

que con la voz de nosotras las que decidimos romper el silencio podremos construir un país con una paz estable y duradera.

Todo en la vida, llega y así mismo pasa, aun los dolores, las tristezas, ahora sé que si uno se propone empieza a surgir como lo enseña la naturaleza, soy como el águila que debió tomar una decisión morir o experimentar el dolor y desde ahí extender sus hermosas alas para volar por encima de la tormenta. Soy producto de un pasado, pero no prisionera de él, ahora lo que me queda son muchas fuerzas para seguir empoderándome y siendo gestora de cambios y defensora de los derechos humanos, trabajo por la paz desde mi interior para transmitirla a los demás. Reconocerme y reconstruir mi vida es un nuevo comienzo, dispuesta siempre a servir a quien me necesite.

Vi una gran película, el vendedor de sueños, el protagonista dice: le vendo una, (coma) para que siga escribiendo su historia.

Desde que decidí romper el silencio mi vida se fue transformando con más madurez, pero así mismo más conocimiento de todo, quizá por mucho tiempo viví sin una meta clara ni un objetivo o un por qué trabajar para seguir. Vivía de domingo a domingo no me quería, me descuido en todas las áreas de mi vida por ende a mis hijas y mi hijo, hoy por hoy se han superado solos, he visto cómo lo han logrado, para mí son ejemplo.

Estando en Bogotá mientras yo me esforzaba por aprender para aportar en mi entorno y en los objetivos de la red me di cuenta que algo andaba mal. Era la convivencia con la compañera a quien independientemente de lo que paso quiero mucho para mi ella es mi referente y bueno cada persona tiene su forma de ser. Estando en Bogotá podía decir que ella era mi mejor amiga pues así tuviéramos diferencias me ayudó y me escuchó. Compartí dos años y dos años antes de trabajo viajando a diferentes lugares, pedí ayuda a una persona, siempre la puse al tanto de lo que pasaba, pero no hubo solución así que me rendí y decidí dar un paso al lado, y renunciar de estar en la capital para regresar a casa con mi familia. No sin

antes agradecer pues pesa más las cosas buenas como fue hacer un trabajo desde lo central, y todo gracias a estar en este espacio de participación, la Red para mi es una plataforma para empoderamiento y crecimiento así que, podría mejor decir que la salida de allá es porque se cierra ese ciclo para que otras mujeres también tengan la experiencia de vivir en la red, conocer y cualificarse con el direccionamiento de compañeras que van un poco más adelante. Gracias a la red tengo un reconocimiento local, nacional e internacional.

Regreso a casa en Popayán después de dos largos años en Bogotá en junio del 2019, con muchos sentimientos encontrados, por una parte, me di cuenta que en mi paso por Bogotá dejé una huella amigos y amigas increíbles, la mayoría jóvenes de universidades, docentes, médicos, políticos, profesionales en diferentes ramas y un ramillete de mujeres.

Ahora estoy en Popayán con mi familia, me siento muy orgullosa de conocer personas externas a la red porque conocieron una parte de mí que quizá otras no. Desde la distancia he venido apoyando virtualmente a estudiantes de la universidad central lo cual me hace feliz ya que todos estos aprendizajes son debido a mi experiencia vivida dentro del conflicto armado y lo que se ha logrado después de hablar.

Con señoritas de la universidad pedagógica también hemos tenido encuentro todo relacionado con el deporte y eso me agrada pues con su dirección participe en la carrera de la mujer por la paz, la carrera Unicef por los niños del choco, y la carrera de la mujer norte caucana y desde ese momento cogí el hábito de caminar todos los días, por mi salud, y para tener un mejor estado físico, esto me hace estar mejor tanto en mi estado de ánimo como en todas las áreas de mi vida.

He logrado que mi nieta reciba clases virtuales de gimnasia artística con unos resultados sorprendentes. Con el Colegio José María Córdoba de Bogotá se hizo un trabajo desde la red, y fue muy positivo, tanto que trascendió a Popayán por medio de cartas con los estudiantes, de esta manera dejamos una capacidad instalada con los jóvenes para que ellos puedan apoyar a quienes los necesiten más adelante, pues se cambiaron patrones e imaginarios. Todo direccionado por el profesor “XX” un hombre comprometido con la paz y el cambio de este país llevando la cátedra de la paz a la academia. Escribo todo esto porque la historia

tiene dos caras la del dolor, el proceso, el desarrollo y el anhelo de seguir aprendiendo.

En mi estadía en Bogotá conocí a “FLOR AMAPOLA” quien me enseñó a leer y es así que empecé a entender la lectura, me ayudó mucho con su paciencia y dedicación, aproveché al máximo lo que aprendí con ella, y comencé a leer más y más.

Retomé las reuniones con mis compañeras de base, las tamboreras, viajamos a Cartagena de Indias invitadas por la comisión de la verdad en la presentación del informe de violencia sexual y en otras presentaciones locales, he venido teletrabajando con estudiantes, apoyando psicológicamente a jóvenes en casa, y compartiendo momentos gratos con mi amada familia.

Hay algo para lo cual no estábamos preparados en muchas partes del mundo y en Colombia es experimentar el miedo por el covid 19, entramos en cuarentena. Estuvimos en casa más de 60 días mis dos hijas mi nieta y mi yerno, sin salir, muy cerca mi otra hija con su esposo, esta etapa la aproveché para hacer ejercicio, para estar más cerca a mis hijas y para aprender de los que saben a través de audio libros, conferencias mucha lectura.

En este momento tuve la oportunidad de entrar a hacer mi bachillerato virtual con el colegio Metropolitano de Bogotá, eso me tiene feliz porque seguiré estudiando para ser psicóloga.

Por medio de la cruz roja internacional hubo un proyecto para atender tres mujeres en salud y psicología individual, en ese grupo estoy yo, es así que es la primera vez que puedo hablar con una psicóloga que antes de ser profesional es un gran ser humano y me dio la oportunidad de contarle mi cosas y empezar con ella a cambiar algunos aspectos míos que creí haber superado, como trabajar en mi autoestima, y aprender ya a aceptarme, y saber que mis fortalezas, capacidades están

en lo que soy como persona, también fui atendida por ginecología me hicieron exámenes, en otras palabras pensé en mí e invertí en mí, aprendí que somos resultado de lo que pensamos, ya sea positivo o negativo.

Hoy por hoy aprendí a conocer mis derechos pero también mis deberes, hoy pienso que hace 29 años, mi vida cambio, calle por 24 años mi historia, hoy arrebató mi educación uno de los impactos que quedan en la vida de las mujeres, desde que decidí educarme empecé a entender mi libertad hoy sé que puedo opinar y ayudar a decidir.

Quizá mi historia le falten cosas, sin embargo, me centré en lo más relevante. Esta historia va dirigida a quienes quieran superar circunstancias, de las cuales hay dolores emocionales, problemas sin resolver, sé que hay dos posibilidades vivir en el dilema o decidir avanzar, quizá el problema no esté resuelto para muchos, no olviden hay esperanza la vida es una, es hoy y ahora vale la pena trabajar en la superación, la vida continua, lo que sé es que ahora sé adónde me dirijo, y con quien cuento.

Mis sueños o posibilidades:

- Validar el bachillerato
- Ser psicóloga
- Viajar al exterior
- Viajar por Colombia
- Mi propia casa
- Ayudar a mi familia
- Ayudar a mi madre
- Tener un trabajo bien remunerado
- Tener un esposo que me ame como yo y que seamos uno ayudando a los demás
- Ser una gran conferencista.
- Mi propio carro

Recordemos que la felicidad no depende de las cosas materiales. Mi felicidad está en ver a mis amigos, amigas y hermanas reír, la felicidad es estar vivas y experimentar las pequeñas cosas que marcan la diferencia, pues la vida es corta y la eternidad es para siempre.

Invito a enfocarnos en los cambios y así dejar un mundo mejor de cómo lo encontramos.

Soy una feliz tamborera junto con mis compañeras le cantamos a la vida, al amor, a la esperanza y a la paz. Pues con nuestros tambores sonoros llegamos lejos con un carácter social, soy inspiradora, la finalidad es que mi voz se extienda a muchas mujeres que aún no han podido romper el silencio. Seguiré explorando nuevas aventuras.

A pesar de todo aquí estoy puesta, los pájaros sueltos y mi alma de fiesta.