



CUIDANDO A QUIENES NOS CUIDAN

Acompañamiento psicosocial a personas
defensoras de la vida desde Casa DEI





CUIDANDO A QUIENES NOS CUIDAN

**Acompañamiento psicosocial a
personas defensoras de la vida
desde Casa DEI**

CRÉDITOS

Autores:

Andrés Cambronero Rodríguez

Daniel Fernández Vásquez

Colaboradoras:

María José Cabezas Castro

María Fernanda Sánchez Aguilar

Dirección:

Silvia Regina De Lima Silva

Ilustraciones y diseño gráfico:

Raquel Mora Vega

302.2

C178c

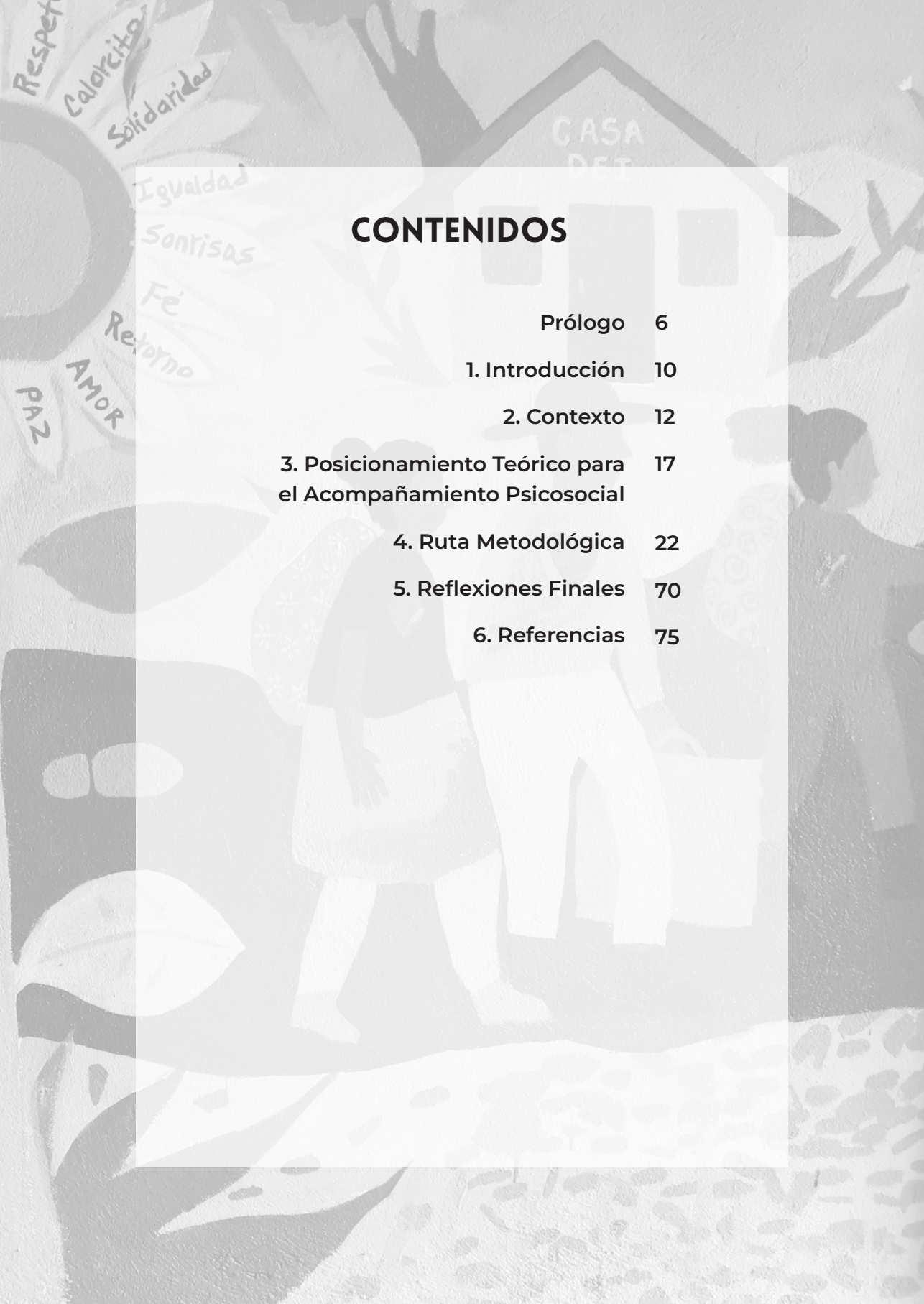
Cambronero Rodríguez, Andrés

Cuidando a quienes nos cuidan : acompañamiento psicosocial a personas defensoras de la vida desde la Casa DEI / Andrés Cambronero Rodríguez, Daniel Fernández Vásquez – primera edición – San José, Costa Rica : Master Litho, 2025.

76 páginas ; 24 x 17 centímetros

ISBN 978-9930-598-74-0

1. TRABAJO SOCIAL – PRÁCTICA PROFESIONAL. 2. PROBLEMAS SOCIALES. 3. FACTORES DE RIESGO PSICOSOCIALES. 4. HIGIENE MENTAL. 5. DERECHOS HUMANOS. 6. PSICOLOGIA SOCIAL. 7. INTELIGENCIA EMOCIONAL. I. Fernández Vásquez, Daniel. II. Título.

The background of the page is a light-colored wall with a mural. On the left, there is a large sun-like shape containing the words 'Respeto', 'Calorcito', 'Solidaridad', 'Igualdad', 'Sonrisas', 'Fé', 'Retorno', 'AMOR', and 'PAZ'. To the right, there is a simple line drawing of a house with the words 'CASA' and 'DET' above it. In the foreground, there are silhouettes of people, including a woman carrying a child on her back and another person walking.

CONTENIDOS

Prólogo	6
1. Introducción	10
2. Contexto	12
3. Posicionamiento Teórico para el Acompañamiento Psicosocial	17
4. Ruta Metodológica	22
5. Reflexiones Finales	70
6. Referencias	75

Dedicatoria

A las personas y comunidades que defienden la vida.

Agradecimientos

A las personas, comunidades, organizaciones y agencias que han confiado en nuestro trabajo y han permitido hacer de Casa DEI un espacio seguro.

PRÓLOGO

*Por Malu Rapacci Gómez
6 de octubre de 2024
Bogotá Colombia*

La sabiduría no consiste en conocer el mundo, sino en intuir los caminos que habrá de andar para ser mejor... La sabiduría consiste en el arte de descubrir por detrás del dolor, la esperanza.

El Viejo Antonio

Como lectora rumiante¹ me permití acercarme al texto haciéndolo parte de mi espacio-tiempo vital, para saborearlo y tejerlo en mis diálogos interiores, convirtiéndose en un motivo, para encantar el mundo que hoy habitamos y trenzar la esperanza².

Atendiendo al propósito del texto “...describir la experiencia acumulada en estos tres años de trabajo continuo” ejercicio que permite “... diversos aprendizajes y procesos de reflexión” que van delineando “una forma propia de acompañamiento psicosocial... inspirada en el trabajo colectivo con distintas organizaciones de Abya Yala...”; me acerco al texto como oportunidad de apreciar la acción reflexiva que

1. Un lector rumiante es “capaz de permitir que el texto lo afecte en su ser mismo, hable de aquel- lo que pugna por hacerse reconocer, aún a riesgo de transformarle, que teme morir y nacer en su lectura, pero que se deja encantar por el gusto de esa aventura y de ese peligro” (pág., 28). Sobre la lectura, Estanislao Zuleta (1982).

2. La Esperanza según Gabriel Marcel está trenzada en el “tejido de una experiencia en curso”, metida en una aventura que aún no ha terminado. Byung – Chul Han. El espíritu de la esperanza. Herder Editorial – 2024.

se hace para comunicar y compartir un quehacer centrado en el acompañamiento a personas defensoras de la vida y que nos invita a interrogar el trabajo que se realiza desde distintas organizaciones de Abya Yala.

La estructura que se elige para conducirnos en este camino reflexivo es pertinente en tanto parte de ilustrar el contexto de origen, los sentipensares en términos de marcos comprensivos orientadores, para luego presentar de forma detallada la ruta metodológica.

Destaco inicialmente los Principios y Ética del DEI expresados de diversas maneras en términos de solidaridad, cuidado y compromiso social y que son transversales en la descripción de la experiencia, del cuidado de la red de la vida y/o de la Casa Común.

Frente al contexto se logran esbozar los marcadores estructurales que afectan la red de la vida de las comunidades, describiendo el entramado de estructuras de colonización y violencia, actores gubernamentales, proyectos y su conexión con otros diversos sectores de la sociedad. La caracterización del contexto desde una perspectiva psicosocial se convierte en una herramienta que hace parte del proceso que se describe en tanto permite una comprensión integral de las dinámicas y situaciones en las cuales se encuentran las organizaciones acompañadas y los equipos que acompañan³.

3. CARACTERIZACION PSICOSOCIAL: Es un proceso dinámico y permanente que permite una comprensión integral de la situación de una comunidad, de sus recursos, anhelos y expectativas, lo que favorece estar más cerca de la gente y construir un sentido amplio del estar juntos. Busca conocer y comprender las condiciones en que las personas y comunidades construyen la vida cotidiana, lo que exige adelantar acciones que respondan a necesidades sentidas y a la generación de procesos sociales. (PAG. 50 .. Lo psicosocial: miradas posibles, diálogos fértiles Conversaciones para seguir imaginando el presente. AUTORAS: EQUIPO DE TRABAJO ASTROLABIAS – 2011).

De igual forma resulta relevante el hacer visible “Las redes de acuerpamiento” que destacan la apuesta de una mirada que tiene en el centro “lo común”, es decir, el reconocimiento y la afirmación del “ Vivir, habitar en compañía de otros”⁴, que resulta central en las experiencias, en tanto hace énfasis en la necesaria coordinación de acciones, trabajo en red y en el desarrollo de la convivencialidad⁵.

El Posicionamiento teórico, que se enuncia, recoge algunas de las ideas planteadas por las teorías decoloniales, la educación popular y la investigación acción participativa, así como reflexiones de ALUNA, Ignacio Martín Baró y Lorena Cabnal; posturas que tienen a la base el interés por problematizar las estructuras de opresión con el objetivo de transformar las relaciones de poder y los marcos de opresión y privilegio.

Otro aspecto que vale la pena destacar en el texto, es el referido a “...las metodologías comunitarias emancipadoras...”, en tanto se formulan desde una lógica liberadora, como potencias que colocan al cuerpo como territorio, legitiman los afectos, aprecian los vínculos, habilitan el juego, cultivan la receptividad y potencian el encuentro, la responsabilidad y el cuidado como parte de una ética relacional que nos guía para “..actuar con cuidado en el mundo humano y recalca el precio que supone la falta de cuidado: no prestar atención, no escuchar, estar ausente, no pensar sintiendo, no sentir pensando, no responder con integridad y respeto...”⁶.

4. CONVERSAR: TRAVESURAS Y TRAVESIAS DEL SENTIDO DENISE NAJMANOVICH.. <https://revele.uncoma.edu.ar/index.php/psicohormiguero/article/download/5351/62272/69010>

5. Ibidem

6. Cuadernos de la Fundació Víctor Grífols i Lucas. La ética del cuidado. No 30 (2013) Edita: Fundació Víctor Grífols i Lucas. c/ Jesús i Maria, 6 - 08022 Barcelona fundacio.grifols@grifols.com www.fundaciogrifols.org

La Ruta Metodológica esta atravesada por los diversos aspectos, comprensiones, criterios y premisas que se han expuesto de manera generosa en los anteriores apartados. La estructura que presenta permite ver con claridad los referentes de un acompañamiento situado, los planes de seguridad desde una perspectiva humana y un acompañamiento psicosocial interesado en construir vías para el cuidado individual y colectivo.

Valoro de manera significativa las preguntas y reflexiones que hacen parte de cada momento del acompañamiento, en tanto, permiten avanzar en una dinámica de reflexión acción sistemática⁷, inquietando el saber del cuerpo, los afectos, la sensibilidad, el intercambio con los otros. Se revitaliza de esta manera, la relación entre el pensar, el saber, el hacer y el sentir, haciendo camino al andar con otros y generando un pensamiento del quehacer al mismo tiempo que una práctica del pensar.

Las reflexiones que se comparten crean fértiles campos problemáticos y nos muestran una manera sensible de aproximarse a la experiencia personal y colectiva del acompañamiento psicosocial de una organización como el DEI, enraizando saberes, habitando el cuidado, potenciando los vínculos, cultivando afectos, y generando condiciones para el buen vivir.

7. Esta corriente fue capaz de respetar y escuchar el saber popular y comprendió la ligazón inextricable entre el pensar, el sentir y el actuar, aceptando la responsabilidad que implica producir conocimiento (Fals Borda,1992).



1. INTRODUCCIÓN

El Departamento Ecuménico de Investigaciones gestiona el programa Casa DEI, el cual tiene como objetivo ser un espacio de acogida temporal, de formación y acompañamiento psicosocial para personas defensoras de la red la vida. Este busca ser

un lugar seguro, de cuidado y confianza para las personas que la habitan, y que de esta manera tengan la posibilidad para sentir y pensar su situación y, de esta manera, tomar decisiones en función de sus proyectos personales y políticos. (Casa DEI, 2023)

Casa DEI acoge a personas defensoras de la vida de Abya Yala quienes se encuentran en riesgo físico o emocional, para acompañarles a crear un plan de seguridad, fortalecer sus capacidades y estabilizar su dimensión emocional. Dentro del programa, comprendemos el recibimiento y acogida de estas personas como una estancia en la cual ellas puedan descansar, reflexionar y generar las acciones necesarias para el cuidado de sí y sus comunidades, en medio del desplazamiento forzado, la integración al país o como una pausa para retomar fuerza en sus luchas. Las historias de vida de las personas que han llegado a Casa DEI tienen en común la persecución política o de grupos armados por su labor como personas defensoras de derechos.

En ese sentido, desde Casa DEI hemos tenido la necesidad de generar un documento que describa la experiencia acumulada en estos tres años de trabajo continuo. Durante este tiempo, se han obtenido diversos aprendizajes y procesos de reflexión, que permiten articular una forma propia de acompañamiento psicosocial, pero que

se mantiene inspirada en el trabajo colectivo con distintas organizaciones de Abya Yala, a quienes también agradecemos por apoyarnos con sus saberes y sentires.

La idea de este documento nace en septiembre del 2022, cuando en un proceso de formación psicosocial con Aluna Psicosocial (México), Fundación Acceso (Costa Rica) y ECAP (Guatemala), empezamos a estructurar una metodología que describiera la visión del trabajo que desarrollamos. El objetivo era compartir nuestro trabajo con organizaciones las cuales abordan estos temas y que se convierta en una oportunidad de reflexionar sobre nuestro quehacer. El documento se presenta en forma de ruta metodológica, con claves para transitar el acompañamiento a personas defensoras de la vida. No es un recetario de pasos rígidos por cumplir para estos procesos. Por el contrario, es una invitación a reflexionar y, en el mejor de los casos, provocar preguntas sobre las formas y posicionamientos desde dónde efectuamos los acompañamientos psicosociales.

Este documento se estructura de la siguiente manera. Al inicio se presenta su contexto, de dónde surge y con quiénes. Después de esto se muestran algunos puntos de partida. Se trata de teorías, reflexiones y personas cercanas desde dónde nos basamos para acompañar de la manera en la cual lo hacemos. Luego se plantea nuestra ruta metodológica. Aquí se comparte lo que hacemos y cómo lo hacemos, acompañado de algunas preguntas que nos invitan a sentirnos y pensarnos en cada momento. Después se incluye en esta parte algunas consideraciones que nos ha dejado el paso por cada uno de estos momentos del acompañamiento. Por último, se plantean algunas reflexiones que, como decimos, son resonancias del proceso de escritura de este documento y de nuestras experiencias en el acompañamiento a personas defensoras.



2. CONTEXTO

El Departamento Ecuménico de Investigaciones (DEI) es una organización creada por personas exiliadas de las dictaduras de los setentas en Latinoamérica y que se estableció en Costa Rica en el año 1977. El departamento nace con la intención de conformar un centro de investigación y formación teológica con perspectiva crítico-liberadora, ecuménico e interreligioso, el cual permitiera sentipensar de forma crítica las espiritualidades, la economía y sus vinculaciones con los movimientos sociales. En esta organización confluyen organizaciones sociales, campesinas y comunidades basadas en la fe de la región latinoamericana.

Por ende, los orígenes del DEI son atravesados por el desplazamiento forzado, el exilio y el deseo por un mundo socialmente más justo, equitativo y en el cual se respete la vida. Esto ha sido alimentado tanto por las personas fundadoras, como por quienes han habitado este espacio en talleres de formación, pasantías, investigaciones y tantos encuentros que se han llevado a cabo en este lugar.

Dentro de esta historia, se puede decir que el DEI ha sido un espacio de acogida para los movimientos sociales en Abya Yala, y el nacimiento del programa de Casa DEI es una formalización de lo que se venía haciendo. En este sentido, la casa de acogida temporal se inscribe en los principios y ética del DEI, desde una lógica emancipadora y de transformación social.

El programa se propone en el 2018 como un espacio para recibir a personas que necesitan salir temporal o permanentemente de su país para proteger sus vidas. Sin embargo, en el 2020 cuando da inicio formal la Casa DEI, surge la

pandemia del COVID-19 y, con esto, las medidas sanitarias correspondientes. En ese momento, las principales afectaciones de estas medidas las viven las personas migrantes y solicitantes de refugio, quienes quedan en una mayor vulnerabilidad. Por tal razón, el programa se torna hacia esta población, y cuando las medidas internacionales buscaban cerrar la fronteras, el DEI decide abrir sus puertas. Entre el 2020 y 2021 se acompañaron alrededor de 80 personas de países como Nicaragua, Honduras, El Salvador, Brasil, Venezuela, Cuba, Angola, Haití y Panamá.

Durante estos dos años, la gestión de la casa de acogida fue un crisol de aprendizajes, en el cual nos enfrentamos a múltiples retos y a experiencias que todavía resuenan en las paredes de la organización. Para el año 2022, Casa DEI retomó el objetivo de ser un espacio de acogida temporal, formación y de acompañamiento psicosocial para personas defensoras de la red de la vida. Esto nos ha permitido conocer diversas realidades de nuestra región, las cuales queremos compartir, como el contexto de nuestro trabajo.



Las historias y territorios de quienes defienden la vida en Abya Yala

El quehacer de Casa DEI implica reconocer que la coyuntura actual de nuestra región está marcada por gobiernos autoritarios, con políticas de despojo, extractivismo y en general, de una violencia sociopolítica contra las personas que se atreven a defender sus territorios, comunidades y la vida. Las comunidades de Abya Yala de antes de la conquista o las cuales llegaron como parte de los procesos de colonización, han mostrado que la historia está marcada por formas

organizativas que buscan proteger, lo que en comunidades mayas han llamado la Red de la Vida, o la Casa Común desde la mirada de otros grupos indígenas.

El cuidado de esta Red de la Vida es un riesgo a la vida misma, no porque sea peligroso en sí mismo, sino debido a la agresividad con la cual los sectores empresariales, gubernamentales, narcotraficantes y paramilitares, atentan contra aquellas personas que ponen sus cuerpos como escudos de protección de lo común, en función de garantizar la sostenibilidad de la vida para las futuras generaciones, y para las mismas montañas, ríos, bosques y la diversidad de seres vivos habitantes este mundo.

En relación con lo anterior, en Abya Yala encontramos actores gubernamentales que buscan imponer sus proyectos extractivistas en territorios cuidados por las comunidades que le habitan. Dentro de esto, se puede mencionar proyectos hidroeléctricos, minería, fracking, monocultivos de alimentos, entre otros, los cuales erosionan los tejidos comunitarios y destruyen agresivamente la naturaleza, destruyendo así, la vida misma. Una historia que refleja la violencia en la cual estos sectores se movilizan es la de Berta Cáceres, lideresa comunitaria asesinada por sus acciones comunitarias para defender los ríos. Asimismo, se podrían contar la de otras y otros defensores violentados y asesinados por cuidar del territorio.

Los actores gubernamentales no trabajan de manera aislada, reconocemos su articulación con actores empresariales, narcotraficantes y paramilitares. Las redes entre estos son complejas de visibilizar por las mismas complicidades e impunidad que existe en nuestras sociedades. Sin embargo, cuando hay mujeres que lideran procesos de denuncia contra la violencia que cometen miembros de los sectores

judiciales a sus esposas o de redes de abuso infantil, los procesos de judicialización a los cuales son sometidas con pruebas falsas, procedimientos sin justificación legal y otros mecanismos de acoso, se da cuenta de cómo se interrelacionan estos actores.

Asimismo, se puede identificar en los casos en los cuales el narcotráfico invade territorios sin ningún tipo de protección por parte de las fuerzas policiales de los países, e incluso, con su complicidad. Al mismo tiempo, cuando las personas de las comunidades imponen sus denuncias, estas son vulnerabilizadas y empiezan a ser perseguidas, acosadas y amenazadas de muerte por ese trabajo de protección. Es decir, dentro de estas complicidades, las comunidades quedan en la vulnerabilidad de no ser protegidas por otros actores, les queda solo su propia organización, su propio tejido y sus propias fuerzas.

Inclusive, existen comunidades violentadas por las mismas fuerzas militares de los gobiernos, que reprimieron con balas a jóvenes manifestantes de la seguridad social. Es decir, los mismos gobiernos se convierten en perpetradores de una violencia sostenida bajo la impunidad y la falta de justicia para las víctimas. No es un caso aislado, se puede observar en diversos países como Colombia y Nicaragua.

Aunado a lo anterior, la posibilidad de denunciar desde los medios de comunicación es cada vez más riesgosa. El derecho a la libertad de expresión es violentado constantemente por los gobiernos, los cuales construyen campañas de difamación, hostigamiento y desinformación, para opacar a los medios de comunicación independientes o con posicionamientos críticos al oficialismo. Esto repercute en la seguridad de las personas periodistas, las cuales deben callar o continuar su trabajo de denuncia desde la clandestinidad,

bajo mecanismos de protección o tomar la decisión de salir de sus países para efectuarlos desde el exilio.

De esta manera, nos encontramos en una Abya Yala atravesada por estructuras de colonización y violencia, que atentan directamente contra la red de la vida. En este contexto, están las comunidades construyendo otros mundos posibles, apostando con sus vidas y dignidad, el derecho a vivir en reciprocidad y cuidado entre los seres vivos de estos territorios.

Con quiénes caminamos nuestras experiencias de acompañamiento

Las historias de vida de quienes hemos acompañado construyen el contexto descrito en el apartado anterior. A lo largo de estos años han llegado a Casa DEI personas provenientes de Colombia, Nicaragua, México, Brasil, Guatemala y de zonas indígenas de Costa Rica. Todas estas tienen en común haber sufrido los efectos de la violencia sociopolítica que derivó en persecución, asesinatos de personas cercanas, amenazas y criminalización de forma sistémica. Entre ellas, reconocemos mujeres que se han enfrentado a las estructuras paramilitares y religiosas por denunciar violencia sexual; así como otras que han atravesado la muerte de sus hijos a manos del Estado; personas indígenas que han visto durante décadas reducir sus territorios ancestrales por los colonos invasores y con ello, las consecuencias de la violencia racista; y periodistas, personas trabajadoras y estudiantes que han hecho frente a gobiernos dictatoriales.

Sin embargo, el acompañamiento no lo hacemos en soledad, nos acompañamos de otras organizaciones con

las cuales compartimos nuestros objetivos, y nos hemos articulado como redes de acuerpamiento para fortalecer las metodologías, las técnicas y los marcos teóricos de comprensión de lo que ejecutamos. En este sentido, nos hemos vinculado con organizaciones de Costa Rica, México, Honduras, Guatemala, Nicaragua, Colombia, Brasil, Argentina, Escocia y Bélgica. A todas estas organizaciones agradecemos porque hemos construido colectivamente espacios seguros en los cuales nos acompañamos en reciprocidad y crecemos en colectividad.



3. POSICIONAMIENTO TEÓRICO PARA EL ACOMPAÑAMIENTO PSICOSOCIAL

El acompañamiento de Casa DEI se basa en posicionamientos políticos y epistemológicos que problematizan las estructuras de opresión con el objetivo de transformar las relaciones de poder. En este sentido, se permea de una ética liberadora, en la cual se reconoce la necesidad de crear vínculos sociales basados en un respeto por la vida, en reconocer la importancia de los cuidados, en influir en pro de la equidad social y en practicar la reciprocidad con todos los seres vivientes del planeta.

La apuesta de nuestro acompañamiento es desde el enfoque psicosocial que incorpora una mirada compleja del ser humano, en el cual no se basa únicamente en los procesos cognitivos individuales, sino, que es habitado por un contexto social, económico, político y cultural en el cual se desarrolla. Todas estas dimensiones transitan en un mismo

continuo por la subjetividad de las personas, las cuales se ven potenciadas, conflictuadas o limitadas por la conjunción específica de estas. El enfoque psicosocial reconoce que los efectos pasan por lo individual pero también por las relaciones familiares, organizativas y comunitarias, que afectan diversas dimensiones de las subjetividades de individuos y los colectivos, entre otros

Cada persona se ve interpelada desde su singularidad del mundo social en el cual se desenvuelve, bajo estructuras de relación específicas, en un ir y venir, tanto que lo individual y lo social es muchas veces complejo de separar.

En este sentido, el enfoque psicosocial nos ha permitido integrar en los acompañamientos a personas defensoras de derechos humanos diversas categorías como género, clase, etnia, espiritualidades, entre otras. Todas estas se representan en las historias mismas de las personas, en las cuales se reconocen cómo las relaciones de opresión han afectado la vida individual y colectiva de quienes acompañamos. Al final de cuentas, no trabajamos con solo una persona, acompañamos también a sus comunidades.

La metodología de acompañamiento psicosocial de Casa DEI no es una estructura fija, tampoco es una, sino que se ha ido y se seguirá construyendo según las particularidades de las personas que acompañamos. Porque las realidades de las personas defensoras son múltiples, cada una tiene sus propias veredas, caminos, intersecciones y trillos por emprender. Esto nos lleva a considerar el acompañamiento desde la praxis, un ir y venir de la práctica misma de la cotidianidad a la teoría, para perdernos, encontrarnos, problematizarnos y acompañar continuamente. A veces la teoría nos abraza, a veces nos abruma y a veces nos pierde, por lo que es una constante la reflexión crítica para que lo que

gué siempre sea la experiencia, las personas y los grupos en su dignidad.

El acompañamiento psicosocial no pretende tener una objetividad desde el cientificismo, sino más bien una objetividad crítica, posicionando un lugar ético, político y metodológico que responde a las realidades que se viven en Abya Yala, en función de transformar las relaciones de opresión.

Dentro de este mundo de apuestas teóricas, hemos encontrado en la psicología de la liberación y otros enfoques latinoamericanos (Martin-Baró, 1990; Aluna Psicosocial A.C., 2019) una base para identificar el mundo social en el que se desenvuelven los individuos, los grupos y las comunidades. Además, de una apuesta por contextualizar la teoría a las realidades de los pueblos que acompañamos, para no reproducir el legado colonial, racista y patriarcal de la disciplina psicológica, desde una mirada ética y política de liberación.

Sumado a lo anterior, los feminismos afro y comunitarios nos han aportado una mirada crítica de los feminismos, en los que se reconocen las historias de los pueblos indígenas y sus espiritualidades. En estas se posicionan directamente la relación con los distintos territorios, los saberes ancestrales y la importancia de la reciprocidad en la red de la vida. Nos comparten una mirada compleja de las subjetividades, de los cuerpos, de la salud, y de acompañar los caminos propios de las personas y sus comunidades. Nos han permitido interpelar las visiones eurocentristas de las formas que aprendimos, y adentrarnos a los saberes y sentires de nuestros territorios, en los que la sensibilidad con la naturaleza y los seres que nos acompañan son base para la transformación.

Otros marcos teóricos que adscribimos son las teorías decoloniales, la educación popular y la investigación acción

participativa. También, hacemos un énfasis en las metodologías comunitarias emancipadoras, las cuales se apoyan de los postulados anteriores para desarrollar trabajos grupales con la premisa de desburocratizar los cuerpos desde el juego, reflexionar activamente de las problemáticas sociales, potenciar los vínculos, generar afectos que inspiren y construir condiciones para subjetividades sociales creativas, cuidadosas y transformadoras.

En el marco de las subjetividades, una dimensión significativa de rescatar son las afectividades, las cuales se incorporan dentro del acompañamiento psicosocial. Para esto, se intenta trascender los dualismos de mente/espíritu, razón/emoción, u otros, con el fin de habilitar los sentires como un lugar válido para la exploración de los mundos. Al final, todo se juega en el territorio de las afectividades. No hay razón sin sentir y viceversa.

Cuando trabajamos desde el abordaje psicosocial, el “núcleo afectivo” siempre está. Ese punto de partida que empuja para sostener procesos muchas veces dolorosos y desgastantes, pero también esperanzadores y de resistencia. Este lugar brinda otras miradas de lo que se hace y lo que se dice, miradas más tiernas quizá, pero también con mucha rabia.

Desde la palabra y los gestos buscamos trabajar con las afectividades, entenderlas si es posible, pero sobre todo, sentirlas. Para esto, comprendemos los afectos como si fueran lugares, con su historia, sus olores, sus texturas y desde ahí nos sumergimos para habitarlos y transformarlos.

En relación con las afectividades, el acompañamiento que efectuamos desde Casa DEI tiene una base en los cuerpos, por donde transitan las historias, las emociones y las sensaciones mismas. Los cuerpos son vistos como territorios, tal

como lo plantea Cabnal (2010), en los cuales se viven las violencias y las resistencias, en medio de un contexto que busca expropiarnos de nuestra corporalidad, enfermarnos, deprimirnos.

Por tanto, un trabajo específico del acompañamiento es concientizar a las personas defensoras de sus corporalidades, brindar espacios para el descanso, el cuidado y la sanación. Nos brindamos la posibilidad de conectar con el cuerpo desde la sensibilidad misma de las plantas medicinales alrededor de nuestras instalaciones, de visitar el bosque, los ríos, los volcanes o el mar. Nos damos la posibilidad de que el cuerpo tenga un espacio para la sanación, para reconocer las heridas del sistema en el cual vivimos, para recuperar la fuerza de seguir luchando.

Desde este lugar, y reconociéndonos como seres orgánicos, emocionales, espirituales y en interconexión con el ambiente que nos rodea, nos unimos a la premisa de que sanar es político. Los cuerpos son uno de los puntos de partida en los acompañamientos que ejecutamos. Los cuerpos al igual que los territorios de los bosques y las montañas, necesitan ser libres, seguros y un espacio en el cual alberguen sus historias y sus colores.

Las referencias aquí mencionadas de nuestras bases teóricas para el acompañamiento psicosocial de Casa DEI, son luces que guían nuestro quehacer cotidiano. De esta manera, lo que se describe en el siguiente apartado, se encuentra en diálogo con estas bases, que las mueven, las desplazan o las transforman, dependiendo del caminar que vamos desarrollando. Lo que es importante, es reconocer que es una apuesta la cual retoma la construcción colectiva efectuada desde los territorios de Abya Yala.



4. RUTA METODOLÓGICA

A continuación se describen las formas y caminos que hemos tomado en Casa DEI para acompañar a quienes llegan a este espacio. Las apuestas teóricas del apartado anterior se reflejarán en un hacer, el cual lo proponemos en el desarrollo del presente texto.

El camino de cada persona que acompañamos tiene sus propias veredas. Aunque tengan puntos de encuentro, son las vivencias de cada persona, sus necesidades, sentires y nuestras posibilidades las que nos dirán hacia dónde vamos. Dicho esto, debemos rescatar que estos caminos pueden o no recorrerse de la forma que aquí expondremos. No son un manual, sino más bien algunas líneas flexibles de los procesos de acompañamiento, las cuales aportan al diálogo, para poder ir y volver a ellas cuando se considere, y que sean parte de procesos colectivos de construcción y cuidado.

Antes de iniciar hay algunas notas por considerar:

- El acompañamiento psicosocial se suele efectuar ante procesos que pueden ser profundamente dolorosos para las personas. Al ser así, conlleva un alto compromiso ético y político sobre el tipo de vínculo construido. Las personas encargadas deben contar con las herramientas (experienciales, teóricas y metodológicas) para abordar este tipo de procesos.
- En diferentes momentos de este documento encontrarán conceptos en los cuales probablemente se requiera profundizar y que desde nuestras experiencias hemos identificado el aporte ejecutado en la práctica. Sin embargo, más allá de los conceptos, en este documento nos concentramos en lo ya hecho.

El trabajo desarrollado tiene tres objetivos:

- Reconocer las necesidades y posibilidades de las personas que se acogen en Casa DEI para efectuar un acompañamiento situado el cual permita fortalecer sus capacidades individuales y a nivel organizativo.
- Brindar un plan de seguridad o integración que ponga en el centro la protección del territorio-cuerpo y los proyectos personales y políticos de las personas usuarias de Casa DEI.
- Llevar a cabo un proceso de acompañamiento psico-social el cual propicie, desde las posibilidades de la organización, construir vías para el cuidado individual y colectivo.

Lo anterior es abordado desde Casa DEI a partir de un camino que se abre a diversas veredas, y que se puede reconocer en el siguiente gráfico:

RUTA METODOLÓGICA

LA LLEGADA



- La entrada a Casa DEI
- El encuadre
- El primer momento: la calidez y el descanso

EL MOMENTO PREVIO



- Actualización continua del contexto
- Referencia o primeros contactos
- Valoración
- Preparación de la llegada

ACOMPañAR DESDE LA AFECTIVIDAD



- Construcción desde intereses y posibilidades

SEGUIMIENTO

- Acompañamientos que toman un poco más de tiempo
- Comunicación para recordar y valorar lo recorrido

- Sistematización y evaluación durante el proceso
- Lo que compartimos y lo que nos dejamos

RECORRER
EL CAMINO



EL CIERRE

- Redes de confianza
- Un plan a mediano plazo

- Acompañamiento individual
- Abordaje desde la grupalidad
- Formación
- El tejido de redes



Cada uno de los momentos señalados en el gráfico se desarrollan en esta propuesta de la siguiente manera:

- **Breve introducción:** se describen necesidades, factores e implicaciones de cada momento.
- **Preguntas guía:** son preguntas para generar reflexión para la construcción colectiva, en relación con ámbitos que necesitan tenerse presentes y en constante problematización para generar acompañamientos situados.
- **Posibilidad metodológica:** aquí esbozamos el cómo lo hemos hecho desde Casa DEI, la forma en la cual acompañamos las historias. Con esto, buscamos ilustrar la ruta que solemos tomar, sin embargo, como hemos mencionado, es una posibilidad entre muchas.
- **Reflexiones:** al finalizar cada momento se elaboran reflexiones surgidas de este caminar y señalamientos que consideramos deben estar presentes.

EL MOMENTO PREVIO





4.1. El momento previo

Un correo electrónico o una llamada telefónica es lo que generalmente inicia un proceso de acompañamiento. Pero, en ocasiones, ha sido una conversación durante el almuerzo de una actividad la que ha funcionado como un momento de enlace. Desde ahí, se empieza con una serie de intercambios para recibir a una persona en Casa DEI, y se busca reconocer sus riesgos y necesidades.

Esto supone reconocer la necesidad de moverse de forma estratégica ante las situaciones de riesgo que requieren una atención lo más inmediata posible, pues se toman las previsiones para asegurar un acompañamiento sensible y comprometido. Previsiones que no deben caer en la burocratización. Es **moverse con cuidado**, reconociendo los recursos de las distintas partes, las posibilidades de apoyo y qué tanto tiempo necesita la persona para reubicarse, sin que el riesgo de su vida aumente.

Los factores que pueden influir en los tiempos de respuesta los reconocemos desde un análisis adecuado y actualizado del contexto. Esto implica estar al tanto de **la situación sociopolítica de nuestra región y del trabajo, historia y vínculos de la persona que recibiremos**. Además, es importante que las personas referidas a Casa DEI sepan hacia dónde van, qué es ese lugar, qué harán ahí y sobre todo quiénes están ahí.

Otro punto central en nuestro trabajo y en los contextos de las personas defensoras a quienes acompañamos es la **seguridad**. Para esto, se necesita contar con una visión amplia de la situación de las personas y sus vivencias. El diálogo previo a la llegada es esencial para garantizar un

entorno seguro para quien arriba, para el equipo de trabajo y para todas las personas que se encuentran en la casa de acogida. Sumado a esto, como organización, mantenemos un trabajo constante en protocolos de seguridad ante emergencias y eventos de violencia, los cuales nos brindan líneas de acción ante diferentes escenarios.

Las **redes de confianza tienen un papel fundamental en lo anterior**, es algo que se ha tejido, como decimos, de a poquitos. Se trata de una red de organizaciones y personas cercanas y que nos permite, no solamente recibir solicitudes para acoger personas defensoras, sino contar con información de primera mano sobre el contexto del cual provienen e, incluso, crear estrategias previo a su llegada. Además, permite sostener un vínculo con el trabajo que ejecutan en los territorios y países de donde vienen las personas que acompañamos.

● Preguntas guía

¿Cuál es nuestra situación actual como organización?
 ¿Cuántas personas estamos acompañando en este momento? ¿Tenemos posibilidad a nivel de espacio físico y del equipo de trabajo para acompañar a alguien más? ¿Qué podemos garantizar durante la acogida de esta persona? ¿Qué debemos preparar para recibirle?

¿Quién efectúa la referencia? ¿Es posible tener una entrevista (virtual) con la persona que recibiremos o como mínimo con quién le refiere? ¿Cuánta información tiene la persona sobre la casa de acogida? ¿Qué sabemos sobre el trabajo de esta persona, su contexto y su historia? ¿Cómo podemos responder de la mejor manera a ese contexto y esa historia? ¿Qué podemos hacer para buscar la seguridad de la persona defensora durante su trayecto?

- **Posibilidad metodológica**

1. Actualización continua sobre el contexto

Este es un proceso continuo en el cual buscamos comprender los factores sociopolíticos que afectan la región en la cual trabajamos, tanto a nivel histórico como de la coyuntura actual. Esto es una herencia de la psicología de la liberación. El análisis de noticias, la participación en foros, análisis del contexto y las experiencias de personas que están o han estado en Casa DEI son las estrategias utilizadas. Reconocemos el aporte de quienes viven este contexto y las formas en que se ven afectadas sus cotidianidades individuales y comunitarias.

Esto último busca posicionar la mirada psicosocial, la cual reconoce el carácter sociohistórico en las vivencias de las personas y la afectación constante entre lo individual y lo colectivo, lo individual y lo grupal, lo micro y lo macro, lo personal y lo político. Entonces, se trata de reconocer el contexto como campo en el que se desenvuelven las relaciones sociales que ponen en juego las afectividades y las relaciones de poder.

2. Recibir la referencia y primeros contactos dentro de la incertidumbre

La referencia es el punto en el cual se marcan las especificidades de los acompañamientos. Cada uno tiene su propia lógica. En nuestro caso, buscamos conocer de la mejor manera la historia y situación actual de la persona que recibiremos. Esto empieza con un correo, una llamada o incluso una conversación informal. Posteriormente, se inicia un trabajo de vinculación con la organización contraparte para reconocer las características y posibles necesidades de la o las personas defensoras.

En este sentido, procedemos a efectuar una entrevista con la organización que refiere, se trata más de un diálogo para re-conocernos y empezar a crear, o en algunos casos reforzar, un vínculo de confianza. Apuntamos a preguntas que nos permitan justamente estar al tanto de ¿cómo está la persona?, ¿cuál es su situación actual?, ¿cómo ha sido acompañada?, ¿cuáles han sido sus vivencias recientes?, ¿cuál ha sido su trabajo?, ¿cuáles son las principales amenazas?

3. Valoración

Si bien, prácticamente todas las personas referidas a Casa DEI requieren de un espacio y de acompañamiento, esto no significa que nuestro centro sea el espacio más adecuado a las características de las personas. O, que como organización, contemos con los recursos materiales y las posibilidades humanas para acompañar la situación en específico.

Ante esto, como equipo es necesario tener conocimiento del contexto actualizado y, además, la responsabilidad y ética para reconocer cuándo las posibilidades no permiten recibir a alguien. En estos casos, la red de confianza se vuelve, nuevamente, un eje central. Ante estas situaciones, buscamos posibilidades para referir a la persona a otra organización que pueda acompañar.

Por otro lado, si la valoración es positiva, y tenemos las posibilidades para acompañar a la persona, se procede con las coordinaciones para recibirla.

4. Preparación para la llegada

Una vez que se ha valorado el contexto y hay visto bueno por parte del equipo de coordinación para empezar el acompañamiento, buscamos tener un primer diálogo con la persona defensora. Esta tiene como objetivo presentarnos

como organización y brindar la información necesaria. Recordemos que para hablar de la situación en específico de esta persona, nos hemos contactado con la organización. Evitamos procesos de revictimización en que esta tenga que repetir las situaciones en las cuales ha estado o está viviendo.

Por esta razón, iniciamos las conversaciones diciéndole: “Ya sabemos lo que usted está pasando, y estamos aquí para acompañarla”. Desde las diversas experiencias, sabemos que este es un momento de mucha angustia e incertidumbre, por eso buscamos brindar la mayor seguridad posible acerca de quiénes somos, qué hacemos, qué podemos brindar, por cuánto tiempo, entre otras.

Sumado a esto se prevén todas las necesidades a nivel administrativo y logístico para la llegada. Esto implica, por ejemplo, preparar el cuarto, alistar el kit de bienvenida que se le dará al llegar, crear un ambiente cálido, tener los recursos para que la persona se pueda instalar y, al mismo tiempo, nos preparamos como equipo para el recibimiento, el cual será el siguiente momento del acompañamiento.

● Reflexiones

De todas las dinámicas que se tejen en este primer momento son vitales las redes de confianza, pues estas brindan la seguridad de saber quiénes somos las personas que estamos trabajando en conjunto. No solamente a nivel técnico u operativo, sino desde un lugar de acuerpamiento solidario. Esto crea el ambiente para comunicarnos con transparencia y reconociendo el compromiso de todas las

partes. Estas redes no se han construido de un día para otro, ni por sí solas. Han llevado un esfuerzo consciente de juntarnos, reconocernos y tejer⁸.

Como mencionamos al iniciar, el proceso de recibir a una persona puede iniciarse desde vías formales o se puede dar en un café, mientras almorzamos en conjunto con personas que trabajan en este mismo ámbito. Allí es necesario que como organización contemos con la apertura suficiente para flexibilizar los procedimientos, reconocer las emergencias y tener las posibilidades de reaccionar como organización. Sabemos que posteriormente se tendrán que generar las formalidades que se requieran, pero no anteponeamos lo administrativo al acompañamiento.

Esto no significa que ante cualquier referencia la recepción es inmediata, pues es parte de nuestra responsabilidad y compromiso ético discernir las posibilidades del equipo de trabajo para efectuar o no un acompañamiento.

Al igual que en muchos otros trabajos vinculados a la defensa de la vida, es finalmente el tejido social el que permite llevar a cabo una tarea que es colectiva.

8. Un ejemplo de esto han sido los procesos de formación psicosocial llevados a cabo desde el DEI. Estos iniciaron en el 2021 desde la necesidad de personas de diversas organizaciones de juntarnos y hablar sobre las dificultades, los retos y las vías para el acompañamiento en casas de acogida. Empezaron como reuniones para compartir experiencias y ya para el 2022 se conformó el primer proceso de formación psicosocial, con participantes de diversas organizaciones de Costa Rica. Para el 2024 se ha tejido un proceso de formación el cual ha sumado a organizaciones de toda Centroamérica y México.

LA LLEGADA





4.2. La llegada

Miradas cansadas, maletas pesadas, tal vez ninguna maleta, cuerpos que muestran desconfianza y el peso de violencias estructurales que pueden ser abrumadoras. Todo esto y otros tantos sentires se ubican en los cuerpos de quienes recién llegan a Casa DEI. Aquí buscamos recibirles con **una mirada cálida, con un cuerpo colectivo que acompaña y con la sensibilidad para reconocer las dificultades que han tenido para llegar hasta aquí.**

La preparación de la llegada implica tomar en cuenta esas dificultades para generar un espacio cálido, donde los pesares se hagan más llevaderos. No se trata únicamente de acomodar las instalaciones físicas. También es construir con el equipo de trabajo el recibimiento, en el cual se incluye hacer una planificación con pasos claros, elaborar materiales de llegada, visualizar el proceso de acompañamiento según las características de quienes llegan, entre otras posibilidades, que, inclusive nos permiten **improvisar⁹ en el momento**. Lo administrativo siempre está presente, pero esto lo solemos suspender por un momento, en cuanto posibilitamos que las personas lleguen, se sientan en el espacio y estén listas para esta otra información.

9. Nos referimos a la improvisación como el arte de la preparación para lo desconocido, una apuesta para adaptarnos a las necesidades de las personas que llegan. La aprehensión de herramientas, metodologías y conocimientos que permiten reaccionar ante las posibilidades con un alto nivel de seguridad de que lo que se hace, aporta y es consecuente con la propuesta de acompañamiento de Casa DEI.

- **Preguntas guía:**

¿Cómo recibimos a quiénes llegan? ¿Cuáles son las herramientas y recursos con los que cuenta el equipo para recibir? ¿Cómo se acompaña la llegada de una personas que siente mucha incertidumbre? ¿Cuándo es el momento para entrar a los asuntos administrativos? ¿Cómo comunicamos lo incierto de un contexto complejo en el cual buscaremos transitar para buscar salidas?

- **Posibilidad metodológica:**

1. La entrada a Casa DEI

El escenario ideal de nuestro acompañamiento es tener una o dos conversaciones previas a la llegada a Casa DEI con las personas defensoras y con las organizaciones que las refieren. Sin embargo, es hasta la llegada, que se puede realizar el recibimiento oficial y cálido que se ha planificado. En ese momento, el espacio está listo, su habitación limpia y acomodada y, como equipo de trabajo, nos encontramos organizados para identificar y buscar criterios particulares para el acompañamiento.

Por lo general, el contacto inicial nos muestra hacia dónde nos moveremos, y lo que hemos reconocido necesario es ubicar a las personas en su espacio, mostrarles las instalaciones, tener una comida que puedan consumir cuando les parezca mejor, brindarles un momento para descansar y, si consideramos necesario, gestionar espacios de atención emocional en crisis. Esto nos permite ir creando conversaciones con las personas, que es parte de la confianza que se construye. Lo administrativo solemos dejarlo para después,

cuando las personas ya se han ubicado. El contexto y los sentires de las personas que llegan son los que nos marcan el paso.

2. El encuadre - Marco de convivencia y reciprocidad en Casa DEI

El marco de convivencia y reciprocidad en Casa DEI es uno de los elementos que efectuamos el mismo día de la llegada de las personas al centro. Las experiencias nos han mostrado que es necesario construir un marco común de relaciones que todas las personas busquemos acatar para sostener un espacio seguro, de respeto y de cuidado. En este sentido, podemos aclarar lo que está o no permitido dentro de las instalaciones, qué ofrecemos como equipo de acompañamiento y lo que esperamos de ellas.

De esta manera, por marco de convivencia y reciprocidad, nos referimos a algunas premisas básicas, pautas de convivencia, generalidades del acompañamiento, posibilidades y tiempos. Un diálogo que les permita a ambas partes trazar una línea común del camino que vamos a iniciar. Esto con el ánimo de mantener un ambiente cuidadoso y cómodo para todas las personas involucradas.

En este momento, también hablamos de la cotidianidad del proceso de acompañamiento, el cual incluye talleres, sesiones individuales y grupales, formaciones y otras. Es decir, el día a día, responsabilidades que tenemos cada una de las personas habitantes del DEI, cómo nos cuidamos entre todos. Nuestra apuesta es el cuidado colectivo, porque reconocemos nuestras propias vulnerabilidades y las de los demás y buscamos construir y sostener un espacio seguro para revitalizar.

Algo importante de reflexionar en este momento es, por ejemplo, ¿qué pasa si estos cuidados no se cumplen? La respuesta no es definitiva, aunque sí hay comportamientos que no toleramos, como cualquier tipo de violencia o discriminación. Sin embargo, para las otras situaciones, son el diálogo, la resolución alternativa de conflictos y el cuidado colectivo los que nos guían para llegar a acuerdos o para tomar decisiones de cancelación de estadía.

3. Un primer momento para la calidez y el descanso

La llegada es más que colocar las maletas en un cuarto, porque toma un tiempo poder arribar. Se necesita estar y habitar el lugar. En relación con esto, brindamos la posibilidad del descanso, de acomodarse, de conocer y de ir haciendo su propio espacio. También, creamos posibilidades para que puedan caminar en los alrededores, identificar lugares importantes, reconocer rutas de autobús y sentirse un poco más en una casa, aunque sea temporal.

Hay otros procesos de gran importancia, lo sabemos y los abordaremos, pero al inicio nos concentramos en que las personas sientan calidez, confianza y el cariño de quienes cuidan. Esta es nuestra base para todo lo que vendrá posteriormente. Intentamos asegurar todas las comodidades y necesidades para que las personas estén bien. Eso hará que todo el camino sea más llevadero.

- **Reflexiones de la llegada**

La llegada es la puerta de ingreso de las personas al espacio que funcionará como refugio, casa u hogar, temporalmente, y dentro de esto consideramos esencial la calidez del recibimiento. Esto no tiene receta, porque nunca lo hacemos

igual, pero creemos que pasa por el trato, y el tiempo que le dedicamos. Los tiempos cálidos son pausados, procuramos movernos sin apresurar, pero sin soltar. Se trata de poner los cuerpos cerca, sin estrujar, solo de sentir el calor humano que acompaña. El calor está en los días despejados, pero también en lluvias tropicales que detienen todo y solamente dan lugar para el descanso, tomando algo que ayude a refrescar y conversar, si el ruido del agua lo permite.

Los sentires que acompañan a quienes llegan a un espacio de acogida suelen estar en lugares de incertidumbre, duelos y miedos. La acción de contemplar esto significa brindar tiempos que den cabida a los dolores, y la posibilidad de ir poco a poco ubicando otras sensaciones, las cuales se pueden construir desde la propia experiencia y el compartir.

El tiempo de la llegada pareciera ser un momento puntual, pero en algunas situaciones puede tomar semanas. En esos casos, nos aseguramos de que el calor no agobie y se da espacio a la frescura de las caminatas sin compañía, pero con certeza de que hay un lugar donde descansar y compartir los dolores una vez terminado ese descanso. Esto se mantiene aún después, cuando el acompañamiento pasa de la llegada al estar y construir.

El marco de convivencia y reciprocidad que Casa DEI aporta a lo anterior permite **liberar un poco de incertidumbre y crea un piso seguro**. No intentamos aquí dar reglas para asustar o amenazar, esto debe ser claro, más bien se trata de otra forma de cuidar y de cuidarnos. Buscamos que quiénes estamos en Casa DEI sepamos que podemos estar bien, y si no lo estamos, está bien también, porque para eso nos acompañamos.

ACOMPañAR DESDE LA AFECTIVIDAD





4.3. Acompañar desde la afectividad: la construcción de un camino conjunto

Nuestro acompañamiento tiene enfoque psicosocial, el cual ubica la experiencia, las necesidades y sentires de cada persona defensora de derechos humanos, como la brújula del proceso. Si bien tenemos un base teórica y práctica la cual fundamenta nuestro trabajo, es el contacto con las realidades de cada persona el que muestra cuáles son los caminos pertinentes por andar.

Dentro de lo anterior, es vital tener claridad de qué es posible y qué no. Con esto nos referimos tanto a los recursos con que se cuenta desde nuestra organización, como a las limitaciones que en ocasiones interponen distintos procesos burocráticos, como por ejemplo, los procedimientos para acceder a apoyos de emergencia, los tiempos de solicitud de refugio en Costa Rica, y otras políticas públicas.

Lo anterior se trabaja desde el momento en que abordamos el marco de reciprocidad y convivencia de Casa DEI. Sin embargo, en este punto es fundamental la transparencia y el no crear falsas expectativas. Incluso, es importante tener un **criterio de realidad** ante solicitudes que ni el contexto, ni las posibilidades permiten abordar. Al tener esto en cuenta, no se trata de negar posibilidades, sino, de buscar formas y caminos para **la sanación, la posibilidad de inserción, la reconstrucción de planes políticos y de vida y el cuidado.**

Este acompañamiento psicosocial posiciona las afectividades como medio para construir el vínculo. Más allá de construir un paso a paso, es sentipensar e intuir cuál de las posibilidades que tenemos por hacer, es el camino para recorrer en medio del mal tiempo, bajo la ética del

cuidado, aprovechando los días buenos para que las raíces de las semillas sembradas sean base para **lo que está por germinar en el acompañamiento.**

- **Preguntas guía:**

¿Cuáles son las expectativas de las personas que acompañamos en el espacio de acogida? ¿Dónde a nivel emocional/proyecto de vida/proyecto político les gustaría estar al cerrar este proceso? ¿Cuáles de las posibilidades de acompañamiento y vinculación pueden aportar a este proceso? ¿Cuáles son las necesidades en los diferentes niveles (emocional, proyectos de vida y político, trámites burocráticos)? ¿Cuáles son las posibilidades y recursos desde el acompañamiento? ¿Cuáles son las posibilidades y recursos desde las propias personas? ¿Cuáles son las redes de organizaciones que nos puedan ayudar a acompañar? ¿Cuáles actividades de cuidado se pueden ejecutar durante la estadía? ¿Es necesario/solicitado el acompañamiento psicológico individual?

- **Posibilidad metodológica:**

- 1. Sesión de construcción desde intereses y posibilidades**

Por lo general, muchas de las personas que acompañamos tienen vínculos con otras organizaciones en Costa Rica y, desde su llegada, entran en contacto con estas para tejer complicidades. Al considerar esto más el cúmulo de sentires que implica llegar a un lugar nuevo, nos tomamos unos

días para que las personas lleguen, acomoden sus maletas y sentires, conozcan el espacio y sientan la confianza para proponer, acercarse y mapear posibilidades conjuntas.

Algunas personas ya tienen un plan previo por las comunicaciones iniciales, estos pueden incluir, por ejemplo, asistir a citas psicológicas y médicas, talleres u otras. Sin embargo, desde nuestra experiencia, lo más usual es **dejar que la cotidianidad nos permita reconocernos** durante unos días, para después sentarnos a ubicar **líneas de complicidad y posibilidades para acompañar**.

Las posibilidades son varias, desde un taller para mapear necesidades, una sesión en terapia alternativa, un espacio de atención psicológica, hasta una conversación con café para dialogar sobre sueños y esperanzas. Esto dependerá de cada persona y de identificar cuál puede ser la mejor vía. Eso sí, sin importar cuál sea el camino, el objetivo es reconocer los intereses principales de cada persona y ubicar cómo se puede efectuar el acompañamiento.

Desde Casa DEI hemos construido una red de articulaciones que nos permite colaboraciones recíprocas para potenciar el acompañamiento psicológico, la formación, la construcción de análisis de riesgo, planes de seguridad física y digital, entre otras. Esto depende de nuestras posibilidades y de otras organizaciones. Algunas veces, han surgido necesidades que no tenemos cómo atenderlas; sin embargo, acudimos a estos contactos para buscar alternativas y formas de abordarlas. Los resultados han sido positivos, entre ellos, fortalecer y ampliar los vínculos de confianza.

- **Reflexiones sobre la construcción de un camino conjunto**

Las afectividades que surgen en el momento de construir un plan de acompañamiento suelen ser sensibles, delicadas y vulnerables porque no son solo aspectos burocráticos o materiales, están relacionados con las propias vidas de las personas. Nosotres entendemos que no quieren visitar memorias dolorosas, y por esta razón no las forzamos, simplemente acompañamos. Con algunas personas proponemos conversar sobre esto, con otras se aborda de manera directa, con otras se bordea por otros lugares y con otras surge en algún momento de crisis. En cualquiera de estas situaciones, acompañamos desde el cuidado y la ternura porque sabemos que la sanación puede pasar por lugares dolorosos, y por esto se trata con la máxima cautela.

Un ejemplo de lo anterior, en un análisis de riesgo surge el dolor de la persona ante el contexto que está viviendo, y esto se convierte en la oportunidad para mostrar miedos, tristezas, indignación, entre otros.

De esta manera, al construir un plan de acompañamiento ponemos en juego las posibilidades existentes en el acompañamiento psicosocial. Las personas que acompañamos, el equipo que acompaña, los recursos, los vínculos, las redes y otras condiciones. En todo este conjunto interactúan los deseos, los miedos, las incertidumbres, los duelos y la búsqueda de certezas de las personas defensoras de derechos humanos.

RECORRER EL CAMINO





4.4. Recorrer el camino

Después de crear el plan de acompañamiento, procedemos a recorrer los caminos elegidos. Desde Casa DEI tenemos algunas opciones las cuales funcionan como esquema general, pero en ocasiones, no atendemos a todas y creamos otras posibilidades que se ameriten.

- **Preguntas guía**

¿Cómo hacemos para no relegar el acompañamiento emocional ante las necesidades materiales y los caminos burocráticos (trámites migratorios u otros)? ¿Con qué vínculos contamos para atender de manera integral las necesidades e intereses (salud, formación, participación política) de quienes acompañamos? ¿Qué nuevos vínculos necesitamos buscar? ¿Cómo nos movemos entre el acompañamiento cercano y el espacio necesario de las personas para procesar lo que están viviendo? ¿Cómo atendemos los casos que llegan “desbordados” ante una realidad nueva, difícil de procesar y de múltiples pérdidas? ¿Cómo manejamos los límites dentro de las dinámicas del centro de acogida? ¿Hasta dónde llega el acompañamiento en términos de propuestas para la seguridad?

- **Posibilidad metodológica**

1. Acompañamiento individual

a. Acuerpamiento emocional

Los espacios de acuerpamiento emocional individual son parte del acompañamiento psicosocial que desarrollamos a las personas defensoras de derechos humanos. Estos espacios los concebimos como parte de un abordaje integral, en el cual reconocemos la importancia de trabajar espacios grupales para abordar procesos comunes, e individuales, en donde nos centramos en lo particular de cada persona.

Estas sesiones se organizan de manera semanal o quincenal, según cada caso, en ellas una persona profesional en psicología escucha y acompaña las vivencias de las personas en sus procesos de reubicación temporal o desplazamiento. Al ser un espacio enfocado en el proceso individual, cada persona definirá cuáles temas abordar. En las sesiones surgen temáticas y emociones como la angustia que genera pensar la salida de Casa DEI, la preocupación de no poder continuar con su trabajo o los múltiples duelos que puede conllevar el exilio.

El acuerpamiento emocional requiere contar con herramientas tanto para la escucha y la atención como para la gestión de lo que surge en las sesiones. En este sentido, se ayuda a procesar emociones, reconocer necesidades básicas en la cotidianidad, gestionar vínculos para participación en distintos espacios de interés, preparar referencias a organizaciones, entre otros.

Una diferenciación importante consiste en que este acuerpamiento no es un espacio de terapia en sí mismo. Si bien

reconocemos los beneficios terapéuticos de la escucha y otras formas de acompañamiento que iremos observando, entendemos que los tiempos y posibilidades para llevar a cabo un proceso psicoterapéutico conllevan otras lógicas. Por tanto, proponemos un espacio de escucha, contención y reconocimiento de los caminos a seguir.

b. Referencias a otras organizaciones

Uno de los muchos retos en Casa DEI es hacer frente a la imposibilidad de las personas defensoras de regresar a sus países de origen. Si bien, el proyecto se propone como una reubicación temporal, los contextos de países como Nicaragua hacen imposible que las personas puedan volver, por tal razón, se debe habilitar el proceso de solicitud de refugio en Costa Rica.

El proceso mencionado es un camino enmarañado de burocracia y de un sistema institucional xenofóbico que entraba las posibilidades de las personas que necesitan de la condición de refugiadas y la garantía de derechos humanos básicos.

Las políticas más recientes del gobierno costarricense¹⁰ han hecho aún más difícil este camino y, por tanto, la posibilidad de acompañamiento se complejiza. Al considerar esto, trabajamos de cerca con otras organizaciones dedicadas

10. Durante el 2023 el gobierno intentó quitar la condición de persona refugiada o desestimar el proceso de solicitud de refugio a cualquier persona con alguna de estas condiciones que saliera del país. Ya fuera con el permiso de la Dirección General de Migración y Extranjería o sin este. Cabe señalar que muchas de estas políticas responden a estrategias geopolíticas implementadas desde países como Estados Unidos, uno de los principales destinos de este flujo migratorio. Además, impusieron un listado de requisitos para la contratación laboral de personas solicitantes de refugio en el país, lo cual es una clara barrera para el acceso a trabajos formales por parte de esta población. Algunas de estas políticas se han logrado revertir desde la lucha a nivel legal. Sin embargo, acceder al proceso de solicitud de refugio en sí todavía es difícil.

específicamente al acompañamiento legal, lo cual es parte de esas redes mencionadas en el apartado anterior. De esta manera, el camino burocrático migratorio se acompaña de referencias a otras organizaciones que trabajan con personas defensoras de la vida en Costa Rica.

Pero además de esto, ejecutamos otras referencias a organizaciones que son parte de la red de confianza. Esto con el objetivo de reforzar la formación en seguridad digital, por ejemplo, o ampliar conocimientos en otras temáticas, o posibilitar acompañamientos psicológicos individuales en casos que sean requeridos y nosotros no tengamos la posibilidad de hacerlo. También, se hacen referencias en temas de salud como atención ginecológica o de medicina general y de apoyos de emergencia para las salidas de las personas de Casa DEI.

c. Análisis de riesgo y plan de seguridad/integración

Desde Casa DEI nos basamos en la propuesta de análisis de riesgo y el plan de seguridad desarrollado por Aluna Psicosocial¹¹. Aquí es importante mencionar que también hablamos de planes de integración. Esto porque hay personas con quienes en análisis de riesgo nos muestra una necesidad de un plan en esta vía. Específicamente sucede con las personas que necesitan permanecer en Costa Rica. Esto implica buscar opciones para su inserción en el país, lo cual es una tarea retadora. La perspectiva psicosocial en el análisis de riesgo y el plan de seguridad/integración nos permite vincular el contexto, lo político, lo afectivo, las experiencias vividas y las posibilidades de resignificación o reconstrucción de los proyectos personales y políticos.

11. Valoración del riesgo en la defensa de DDHH. Guía Metodológica desde el Enfoque Psicosocial: <https://www.alunapsicosocial.org/single-post/valoraci%C3%B3n-del-riesgo-en-la-defensa-de-ddhh-gu%C3%ADa-metodol%C3%B3gica-desde-elenfoque-psicosocial>

Este es un trabajo que implica identificar diversos detalles para que sea lo más integral y amplio posible, para que funcione como un recurso significativo para la toma de decisiones de las personas que acompañamos. El objetivo principal es resguardar la vida de la persona y, desde ahí, reconocer las posibilidades que se abren para que continúe su proceso de activismo político y su plan de vida.

2. Abordaje desde la grupalidad

a. Sesiones de Acompañamiento Grupal

Los espacios grupales se efectúan para el acuerpamiento, contención, resignificación y para la construcción colectiva. Cada grupo nos brinda las líneas de trabajo y temáticas que se abordarán. Desde Casa DEI, hemos planteado procesos de cinco a siete sesiones, los cuales se construyen alrededor de un objetivo colectivo. En este sentido, se dedican dos sesiones para trazar, concretar y validar este objetivo. Comúnmente, se abordan posibles rutas de salida de la casa de acogida, la resignificación de experiencias o la sanación de heridas producidas por la violencia estructural vivida de forma directa.

Las metodologías que utilizamos buscan construir espacios seguros, en los cuales se puedan trabajar desde los cuerpos y los afectos de quienes conforman el proceso, como pilares fundamentales del abordaje. Lo anterior se trabaja con herramientas del arte, la pintura, la danza, el teatro, el psicodrama, educación popular, la construcción colectiva de saberes, entre otros.

b. Actividades para el cuidado

Las posibilidades que tenemos para el acompañamiento grupal son diversas, por ejemplo, ir al cine en grupo,

improvisar una sala de cine en el salón, una caminata por un parque cercano, un picnic en ese mismo parque, un paseo a un volcán o una playa, una noche de fogata y música, salir a caminar temprano varios días a la semana, apuntarse a un gimnasio cercano, tener espacios para su espiritualidad, descansar en la hamaca del jardín, trabajar en la huerta, desayunos conjuntos, leer un poco o sentarnos a tomar café y hacer tortillas, entre otras. El equipo de trabajo de Casa DEI se involucra en la mayoría de estas actividades, pero, en algunas ocasiones surgen y se organizan desde las mismas personas que habitan la casa.

Un elemento importante sobre el cuidado es que no tiene la misma forma para todas las personas y, además, que no es siempre sinónimo de detenerse. Puede serlo, y eso está bien, pero también puede ser moverse un poco, soltar, circular penas, caminar en conjunto y disfrutar de las conversaciones que muchas veces no surgen en otros espacios de acompañamiento como las sesiones grupales o individuales.

3. La formación

Las personas que llegan a Casa DEI muestran un interés genuino por la formación, por fortalecer sus capacidades y aprender sobre nuevas temáticas. El acompañamiento, en relación con esto, se desarrolla desde tres posibilidades, a saber:

a. Formaciones que se llevan a cabo desde el DEI

Estos son espacios que se dan desde el programa de formación y en los cuales las personas que están en Casa DEI pueden sumarse. Entre estos están el Taller Socio-Teológico, el Seminario de Lectura Popular de la Biblia y la Formación Psicosocial para personas defensoras de Derechos Humanos.

b. Talleres de formación contruidos o gestionados desde Casa DEI

Considerando la experiencia de las personas que conforman el equipo de Casa DEI, se proponen actividades formativas en diversas temáticas, como por ejemplo, sobre el Sistema Interamericano de Derechos Humanos, seguridad física y digital, técnicas bioenergéticas para la gestión de la salud, plantas medicinales, entre otros.

c. Procesos de Formación Externos

Se trata de talleres, capacitaciones, cursos, seminarios, encuentros u otros espacios, gestionados por otras organizaciones, en los cuales se hace la referencia para que las personas en Casa DEI participen. Estos pueden ser en temas tanto vinculados a su trabajo político, como en la adquisición de distintas competencias o certificaciones para acceder a posibilidades de trabajo en caso de que su plan sea quedarse en Costa Rica.

4. El tejido de redes

Uno de los objetivos del acompañamiento psicosocial es brindar las posibilidades para sostener o replantear los proyectos políticos de las personas que se acompañan. Desde esta mirada, el tejido de vínculos con otras organizaciones e instituciones en Costa Rica se vuelve un proceso vital para ampliar la red y continuar el trabajo elaborado por las personas defensoras.

En este sentido, en las experiencias desde Casa DEI hemos podido generar intercambios con diversos Programas, Escuelas y Posgrados de la Universidad de Costa Rica, con organizaciones campesinas, de territorios indígenas y personas nicaragüenses en el exilio (estudiantes, periodistas, feministas, entre otras).

- **Reflexiones sobre el camino del acompañamiento**

El acompañamiento psicosocial puede estar en un consultorio o una oficina, pero también puede hacerse en una caminata por San José. Este puede ser una consulta individual en el pasillo o un café colectivo surgido una tarde en el comedor. **Tiene citas, sesiones, reuniones, talleres, comidas, abrazos, miradas y palabras. Asimismo, tiene imprevistos, dolores de estómago, gripes, medicamentos, tecitos calientes y sopitas compartidas.** Esto pasará, según la intencionalidad que se cree de esos momentos.

El acompañamiento psicosocial suele caminar lento y no hacerle mucho caso a los tiempos de los proyectos. Esto puede ser problemático para quienes intentamos llevarlo a cabo. Si se cumplen los tiempos del proyecto, el acompañamiento suele haber requerido de empujones y tropezones, terminando bastante raspado, magullado y posiblemente molesto. Por otro lado, cuando el acompañamiento se organiza con tiempos más amplios y dejando que la cotidianidad de las personas acompañadas sea lo que lo marque, se generan tensiones con los indicadores o compromisos de los proyectos. **Nuestra tarea es movernos entre estos dos lugares sin afectar el acompañamiento, cuidando a quienes acompañamos** y en negociación constante para tomar esto en consideración en los proyectos.

El acompañamiento psicosocial a veces presenta días de mucha esperanza, otros no tanto. Muestra caminos llenos hasta el último campito de pies cansados que buscan juntos una vía para seguir adelante, en sus anhelos y proyectos. También muestra algunos de esos pies caminando, algo más tranquilos y con ciertas certezas. El acompañar se puede sentir pesado en ocasiones. **Por esta razón, el cuidado debe estar tanto para las personas a quienes acompañamos, como para las que llevamos a cabo este trabajo.**

EL CIERRE





4.5. El cierre

Todas las veredas llegan, poco a poco, al punto en el cual se abre otro camino fuera de Casa DEI. Es un momento en que emergen **miedos, ansiedades e incertidumbres**. Por esta razón, desde la llegada empezamos a trazar las rutas de salida para que ese momento sea más orgánico y organizado. Lo anterior nos ayuda a **vislumbrar horizontes**, cuyos caminos tienden a despejarse en el acompañamiento y darnos un mapa con **posibilidades a mediano y largo plazo**.

Los cierres, al igual que todo el acompañamiento, toman su forma y se caminan según la historia de cada persona. Sin embargo, precisamos, al menos, dos rutas que hemos tomado en diversas ocasiones. Una, la recorrida con las personas que regresan a sus países de origen. Por otro lado, la de las personas que intentan establecerse en Costa Rica. En ambos casos, apuntamos a la seguridad física y emocional de las personas como centro en su caminar. Al fin y al cabo, en eso se enfoca el acompañamiento y, es aquí, donde mucho de lo aprendido y elaborado es empacado con cuidado para que cada persona defensora siga su ruta.

- **Preguntas guía:**

¿Qué hacemos cuando el retorno no es seguro pero la persona decide volver? ¿Cómo cerramos procesos que implican más tiempo en sanar/elaborarse? ¿Cuáles son los límites del acompañamiento? ¿Cómo lidiamos con demandas que no se pueden cubrir? ¿Cómo balanceamos las responsabilidades del acompañamiento entre quienes

acompañan y la persona defensora? ¿Cuándo es necesario prolongar una estadía? ¿Cómo respondemos a la angustia/incertidumbre del retorno o movimiento a un nuevo lugar? ¿Cómo abordar las somatizaciones de los cuerpos cuando van a salir del centro?

- **Posibilidad metodológica:**

1. Empacar lo elaborado

Como antes de salir de viaje, buscamos empacar lo vivido, lo elaborado y lo sanado. Pero no debe ser una salida apresurada, en la cual abrimos el salveque y echamos todo lo que veamos. Este trabajo empieza desde la llegada, pero se intensifica un mes antes de la salida, aproximadamente. Tomamos algunos **aprendizajes, y sentires**, los revisamos con cada persona y decidimos en qué lugar los empacarán. Si bien un mes puede ser poco tiempo, intentamos estar cerca, por si se vuelve necesario sacar algo de lo empacado, revisarlo de nuevo y ver qué se hace al respecto.

Algunas veces lo empacado se puede desbordar, convertirse en angustias, ansiedades o incertidumbres. Ahí puede ser necesario **hacer una pausa, o varias**, y dar el lugar para hablar de eso. Incluso, en ocasiones, valorar si es necesario ampliar un poco más la estadía. Esto último debe considerar diversas variables porque sabemos que **los cierres, por los miedos que provocan, pueden presentar resistencias, que pueden ser incluso contratransferencias del equipo**. De esta manera, es la reflexión conjunta la que nos puede decir si detenernos antes de empezar ese camino, o si un espacio para calmar las ansias y reconocer el lugar de estas puede ser ese último empujoncito para encaminar las nuevas veredas.

Por lo general, en este punto se intensifican las sesiones. Esto porque se debe acompañar el proceso emocional de la salida, pero también sus labores logísticas. Se intensifican los contactos con redes de confianza en el país de origen, las reuniones de planificación, el apoyo en la búsqueda de espacios para vivir, la planificación para el uso de ciertos presupuestos, la inscripción en procesos formativos, entre otros.

Como momento final, en nuestro caso, no puede faltar el lugar del cierre simbólico y afectivo. Un almuerzo colectivo, una cena, un café, un picnic, algunos recuerdos, fotografías cuando es posible, abrazos y palabras de aliento. Por la dinámica de nuestro espacio casi siempre se conjugan despedidas y bienvenidas. Se trata de sacar un rato para honrar junto con la persona defensora su trabajo, su camino y procurar todas las buenas energías para lo que viene. El agradecimiento por lo compartido y los aprendizajes colectivos brotan para abrazarnos desde el corazón y saber que seguimos desde nuestras propias veredas en un acompañamiento colectivo y espiritual.

2. Redes de confianza en el país de origen

Las personas que pueden o deciden regresar a su país de origen tienen construido un plan de seguridad junto con las organizaciones que sabemos pueden apoyar en el regreso. Estas organizaciones son las que las refirieron y se suman otras, las cuales desde nuestro trabajo hemos conocido y sabemos pueden acuerpar los planes de seguridad contruidos.

Antes de la salida, efectuamos reuniones con las organizaciones para compartir información clave, planes de emergencia en caso de presentarse alguna situación de riesgo,

la recepción, el transporte y, si es necesario, la estadía en otros lugares previo al regreso a su casa y comunidad. No compartimos más de lo necesario, el plan de seguridad es de cada persona y solo socializamos lo que fortalece la red de confianza y cuidado.

3. Un plan a mediano plazo

Las personas que requieren solicitar refugio en Costa Rica tienen otro objetivo, por lo cual, su salida del centro implica la búsqueda de un lugar para vivir, un trabajo y generar recursos para el sostenimiento de sus necesidades. Los ingresos económicos son un punto importante de ir gestionando desde antes de su salida, para que puedan tener la autonomía necesaria cuando estén fuera de la organización.

Por esta razón, en el último mes trabajamos sobre dos dimensiones. La primera es apelar a distintas organizaciones que forman parte de nuestra red para gestionar fondos de emergencia. Estos son apoyos económicos únicos que se brindan a las personas defensoras. Además, cuando es posible sumamos fondos que podemos brindar desde Casa DEI. La idea es generar un presupuesto que asegure al menos, una sostenibilidad de otros tres meses, donde se cubra vivienda, comida, transporte y otras necesidades. El objetivo es que durante este tiempo puedan enfocarse en la búsqueda de un trabajo.

En segundo lugar, buscamos que el lugar donde la persona se reubicará cuente con criterios básicos de seguridad, entornos agradables, acceso a servicios básicos, cercanía con zonas de trabajo y formación, entre otros. Si bien el factor económico suele ser determinante para ubicar un espacio, priorizamos estas variables antes de un lugar que no se considere seguro.

● Reflexiones

El cierre del proceso también implica reconocer el contexto, las necesidades, intereses y posibilidades de las personas que acompañamos. Como mostramos, desde el trabajo que desarrollamos en Casa DEI, podemos señalar dos caminos muy distintos para el cierre del acompañamiento. Estos se encuentran marcados justamente por las variables anteriores, las cuales permiten, o no, regresar a sus países de origen.

En el primero de los contextos buscaremos que el cierre asegure que el acompañamiento pueda cerrar el trabajo que se viene ejecutando tanto a nivel emocional como metodológico (herramientas, formaciones, etc.). Para esto, es necesario tener claridad sobre las limitaciones temporales, de esta manera crear procesos cuyo principio y fin se encuentra en ese margen de tiempo. Por otro lado, el proceso de cierre permite reflexionar lo realizado y, de la mano con esto, continuar el tejido de redes hacia el país de origen de la persona.

Cuando las personas deben crear un proyecto político y de vida nuevos fuera de su país, esto conlleva otras complejidades en las diferentes formas de acompañamiento y además, el cierre implica otras dimensiones. En la mayoría de los casos, se deben identificar estrategias para el sostenimiento de las condiciones materiales básicas, que en un país como Costa Rica, no es sencillo. Las limitaciones burocráticas para la integración de las personas, sumadas al racismo y a la xenofobia suponen barreras difíciles de sortear.

Al considerar esto, desde el proceso de acompañamiento buscamos tejer posibilidades para que la salida de las

personas se desenvuelva en condiciones dignas e idealmente con una planificación concreta para el futuro cercano. Esto incluye el seguimiento de las personas en relación con referencias a otras organizaciones, trabajo conjunto para ubicar recursos económicos de emergencia para protección, entre otras.

EL SEGUIMIENTO





4.6. Seguimiento

Los cierres de los acompañamientos en Casa DEI implican valorar si es necesario dar continuidad a las personas. En la mayoría de las situaciones, sostenemos un seguimiento los primeros meses para saber cómo están y si existe alguna necesidad específica en que podemos apoyar. Pero hay algunos casos en los que nos permitimos ofrecer espacios individuales de acompañamiento durante algunos meses más, para profundizar o dar seguimiento a situaciones que valoramos requieren de esto.

Cabe rescatar que en nuestra experiencia, la mayoría de las personas defensoras salen revitalizadas y con posibilidades de accionar desde sus propios recursos. Por ende, algunas comunicaciones puntuales suelen ser nuestro seguimiento más usual. Todo esto permite que los afectos que se viven durante la salida, como la angustia o la incertidumbre, se puedan transitar de una forma más llevadera. Pero, además, este seguimiento nos permite reconocer los efectos a mediano y largo plazo de nuestro trabajo en el caminar posterior de las personas defensoras.

- **Preguntas guía:**

¿Cuál es el límite del seguimiento? ¿Qué pasa si el seguimiento muestra necesidades urgentes de acompañamiento que no podemos cubrir? ¿Podemos retomar un acompañamiento que ya ha salido? ¿Qué implicaría esto? ¿Qué sigue después?

- **Posibilidad metodológica:**

1. Acompañamientos que toman un poco más de tiempo

Hay situaciones en las cuales hemos decidido continuar el acompañamiento individual, específicamente el acuerpamiento emocional, por un tiempo luego de la salida de las personas de Casa DEI. A pesar de que esto se ha dado muy pocas veces, nos parece importante plantearlo como una de las posibilidades.

En estos casos hemos llegado a valorar que la situación emocional de las personas requiere sostener el acompañamiento durante el proceso de establecimiento en un nuevo lugar para vivir y de integración en manera general. En ocasiones hay duelos, dolores o violencias que nos parece pertinente acompañar por un poco más de tiempo. Esto para buscar un cierre más sensible con las historias de cada persona. En estas experiencias hemos planteado a las personas defensoras continuar asistiendo entre dos o tres meses más a sesiones en Casa DEI.

Esta posibilidad nos ha permitido gestionar cierres de una manera más tranquila y en línea con nuestra apuesta, adecuando el acompañamiento a los tiempos de las personas.

2. Comunicación para recordar y valorar lo recorrido

Por otro lado, tenemos una ruta de seguimiento algo más puntual. Las personas defensoras siguen su camino, con las redes construidas y las herramientas que desde sus experiencias vitales y Casa DEI han apropiado. Un par de llamadas, generalmente un par de semanas después y luego tras un par de meses son la vía para conversar, preguntar cómo va

todo y en una que otra ocasión si se requiere, hacer alguna llamada extra o enviar algún correo para ayudar con alguna gestión o referencia a alguna organización.

Además, este contacto tras algunos meses también es un momento en que hacemos una valoración. En esta conversamos con las personas defensoras sobre su proceso de integración o el trabajo con sus organizaciones. Evaluamos los efectos del trabajo desarrollado desde Casa DEI ya en un plazo y escenario un poco más amplio. Podemos decir que el trabajo de acompañamiento cierra aquí. Sin embargo, como equipo de trabajo aún quedan algunos pasos.

- **Reflexiones**

El seguimiento procura sostener vínculos de cuidado desde la distancia. Algunas veces es una forma de ir soltando la mano de quiénes acompañamos de a poco, para que la continuación del camino tenga más certezas. Tiene el sentir de la llamada a una persona cercana y querida que hace un tiempo no vemos, para ponernos al día y saber que ha sido de cada quien.

En este sentido, nos permite reconocer qué efectos pueden llegar a tener los acompañamientos en el mediano y largo plazo en las organizaciones de las personas que pasan por Casa DEI y es una forma de mapear los caminos que se recorren después de la salida y contar también con una mirada por parte de las personas acompañadas, ya desde otro lugar simbólica y literalmente, de lo que ha sido su experiencia.

Vale decir que también tiene algo de cierre, de decir bueno, ahora sí, ya hasta aquí acompañamos. Esa comunicación que nos dice que se ha aplicado, que ha funcionado, qué ha cambiado visibiliza las herramientas, los procesos, lo que se ha podido sanar y caminar. Y ya desde ahí, nos solemos despedir, hasta que los caminos nos crucen, como decimos siempre, ojalá en otras circunstancias.

SISTEMATIZACIÓN Y EVALUACIÓN DEL PROCESO





4.7. Sistematización y evaluación del proceso

Si hay algo que hemos aprendido en los años de trabajo en Casa DEI, es que la sistematización y evaluación de los procesos de acompañamiento no es algo que se pueda dar al finalizar. Incluso, el escribir este documento ha sido no solo un ejercicio sobre lo que hemos hecho, sino también sobre cómo lo hemos sistematizado, lo cual ha dado nuevas ideas y aproximaciones para esta tarea.

En este caso, al hablar sobre evaluación nos centramos en una reflexión posicionada en la honestidad, la autocrítica, el apapacho y el reconocimiento. En nuestra experiencia hemos tenido dos vías. Una primera, en conjunto con las personas que acompañamos y, otra, desde el equipo de trabajo. Ambas tienen en común la posibilidad de sentarnos a conversar, sobre lo que hemos hecho, lo que ha estado bien y lo que debemos mejorar. También, preguntamos por lo que ellas les dirían a futuras personas que llegarán a Casa DEI y nosotros sentipensamos lo que deseamos preparar para las experiencias por venir.

De esta forma, la sistematización y la evaluación se tornan en algo que no debería estar al final del camino, sino, está en paralelo con este. Claro, con su espacio propio al final, pero no todo se debe concentrar ahí. Cada vez que una persona va a salir de Casa DEI, ahí hay un momento de evaluación y, cada vez que efectuamos un acompañamiento, una sesión, una referencia, en los registros y en la planificación, ahí va la sistematización. No exageramos al decir que en cada paso debemos ir pensando cómo sistematizar lo que estamos haciendo y lo que esto implica.

- **La sistematización y evaluación durante el proceso**

En nuestro caso han sido las experiencias las que nos han mostrado la importancia de ir tomando nota, como quien tuviera una bitácora, del trabajo ejecutado. Tomarse un tiempo para guardar de forma ordenada los planeamientos elaborados y tomarse un tiempo, aunque sea breve, para valorar las sesiones. Lo anterior, suma a una evaluación de todas las personas que pasan por la casa de acogida, que no sea solamente numérica o un cuestionario, sino a través de formas que puedan compartir sus sentires más ampliamente.

Decimos que han sido experiencias porque nuestra primera sistematización conllevó un esfuerzo extra para recolectar lo desarrollado y tener los datos al día. Fue posible sí, pero complicado. Sin embargo, esta experiencia, una vez terminada, nos muestra el poder y la importancia de darnos el tiempo de ver lo que habíamos hecho, y ponerlo en escrito.

Esta forma de llevar a cabo el proceso de sistematización tiene, al menos, dos puntos por valorar. Nos ha permitido aprender en el camino, sin tener que esperar hasta un punto de cierre para reflexionar sobre esto. Por otro lado, permite generar interrogantes a reflexionar al terminar el año, o a mediados o a inicios, porque siempre son importantes de atenderlas y, así, crear panoramas para los procesos que vendrán.

- **Lo que compartimos y lo que nos dejamos**

Cuando llega un momento de transición, también llega la hora de definir qué caminos queremos tomar. Todo el material sistematizado pasará por un proceso de reflexión,

de reconocer lo hecho y de plasmarlo en propuestas, aprendizajes y esos aspectos que deseamos mejorar, o incluso, esos que llamamos errores y no queremos repetirlos.

Por otro lado, también está la necesidad de compartir lo desarrollado. Esto no es solo por el ánimo de visibilizar, lo cual tiene su importancia, sino también por lo vital que hemos reconocido es el intercambio. El dialogar con otras personas desde esos materiales para reconocernos en el trabajo colectivo y en las posibilidades que se abren ante lo llevado a cabo. Este material es un ejemplo de ello.

La definición de cómo se ejecutará esta tarea pasa siempre por un momento de diálogo, de preguntarnos, desde el contexto, cuál puede ser la mejor manera y, además, de nuestras posibilidades y recursos. Al llegar a este momento, retomamos el camino iniciado en los primeros párrafos de este documento, evaluar dónde estamos, cómo estamos y qué queremos, para desde ahí trazar nuevas líneas, ahora acompañadas de las experiencias de un proceso más. Esto parece ser lo mismo, pero ya es otro lugar, nos movemos de formas distintas, con tonalidades diversas, con experiencias diferentes y con retos que parecen los mismos, pero, siempre, son distintos.



5. REFLEXIONES FINALES

La descripción de la propuesta metodológica de acompañamiento psicosocial que desarrollamos desde Casa DEI, nos deja resonando con algunos sentipensares que queremos compartir a modo de cierre. Estas son afirmaciones que muchas veces se convierten en interrogantes, porque la realidad misma las confronta y nos hace volver a reflexionarlas. Así que les dejamos unos puntos:

- La propuesta metodológica que hemos presentado se ha construido desde la experiencia misma del acompañar y ser acompañados. Lo primero, porque es con las personas defensoras de derechos humanos que aprendemos sobre las señales por considerar para un acompañamiento afectuoso, cuidadoso y seguro para cada una y cada uno. Lo segundo, porque hemos sido acompañados tanto por las mismas personas defensoras, como por organizaciones y agencias que nos han mostrado caminos, estrategias, modelos y acuerpamiento para llevar a cabo este tipo de procesos. A todas estas personas, gracias, porque en este momento hemos logrado consolidar una forma propiamente colectiva de acompañar a personas en riesgo. Una metodología que seguirá en construcción, buscando responder a las necesidades y fortalezas de las poblaciones con las cuales trabajamos.

- La confianza es el punto de partida para que un proceso de acompañamiento tenga un impacto positivo. Desde el primer contacto, hasta la despedida, este factor condiciona los marcos de relación para que se posibilite la escucha, la disponibilidad a recibir apoyo y la complicidad para hacer un espacio seguro. El resultado de lo anterior es la apertura para hablar desde las propias subjetividades, mostrando la vulnerabilidad y las fortalezas de cada quien para tomar decisiones en función del cuidado individual y colectivo. Asimismo, es un factor para crear un ambiente cálido en el cual las cargas pesan menos.
- Sumado a lo anterior, se necesita tener claro el marco de acuerdos, posibilidades y límites con que cuenta el proyecto de acogida temporal. Esto es para nosotros la tierra con la cual trabajamos, porque nos permite ajustar expectativas, plantear caminos, definir los límites y cuidarnos como equipo. Lo último es esencial para que el programa de acompañamiento funcione bien, que el equipo sepa hasta dónde puede hacer, qué nos corresponde efectuar y hasta dónde sostener lo que acontece en Casa DEI. Nosotros sabemos que si cuidamos los acuerdos, nos cuidamos, y en ese sentido, se lo hacemos saber a las personas que acompañamos. Lo planteamos como un término de reciprocidad, nosotres les cuidamos y ellos cuidan los acuerdos, de esta manera hay un ambiente el cual permite proceder con los distintos momentos del acompañamiento. Mencionamos esto porque es importante visibilizar que las casas de acogida temporal son espacios de múltiples tensiones cotidianas, por la dinámica misma de un lugar en el que se comparten comunitariamente diferentes espacios y recursos. No es algo

negativo, es parte de los procesos colectivos, los cuales se acompañan justamente dentro de acuerdos colectivos claros para que primen la confianza, el respeto y el cuidado.

- Las dinámicas grupales y comunitarias están compuestas por una serie de afectos que movilizan a los colectivos y sus personas de diversas formas. Dentro de los procesos de acompañamiento que ejecutamos, reconocemos que están a flor de piel en las personas defensoras que han tenido que salir de sus países a buscar refugio, cuidado y protección. Los duelos, los enojos, las indignaciones, las esperanzas que les sostienen, los amores que les dan fortaleza y otros afectos, se palpan en las miradas, se observan en los cuerpos y se sienten en el corazón. Estas diversas emociones se encuentran con las de otras personas que están en situaciones similares, y con las nuestras, las de quienes acompañamos. En ese tejido afectivo mutante, estamos trabajando, y se necesita la visión de las águilas para identificar los ritmos, las formas y la textura con la que necesitamos acercarnos, hablar, abrazar y acompañar. Necesitamos del cuidado propio del equipo, para reconocer nuestros afectos que se movilizan, de cómo atajarnos a nosotros mismos antes de depositar en los otros lo que es nuestro. Necesitamos escuchar con todos los sentidos, desde un corazón poroso, para que el cuerpo resuene y se acerque a comprender lo que las personas que acompañamos están viviendo, y desde ahí generar palabras, acciones, imágenes que nos permitan acompañar suavemente.

El cuidado es fundamental para abordar la vulnerabilidad de estas personas que acompañamos, para que se sientan en un lugar cálido en el cual pueden reposar, respirar, sentir y tomar decisiones.

- Los modelos de acompañamiento psicosocial no son un recetario para seguir al pie de la letra, de antemano les diríamos que no les va a salir bien. Los modelos de acompañamiento son propuestas, a modo de un surtido de ingredientes que cada quien puede quitar o agregar, según el gusto, sazón o toque especial que le quiera dar a la preparación. No se trata tampoco de una ambigüedad, este surtido de ingredientes tiene una forma de cultivarlos y cosecharlos, no son a gran escala, son libres de agroquímicos y buscan las formas locales de producción. En este sentido, tienen una ética del cuidado, la cual apuesta por el bienestar de las personas y la transformación. Si partimos de estas visiones y le ponen corazón, deseo de servicio, pueden hacer sus propias combinaciones. No olviden leer lo que otros hacen, compartir sus experiencias y degustar los resultados.
- El DEI apuesta por las espiritualidades radicales, y desde el proyecto de acogida temporal, consideramos que, al igual que la comida, sabe mejor cuando la receta viene de nuestras abuelas, los procesos de acompañamiento psicosocial tienen más fuerza cuando están conectados a nuestros ancestros y ancestras. Cuando conectamos con las espiritualidades de los territorios, las cuales se practican desde la libertad, desde el amor y que buscan una sociedad justa para todas y todos, incluyendo cualquier ser vivo que habite este territorio.

- La frase con la que terminamos los acompañamientos en Casa DEI es “Una vez que han pasado por nuestro centro, el DEI seguirá siendo su casa”. La salida de Casa DEI no es el fin de la historia, es el punto en el que inician otras historias, en las que corresponde continuar caminando diversos caminos, con las estrategias que se han aprendido. El DEI siempre ha sido, y esperamos que así siga, un espacio para llegar, para descansar y para salir diferente a como se entró, ojalá mejor, para que sea una herramienta en la tienda de experiencias que cargamos cada una y cada uno. Los caminos nos siguen conectando con quienes han pasado por Casa DEI, una llamada, un correo, un encuentro casual o un cafecito planeado para volver a conversar, todas son oportunidades para dar seguimiento, para escuchar esos caminos que se han abierto una vez que hemos terminado de decir “... el DEI seguirá siendo su casa”.

El equipo de Casa DEI desea que este documento metodológico haya sido para ustedes un breve recorrido por lo que hacemos en nuestro trabajo, que les inspire a continuar el de ustedes y que tengan el deseo de continuar las reflexiones de este documento con nosotros con un cafecito de por medio. Nosotros estaremos deseosos de conversar con ustedes, de compartir y de aprender, porque deseos son los que nos sobran, los que tenemos para hacer más grandes y que nos permitan seguir caminando para alcanzar nuestras utopías de volver a tejer la vida.



8. REFERENCIAS

Aluna Psicosocial A.C. (2019). Modelo de Acompañamiento Psicosocial ALUNA. Ciudad de México: Bot für die Welt.

Cabnal, L. (2010). Acercamiento a la construcción del pensamiento epistémico de las mujeres indígenas feministas. ACSUR-Las Segovias.

Casa DEI. (2023). Sentir un lugar seguro. Reflexiones desde Casa DEI y otros territorios de Abya Yala. San José: DEI.

Martín-Baró, I. (1990). La Violencia en Centroamérica: Una Visión Psicosocial. Revista de Psicología de El salvador, 123-146.



Con el apoyo de:

The United Church of Canada
L'Église Unie du Canada



mission 21
misión evangélica basilea

Brot
für die Welt