

La imagen y la narrativa como herramientas para el abordaje psicosocial en escenarios de violencia en los Municipios de Apartadó - Antioquia, Necoclí - Antioquia, Cartago - Valle; ciudad de Bogotá y Pereira - Risaralda.

Nora Isabel avilés Caraballo. Cédula 1028013596

Julia Alejandra Henao Arango. Cédula 1112775165

Diana Marcela Saavedra Garzón cedula 23783826

Liza Paola Castillo Cédula 36756061

Omaira Cuello Berrio

N°. de Grupo 442006_98

Tutora – Adriana Caballero Venegas

Universidad nacional abierta y a distancia – UNAD

Escuela de ciencias sociales, artes y humanidades

Diplomado de profundización, acompañamiento psicosocial en escenarios de violencia

29 de noviembre de 2018

Tabla de contenido

| | |
|---|----|
| Resumen | 1 |
| Abstract | 3 |
| Análisis relatos de violencia y esperanza en Colombia. | 5 |
| (Relato 2. Angélica) | 5 |
| Formulación de preguntas circulares, y estratégicas | 12 |
| Análisis y presentación de estrategias de abordaje psicosocial para el caso comunidades de Cacarica..... | 13 |
| Informe analítico y reflexivo de la experiencia de foto voz..... | 19 |
| Subjetividad y memoria. | 20 |
| Recursos de afrontamiento. | 22 |
| Reflexión psicosocial y política de la experiencia. | 23 |
| Estrategias de afrontamiento | 24 |
| El afrontamiento dirigido a la emoción..... | 24 |
| El afrontamiento dirigido al problema | 25 |
| Estrategia de Recuperación Emocional a nivel Grupal | 25 |
| Link del blog | 26 |
| Conclusiones | 27 |
| Referencias bibliográficas | 28 |

Resumen

Colombia se ha distinguido significativamente entre otras cosas por afrontar uno de los conflictos armados más largos y complejos, comprendidos alrededor de cinco décadas; donde la participación de grupos al margen de la ley reitera las prácticas violatorias de los Derechos Humanos y como consecuencia han ocasionado la muerte de miles de civiles, y en otros afectaciones Físicas y Psicológicas. Es el caso de los pobladores de cacarica, y otras comunidades colombianas que han estado sujetadas a la destrucción de sus territorios y su identidad, se han encontrado que inclusive el Estado en la búsqueda de eliminar los grupos al margen de la ley ha aportado a oprimir los derechos de la población en mención.

El objetivo de esta propuesta, se basa en lograr que las víctimas que son nuestro focus, puedan comprender la importancia de reconocerse como unos sobrevivientes y utilizar solo la fase de víctima para lograr exigir unos derechos económicos que también les pertenece.

Para comprender no solo el contexto de las causas y consecuencias que se han generado a raíz del conflicto, sino desde una mirada propositiva, se desarrolla este ejercicio donde se evidenciaran casos prácticos y posibles alternativas de solución desde el uso de estrategias participativas que buscan una transformación social

Como una medida estratégica, se identifican las posturas que en la actualidad ha tenido el Estado, en cuanto al intentar reconstruir la integridad física, psicológica y social de las personas afectadas, ha realizado procesos reparatorios de Rehabilitación, Reconstrucción, Resocialización

y Reparación a las víctimas directas del conflicto, procesos que han quedado en entre dicho, debido a la participación poco comprometida que han tenido algunos profesionales.

En conclusión, se pudiera sugerir, que el Desplazamiento forzado, la Pérdida de Identidad, la Exclusión, la Opresión, el Exterminio de partidos políticos, entre otros aspectos han sido los más significativos en este proceso del conflicto, donde los perjudicados han sido personas del civil, como referíamos líneas arriba.

Palabras claves: Desplazamiento Forzado, Pérdida de Identidad, Exclusión, Reconstrucción, Resocialización.

Abstract

Colombia has distinguished itself, among other things, significantly, by facing one of the longest and most complex armed conflicts, comprised around five decades; where the participation of groups outside the law reiterates the practices that violate Human Rights and as a consequence have caused the death of thousands of civilians, and in other physical and psychological affectations. This is the case of the inhabitants of cacarica, and other Colombian communities that have been subject to the destruction of their territories and their identity, have found that even the State in the search to eliminate groups outside the law has contributed to oppress the rights of the population in question.

The objective of this proposal is based on ensuring that the victims who are our focus can understand the importance of recognizing themselves as survivors and using only the victim phase to achieve demanding economic rights that also belong to them.

To understand not only the context of the causes and consequences that have been generated as a result of the conflict, but from a proactive perspective, this exercise is developed where practical cases and possible alternative solutions are demonstrated from the use of participatory strategies that seek a transformation Social.

As a strategic measure, the positions that the State has currently had, in terms of attempting to reconstruct the physical, psychological and social integrity of the affected people, have been

carried out in reparation processes of Rehabilitation, Reconstruction, Resocialization and Reparation to the victims. direct from the conflict, processes that have been in between, due to the uncommitted participation that some professionals have had.

In conclusion, it could be suggested that the forced displacement, loss of identity, exclusion, oppression, the extermination of political parties, among other aspects have been the most significant in this process of the conflict, where the injured have been people of the civil, as we referred to above.

Key words: Forced Displacement, Loss of Identity, Exclusion, Reconstruction, Resocialization.

Análisis relatos de violencia y esperanza en Colombia.

(Relato 2. Angélica)

Haciendo un reconocimiento desde la influencia que tiene la participación de otros estímulos del ambiente, se toma a consideración los siguientes entornos:

A nivel individual: Ser víctima, puede ser concebido como inevitable, pero ser un sobreviviente es una opción que cada persona elige asumir.

Aunque en el relato de Angélica, claramente se evidencia el haber sido víctima, se toma a consideración la postura de sobreviviente que asume. Para ello se tiene en cuenta, el haber aceptado su condición y pensar en qué hacer para lograr continuar su vida junto a sus hijas.

A nivel familiar: Puntualizando en su presente, deja ver en evidencia que está dispuesta a asumir nuevos papeles, sin perder su identidad, para lograr trascender a las dificultades que se desencadenaron a raíz del suceso vivido, tomando siempre como referente a su familia. Una teoría afirma que “la familia es concebida, en general, como un grupo que busca resolver el dilema de posibilitar la existencia humana, a través de la satisfacción de necesidades básicas y primitivas de las personas, disponer de un hogar, alimentación, afecto y estabilidad”. (Casas, Repullo, Lorenzo y Cañas, 2002) (Citado por Jiménez Figueroa, Andrés, & Moyano Díaz, Emilio. 2008).

A nivel comunitario: La motivación y la emoción obedecen directamente a *procesos psicológicos* influenciados el uno por el otro. Ambos procesos son manifestados en el ser humano generalmente cuando tenemos el interés de cumplir o satisfacer metas, que en su mayoría requieren de la participación, acompañamiento y orientación de la comunidad en general.

¿Qué fragmentos del relato le llamaron más la atención y por qué?

“...Soy de Cartagena, pero desde pequeña viví en Guaitarilla. Tengo tres hijas y vivo en Cali porque me desplazaron de Nariño en febrero de 1998. Al padre de mis hijas lo asesinaron en esa época. Vivíamos en una vereda con mis dos primeras hijas, de 4 y 15 añitos, cuando llegaron los paramilitares y le dieron a la gente 24 horas para desocupar el territorio donde estábamos. Me tocó correr con ellas, acosando porque había mucha gente corriendo. Dejamos casa, gallinas, marranos: todo lo dejé por allá perdido. Eso fue muy triste...”

“En ese tiempo la gente discriminaba mucho por el color y me cerraba las puertas cuando decía que era desplazada...” “...Dejé a mis hijas allá con una tía y me fui para Cali. Cuando llegué me tocó dormir ocho días en el piso, con ese frío, y yo lloraba mucho...”

La historia narrada por Angélica es de mucho impacto, y nos permite analizar el sufrimiento y las consecuencias que deben pasar las víctimas del conflicto armado podemos observar que aparte de ser desplazados, pierden familiares a causa de la muerte, deben dejar sus pertenencias, su cultura, atravesar por el rechazo y la discriminación de la sociedad hacia ellos.

Es muy difícil para estas víctimas comenzar de la nada con dolor, rabia, desesperanza a causa del conflicto armado.

“...Aprendí a hacer las comidas que hacen en Cali. Es una cosa muy diferente que nunca pensé que me tocaría hacer. En mi tierra la comida tiene pescado, arroz con coco y yuca...”

Al decir Angélica que le toco aprender a cocinar cosas que jamás se imaginó, observamos que a causa del desplazamiento la cultura también se ve afectada.

“Ahora estoy luchando por el subsidio de vivienda”

Es algo muy duro para los desplazados que después de tener sus tierras, su casa, la familia, en si un mundo, deba luchar por una vivienda, cuando son víctimas de una guerra que ellos no pidieron.

¿Qué impactos psicosociales podemos reconocer en el contexto del protagonista de la historia relatada?

Las consecuencias a raíz de un desplazamiento forzoso y más aún cuando se vivencia acontecimientos violentos en las personas, normalmente causan efectos negativos que atentan no solo con la integridad física, sino significativamente con la integridad psicológica en los individuos, que puede ser reflejada a corto, mediano o largo plazo. Sin embargo, el ser humano, se considera esta en la capacidad de trascender y contraponerse a cualquier situación, convirtiéndola en un acontecimiento del pasado que no puede perjudicar el presente y mucho más cuando hay razones como los hijos para continuar.

- Discriminación por desplazamiento
- Discriminación por racismo
- Desintegración familiar
- Estrés
- Inestabilidad económica

- Pérdida de derecho a una vida digna
- Pérdida de su lugar de origen
- Pérdida de cultural

Pero, se considera que no todos los impactos psicosociales son negativos y para justificar lo mencionado, se resalta la intención que tuvo siempre para lograr estabilizarse y lograr estar nuevamente con sus hijas, para ello citaremos como la motivación y la emoción, influyen psicológicamente.

La motivación y la emoción obedecen directamente a procesos psicológicos influenciados el uno por el otro. Ambos procesos son manifestados en el ser humano generalmente cuando tenemos el interés de cumplir o satisfacer metas.

Sin embargo, ambas juegan papeles distintos, pero articulados, Bustos J., (2009) afirma “la motivación es la fuerza impulsora de la conducta; lo que determina en buena medida y casi siempre el éxito o el fracaso, en el sentido de que lleva al sujeto a utilizar en mayor o menor medida las capacidades totales. Cuantitativamente hablando, cuanto más elevada o fuerte sea la motivación, mayor posibilidad hay de que el sujeto movilice todos sus recursos para el cumplimiento de una meta.” (p. 130)

¿Qué voces podemos encontrar en el relato, que revelen un posicionamiento subjetivo desde el lugar de víctima o sobreviviente?

Voz del desplazamiento: "...vivo en Cali porque me desplazaron de Nariño en febrero de 1998..."

Voz de dolor e incertidumbre: cuando cuenta que le toco salir de su tierra en menos de 20 minutos a causa de la violencia "...Al padre de mis hijas lo asesinaron en esa época..."

Voces de miedo: cuando narra las situaciones que ha tenido que vivir, como la falta de vivienda, hasta el dolor de ser discriminada por el color y condición de desplazamiento "...

Cuando llegué me tocó dormir ocho días en el piso, con ese frío, y yo lloraba mucho..." "...En ese tiempo la gente discriminaba mucho por el color y me cerraba las puertas cuando decía que era desplazada..."

Voz de esperanza: reconoce que hay personas de las cuales recibió ayuda y lucha incansablemente por una casa para su familia.

Ser víctima, puede ser concebido como inevitable, pero ser un sobreviviente es una opción que cada persona elige asumir.

Aunque en el relato de Angélica, claramente se evidencia el haber sido víctima, se toma a consideración la postura de sobreviviente que asume. Para ello se tiene en cuenta, el haber aceptado su condición y pensar en qué hacer para lograr continuar su vida junto a sus hijas.

Angélica manifiesta “Me pasé a vivir a Siloé y seguía trabajando por días. Allá me querían mucho, me regalaban cobijas, ropa, cositas. He cambiado mucho de vivienda. Aprendí a hacer las comidas que hacen en Cali. Es una cosa muy diferente que nunca pensé que me tocaría hacer” Una evidente demostración de que los acontecimientos del pasado no pueden definir su futuro, ni el de sus hijas.

“Sin embargo, la realidad demuestra que, si bien algunas personas que experimentan situaciones traumáticas llegan a desarrollar trastornos, en la mayoría de los casos esto no es así, y algunas incluso son capaces de aprender y beneficiarse de tales experiencias” (Vera, B.; Carbelo B.; Vecina, M. 2006., p.41)

¿Qué significados alternos, podemos reconocer en el relato, respecto imágenes dominantes de la violencia y sus impactos naturalizados?

“...Al padre de mis hijas lo asesinaron en esa época...”, en el relato de Angélica, las imágenes de violencia dominantes y su impacto es la muerte de su esposo a manos de estos criminales de la violencia armada.

También podemos observar la pérdida de todo, “...Dejamos casa, gallinas, marranos: todo lo dejé por allá perdido. Eso fue muy triste...”. En esta situación se observa la pérdida de factores protectores para un sujeto como lo es la familia “pérdida del esposo”, la vivienda y la cultura.

Las problemáticas de impacto lastimosamente son los daños psicológicos, pérdida de identidad, afectación emocional y pobreza.

En el relato, ¿se pueden reconocer apartes que revelen una emancipación discursiva frente a las imágenes de horror de la violencia?

La familia de Angélica huyó de la violencia pero no permitió que la soledad y la tristeza la consumiera, a pesar de la discriminación trabajo por sacar a sus hijas adelante, las cuales ahora están formadas y luchan por una mejor calidad de vida, una de ellas quiere un cupo en el SELA para estudiar y crecer académicamente para obtener un mejor trabajo y así ayudar a su madre y Angélica espera la ayuda para su casa propia, crear su propio negocio y así reunir a su familia y continuar trabajando.

Formulación de preguntas circulares, y estratégicas

Tabla 1. Formulación de preguntas

| Tipo de pregunta | Pregunta | Justificación |
|-------------------------|---|--|
| Estratégica | ¿Qué otras entidades de apoyo psicosocial y político conoce que la orienten en su plan y restauración de vida? | La pregunta va orientada a que la persona pueda saber la existencia de las rutas de atención a personas desplazadas y los recursos o beneficios amparados por la ley. |
| | Angélica ¿cómo cree usted que puede ayudar a orientar a las personas que han sufrido el conflicto armado? | Se busca hacer conexiones sistémicas y a su vez entender como son las relaciones actualmente en su interior |
| | ¿Tiene usted conocimiento claro sobre lo que es el acompañamiento psicosocial y como puede beneficiarla? | Esta pregunta busca indagar sobre el conocimiento que posee Angélica sobre los beneficios que el programa de acompañamiento psicosocial brinda a las personas desplazadas como ella. |
| Circulares | ¿Qué cambios a nivel comportamental y emocional identifica en sus hijas luego de haber presenciado una situación de violencia como la que vivieron? | La pregunta está encaminada a detectar la percepción que tiene Angelica del comportamiento de sus hijas para prevenir futuros trastornos luego de un hecho traumático, como es la depresión, ansiedad generalizada o por separación, trastornos postraumático duelos, entre otros. |
| | Angélica ¿Qué sentimientos albergan sus hijas sobre los eventos que la afectaron? | Lo que busca el interrogante es profundizar la importancia de la conexión que tiene Angélica con sus hijas. |
| | ¿Puede usted comentarnos como su situación emocional y económica antes de los sucesos que tuvo que pasar? | Esta pregunta busca indagar sobre las relaciones al interior de su familia en el pasado. |
| Reflexivas | ¿Cree usted que estudiar le ayudara a superarse y seguir construyendo esos planes a futuro? ¿o es una posibilidad que no ha contemplado? | Esta pregunta va encaminada, a generar en Angelica posibles alternativas de superación personal y a una planificación de metas y logros a futuro. |

| | | |
|--|---|--|
| | Angélica ¿cree usted que puede compartir su historia y contar como la ha venido superando con personas que han vivido esta misma situación? | Resignificar y reflexionar lo que ha vivido y continúe con el interés de su proyecto de vida |
| | ¿En estos momentos que le motiva a seguir adelante? | Esta pregunta permite identificar cuáles son los factores protectores. |

Análisis y presentación de estrategias de abordaje psicosocial para el caso comunidades de Cacarica

En el caso de los pobladores de Cacarica ¿qué emergentes psicosociales considera están latentes después de la incursión y el hostigamiento militar?

Analizando el caso de los pobladores de Cacarica tenemos que los emergentes psicosociales se inician con el desplazamiento forzoso donde se encuentran familias enteras que tuvieron que abandonar sus tierras y pertenencias y migrar a zonas desconocidas para ellos, a raíz de esta situación también se les presento hostigamiento e intimidación por parte de grupos armados, esto género en estos pobladores miedo, terror, inseguridad, angustia y mucho sufrimiento ante cada una de las situaciones vividas.

Fabris, F, (2001) afirma “Los emergentes psicosociales son hechos, procesos o fenómenos que como figura se recortan del fondo constituido por el proceso socio-histórico y la vida cotidiana. Son intentos de respuestas significativas al desajuste entre necesidades y respuestas sociales a esas necesidades. Los emergentes aportan una cualidad nueva a la vida cotidiana y el

proceso social, expresando en sí mismos un modo y grado de registro y resolución de contradicciones sociales” (p. 15)

Refiere Fabris, F. (2011) “Los emergentes psicosociales son hechos y procesos que teniendo lugar en el escenario de la vida cotidiana permiten ubicar y comprender la subjetividad como dimensión específica del proceso socio-histórico. Son signos relevantes desde el punto de vista psicosocial tanto como desde el punto de vista cultural o político”. (p.14).

Podemos observar que en la comunidad Cacarica los principales emergentes psicosociales están en el desplazamiento forzoso, secuelas emocionales, desestabilidad económica y emocional, miedo e inseguridad a la libertad de expresión y a denunciar los hechos.

Las consecuencias humanitarias generadas por el conflicto armado interno y la violencia sociopolítica son innegables, por una parte se ven reflejados los homicidios y amenazas a personas protegidas, a los campesinos, a pobladores de las zonas rurales y la selva, en fin, un sinnúmero de actos opresores que desde su máxima opresión atentan contra los derechos de las personas; acto que no solo conlleva a la pérdida de sus pertenencias, de su territorio, si no hay una grave des existencia de su identidad, creencias, cultura y de su vida en general, es el despojo de todo lo subjetivo de una persona en comunidad, familia y su existencia socioeconómica.

Este tipo de violencia deja muchas secuelas traumáticas, que indiscutiblemente marcan la vida de esta comunidad, ya que se ven afectados, amenazados y en muchas ocasiones sienten desconfianza por falta de apoyo social.

¿Qué impactos genera para la población ser estigmatizada como cómplice de un actor armado?

No solo haber sido víctima del conflicto, sino tener que aprender a continuar la vida siendo señalado por haber pertenecido a grupos que aun ellos pueden desconocer su composición, es uno de los tantos acontecimientos que aun en la actualidad pueden seguir oprimiendo los derechos de estas personas.

Por cualquier lado se puede reconocer esta situación como un impacto negativo.

Para la sociedad estas personas no son vistas con víctimas que requieren ayuda, sino como una sociedad que merece ser excluida por haber victimizado. Y solo puntualizando en esta postura ya se puede reconocer exclusión social, pérdida de identidad, perdida de vos y reconocimiento, sin mencionar, la ruptura social, familiar y la opresión.

Sin embargo, “también se evidencian nuevas maneras de autodefinition y de identidad de la comunidad en función de la muerte y del hecho violento. Muchos municipios empiezan a ser conocidos, a ser visibles y a ser objeto de atención por parte del Estado sólo a partir de la muerte” (Penagos, M; Martínez, P; Arévalo, L. 2009, p 17)

Es así como se origina violencia y más frustración ya que la vida de estas personas puede estar en riesgo, y ellos sienten rechazo preocupación ante la sociedad, baja autoestima, desestabilidad emocional ante sucesos traumáticos que están viviendo. “Los distintos eventos producen eventos de violencia producen profundas secuelas no solo a sus víctimas, si no en sus

grandes y comunidades de referencia; se constituyen en métodos que lesionan la dignidad, la identidad y que desde una perspectiva más amplia atenta en contra la propia convivencia y además social”. (Penagos, M., Martínez, P., & Arévalo, L. 2009 p.17).

Proponer dos acciones de apoyo en la situación de crisis generada por la tortura y el asesinato de miembros y líderes de la comunidad.

Acompañamiento psicosocial, desde la postura de afrontamiento y resiliencia: Las situaciones vividas como consecuencia al conflicto, lastimosamente son acontecimientos que no se puede olvidar a raíz de los hechos que física y psicológicamente se causan en las personas, y que los acompaña en el transcurso de su vida, para bien o para mal.

Reconstrucción de la identidad: entender que la comunidad realmente obedece a una construcción de la memoria, la cultura y el territorio.

Tener que ser miembro activo de otras comunidades no quiere decir que deba perder mi identidad, lo que soy, lo que he construido, por el contrario, es una manera de aceptar y que me acepten.

Es una invitación a retomar aquellos aspectos del pasado que puede ayudar y fortalecer mi presente, como las creencias y apegarse a ellas para continuar construyendo, permitiendo que los demás conozcan mi cultura y la acepte, porque perciben que tiene algo que ofrecerles.

Intervención psicológica: acompañamiento psicosocial individual y social con el propósito de ser escuchados, puedan expresar sus sentimientos, emociones, resaltar sus habilidades orientarlos a nuevas proyecciones para así encontrar soluciones a los problemas. Debemos tener en cuenta que a la comunidad no se puede tratar de la misma manera, se debe clasificar según la problemática para dar la ayuda necesaria con el fin de brindarles un buen bienestar e incluyéndolos nuevamente a una vida social.

Participación comunitaria: la comunidad debe desarrollar la capacidad para participar, comunicar e integrarse en procesos de autogestión y tome decisiones de acuerdo a sus necesidades e intereses para la solución de sus problemas.

Establecer tres estrategias psicosociales con los pobladores de Cacarica, que faciliten la potenciación de recursos de afrontamiento a la situación expresada. Recuerden que una estrategia, es un conjunto de acciones que se diseñan alrededor de un impacto deseado y que se organizan en fases y tiempos, de acuerdo a su pertinencia en relación a la problemática referida.

Cómo se llevará a cabo la intervención?: la intervención consta del desarrollo de 4 estrategias dirigidos a fases de aceptación, rehabilitación, promover líderes transformadores, de reconstrucción y reparación, buscando que se desarrollen alternativas, planes y proyectos en la, de una forma propositiva, incluyente y colectiva.

Tabla 2. Estrategias de afrontamiento

| Estrategias | Objetivo | Fases | Cronograma |
|---|---|--|---------------------|
| Estrategia 1: Proceso de duelo y aceptación | Realizar un plan de intervención orientado, que permita identificar la forma en que las personas en su actualidad, conciben los sucesos de actos violatorios vividos, desde una postura de aceptación, proyectiva y propositiva. | Fase de Aceptación | Un mes de ejecución |
| Estrategia 2: Reconstrucción | Desarrollar alternativas, planes y proyectos en la comunidad, por medio de planes de formación, desde dos aspectos, uno, incluyente, que permita el reconocimiento y aceptación de las diferencias que pueden existir en el interior de la comunidad, y otro, que incentive a la formación sobre la inteligencia emocional. Como asumir posturas frente a la comunidad en momentos de alegría y en momentos difíciles. | Fase de Rehabilitación | Un mes de ejecución |
| Estrategia 3: Promover líderes que representen la comunidad | <p>Lograr promover líderes transformadores que desarrollen alternativas, para lo cual se requiere que la comunidad en conjunto desarrolle sentido de propósito, el cual sugiere que esta se una y determine en conjunto los planes y proyectos que beneficiarán la comunidad.</p> <p>En el desarrollo de este ejercicio en conjunto, la misma comunidad podrá elegir quienes son aquellas personas que de acuerdo a sus necesidades, cumplen el perfil para ser líderes, que los represente. Claramente con la participación y conocimiento activo del resto de la comunidad.</p> | Fase de potenciación: los líderes se promueven en el ejercicio colectivo de demostrando habilidades y capacidades requeridas | Un mes de ejecución |
| Estrategia 4: Talleres de resocialización rehabilitación y reconstrucción: Buscando que las personas logren nuevamente ser miembros activos. | Estos talleres serian una estrategia a que las personas reconstruyan sus historias, pero ya no desde una postura de víctimas, sino de sobrevivientes, de la sociedad, con intenciones de seguir construyendo creciendo y participando, aun desde las experiencias de sus vidas, pero desde una postura positiva, propositiva y reflexiva. | Fase de Resocialización, reconstrucción y participación | Un mes de ejecución |

Informe analítico y reflexivo de la experiencia de foto voz

La experiencia de la narrativa y la imagen, por medio de la estrategia foto voz, posibilita la manera de analizar y reflexionar lo que sucede diariamente en los diferentes contextos, desde la postura de comprender los fenómenos sociales y a raíz de ellos establecer unas dinámicas de acción propositivas.

Importancia del contexto y el territorio como entramado simbólico y vinculante.

El contexto puntualmente en el tema de la superación de ciertos acontecimientos que surgen en nuestras vidas, sean a raíz de la violencia, de las limitaciones físicas, de la posición de ser un niño o un adulto mayor etc. se considera fundamental para contraponerme a lo que causa dolor. Sin embargo, se puede llamar contexto propio no solo al lugar de procedencia, sino a todo lugar que me permita desarrollarme como un ser íntegro a mis principios, sean culturales, morales o religiosos.

El sentimiento de sentirse a gusto en un lugar determinado, permite al ser, crear sentido de pertenencia y avanzar sin sentirse precavido, desarrollarse física, psicológica y cognitivamente; Martínez, M.; Martínez, J. (2003) plantea “Construir una comunidad saludable, no sólo en lo relacionado con la salud física (servicios de salud y bienestar) sino psicológica y social, incluyendo áreas como la educación, la diversidad cultural, la prevención de violencia, el empleo, etc.” (p. 253)

La imagen como acción política para extraer nuevos significados sociales.

Todas las experiencias, surgen desde entornos diferentes y quizás con metodologías diferentes, pero con algo en común. La construcción, el acompañamiento y la inclusión participativa de cada una de las personas y niños reflejados en estos contextos.

En este sentido, los procesos de transformación dados en cada contexto permiten visualizar como desde los aspectos más dolorosos en los cuales emergen enormes consecuencias a nivel, económico, social, político y cultural y reflejadas por décadas en una grave crisis humanitaria, cuyos emergentes no han sido más que el hostigamiento, abusos sexuales, desplazamiento, secuestro, hurto y muerte de la población civil, así como la violación a los derechos humanos, inseguridad, pobreza, narcotráfico, desempleo, etc. Se logra entamar cambios psicosociales significativos como son los procesos de resignificación, inclusión, co-construcción, la reconstrucción de la memoria histórica y el entramado simbólico de sus habitantes, así mismo se ven cambios en la construcción de valores de empoderamiento, lucha y Fe. Es esta misma creencia subjetiva las que permiten construir sueños, proyectos de vida y fortalecer de alguna manera los lazos familiares que la violencia quiso romper de forma ordinaria.

Subjetividad y memoria.

Cada espacio y contexto, nos permite definir lo que percibimos son generadores de violencia y mucho más, partiendo desde las situaciones vividas en nuestros contextos. De hecho, de una u otra manera hemos vivido la experiencia de participar en aquellas actividades que se desarrollan como estrategias para lograr salir y subsanar, de situaciones que representan dolor.

Sin embargo, nos detenemos en la postura de no ser causantes, sino generadores de sanación, hacemos parte de la inclusión de orientar a quienes requieran de nuestro apoyo, entendiendo que no solo es una responsabilidad como profesionales, sino como personas participes a una comunidad. Moos, R. (2005). Plantea “Las rutas del modelo muestran que estos procesos son transaccionales, que la retroalimentación mutua, puede ocurrir en cada paso y que las personas seleccionan y dan paso a los contextos sociales que influyen sobre ellas” (p. 16)

Otra postura, se manifiesta dentro de las variables subjetivas evidenciadas en cada uno de los ensayos visuales, donde se destaca el contexto en que se desarrollan los hechos, brindando mayor comprensión a los procesos de construcción de intervención psicosocial, los cuales, si bien son diferentes, están sujetos a patrones culturales correspondientes a los contextos que les permite su desarrollo y que en gran manera es la manifestación de la memoria.

De igual forma se resalta la asociación que se genera entre los pensamientos, sentimientos y emociones de aquellos que tienen como común denominador, el ser o haber sido afectados por la violencia en alguna de sus manifestaciones y que se refleja en la necesidad inherente de lograr a través de un proceso de intervención psicosocial, construir procesos de duelo asertivos, identidad, relaciones interpersonales sólidas, motivación, fortalecimiento del autoestima , proyectos de vida, integración social y reivindicación con la vida.

De ahí la necesidad de aplicar herramientas de narración visual, a través de las cuales se comprenda la memoria colectiva existente en estos lugares, testigos silenciosos del dolor de sus habitantes y se reconozca que; “Para que nuestra memoria se beneficie de la de los demás, no

basta con que ellos nos aporten sus testimonios: es preciso también que ella no haya dejado de concordar con sus memorias y que haya suficientes puntos de contacto entre nuestra memoria y las demás para que el recuerdo que los otros nos traen pueda ser reconstruido sobre una base común” (M. Halbwachs, 1950, p. 12)

Recursos de afrontamiento.

A raíz de todas las problemáticas vividas en el país, han surgido un sinnúmero de estrategias en pro a la construcción y continuidad del desarrollo de la vida de las personas, con el ánimo de seguir creyendo y construyendo en conjunto.

Actividades implementadas desde distintos enfoques teniendo en cuenta la biodiversidad de los seres, es decir, sus ejercicios van encaminados al desarrollo de los niños, mujeres, hombres, jóvenes, adolescentes, personas con limitaciones o dificultades, pero todas con un mismo fin. Ser una comunidad incluyente, fuerte y lograr contraponerse a cualquier dificultad. Martínez, M.; Martínez, J. (2003) afirma, “En esas circunstancias, organizar a individuos y grupos sociales en torno a una meta común y ponerlos a trabajar juntos para lograrla, puede ser una estrategia eficaz de optimizar los recursos comunitarios y aplicarlos a la resolución del problema” (p. 252).

Según Lothar (2003) “Resiliencia es la adaptación de manifestación positiva, a pesar de significativas adversidades en la vida” (p.29), se pueden inferir algunas manifestaciones resilientes que determinan que, pese a los entornos de dificultad, las manifestaciones de violencia o de las dificultades sociales, topográficas y económicas existentes, es posible favorecer dimensiones internas y externas de los individuos, permitiendo el afrontamiento de las nuevas

realidades simbólicas. Los recursos de afrontamiento subjetivo y colectivo en los entornos observados, se puede ver la gran capacidad y disposición de los sujetos y de la comunidad por contribuir con los procesos que se desarrollan a su favor, reconociendo sus realidades, las circunstancias que las generaron, los actores que las propiciaron y las consecuencias de estas.

Reflexión psicosocial y política de la experiencia.

Partiendo desde la postura de entender que todos no necesariamente provenimos de un mismo lugar y que a partir de los sucesos o acontecimientos, se construyen comunidades o se incluyen a estas; la emancipación debe tener entrada como una alternativa de aceptación a la biodiversidad de culturas, costumbre o dificultades limitantes en los demás.

Es una forma de aceptar, que la posición en la que se encuentra la otra persona, no necesariamente ha sido por voluntad propia y que eso no puede ser un generador de rechazo o no aceptación.

Todas las estrategias que se han venido desarrollando lideradas por los programas de reconstrucción, reparación, reintegración, entre otras, estas diseñadas con fines de hacer estos procesos lo menos tedioso para quienes no nacieron en estos contextos y hacer ejercicios incluyentes de superación que permitan el desarrollo de las personas.

Una forma de entender que todos de alguna u otra manera hemos sido víctima y no podemos convertirnos en victimizantes. La ONU (2002) “enfatisa el papel de la participación social como generadora de capital social y desarrollo comunitario y señala su importancia entre las características sociopolíticas y culturales de los contextos que favorecen la integración comunitaria y el bienestar social” (Citado por Martínez, M.; Martínez, J. 2003. p. 252).

Estrategias de afrontamiento

Las estrategias de afrontamiento, en general permiten ayudar a las personas a trascender frente a los hallazgos generados a raíz de violencia o las dificultades limitantes, como la oportunidad de reconstrucción social individual y colectiva. Para esto, se estarán presentando algunas estrategias, teniendo en cuenta cada convergencia y aspectos emergentes encontrados en los contextos sociales intervenidos.

El afrontamiento dirigido a la emoción

Cuando el grado de estrés es alto, empiezan a predominar los modos de afrontamiento dirigidos a la emoción, junto con una mayor frecuencia de conducta emocional o defensiva. Se puede concluir que la ansiedad asociada a grados de estrés conduce a la sobreutilización de mecanismos de afrontamiento emocional y defensivo y a una insuficiente atención a los dirigidos a la resolución del problema, dando todo ello como resultado una disminución en los niveles de rendimiento.

El control se refiere a los esfuerzos cognoscitivos o conductuales desarrollados para enfrentarse a una situación estresante, se considera el afrontamiento y control como sinónimos y se distinguen de las creencias naturales y situaciones sobre el control que influyen sobre las evaluaciones cognoscitivas de amenaza y desafío.

El afrontamiento dirigido al problema

El afrontamiento dirigido al problema implica un objetivo, un proceso analítico dirigido principalmente al entorno, mientras que en el afrontamiento dirigido a la resolución del problema se incluyen las estrategias que hacen referencia al interior del sujeto.

A su vez las estrategias centradas en el problema en relación a Lazarus & Folkman (1986), “se dividen en Afrontamiento Activo y Afrontamiento Demorado. El Afrontamiento activo se refiere a todos los pasos activos para tratar de cambiar las situaciones o aminorar sus efectos. Incluye iniciar acción directa incrementando los esfuerzos personales. El Afrontamiento demorado se considera como una respuesta necesaria y funcional, dirigida a buscar la oportunidad apropiada para actuar de forma no prematura”.

Estrategia de Recuperación Emocional a nivel Grupal

El apoyo social emocional, el cual se centra en la búsqueda de soporte moral, simpatía y comprensión. La aceptación de la respuesta funcional de afrontamiento, ocurre cuando en la primera aproximación, la persona tiende a aceptar la realidad de la situación estresante e intenta afrontar o tratar la situación. De esta forma se busca además reconocer las necesidades prioritarias de sus protagonistas, diagnosticar su estado emocional actual y los efectos dominantes a nivel social, familiar o cultural, el poder contribuir con la dignificación, construcción de identidad, resiliencia y construcción de memoria histórica en el país.

Estas en general comprometen la capacidad para asumir la noción corporal y la capacidad para aprender a relacionarse con otras personas y para aceptar normas. Las reacciones de hostilidad, desconfianza, impulsividad, aunque reiteradas, son respuestas de protección

alimentadas por el miedo. “La población desplazada en general no presenta evidencia de enfermedad mental como entidad psiquiátrica, pero existen indicios de deterioro de la salud mental como son el aumento de la desesperanza, la generalización de la percepción de impotencia y la pérdida de perspectiva de vida” (Castaño & Jaramillo, 1998).

Estrategia de Procesos de Pérdida y Manejo de Duelo:

El apoyo en la religión, es visto como una estrategia al servir como apoyo emocional para muchas personas lo que facilita el logro posterior de una reinterpretación positiva y el uso de estrategias más activas de afrontamiento. Vasconcelles, (2005) afirma “De tal manera que en un estudio denominado afrontamiento religioso y ajuste psicológico para el estrés, encontró que personas que buscan apoyo espiritual, realizan obras de beneficencia y se integran a grupos de crecimiento espiritual, disminuyen la tensión causada por los diferentes estresores y aumentan su autoestima, además se adaptan de manera más adecuada a las circunstancias”

De otra parte, en un estudio acerca de los significados se encontró que la religión fue definida por las personas entrevistadas como otra dimensión desde donde se construye sentido de vida, se identificó como un aspecto humano que atraviesa la vida de todas las personas, otorgándole un carácter divino.

Link del blog

<https://diplomadoacompanam.wixsite.com/misitio>

Conclusiones

En esencia, cada una de las imágenes y narrativas presentadas, muestran o sugieren la participación en conjunto, para alcanzar las metas propuestas o potencializar intereses individuales, pero orientadas. Es decir, el principal recurso de afrontamiento que tienen las personas para lograr una resiliencia y superación, es la ayuda que brinda el contexto, puntualmente por medio del desarrollo de actividades guiadas.

Se destaca el valor de aquellos, quienes, siendo víctimas de casos de violencia como el secuestro, el desplazamiento forzoso, o la muerte de un ser querido, recobran la confianza y vuelven a sus lugares de origen, demostrando un carácter resiliente frente al infortunio, reconstruyendo sueños y proyectos de vida.

Entendemos que un acto violento, no solo es el resultado de las armas, sino de cualquier situación que represente la opresión, no inclusión, maltrato físico o psicológico, y que aun nosotros mismos podemos ser generadores de estas causales. Son frecuentes los sentimientos de desvalidez e impotencia, la desorientación y errancia emocional, con el agravante de la pérdida de la intimidad, que con anterioridad facilitaba el manejo privado del afecto y de las tensiones intrafamiliares. Puede surgir apatía o resistencia a las iniciativas que busquen esfuerzo conjunto, para empezar a resolver los problemas (Castaño & Jaramillo, 1998).

Referencias bibliográficas

Echeburúa, E. (2007). Intervención en crisis en víctimas de sucesos traumáticos: ¿Cuándo, cómo y para qué?. En *Psicología Conductual*, Vol. 15, Nº 3, 2007, pp. 373-387. Recuperado de <http://www.ehu.es/echeburua/pdfs/Intervenci%C3%B3n%20en%20crisis.pdf>

Martínez, M.; Martínez, J. (2003). Coaliciones comunitarias: una estrategia participativa para el cambio social *Psychosocial Intervention*, vol. 12, núm. 3, 2 pp. 251-267 Colegio Oficial de Psicólogos de Madrid Madrid, España. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/1798/179818049001.pdf>

MATINAL, Revista de Investigación y Pedagogía (2010). La sistematización de experiencias: aspectos teóricos y metodológicos. Entrevista a Oscar Jara. Instituto de ciencias y humanidades de Perú. Números 4 y 5. Ref.: revistamatinal@gmail.com Recuperado de http://www.cepalforja.org/sistem/documentos/ojara_entrevista_rmatinal.pdf

Moos, R. (2005). Contextos sociales, afrontamiento y bienestar: Lo que sabemos y lo que necesitamos saber. En *Revista Mexicana de Psicología*, vol. 22, núm. 1 pp. 15-29. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/2430/243020643002.pdf>

Parra, L (2016) Una experiencia de investigación acción psicosocial. Propuesta metodológica para tiempos de construcción de paz. En *acompañamiento en clínica psicosocial*, pp. 65-92.

Cátedra Martín Baró Bogotá Colombia. Recuperado de

http://www.catedralibremartinbaro.org/pdfs/Libro_acompanamiento_en_clinica_psicosocial.pdf

Schnitman, D. (2010). Perspectiva generativa en la gestión de conflictos sociales. Revista de Estudios Sociales; Vol. 36 pp. 51-63. Bogotá Colombia.

Recuperado de <https://search.proquest.com/docview/763161411/fulltextPDF/846FB3F1015D440EPQ/1?accountid=48784>