

Diplomado De Profundización Acompañamiento Psicosocial En Escenarios De Violencia

Paso 4 La Imagen Y La Narrativa Como Herramientas Para El Abordaje Psicosocial En
Escenarios De Violencia.

Duitama, Floresta y Santa Rosa de Viterbo

Departamento de Boyacá

Presentado por:

Nelly Alexandra Cabrera Pinto C.C 52442917

Laura Maribel Diaz C.C. 1052405161

Sonia Marcela Ángel C.C 46 453 359

Misael Arturo Triana Sánchez C.C 4192163

Grupo: 442006_77

Tutor: Boris Geovanny Delgado

UNIVERSIDAD NACIONAL ABIERTA Y A DISTANCIA “UNAD”

ESCUELA DE CIENCIAS SOCIALES ARTES Y HUMANIDADES

PROGRAMA DE PSICOLOGÍA

2018

TABLA DE CONTENIDO

	Pág.
Resumen:	3
Abstract:	4
Análisis Relatos de violencia y esperanza:	6
Formulación de preguntas circulares, reflexivas y estratégica:.....	10
Abordaje psicosocial. Caso Cacarica:	12
Informe analítico y reflexivo de la experiencia de foto voz:	17
Link del blog:	22
Conclusiones:	23
Referencias:	24

Resumen

La violencia se puede interpretar como el acto realizado por algunos individuos para hacerles daño a otras personas con el fin de obtener o imponer algo. Este acto se realiza a través de la fuerza, las agresiones verbales y físicas dejando como consecuencias grandes daños económicos físicos o psicológicos en quienes la padecen. Colombia es un país que ha tenido que vivir por mucho tiempo con el conflicto armado. Esta problemática ha dejado grandes daños psicológicos y físicos en personas inocentes que tuvieron que enfrentarse a este suplicio de la guerra. Tal es el caso de Carlos Girón, una historia tomado del libro: Voces: Relatos de violencia y esperanza en Colombia, editado por el Banco mundial en el año 2009, sobre historias reales en el marco del conflicto armado.

Carlos es un sobreviviente del conflicto armado quién con apenas 14 años fue víctima de un artefacto explosivo que le perjudico gran parte de su cuerpo. A pesar de todo lo sucedido él desea salir adelante y poderle ayudar a personas que han pasado por situaciones similares a la de él. Lo primero que se presentará en este documento, es el análisis “relatos de violencia y esperanza”. En el mismo se analizan los impactos psicosociales que se le observaron en este caso. Además se identifican las voces que revelan un posicionamiento subjetivo desde el lugar de víctima o sobreviviente, entre otros. Posteriormente se plantean preguntas de tipo estratégica, circular y reflexiva que representan gran relevancia en la comprensión del relato elegido y el establecimiento de posibles mecanismos de ayuda psicosocial en torno a este.

Además, se aborda el caso de las comunidades de Cacarica, con el cual se identifican emergentes e impactos psicosociales hallados en el mismo y se establecen acciones de apoyo e intervención en crisis que fortalezcan el proceso de atención y acompañamiento a las víctimas en busca de potenciar sus recursos de afrontamiento y resiliencia. Para concluir, se presenta un informe analítico y reflexivo de la experiencia de la foto voz, que se realizó a partir de las experiencias que tuvieron los cinco integrantes del grupo colaborativo en sus comunidades. La foto Voz es una herramienta de gran importancia a la hora de intervenir en comunidades y con víctimas del conflicto armado, ya que esta ayuda a expresar y liberar sentimientos a partir de las imágenes.

La intervención psicosocial con víctimas busca lograr la reparación y mitigar los daños psicológicos que les ha dejado la guerra a las víctimas del conflicto. Para esto el profesional que va a intervenir en estas comunidades debe tener las capacidades humanas y los conocimientos necesarios para poder brindar un adecuado acompañamiento psicosocial. Por otro lado, el enfoque narrativo es una herramienta que está dirigida a funcionarios que trabajan con víctimas. Esta herramienta aporta grandes elementos para transformar las historias de victimización, dolor, miedo, culpa y rabia, en historias esperanzadoras y de sobrevivencia. Con la misma herramienta se busca desarrollar en las personas su capacidad de resiliencia para que logren verse como sobrevivientes sobreponiéndose a los períodos de dolor emocional y traumas. Además busca que las víctimas se adapten y superen positivamente las situaciones adversas estableciendo claramente sus proyectos de vida.

Palabras claves:

Reparación, Resiliencia, Narrativa, Foto Voz, Intervención, Víctimas.

Abstract

Violence can be interpreted as the act performed by some individuals to harm other people in order to obtain or impose something. This act is carried out through force, verbal and physical aggressions, leaving as a consequence great physical or psychological economic damages in those who suffer it. Colombia is a country that has had to live for a long time with the armed conflict. This problem has left great psychological and physical damage to innocent people who had to face this ordeal of war. Such is the case of Carlos Giron, a story taken from the book: *Voices: Stories of violence and hope in Colombia*, edited by the World Bank in 2009, on real stories in the context of the armed conflict.

Carlos is a survivor of the armed conflict who, at the age of 14, was the victim of an explosive device that damaged a large part of his body. In spite of everything that happened, he wants to get ahead and be able to help people who have gone through situations similar to his. The first thing that will be presented in this document is the analysis "stories of violence and hope". In it, the psychosocial impacts that were observed in this case are analyzed. In addition, the voices that reveal a subjective positioning from the place of victim or survivor, among others,

are identified. Subsequently, questions of a strategic, circular and reflexive type are raised, which represent great relevance in the understanding of the chosen story and the establishment of possible psychosocial help mechanisms around it.

In addition, the case of the communities of Cacarica is addressed, with which emergent and psychosocial impacts found in it are identified and support and intervention actions are established in crisis that strengthen the process of attention and accompaniment to the victims in search of strengthening your coping and resilience resources. To conclude, an analytical and reflective report of the photo voice experience is presented, which was made based on the experiences of the five members of the collaborative group in their communities. The photo Voice is a tool of great importance at the time of intervening in communities and with victims of the armed conflict, since this helps to express and release feelings from the images

Psychosocial intervention with victims seeks to achieve reparation and mitigate the psychological damage that the war has left to the victims of the conflict. For this the professional who is going to intervene in these communities must have the human capacities and the necessary knowledge to be able to offer an adequate psychosocial accompaniment. On the other hand, the narrative approach is a tool that is aimed at officials who work with victims. This tool provides great elements to transform the stories of victimization, pain, fear, guilt and anger, into hopeful and survival stories. The same tool seeks to develop in people their resilience capacity so that they can be seen as survivors overcoming periods of emotional pain and traumas. It also seeks that victims adapt and overcome positive situations adversely by clearly establishing their life projects

Key Word:

Reparation, resilience, narratives, intervention, victims.

Análisis Relatos De Violencia Y Esperanza

Relato 3 Carlos Girón

La guerra se puede definir como toda acción dirigida al daño de otra persona, mediante una lucha por obtener el poder o diversos beneficios de tipo personal o social. Es triste ver como en nuestro país, desde hace bastantes años se han vivido y desatado diversas disputas que han dejado grandes daños físicos y psicológicos en personas inocentes que han tenido que vivir de cerca con el conflicto armado. Tal es el caso 3 de Carlos Girón, un joven que con apenas 14 años su vida cambio a causa del conflicto armado de Colombia. Este joven relata que el 7 de septiembre del 2002, tres días después de cumplir 14 años, su vida cambió. En ese día, su amigo y él iban a jugar futbol. Su amigo ingreso al cafetal a traer el balón mientras él lo esperaba, transcurridos 15 minutos sonó una fuerte explosión; cayeron todas las esquirlas; llegaron hasta donde él estaba, lo cogieron de frente y hasta lo levantaron. El menciona que alcanzo a llegar a la casa y perdió la consciencia. La explosión le afecto el tejido principal del abdomen, dos intestinos, la vista derecha y ambos oídos, más el derecho que el izquierdo. También un lado de la cabeza, el hueso de la frente y todo el hombro del brazo derecho. Su familia le explico que había estado en coma por mes y medio, y que había sido una granada de fusil de las FARC, una munición abandonada que no había explotado y que había vuelto pedazos a su amigo.

En el caso anterior se observa como el conflicto armado ha dejado en esta persona tan joven daños físicos y psicológicos tan difíciles de reparar. Estas situaciones llevan al profesional a reflexionar frente a cuál es el paso a seguir para lograr que esta persona y su familia tengan una verdadera reparación a los daños que le han dejado el conflicto. Una de las valiosas herramientas que se pueden utilizar para este caso es la narrativa. Dicha herramienta permite que esta persona se vea no como una víctima sino como un sobreviviente que puede salir adelante y quien es un ejemplo a seguir para la sociedad. De igual manera es importante desarrollar en las víctimas del conflicto la capacidad de resiliencia, con la cual se logra que las personas salgan adelante a pesar de las dificultades por las que hayan tenido que pasar. Esta capacidad se enfoca en los factores individuales, familiares, comunitarios y culturales, logrando que las mismas comunidades y personas tengan la capacidad de sobreponerse a períodos de dolor emocional y traumas, así

como también adaptarse y superar positivamente situaciones adversas. La resiliencia se aprende en un proceso que requiere tiempo y esfuerzo y que compromete a las personas a tomar una serie de pasos para superar su adversidad.

Respecto al relato de vida de Carlos es importante resaltar esa gran esperanza y deseos de salir adelante para poderse superar personalmente, lograr ayudar a su familia y a personas que hayan pasado por situaciones similares.

Por otra parte se observa según Rodríguez, J. Torre, A. Y Miranda, T. (2002) que Durante los conflictos armados, la salud mental tanto individual como colectiva, tiene alto riesgo de verse afectada no sólo de forma inmediata sino también a mediano y largo plazo, situación que se agrava por la poca atención que ha recibido. El caos y la violencia -en sus diferentes modalidades incrementan los riesgos de trauma psicológico y, de hecho, los conflictos armados no sólo generan muertes, heridas y discapacidades físicas, sino que también dejan huellas en la vida de las personas, las familias y la sociedad. P. 3.

Teniendo en cuenta el ejemplo señalado, se puede afirmar que aquellas personas que no reciben una adecuada intervención a tiempo pueden verse afectadas durante diversos períodos de su vida aumentando en ellas los daños psicológicos y perjudicando a las familias, personas y a comunidades completas.

Por otro lado, Rodríguez, J. Torre, A. Y Miranda, T. (2002) también afirman que

Los conflictos armados y la secuencia de sucesos que generan son considerados emergencias complejas que, en ocasiones, producen un colapso de las autoridades nacionales y locales. Esto conlleva la pérdida del control de la situación y la dificultad o imposibilidad de proveer apoyo vital y protección mínima a la población civil, convirtiéndose ésta en grupo especialmente vulnerable y actor pasivo del conflicto. p. 4.

Las víctimas del conflicto armado actualmente se ven muy perjudicadas por la falta de protección, atención y apoyo por parte del gobierno, ya que se ven enfrentados a luchar ellas solas para salir adelante, enfrentándose al rechazo de la sociedad y a la indiferencia por parte del gobierno.

Frente al caso de Carlos se considera qué el fragmento del relato más impactante fue:

El accidente me sirvió para pensar en las otras personas. Ahora quiero viajar fuera del país para integrarme a otra sociedad y trabajar. Quiero estudiar Medicina o Derecho para buscar maneras de ayudar a otros que han sufrido el mismo accidente. Además, debemos buscar la manera de que la guerrilla no siga poniendo minas y todo eso, porque hay muchas personas que las pisan y pueden ser niños. P. 7.

En este fragmento se observa como esta persona que ha tenido que aprender a salir adelante con sus daños físicos y psicológicos expresa esa gran capacidad de resiliencia que tiene para salir adelante a pesar de sus dificultades.

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

Los impactos psicosociales que se pueden observar en el caso de Carlos son: El miedo, la inseguridad en la población, traumas psicológicos, crisis, dolor al perder a seres queridos, depresión, problemas sociales, aislamiento y ansiedad entre otros. Lo anterior, a raíz del paso de la guerra por esta población, problemática que afectó a personas inocentes, sus familias y en general a toda la comunidad.

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

Subjetivamente se observa el sentimiento de tristeza al no poder volver a trabajar en el campo y ayudarle a sus padres. Además, se evidencia la situación de tristeza en el hecho de haber perdido a su amigo. Otros aspectos donde se evidencia este sentimiento son el hecho de sentirse invisible frente a la sociedad, el abandono estatal, el hecho de haber perdido gran parte de su vida a causa del accidente y la dificultad para realizar los trámites que tienen que hacer las víctimas para que el gobierno las reconozca, proceso que tomó diez años.

De igual manera se puede observar en la víctima una esperanza y el deseo de estudiar y salir adelante para poder ayudar a su familia y a otras personas que han tenido que vivir situaciones similares. Es importante poder desarrollar en las víctimas esa capacidad de resiliencia con la que se permite que el ser humano salga adelante y vuelva a retomar su vida de una forma correcta a pesar de los eventos traumáticos por los que ha pasado. Por otra parte se identifica

que el arraigo cultural es implícito al territorio y al ser humano. En el caso de Carlos no solo se relaciona la situación traumática sino también el reconocimiento de un sentido de identidad personal y colectiva, que busca oportunidades para el afrontamiento de la problemática y para forjar el camino hacia el continuar la vida de una manera rehabilitada sin olvidar el pasado, mejorando el presente e idealizar y cumplir un mejor futuro en su “tierra”, con su familia, su país y las víctimas del conflicto armado. Por otra parte se observa que cuando una víctima relata su historia se libera emocionalmente, generando en él un mejoramiento en su estado emocional y social; mejorando sus capacidades, talentos y el trabajo comunitario.

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

Desafortunadamente la violencia ha dejado imágenes de personas con discapacidades, niños sin padres, madres cabezas de familia, mujeres violadas, pobreza, poblaciones destruidas, seres desaparecidos y daños psicológicos que aún no han sido tratados. Las situaciones anteriormente descritas se han vuelto ante la sociedad y las autoridades gubernamentales algo común o naturalizado, que creen solo se puede sanar brindando recursos económicos para que las víctimas no se quejen. En el caso de Carlos se observa como el desea salir adelante mediante su capacidad de resiliencia y contando su historia para liberarse de los recuerdos negativos; ya que a pesar del abandono por parte del gobierno, el rechazo social, sus daños físicos y su edad el luchas por superarse, logrando sacar de su historia algo positivo para la sociedad y su vida.

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

Efectivamente en el relato se logra evidenciar la presencia de una emancipación frente a las imágenes de violencia ya que Carlos Alberto Girón a pesar de la afectación que le genero el accidente en los diferentes contextos de su vida y a la interferencia que se generó en los roles que desempeñaba, refiere que el accidente le sirvió para reflexionar sobre las necesidades de otras personas; prepararse, estudiar Medicina o Derecho para apoyar a otros que han sufrido el mismo accidente, buscar la manera de que la guerrilla no siga poniendo minas y todo eso, porque hay muchas personas que las pisan y pueden ser niños.

Formulación De Preguntas Circulares, Reflexivas Y Estratégicas

Tipo de pregunta	Pregunta	Justificación
<p>Estratégica</p> <p>Preguntas que inducen o en su contenido dan la respuesta. Sirven para movilizar y a su vez destrabar el proceso. Permitiendo movilizan y confrontan; por lo mismo es importante tener cuidado en el momento de realizarlas, para no interrumpir o retroceder el proceso terapéutico.</p>	<p>Es de admirar su determinación por ayudar a personas que como usted han sido víctimas. ¿Cómo ayudar a minimizar el dolor a las víctimas del conflicto armado?</p> <p>¿Podría usted ser un instrumento de ayuda y reparación a personas con vivencias de violencia similares al suyo?</p> <p>¿Cree que puede perdonar a los responsables de esta tragedia?</p>	<p>Establecer la capacidad de liderazgo de Carlos, para apoyar en el proceso de recuperación de las víctimas del conflicto.</p> <p>Determinar secuelas a nivel psicológico, para de esta forma establecer el nivel de afectación o superación en el que se encuentran.</p> <p>Referirse a partir de la experiencia vivida maneras de ayudar a los demás de la situación actual por la que pasa el país</p> <p>El perdón es muy importante para cada ser humano para estar en paz y tranquilidad. Por lo tanto se pretende reconocer que sentimiento expresa Carlos frente a sus victimarios.</p>
<p>Circulares</p> <p>Buscan explorar información y establecer</p>	<p>¿Usted cree que lo que le ha sucedido puede ser un ejemplo de vida y de superación para aquellas</p>	<p>Se busca que la víctima identifique que es un sobreviviente de la guerra, que</p>

<p>conexiones para entender como son las relaciones del sistema, de la familia y comunidad. Permite al facilitador comprender el sistema y las relaciones en familia y la comunidad.</p>	<p>personas que han pasado por situaciones similares?</p> <p>De su vivencia y experiencia que es lo que mas le ha costado comprender y entender?</p> <p>¿Algún integrante de la familia a la fecha se encuentra afectado por la situación vivida?</p>	<p>ha logrado salir adelante a pesar de la circunstancia por las que está pasando. Por lo tanto él es un claro ejemplo de vida para las víctimas y para el mundo</p> <p>Examinar y reconocer los prejuicios que presenta Carlos</p> <p>Indagar y analizar si algún miembro de la familia de Carlos se encuentra afectado(a) por el suceso, a pesar que ya han pasado varios años de lo ocurrido.</p>
<p>Reflexivas</p> <p>Buscan profundizar y promover auto observación en la victima. Estas preguntas permiten visibilizar recursos, conectarse con los sueños, y</p>	<p>¿Cómo cree que le va a explicar a sus hijos y sobrinos las experiencias vividas y lecciones aprendidas a raíz del accidente?</p> <p>Que es lo que lo motiva en su emprender de nuevos propósitos para</p>	<p>Es evidente la resiliencia por parte de Carlos, afrontando de manera valerosa la adversidad, logrando adaptarse de la mejor manera ante la tragedia vivida, a pesar de sus limitaciones físicas.</p> <p>Se pretende que Carlos logre</p>

<p>finalmente tener nuevos significados sobre su propia historia.</p>	<p>su vida?</p> <p>¿Qué cosas positivas y negativas observas en su familia a partir de haber vivido este hecho violento?</p>	<p>hacer su propia auto observación.</p> <p>Identificar las fortalezas y debilidades que ha tenido la familia de Carlos a partir de lo sucedido</p>
---	--	---

Análisis y Presentación de Estrategias de Abordaje Psicosocial para el Caso Comunidades De Cacarica.

Para el caso de los pobladores de Cacarica se plantea el interrogante: ¿qué emergentes psicosociales considera están latentes después de la incursión y el hostigamiento militar?

Teniendo en cuenta este interrogante es posible establecer que después de los asesinatos y desplazamientos de algunos pobladores de cacarica, las personas se sienten con miedo, desilusión, rabia, angustia y tristeza. Lo anterior dado que tiene que afrontar situaciones como el desempleo, hacinamiento de familias enteras, la pobreza, los problemas de salud, psicológicos, emocionales entre otros. Otro aspecto latente es la constante incertidumbre al no saber que pasara con sus tierras, su vida, sus familiares y las personas fallecidas. Como si no fuese suficiente con lo antes señalado, los pobladores se encuentran estigmatizados, violentados sus derechos, abandonados por parte del gobierno y sin saneamiento o apoyo psicológico a nivel personal, familiar y social. Es claro y en parte aceptable que en estas personas después de los hechos violentos queden sentimientos negativos que sin duda los pueden afectar en su diario vivir.

Además, las subjetividades y los sentimientos como la preocupación, tristeza, rabia y angustia son claramente percibidos en el caso aquí estudiado. Se observa como esta comunidad

fue desplazada, se les privó de su libertad de expresión y generó en ellos sentimientos de miedo y duda frente al hecho de denunciar cualquier atropello. Todo esto conllevó a un estado de sumisión y silencio.

Se presenta además, un estado de confusión personal y social generando en ellos posibles sentimientos de culpa y expresiones o comportamientos agresivos debido al estado de inseguridad y fragilidad en el que se encuentran. Esto producto de los hechos violentos y la violación de sus derechos a que constantemente se ven enfrentados.

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

En este caso en particular se pueden identificar diferentes tipos de impactos negativos. Dentro de estos se encuentran la desesperanza, el miedo, impotencia, soledad, desapego, falta de unión, dolor, tristeza, abandono, falta de apoyo por parte del gobierno. Todo esto a causa de un actor armado que le dio un giro total a sus vidas, estas personas en ningún momento pidieron vivir y pasar por esta situación de violencia y desplazamiento, ni indujeron a estos nefastos acontecimientos. Sin embargo, aun así tienen que cargar con las consecuencias que esto acarrea.

Otros impactos que se evidencia en el caso objeto de estudio son: la afectación desde la parte de la salud psicológica, familiar y emocional. Lo que conlleva a estas personas a sentirse inferiores a otras y a que la calidad de vida sea totalmente afectada y a vivir con inseguridades. Lo anterior, está implícitamente relacionado al hecho de generar en ellos traumas que no son tan fáciles de remediar. Esta población quedó expuesta a pasar por un estrés severo así como lo menciona Echeburúa, E. (2007),”

Las víctimas de sucesos traumáticos pueden sufrir un estrés severo que puede dar lugar a un conjunto de síntomas disociativos y ansioso-depresivos. El trauma puede interferir negativamente en la calidad de vida de la persona y afectarle en su vida cotidiana y en las relaciones sociales. Si los síntomas se mantienen más allá del primer mes, puede desarrollarse un trastorno por estrés postraumático. La intervención en crisis tiene por objetivo crear un entorno seguro a la víctima y ofrecerle apoyo, así como evaluar las estrategias de afrontamiento y las redes de apoyo familiar y social de la víctima. p.1

Con lo anterior se identifica la importancia de que estas personas tengan un acompañamiento psicosocial para que puedan recuperar sus vidas de una manera más sana ayudándoles a ventilar sus emociones si se desea a través de la narrativa. Esta última como una de las tantas herramientas en que el estado puede intervenir en pro de lograr una mejor calidad de vida para los habitantes de esta población.

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

1. Nada puede sustituir a los familiares fallecidos o reparar el dolor de las víctimas. No obstante, nuestra sociedad se encuentra fracturada por el conflicto violento y por ende debe asumir las consecuencias de la violencia, apoyar a las víctimas y sobrevivientes para reconstruir sus vidas, y lograr contribuir en la capacidad de resiliencia que tienen los seres humanos para superar las dificultades por sí mismos. Lo que toma relevancia principalmente al brindarles a las víctimas un tratamiento psicológico oportuno en el que se impida la cronificación de los síntomas y permita a la víctima el restablecimiento de la vida cotidiana. Lo que hace referencia a una etapa inicial de tratamiento. Respecto a esta etapa Echeburúa, E. y Corral, P. menciona (2007) debe ser:

La etapa inicial del tratamiento consiste en establecer un marco de seguridad y de exención de riesgos. Sólo después de que se haya garantizada esta premisa, con las medidas familiares, sociales o judiciales precisas, puede iniciarse propiamente el tratamiento psicológico. La voluntariedad del tratamiento es otro requisito previo. Hay víctimas que no desean compartir su dolor con personas desconocidas (psicólogos, médicos, personal sanitario, etc.). Este requisito es importante de tener en cuenta porque, a diferencia de la práctica psicológica habitual, en el caso de los sucesos traumáticos frecuentemente la víctima no busca el tratamiento, sino que es el terapeuta el que se acerca a la víctima ofreciéndole un tratamiento. P. 7.

Con lo anterior se evidencia la importancia frente al hecho de que los derechos humanos deben reconstruir el tejido social mediante la creación e implementación de estrategias de reparación. Dichas estrategias como una herramienta que permita disolver la afectación de las víctimas mediante el enfoque psicosocial y atención integral. Enfoque que al abordar a la víctima

como tal, su familia y grupo étnico de acuerdo con sus necesidades, experiencias e historia de vida, herramientas que se ajusten a las características y necesidades reales de la población. De igual manera se debe adaptar el tratamiento a la necesidad del paciente. Se debe hacer frente al trauma, restaurando en la víctima el sentido básico de seguridad en el mundo, las personas y facilitar la reintegración social de la víctima en el contexto comunitario. Lo menciona Echeburúa, E. y Corral, P. (2007)

El plan de tratamiento se debe plantear de forma escalonada con arreglo a una jerarquía de necesidades. En primer lugar, se trata de hacer frente a los síntomas más graves (insomnio, pesadillas, ansiedad intensa, humor depresivo, etc.). En segundo lugar, hay que abordar el núcleo del trauma (reexperimentación del suceso ocurrido, conductas de evitación y reacciones de sobresalto). Y, por último, se trata de regular las emociones, de recobrar la autoestima y de recuperar la confianza. P.7.

c. Establecer tres estrategias psicosociales con los pobladores de Cacarica, que faciliten la potenciación de recursos de afrontamiento a la situación expresada.

Respecto a este aspecto se establecen tres estrategias clave para facilitar la potenciación de recursos de afrontamiento a la situación.

Estrategia 1: focalizar las personas víctimas del conflicto armado para lograr por medio de diferentes temáticas que se integren y puedan recuperar la confianza, el amor, la unión y lo más importante que logren superar las pérdidas de los seres queridos. Lo anterior con el objetivo de que continúen con sus proyectos para mejorar su calidad de vida a nivel personal, familiar y social. En este sentido es indispensable identificar a las personas y a la población que requieren el acompañamiento e intervención psicosocial. Lo anterior, teniendo en cuenta que existen aquellas personas que son capaces de relacionarse con su entorno social y familiar, desarrollando su capacidad de resiliencia e integrándose a nuevos proyectos.

Por el contrario, como lo refieren Echeburúa, E. y Corral, P. (2007)

Otras personas se encuentran atrapadas por el suceso sufrido, no recuperan sus constantes biológicas en relación con el sueño y el apetito, viven atormentadas con un sufrimiento constante, tienen dificultades para controlar sus emociones y sus pensamientos, se aíslan socialmente y se muestran incapaces de hacer frente a las exigencias de la vida cotidiana, adoptando a veces conductas contraproducentes (beber en exceso, comer más o menos de

la cuenta, automedicarse, etc.). Son estas personas las que, al sentirse desbordadas por el trauma, requieren una ayuda específica psicológica y, en algunos casos, también farmacológica. P 5

Con estas últimas personas se debe intervenir con programas terapéuticos tempranos, utilizando como herramienta de intervención la narrativa. Herramienta que permite la expresión de los sentimientos a través de la imagen y la escritura. Lo que pretende desarrollar en la víctima un empoderamiento de identidad de sobreviviente, con una capacidad resiliente, frente a la transformación de su sufrimiento y el dolor. Este último para que sea re significado, que tenga sentido a través del servicio y un proyecto de vida enmarcado en la fortaleza y la esperanza.

Por otro lado, la Estrategia 2, corresponde a la Intervención de profesionales de psicología en la atención de personas que han sido víctimas de grupos armados. Lo que busca brindar apoyo por medio de talleres psicopedagógicos e historias vividas y contadas por personas que ya superaron la misma situación. Mediante estas acciones se busca reforzar la importancia de la vida y el amor por las personas que están a su lado, hijos, padres, hermanos y vecinos.

De igual manera, esta estrategia busca en las víctimas la aceptación y el perdón hacia aquellas personas que les hicieron daño para que puedan vivir en paz y tener una mejor calidad de vida. Las intervenciones a realizar se desarrollarán por fases. La primera fase a desarrollar pretende enfocar al grupo de víctimas en transformar su imagen de víctimas a sobrevivientes. Posteriormente se busca la recuperación y el manejo de emociones negativas. En estos casos una buena idea es la de exponerse a las imágenes del suceso traumático bajo el control del terapeuta (es decir, pensar y hablar sobre el suceso). La aplicación de esta herramienta busca ayudar a digerir emocionalmente el empacho emocional que una persona ha sufrido. El hecho de recordar y verbalizar lo ocurrido de forma prolongada y sistemática en un ambiente de apoyo facilita la asimilación y superación del hecho traumático.

En cierto modo, se trata de poner nombre a lo que la víctima ha vivido, de modificar los pensamientos distorsionados y de guardar los recuerdos en el archivador correspondiente para que la persona pueda ejercer un cierto control sobre ellos. Es en este proceso de transformación de las vivencias en recuerdos y en la reintegración de éstos, según Ehlers et al. (2003) pretende

que la víctima experimente un alivio de los síntomas y una recuperación de la capacidad de control.

Estrategia 3. Como tercera estrategia realizar actividades con la comunidad afectada donde el profesional brinde herramientas a las víctimas de conflicto armado para lograr que la comunidad en general se integre y pueda realizar diferentes proyectos de microempresas. La idea es que tengan sustento diario y así tengan una vida más digna. Lo anterior se llevará a cabo a través del desarrollo de su capacidad de resiliencia y brindando a las víctimas herramientas que les permitan crear empresa y subsistir. La importancia de este tratamiento grupal radica en el hecho de que para estas personas es más fácil sobrellevar su difícil situación de forma grupal. En el enfoque grupal se pueden realizar los siguientes pasos según Echeburúa, E. y Corral, P. (2007)

a. superar la resistencia de las víctimas al hablar del suceso traumático o la tendencia a hacerlo con una desconexión emocional entre lo ocurrido y lo sentido; b) explicar y comentar las consecuencias psicológicas de un hecho traumático, así como señalar la normalidad de las reacciones experimentadas ante un hecho anormal; c) romper el aislamiento a nivel familiar y social, que es consecuencia, a su vez, de la incapacidad para hablar emocionalmente del acontecimiento traumático; d) aprender estrategias de afrontamiento a partir de la experiencia de personas que sufren el mismo tipo de dificultades; e) adquirir una motivación para el cambio y un aumento de confianza en los propios recursos a través de los logros de los demás; y f) ayudar a los demás miembros del grupo, lo cual contribuye a la recuperación de la autoestima. Por otra parte, la pertenencia al grupo puede contribuir a reducir el victimismo o la rabia por el sentimiento de abandono que aparece con frecuencia en este tipo de víctimas. P.10.

En este sentido, aunque no es un camino fácil, es labor del profesional lograr que el hecho traumático generado se convierta en una herramienta para salir adelante. Algo que lo lleve a superar sus propios miedos y hacer en comunidad una nueva vida. Una vida donde los hechos vividos sean algo que hace parte de sí mismo pero que no son culpa de él, solo es algo con lo que tendrá que convivir y salir adelante por todos aquellos que quedan y sobre todo por los que ya no están.

Informe analítico y reflexivo de la experiencia de foto voz paso 3

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

Colombia en sus contextos sociales se ha visto señalada por la guerra y los daños psicológicos que ésta ha dejado a las víctimas del conflicto armado. Cabe anotar que aunque en la mayoría del país se ha vivido la guerra, hubo pueblos que sufrieron más directamente esta problemática. Los contextos elegidos para el desarrollo de este trabajo, afortunadamente no están tan marcados por la guerra, aunque existen otros problemas psicosociales que afectan la vida de los habitantes de las comunidades, barrios, ciudades o pueblos objetos de análisis. Algunas problemáticas evidenciadas son la venta de sustancias psicoactivas que afectan la salud de las personas que las consumen. Estas interrumpen la tranquilidad de los contextos e influyen en el aumento de la inseguridad de la población.

Por otro lado, están el alcohol y el hurto evidentes en el ejercicio de la foto voz. Estas han dañado la vida de muchas personas quienes incluso han muerto. Especialmente a causa del forcejeo por no dejarse robar. Para el caso del alcohol cuando hay riñas, parejas que llegan embriagadas a sus casas o cuando se presentan accidentes de tránsito a causa de esta problemática, sin duda alguna está presente la muerte como destino fatal.

Al realizar esta actividad a parte de reconocer una problemática de cada uno de los contextos, fue posible recordar el pasado, analizar situaciones cotidianas, identificar factores importantes y expresar sentimientos mediante la exploración y estudio del contexto en el que a diario vivimos. Otro aspecto relevante de la actividad fue el reconocimiento de las diferentes culturas, radiciones, creencias, ideas o posiciones. Lo que determinan el prototipo de vida que lleva cada comunidad con sus necesidades.

b. La imagen como acción política para extraer nuevos significados sociales.

Frecuentemente cuando observamos una imagen podemos extraer mucha información de la misma. Esta herramienta nos permite observar sentimientos, situaciones, representaciones o acciones que causan impacto en la personas. Por medio del ejercicio de la imagen y la narrativa fue posible conocer e identificar el contexto en el cual vive el estudiante tal como se mencionaba en el anterior apartado.

Así, Gallardo, Gómez, Muñoz & otros (2006), señalan al respecto que “las representaciones sociales son una construcción sociocultural cuyos contenidos son influidos por procesos emergentes en la sociedad, influyendo a su vez la realidad, y se refieren a imágenes y modelos que explican algún fenómeno relevante para un grupo social determinado”. P. 26. De lo anterior es posible, deducir a partir de la anterior definición que la realidad y la expresión de la imagen, es un factor importante en el proceso de intervención psicosocial, dado que permite el reconocimiento del contexto en el que se desarrolla el problema o situación y sirve como evidencia de los conflictos internos, a partir de los cuales se determinarían las acciones que permitan un proceso asertivo de restauración integral a los individuos. Permitiendo que el profesional observe la realidad del contexto de la persona y el contexto, identifique fenómenos sociales y factores que a simple vista parecen inofensivos, pero que en el momento de analizarlo u observarlos nos puede dar una gran información.

Al realizar el ejercicio se pudo observar que en nuestra sociedad existen ciertas cosas, detalles y acciones que en nuestra cotidianidad no vemos pero que al analizarlas nos hacen ver una realidad oculta. La cual se puede expresar mediante una imagen que surge de una narrativa, que a su vez permite expresar el significado de la misma analizando los detalles simples y complejos mediante la interpretación y descripción de las concepciones y representaciones.

c. Subjetividad y memoria.

Al querer expresar lo que se ve, piensa y siente mediante una imagen se torna un poco difícil pues se corre el riesgo de que si la fotografía no es muy específica la persona que la observe la puede interpretar desde otra perspectiva completamente diferente a la planteada por el autor. De ahí surge el gran reto de esta actividad, la cual busca que el estudiante sea muy observador de los detalles de su contexto, para que pueda mostrar una imagen clara y que exprese su realidad social con un solo significado.

La memoria permite retener recuerdos, vivencias, imágenes, sucesos de la vida personal y colectiva. Estos factores se pueden convertir para la persona o la sociedad en un factor de riesgo y/o protector. Lo anterior se sustenta en el hecho de que si solo se guardan los recuerdos negativos se tiende a repetirlos, y a obstaculizar el desarrollo. Por el contrario si se guardan

recuerdos positivos logramos expresar lo mejor de la sociedad o de las personas. En la actividad se observa que todas las imágenes tomadas cuentan una historia, expresan un sentimiento y poseen un importante significado para quienes las han vivido. El gran reto es lograr que las personas ajenas interpreten el mismo valor o sentido para que no se pierda la esencia de la misma.

Se puede observar que en cada comunidad existen factores que ponen en riesgo la seguridad de las comunidades. De ahí la importancia de que esta sociedad logre identificar sus cosas positivas, fortaleciéndolas y que tenga la capacidad de observar las cosas negativas y empiece a combatir las. Una forma de hacerlo es resurgiendo y apoyándose en su historia, cultura, tradiciones, creencias y entes gubernamentales que tiene la obligación de ayudar a sus comunidades a mejorar su calidad de vida.

d. Alteridades micro políticas y recursos de afrontamiento.

Mediante las imágenes tomadas por cada estudiante se logran expresar vivencias, creencias, culturas, tradiciones y problemáticas que se ven en la comunidad. A través la narrativa se logra que el estudiante de un significado de la imagen, corto, claro específico y llamativo, sobre el diario vivir de su comunidad y sus conflictos internos.

¿Qué posibles recursos de afrontamiento subjetivo y colectivo podemos reconocer en torno a diversas manifestaciones de violencia?

Se pueden observar recursos de afrontamientos subjetivos y colectivos a las familias y a las comunidades que identifican su problemática y la quieren abordar. De igual manera se observa el deporte como estrategia de cambio, a la naturaleza como medio de paz, progreso, esperanza y reintegración. De ahí la importancia del afrontamiento. Este concepto se refiere según Stone y cols. (1988) la serie de «pensamientos y acciones que capacitan a las personas para manejar situaciones difíciles» p. 183a. tomando este planteamiento se pudo observar que en estas comunidades sobre las cuales se realizó la actividad también pudieron expresar una gran riqueza cultural y social. Aspectos que al fortalecerlos e integrar los llevaran a minimizar las problemáticas y formar comunidades fuertes y luchadoras que prevengan y solucionen asertivamente sus conflictos. Para esto existe la narración y aceptación, herramientas que

conllevan a comunidades participativas, con voz propia, y para un bienestar común, trabajando con los sujetos que entorpecen el bienestar de la comunidad. Para esto se hace uso de sus habilidades sociales con el fin de aprovechar los recursos con los que ellos mismos cuentan y que de esta forma ellos sean integrados y se mejore a la sociedad.

- ¿Qué manifestaciones resilientes de los contextos podemos ver a través de las imágenes y narrativas presentadas?

Las manifestaciones de resiliencia que se observan en la foto- narrativa son comunidades fuertes y con gusto al deporte y al campo. Estos son factores protectores que permiten en las comunidades el progreso, la integración, la unión y el desarrollo de las mismas. Observamos que a pesar de las necesidades por las que las comunidades de las distintas regiones del país atraviesan podemos rescatar que entre ellos mismos existen ciertos tipos de manifestaciones que generan transformación o trascender espiritual.

Para muchos la cultura es una forma de exponer sus talentos. Por ejemplo, mediante la música protesten ante el gobierno y ante la sociedad por las actuaciones que acaban con la vida de inocentes. Con la participación e intervención en proyectos se hace respetar y hacer valer sus posiciones. Haciendo uso de su potencial se puede obtener nuevas forma de vida que nacen a partir de las dificultades, nuevos liderazgos, mayor empoderamiento por su cultura y por sus tierras. Respecto a las mujeres que son víctimas de violencia física vemos como al final logran denunciar y volver a creen en la vida y en la libertad de opinión y eso hace parte del bienestar emocional al cual debemos enfocarnos al ver entre las imágenes alternativas o esperanzas de sobrevivir y mejorar esas situaciones traumáticas.

e. Qué reflexión psicosocial y política nos deja la experiencia

Hacernos entender que a pesar de vivir en diferentes comunidades es un gran reto y cobra relevancia cuando al analizarlas encontramos que podemos tener las mismas problemáticas. En este caso es importante empezar a abordarlas utilizando los recursos positivos y negativos con los que cuentan las comunidades. De igual forma es posible hacer uso de las políticas y proyectos del gobierno que encaminados al mejoramiento de la sociedad. Es importante resaltar que mediante

la imagen y la narrativa, podemos darle voz propia a las comunidades siendo estas mismas las que busquen un cambio identificando sus propias problemáticas.

Es importante que las comunidades y personas aprendamos a ser más tolerantes en el momento de encontrar una comunidad que ha vivido diferentes escenarios de violencia ya que pueden tener recuerdos y el dolor aun latente. El gran objetivo es que nuestro país aprenda a convivir en paz e integración, perdonando a los victimarios y brindándoles la posibilidad de una mejor vida y a las victimas brindarles un espacio para escucharlas y que expresen todo su dolor para que puedan perdonar y salir adelante con sus vidas y comunidad.

Desde nuestro rol de psicólogos y basados en el trabajo de campo realizado, debemos comprender la experiencia de la gente, la ayuda humanitaria y los procesos de acompañamiento que se les debe brindar, debemos empezar comprendiendo cómo las personas viven, sienten, interpretan y reaccionan a estos acontecimientos de violencia. La metodología utilizada en este trabajo fue desde la investigación cualitativa, ya que el interés no se orientó hacia la objetividad de la información recogida, sino a entender el proceso desde adentro y la realidad observada.

El trabajo aborda la foto voz participativa donde el tema principal fue el entorno y la realidad observada, se pudo estudiar de manera crítica, tomar las fotos necesarias, reflexionar, comunicar y narrar la imagen desde nuestro punto de vista. De acuerdo al ejercicio narrativo también se pudo comprender los significados que estas personas guardan por sus costumbres, los relatos y las historias permiten comprender un análisis de la experiencia personal que vivieron donde así mismo exploran las cualidades del pensamiento y el poder de los relatos para redefinir la identidad de cada uno de ellos.

Agradecemos una vez el significado y el aprendizaje que nos dejó esta experiencia, la cual nos aporta mucho para nuestra vida profesional y personal. En esta faceta entendemos una vez más que el papel del psicólogo social se da en gran medida en la comunidad, facilitando todos los procesos de intervención necesaria logrando mantener esa calidad de atención con las víctimas.

LINK BLOG: <https://ldiazri.wixsite.com/minsida-2>

Conclusiones

La foto vos es una herramienta de diagnóstico y acompañamiento psicosocial que se compone por un conjunto de objetos susceptibles de ser metaforizados. Esta herramienta nos permite ir más allá. Por su parte, al tratar que la imagen capturada nos refleje más cosas aparentemente no tangibles es posible relacionar y representar una situación de violencia en particular en cada contexto en el que vive el estudiante, del cual se reflexionó.

La experiencia vivida por medio de la imagen y la narrativa como instrumentos de acción psicosocial deja en cada uno de nosotros recuerdos quizá dolorosos pero también felices. Por su parte, El acompañamiento psicosocial que el profesional logra en cada una de las comunidad con el fin de generar un cambio positivo en donde se evidencia la esperanza, la tranquilidad y la seguridad para una mejor calidad de vida personal familia y social es en este aspecto un factor fundamental para lograr un cambio social e individual.

Los estudiantes de psicología en formación podemos crear e intervenir con diferentes estrategias donde por medio de ellas se logre mitigar el daño de la violencia ocasionado a familias enteras y a la sociedad en general. El hecho de perder un ser querido, ser víctima del desplazamiento forzoso y el tener que adaptarse a lugares donde son discriminados deja en cada persona un sentimiento de dolor, angustia y desolación. Sentimientos que si no son intervenidos a tiempo puede llegar a presentar trastornos de ansiedad, depresión, trastornos emocionales y psicológicos donde se afecta la calidad de vida personal, familiar y social.

Referencias Bibliográficas.

- Coral, P y Echeburúa, E. (2007). Intervención en crisis en víctimas de sucesos traumáticos: ¿Cuándo, cómo y para qué?. En *Psicología Conductual*, Vol. 15, N° 3, 2007, pp. 373-387. Recuperado de <http://www.ehu.eus/echeburua/pdfs/Intervenci%C3%B3n%20en%20crisis.pdf>
- Echeburúa, E. (2007). Intervención en crisis en víctimas de sucesos traumáticos: ¿Cuándo, cómo y para qué?. En *Psicología Conductual*, Vol. 15, N° 3, 2007, pp. 373-387. Recuperado de <http://www.ehu.eus/echeburua/pdfs/Intervenci%C3%B3n%20en%20crisis.pdf>
- Franco, A. (2016). Las fronteras simbólicas entre expertos y víctimas. *Revista de arqueología y antropología Antípoda*. Universidad de los Andes. Número 24 pp. 35 - 53. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=81443627003>
- Gantiva, C. (2010). Intervención en crisis: una estrategia clínica necesaria y relevante en Colombia. En *Psychologia: avances de la disciplina*. Vol. 4. N.º 2.: 143-145. Recuperado de <http://www.scielo.org.co/pdf/psych/v4n2/v4n2a12.pdf>
- Gallardo, G., Gómez, E., Muñoz, M. & otros (2006). Paternidad: Representaciones Sociales en Jóvenes Varones Heterosexuales Universitarios sin Hijos. *Psykhé*, vol.15, No.2, pp.105-116. http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-22282006000200010&lng=es&nrm=iso ISSN 0718-2228.
- Herrera, J (2017) Memoria, subjetividad y violencia. Recuperado de <http://hdl.handle.net/10596/13072>
- Jimeno, M. (2007). Lenguaje, subjetividad y experiencias de violencia. *Revista de arqueología y antropología Antípoda*. Universidad de los Andes. Número 5 pp. 169 - 190. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=81400509>
- Martínez, E. [MINSALUD]. (2015, 25 de mayo). La pregunta como herramienta. [Archivo de video]. Recuperado de: <https://www.youtube.com/watch?v=pT64PL4nAzs>
- Nensthiel, M. [MINSALUD]. (2015, 25 de mayo). Enfoque narrativo Colombia. [Archivo de video]. Recuperado de: <https://www.youtube.com/watch?v=5mithHZavXug>

Pollak, M. (1989). Memoria, olvido y silencio. En Revista Estudios Históricos. Río de Janeiro, Vol. 2, N° 3. pp. 3-15. Recuperado de

Penagos, M; Martínez, P; Arévalo, L. (2009). Acompañamiento psicosocial en contextos de violencia sociopolítica. Corporación vínculos Bogotá Colombia. Recuperado de <http://corporacionvinculos.org/files/psicosocial%20final.pdf>

Rodríguez, J.; De la Torre, A.; Miranda, C. (2002). La salud mental en situaciones de conflicto armado. En Biomédicas Vol. 22 pp. 337-346. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/843/84309603.pdf>

Relatos tomados del libro Voces: historias de violencia y esperanza en Colombia. Universidad Nacional Abierta y a Distancia. Vicerrectoría Académica y de Investigación. Recuperado el día 30 de Diciembre de 2017.

Rodríguez, J. Torre, A. Y Miranda, T. (2002). La salud mental en situaciones de conflicto armado. Organización Panamericana de la Salud, Guatemala. Recuperado de: <https://www.revistabiomedica.org/index.php/biomedica/article/viewFile/1183/1298>

- White, M. (2016). El Trabajo con Personas que Sufren las Consecuencias de Trauma Múltiple: Una Perspectiva Narrativa. En: Recursos psicosociales para el post conflicto, pp. 27 -75. Taos Institute. Chagrin Falls, Ohio USA. Recuperado de http://www.taosinstitute.net/Websites/taos/images/PublicationsWorldShare/Recursos_psicologico-sociales_para_el_post-conflicto_2016_f.pdf

http://www.comisionporlamemoria.org/archivos/jovenesymemoria/bibliografia_web/memorias/Pollak.pdf