

La imagen y la narrativa como herramientas para el abordaje psicosocial en
escenarios de violencia

Departamento Cundimarca, Ciudad Bogotá

Presentado por:

Dayanne Andrea Jiménez Piñeros. Cód.1.016.018.716

Mariluz Sánchez Sánchez. Cód.: 52.218.269

Marinella Niño López Cód. 52.363.255

Merardo León. Cód.: 79.915.129

Mónica Alexandra Buitrago Morantes Cód. 28.856.016

Grupo: 442006_29

Presentado a:

Martha Isabel Álvarez

Universidad Nacional Abierta y A Distancia - UNAD

Bogotá D.C

2018

Tabla de contenido

Resumen	3
Palabras Clave	3
Abstract and Key words	4
Relatos de violencia y esperanza. Análisis narrativo del caso	5
Formulación de preguntas circulares y estratégicas	9
Estrategias de abordaje psicosocial	12
Informe analítico y reflexivo de la experiencia foto voz	16
Link Del Blog	19
Conclusiones.....	20
Referencias	21

Resumen

En el curso denominado “Diplomado De Profundización Acompañamiento Psicosocial En Escenarios De Violencia”, se ha desarrollado una serie de actividades que pretenden acercar al estudiante a las realidades de las víctimas del conflicto armado, mediante el enfoque narrativo donde se utiliza como herramienta de análisis de intervención básica el caso de una persona víctima de la violencia. A partir de allí se realiza un estudio más crítico basado en teorías que permite ahondar un poco más en las posibles acciones psicosociales a implementar, establecidas mediante una serie de respuestas argumentadas sobre el relato estudiado orientado un poco más hacia la realidad de la protagonista. Con el propósito de tener un acercamiento psicosocial, se realiza la construcción preguntas divididas en estratégicas, circulares y reflexivas las cuales se edifican mediante la aplicación de la teoría.

Palabras Clave: Conflicto armado, enfoque narrativo, víctima.

Abstract and Key words

In the course called " Graduate Of Deepening Accompaniment Psychosocial In Scenes Of Violence ", the serious one has developed of activities that they try to bring over to the student to the realities of the victims of the armed conflict, by means of the narrative approach where victim of the violence is in use as tool of analysis of basic intervention the case of a person. From there is realized a more critical study based on theories that it allows to deepen a bit more in the possible actions psychosocially to helping established by means of a series of answers argued on the studied statement orientating a bit more towards the reality of the protagonist. With the intention of having an approximation psychosocial the construction realizes questions divided in strategic, circular and reflexive which are constructed by means of the application of the theory.

Keywords: Armed conflict, narrative approach, victims

Relatos de violencia y esperanza. Análisis narrativo del caso

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

“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”. Fragmento tomado de Guía de Actividades UNAD, libro: VOCES: Relatos de violencia y esperanza en Colombia. (2018, p4).

También, llama la atención la parte donde relata la balacera que se armó porque imagino el miedo y angustia que sintió ella y sus hijas; otro aparte es cuando se tuvo que ir sin sus hijas a dormir en el piso en Cali, ya que se encontraba sola, triste y lejos de su familia lo cual hace más difícil cualquier situación.

Los anteriores fragmentos del relato llaman especialmente la atención dado que, las personas sobrevivientes del conflicto armado son obligadas al desplazamiento y por ende al abandono de sus bienes más preciados tanto materiales como culturales, los cuales representan su verdadera identidad.

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

Se puede evidenciar en el relato de Graciela, factores o impactos psicosociales como lo son el miedo constante, la sensación de persecución o la amenaza a su vida y la de su familia, la dificultad para poderse relacionar con las demás personas, la fragmentación de la

familia, la inestabilidad educativa y social. “estas experiencias vitales traumáticas afectan su salud, identidad, personalidad y sentimientos”. Mollica (Pág. 5).

También se puede notar el daño emocional, cansancio físico y mental dentro de la afectación de las capacidades funcionales las cuales también se pueden reflejar allí.

Cuando la protagonista Graciela, narra “En mi tierra la comida tiene pescado, arroz con coco y yuca. Uno no consigue en Cali lo que yo conseguía en mi tierra: eso era siembre, arranque y coma” Es posible evidenciar la transformación del sistema de valores de la sobreviviente como producto de la propia violencia colectiva. Del mismo modo, Graciela menciona “En ese tiempo la gente discriminaba mucho por el color y me cerraba las puertas cuando decía que era desplazada”. Por lo que aquí cabe mencionar “Las mujeres traumatizadas están especialmente afectadas por la falta de significado que perciben en las discriminaciones sexuales y en los prejuicios”. Mollica (Pág.4).

“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”.

Rodríguez, De la Torre, Miranda, (Pág.338)

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

En el relato podemos notar que Graciela es evidentemente una sobreviviente, ya que como podemos ver en su relato ella, aunque vivió sucesos desafortunados de la violencia logro recuperarse y seguir junto con sus hijas luchando por salir adelante.

Encontramos la voz de un ser humano que refleja fuerza de voluntad para sobrevivir y capacidad de lucha para sacar a su familia adelante pese a las adversidades. También, una hija que quiere que le ayuden a conseguir un cupo para estudiar, porque desea trabajar para apoyar a su madre.

De este modo, “las teorías que defienden la posibilidad de crecimiento o aprendizaje postraumático adoptan la premisa de que la adversidad puede, a veces, perder parte de su severidad a través de, o gracias a, procesos cognitivos de adaptación, consiguiendo no sólo restaurar las visiones adaptativas de uno mismo, los demás y el mundo, que en un principio podían haberse distorsionado, sino también fomentar la convicción de que uno es mejor de lo que era antes del suceso. Así, se ha propuesto que el crecimiento postraumático tiene lugar desde la cognición, más que desde la emoción” Calhoun y Tedeschi, citado por Vera, B.; Carbelo B.; Vecina, M. 2006 (Pag. 47).

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

Se puede denotar como esta situación de violencia experimentada por Graciela, llevo a la deserción escolar de una de sus hijas, a la separación de la familia, a la sensación de dolor constante de soledad y de miedo.

Igualmente se percibe, como en las vicisitudes prima la supervivencia y los fuertes lazos de amor hacia la familia. Dado que, nada detiene a Graciela para ponerse a salvo con la misma y seguir hacia adelante sobrepasando obstáculos.

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

En el relato de Graciela es imposible dejar de imaginar esos momentos de horror y dolor que sufrió ella y su familia, además el hecho de relatar estos sucesos nos lleva a pensar que ella si logro la emancipación discursiva en cuanto que es capaz de relatar momentos de tristeza y desolación como los siguientes “me desplazaron de Nariño en febrero de 1998. Al padre de mis hijas lo asesinaron en esa época”. “Dejamos casa, gallinas, marranos: todo lo dejé por allá perdido. Eso fue muy triste”; “Yo dije: “Ahora sí me mataron, Dios mío”, “Ahora estoy luchando”.

En las siguientes frases expuestas por Graciela, “Conseguía trabajo y con eso sobrevivíamos. Aprendí a hacer las comidas que hacen en Cali. Mi plan de la vivienda es para tener toda la familia en la casa. Además, quiero tener un negocio de abarrotes o un restaurante. Quiero seguir trabajando, luchando en Cali a ver qué pasa”. Fragmento tomado de Guía de Actividades UNAD, libro: VOCES: Relatos de violencia y esperanza en Colombia. (2018, p4). Se evidencia que la sobreviviente del conflicto armado, refleja la capacidad de resiliencia para afrontar de manera asertiva las adversidades planteadas en su vida.

Formulación de preguntas circulares y estratégicas

Tipo de pregunta	Pregunta	Justificación
Pregunta reflexiva	<ol style="list-style-type: none"> <li data-bbox="662 510 997 926">1. ¿Qué actividad económica ha pensado desarrollar para salir adelante con sus hijas, y sobreponerse de la pobreza que le dejó el desplazamiento forzoso? <li data-bbox="662 1104 997 1304">2. ¿Qué destrezas ha desarrollado a través del episodio q ha vivido? 	<p data-bbox="1008 562 1386 1035">Se realiza esta pregunta ya que es importante el factor económico en la familia, y más en este caso para poder entender un poco los planes que a futuro tiene “Graciela” para sobreponerse de alguna manera de la situación que le deja el desplazamiento.</p> <p data-bbox="1008 1140 1386 1392">Invita a la autoobservación, lo que implica, analizar el pasado como posibilidad de cambio, como aprendizaje y proyectarse al futuro</p> <p data-bbox="1008 1434 1386 1570">Igualmente, permite elaborar nuevos significados entorno a lo ocurrido</p>

Pregunta estratégica	1. ¿Qué pasaría si el mes que viene inicia una terapia psicológica	“Bajo esta denominación encontramos no sólo una manera de preguntar que
----------------------	--	---

	<p>para poder hablar un poco más de su situación?</p> <p>2. ¿Qué sucedería si algún día tiene la posibilidad de regresar al entorno de donde fue desplazada?</p>	<p>tiende a influenciar al consultante de una manera específica” Sapène (Pag.17)</p> <p>Con esta pregunta se pretende persuadir a la paciente para que realice lo necesario para acudir a una terapia psicológica donde le pueden dar apoyo psicoterapéutico y así logre sobrellevar en gran medida los traumas que le dejó la violencia.</p> <p>Esta pregunta nace ya q dentro de ella posiblemente puede estar su respuesta, pone a la persona a analizar su contexto dado que se induce a una posible respuesta.</p>
--	--	---

Pregunta circular	1. ¿Qué actitud toma usted o sus hijas hacia las demás personas cuando los malos recuerdos invaden su mente?	<p>“Lo que se dice también tiene influencia en el sentido de la relación interpersonal” Sapène (Pag.3), teniendo en cuenta esta definición es importante acercarse a la persona con una pregunta que busque establecer que relaciones construye a través</p>
	2. ¿Qué persona de su familia alberga sentimientos de culpa o resentimiento manifestado en posibles deseos de venganza?	<p>de sus recuerdos.</p> <p>Invita a la autoobservación, lo que implica, analizar el pasado como posibilidad de cambio, como aprendizaje y proyectarse al futuro</p> <p>Igualmente, permite elaborar nuevos significados entorno a lo ocurrido</p>

Estrategias de abordaje psicosocial

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

Algunos de los emergentes psicosociales son el miedo, la desolación, la tristeza, la ansiedad, el sentimiento de persecución, el sentimiento colectivo de ira y dolor, el desequilibrio emocional y la disminución en las funciones biológicas en algunos casos. También se encuentran casos psiquiátricos post experiencia traumática, así como trastornos psicológicos, “Las costumbres culturales y las creencias son destruidas” Mollica 1999, (Pág. 4). Dado a esta experiencia dolorosa el pensamiento y la cultura de la comunidad tiende a cambiar y su pensamiento y comportamiento anterior es destruido y modificado según la nueva situación.

Igualmente, cabe mencionar, la sensación de desarraigo por el desplazamiento y abandono al que son sometidos. Sentimientos de impotencia y discriminación al ser acusados de colaboradores de un grupo armado contrario y por su condición de desplazamiento. Dolor al recordar a los habitantes de la comunidad que se quedaron en el municipio y a sus seres queridos que fueron torturados y posteriormente asesinados. y en las relaciones sociales” (Pag.373)

También, gran preocupación e intranquilidad al no poder descifrar lo que les sobrevendrá respecto a sus vidas, luego del desafortunado acontecimiento. Y finalmente, percepción de abandono por parte de las entidades locales y nacionales.

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

Principalmente la discriminación, la pobreza, la soledad y la desconfianza por la demás población quien ve en estos habitantes una amenaza latente en cuanto a que llegan bajo una estigmatización de cómplices en la guerra.

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

“Coalición comunitaria como aquel conjunto de personas, agrupaciones sociales, administraciones, recursos técnicos, etc. que, desde una perspectiva cooperativa, diseñan e implementan diferentes acciones encaminadas a la resolución de problemas comunitarios, o al logro de determinados cambios sociales”. Martínez (Pag.253) Según lo anterior las acciones de apoyo a la comunidad serán:

1. mediante la unión de la comunidad victima crear acciones estratégicas que constituyan una red de apoyo psicosocial, donde la población afectada cuente continuamente con personal psicológico calificado para el apoyo post-traumático que han sufrido, así mismo como el acompañamiento del estado donde repare las víctimas y les brinde herramientas que les permitan resurgir económica y socialmente y que busque mejorar la calidad de vida de aquellas personas, “Para que la comunidad, o algunos sectores de la misma, recuperen el control de sus vidas y su futuro en temas importantes como el desarrollo económico, social etc.” Martínez (Pag 254).

2. Brindar atención Psicosocial de manera inmediata a las personas sobrevivientes mediante técnicas y herramientas asertivas para el restablecimiento emocional, ubicando redes de apoyo para trabajar interdisciplinariamente y poder brindar una atención integral a las personas víctimas del conflicto armado de la comunidad de Pandurí.

d. Establecer tres estrategias psicosociales con los pobladores de Pandurí, que faciliten la potenciación de recursos de afrontamiento a la situación expresada. Para el proceso de argumentación a estos ítems es importante que el grupo se apoye en la lectura de los contenidos de la unidad 4, 5 y 9. De esta manera sus respuestas deberán reflejar una apropiación conceptual importante respecto al acompañamiento psicosocial en contextos de violencia.

De igual manera, en cuanto a establecer tres estrategias psicosociales con los pobladores de Pandurí, que faciliten la potenciación de recursos de afrontamiento a la situación expresada, se plantea:

Trabajar sobre “El crecimiento postraumático o aprendizaje a través del proceso de lucha” El cual hace referencia “al cambio positivo que un individuo experimenta como resultado del proceso de lucha que emprende a partir de la vivencia de un suceso traumático”. Calhoun y Tedeschi, citado en Vera, B.; Carbelo B.; Vecina, M. 2006 (Pag. 45).

De tal modo, se espera que las personas de la población analizada consigan tolerar el acaecimiento vivido, valiéndose de actuaciones positivas. Por lo cual Calhoun y Tedeschi, citado por Vera, B.; Carbelo B.; Vecina, M. 2006, (Pag. 45). “dividen en tres categorías el

crecimiento postraumático que pueden experimentar las personas” los cuales comprenden, cambios propios de la persona, variaciones en los vínculos interpersonales y transformaciones del aspecto espiritualidad y respectiva filosofía de vida.

También, resulta pertinente como estrategia Psicosocial trabajar sobre la resiliencia, dado que, nos permite abordar y rescatar las diversas capacidades que poseen las personas sobrevivientes de la problemática del conflicto armado para que logren resurgir estimulando emociones positivas.

Del mismo modo, resulta pertinente cultivar el empoderamiento en los pobladores de Pandurí para robustecer destrezas individuales y colectivas con el objetivo de que se reinventen y bosquejen su futuro pese a sus desafortunadas experiencias de vida.

Informe analítico y reflexivo de la experiencia foto voz

Cabe mencionar, la relevancia de realizar el ejercicio de foto voz dentro de los contextos habituales ya que esto nos permite tener una mirada más profunda de las diferentes relaciones que allí se llevan y esto por ende se constituye como un instrumento analizar e intervenir. Es imperativo mencionar como la subjetividad juega un papel determinante en estas acciones ya que al estar empapados de cada situación el actuar del psicólogo en formación toma otra dimensión. La estrategia foto voz es una de las herramientas que hoy por hoy se utiliza ya que según “Cantera (2010) que utiliza la fotografía como medio de identificación y visibilizarían de los problemas sociales. Descansa en los supuestos de la investigación e intervención en Psicología Social Comunitaria”. Rodríguez (Pág. 932)

Igualmente, las experiencias que se lograron establecer, sentir, analizar y observar, son un reflejo apropiado frente al espacio donde se realizaron la actividades dándonos a conocer la importancia que tiene el contexto y el territorio, donde se vive una experiencia, allí se evidencia diferentes factores que influyen positiva o negativamente a una comunidad de igual forma influye individualmente, es muy importante esta actividad ya que por medio de la narrativa de foto voz descubrimos el sentir de cada persona, de igual forma se evidencia el flagelo de la violencia en diferentes escenarios y de diferentes formas, las cuales no dejan de ser violencia. Logramos también entender que los valores subjetivos generan en nosotros valores esenciales para sentir amor propio y actitud de pertenencia por

lo que tenemos, por lo que soñamos, por nuestras metas y sueños, por nuestra identidad como persona, como ser humano.

También, las experiencias de foto voz muestran una mirada de un conjunto de nosotros cara a los intereses y contexto próxima, tuvimos la posibilidad de captar fotos en contextos locales lo que permitió revelar varias situaciones y estudiar diferentes formas de distinguir los contextos conjuntamente de transmitir emociones individuales, todos vimos realidades a partir nuestra intimidad y personalidad. Cada retrato revela percepciones distintas basadas en la conocimiento propio y característica ya que, si bien los registros fotográficos forman parte de la urbe de Bogotá, todos reflejan situaciones diferentes, en cada fotografía se captura distintos elementos y situaciones.

De tal modo, la importancia radica en como la fotografía participativa nos permite dar una mirada a los aspectos sociales que dentro de nuestros escenarios nos emergen después de esta intervención y como nos apoyaron para penetrar un poco más en los tipos de violencia que allí se manejan.

Por ende, los aspectos más significantes que se lograron identificar en la fotografía, es el reconocimiento como uno de los procesos de transformación social que requiere la comunidad., partiendo que en la fotografía se puede percibir diversas realidades, en ella la necesidad absoluta de conocer su historia y su proceso en el transcurso del tiempo, para así comprender cuales son las necesidades específicas que requieren mayor atención.

De igual manera, es importante esta experiencia en cuanto a que nos permite mediante las imágenes narrar diferentes hechos que consideramos como algún tipo de violencia, dentro de las variables subjetivas está el hecho que la intervención se realizó en un contexto familiar que en particular permitió tener una mirada psicosocial en el ámbito comunitario.

También, la memoria y la subjetividad se relacionan y van muy ligadas ya que cuando existe algo subjetivo se concibe como una imagen y este a su vez, pasa a ser un recuerdo y esto nos exige un análisis muy minucioso de las experiencias que se viven y la información que tengamos para llegar a una conclusión. De esta manera, es importante aclarar que la memoria está dada por subjetividad y cada uno recuerda los hechos y habla bajo su punto de vista.

Así que, desde la subjetividad, hay dos puntos para observar donde se hace primero la revisión del contexto y segundo las posibles situaciones vividas que allí existan. Se manifiestan diversas formas en las que un individuo o una comunidad pueden reaccionar a una experiencia traumática, un ejemplo es la resiliencia, que consiste en resistir el suceso y rehacerse a partir de él. Es esto precisamente es lo que se evidencia en las fotografías, el poder, la capacidad que tienen las personas para superar cualquier trauma o dolor.

Dado que, las acciones resilientes son una manifestación de cada una de las personas que fueron fotografiadas, en cuanto que cada una de ellas afronta su situación de violencia, pero aun con esto sigue adelante y esto se puede lograr mediante el afrontamiento que hacen a cada situación evidente.

Una de las reflexiones principales es como la imagen constituye una herramienta importante dentro de las funciones del psicólogo de evidenciar sus investigaciones, y como esta a su vez lleva a un punto alto la narrativa quien al acompañar la imagen constituyen un contexto de diferentes acciones psicosociales que se pueden llevar a cabo al determinar las problemáticas que se pueden evidenciar. Así mismo, analizando se puede decir que existe un empoderamiento dentro de un contexto ya que somos capaces de transformarlo, pues gracias al trabajo psicosocial podemos abrir paso en una comunidad, la cual necesita de nuestra intervención, brindando garantías de cambio real.

En cuanto a la reflexión política: todo lo que se ha recolectado nos muestran problemas en diferentes contextos y de diferentes formas de violencia se evidencia la carencia de gobernantes idóneos, no existe un buen manejo de recursos, se muestra el abandono por parte del estado, se muestra también la ambición del poder solo por el dinero, no existe respaldo en las políticas públicas y tampoco un adecuado seguimiento.

Finalmente, las simbologías y los significados que cada individuo y/o colectividad tiene sobre sus espacios permite tener una visión no solo de las actividades que los caracterizan, sino que también permite tener un panorama en el cual se visualiza tanto las potencialidades de la comunidad como las falencias que la han llevado a generar escenarios de conflicto y violencia, que generalmente se centran en diferencias socio-culturales, de conducta y/o ideológicas. Siguiendo esto es posible que a partir del ejercicio realizado se generen perspectivas en las cuales el Psicólogo propone posibles herramientas que le permitan a las comunidades empoderarse de procesos de resiliencia y estrategias de afrontamiento eficaces a partir del análisis de la problemática, los focos de violencia, la

capacidad que tiene la comunidad de generar espacios de participación y la autorreflexión y pensamiento crítico como metodología para promover escenarios de diálogo y negociación.

Link Del Blog

❖ <https://ejerciciofotovoz.blogspot.com.co/>

Conclusiones

Se reconoce que las situaciones o problemáticas relacionadas con hechos de violencia, pueden perjudicar de manera individual pero asimismo repercutir en un colectivo y de este modo, verse estropeada la dinámica social.

Los ejercicios reflejan una mirada desde la subjetividad en cuanto a la experiencia vivida en la toma y observación de las fotografías, el adentrarse en cada una de las imágenes, actores y entornos. Permitiendo darle vida y voz al contexto social observado, así como a los posibles efectos de violencia que se pueden presentar en el marco de la dinámica interrelacional del sujeto.

El desarrollo de nuestro ejercicio práctico en escenarios reales, posibilitó la construcción de aprendizaje significativo mediante el uso de la imagen como herramienta Psicosocial que facilita la comprensión para el abordaje de contextos cotidianos con implícitas expresiones de violencia.

Referencias

- 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.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, España. Recuperado de

<http://www.redalyc.org/pdf/1798/179818049001.pdf>
- Mollica, F. (1999). Efectos psicosociales y sobre la salud mental de las situaciones de violencia colectiva. *Actuaciones Psicosociales en Guerra y Violencia Política*. Madrid

Recuperado de <http://www.psicosocial.net/grupo-accioncomunitaria/centro-de-documentacion-gac/psiquiatria-psicologia-clinica-y-terapia/trauma-duelo-y-culpa/108-efectos-psicosociales-de-la-violencia-colectiva/file>
- 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>
- Sapène, J. (s.f.). Preguntas Reflexivas y Estratégicas como Intervención en Terapia Sistémica Individual. Recuperado de:

<https://es.scribd.com/doc/59812187/Preguntas-Reflexivas-y-Estrategicas-como-Intervencion-en-Terapia-Sistemica-Individual>

Vera, B.; Carbelo B.; Vecina, M. (2006). La experiencia traumática desde la Psicología Positiva: Resiliencia y Crecimiento Postraumático. En papeles del psicólogo Vol. 27 (1) pp. 40-49. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/778/77827106.pdf>