

La imagen y la narrativa como herramientas para el abordaje psicosocial en escenarios de violencia. Departamento de Norte de Santander y Meta

Presentado por:

Yamaira Yelipse Becerra

Erica Cristal Rozo Florez

Ana Cristina Barbosa

Deicy Marcela Villamizar

Sandra Milena Torrado

Presentado a:

Ludibia Bermeo Claros

Universidad Nacional Abierta y a Distancia

Escuela De Ciencias Sociales, Artes y Humanidades

Psicología

Pamplona, Santander

Abril de 2021

Tabla de contenido

Resumen	3
Abstract y Key words.	5
Análisis de Relatos de violencia y esperanza.....	7
Tabla 1: Formulación de preguntas circulares, reflexivas y estratégicas	10
Análisis y presentación de estrategias de abordaje psicosocial para el Caso de Peña Coloradas ..	12
Informe analítico y reflexivo de la experiencia de foto voz.....	22
Conclusiones.	28
Link página Wix.....	29
Referencias Bibliográficas	30

Resumen

Este trabajo nos permitió evaluar eventos psicosociales traumáticos, desde el enfoque narrativo, por medio de análisis de relatos en el cual se pudo visualizar la realidad de las personas sobrevivientes de violencia, y así mismo desde el rol del psicólogo proponer estrategias y recursos de afrontamiento psicosociales que mitiguen el sufrimiento y el dolor causado por la violencia, de igual forma la técnica de foto voz como herramienta para la edificación de memoria donde se busca que los sobrevivientes superen sus momentos traumáticos, por medio de la narrativa, que permite abarcar las diferencias violencias teniendo una perspectiva más amplia basado en el contexto de los departamento de Norte de Santander y Meta.

Se evidencia como estas violencias afectan de forma directa o indirecta la salud mental y física de las personas, por medio de la contextualización de los análisis, se puede comprender y crear estrategias de acción psicosocial desde el rol del psicólogo, donde permita mitigar la situación, tomando como base la técnica de las preguntas estratégicas, circulares y reflexivas en la cual permite orientar un acercamiento psicosocial ético y proactivo con los sobreviviente, donde le permita autoanalizarse y reconocer sus fortalezas, debilidades, sus alcances y como ha logrado reinventarse.

En el caso a analizar de Peña Colorado se implementaron tres estrategias de acción psicosocial las cuales se consideran fundamentales a la hora de realizar intervención inmediata a los sobrevivientes de violencia, como los son los primeros auxilios psicológicos los cuales buscan brindar alivio emocional y prevenir futuras afectaciones psicológicas o posibles psicopatologías que se puedan presentar en las víctimas, la segunda estrategia seria la técnica del debriefing ya

que podemos construir un relato que permita la escucha activa por medio de hechos compartidos, el cual permite el desahogo emocional.

La tercera estrategia talleres del manejo de emociones en tiempo de crisis, este taller va dirigido al grupo social afectado, en el cual se busca orientar e informar a la comunidad sobre tips que le facilitara un mejor manejo de las mismas y que se puedan colocar en práctica en su vida cotidiana como herramienta afrontamiento para la superación personal.

Palabras Claves: Psicosocial, Sobrevivientes, Resilientes, Violencia.

Abstract y Key words.

This work allowed us to evaluate traumatic psychosocial events, from the narrative approach, through the analysis of stories in which the reality of the survivors of violence could be visualized, and also from the role of the psychologist to propose psychosocial coping strategies and resources that mitigate the suffering and pain caused by the violence, in the same way the photo-voice technique as a tool for the construction of memory where it is sought that the survivors overcome their traumatic moments, through the narrative, which allows to cover the differences of violence having a broader perspective based on the context of the departments of Norte de Santander and Meta.

It is evident how these violence directly or indirectly affect the mental and physical health of people, through the contextualization of the analyzes, it is possible to understand and create psychosocial action strategies from the role of the psychologist, where it allows to mitigate the situation, based on the technique of strategic, circular and reflective questions in which it allows to guide an ethical and proactive psychosocial approach with the survivors, where it allows them to self-analyze and recognize their strengths, weaknesses, their scope and how they have managed to reinvent themselves.

In the case to be analyzed of Peña Colorado, three psychosocial action strategies were implemented, which are considered essential when it comes to making immediate intervention to survivors of violence, such as psychological first aid which seeks to provide emotional relief and prevent future effects. psychological or possible psychopathologies that may occur in the victims, the second strategy would be the debriefing technique since we can build a story that allows active listening through shared events, which allows emotional relief.

The third strategy workshops on managing emotions in times of crisis, this workshop is aimed at the affected social group, in which it seeks to guide and inform the community about tips that will facilitate a better management of them and that they can be placed in practice in your daily life as a coping tool for self-improvement.

Key Words: Psychosocial, Survivors, Resilients, Violence.

Análisis de Relatos de violencia y esperanza

Relato 4: Ana Ligia

Se puede destacar que el relato que expresa la protagonista Ana Ligia, uno de los fragmentos que más llamo la atención fue que ella tenía que hacer el censo de todas las familias, visitarlas y trabajar con ellas, trabajaba con personas desplazadas siendo ella víctima de esta misma violencia, pero no sentía que tenía el derecho o la oportunidad de expresarlo, y aunque los jefes de ella lo sabían no le brindaron ningún apoyo, ni se interesaron por un bienestar para ella o su familia. Como ella lo comento escuchaba activamente los relatos, y buscaba ser fuerte sin mostrar su propio sufrimiento y se veía identificada en ellos, ya que tenía que realizar su trabajo, donde aun así ella como víctima busca la forma de anteponerse a su dolor, escuchar el dolor y sufrimiento de las vivencias de otras personas que han pasado por su misma situación, donde realmente no han tenido un acompañamiento real.

De igual manera otro fragmento que fue impactante, la protagonista Ana Ligia dice que aun después de tanto dolor, al final de cuentas entendió que Dios la había llevado hasta allí porque realmente necesitaba que ella ayudara y prestara su servicio a esta comunidad, en este proceso en medio de todo su sufrimiento ella lo considera lindo, de igual forma importante ya que aprendió y la hizo crecer no solo en su vida profesional sino personal, donde fue una persona resiliente que se antepuso a ese dolor y siguió adelante, ya que hay una aceptación del dolor y una manera de ver la situación desde otra perspectiva, que le permite a la sobreviviente modificar sus experiencias negativas como un proceso que aprendizaje y fortalecimiento.

Así mismo se pueden reconocer los impactos psicosociales en la protagonista como lo es el desarraigo del lugar de origen ya que Ana Ligia a pesar de vivir y trabajar por 20 años en su

pueblo, tuvo que salir a la fuerza a causa de la guerra y la violencia, de igual forma la desestructuración de la vida cotidiana ya que tuvo que dejar todos sus metas y sueños que había trazado para su vida y la de sus hijos a causa de los diferentes desplazamientos que vivo y por ello sufrió episodios de estrés manifiestos con complicaciones físicas a causa del estrés, de igual manera situaciones de miedo ya que cuando llamaron de la alcaldía y del hospital por cuestiones de trabajo ella manifestaba que no quería salir, por qué justo habían matado a un vecino y a otro señor con una bomba o una mina en una vereda cercana, había mucho conflicto por toda esa zona, porque peleaban guerrilla, paramilitares y el ejército.

También tuvo graves afectaciones emocionales, pero aun así las reprimía ya que ella como víctima no podía expresar sus emociones, debido a que las personas le contaban sus tristezas, ella aun así escuchaba tratando de ser fuerte y no se daba permiso de sentirse mal, aun sabiendo que ella había pasado por las mismas situaciones de violencia, de igual manera afronto situaciones de amenaza ya que Ana Ligia no quería quedarse en San Francisco, porque no se amañaba, su casa y todo estaban en Aquitania su lugar de origen, pero el alcalde le dijo que no se podía devolver porque le habían dicho que ella estaba amenazada, así mismo uno de estos impactos fue la falta de oportunidades laborales ya que Ana Ligia manifestaba explícitamente que no tenía empleo a pesar de que el año pasado había hecho una técnica en Salud Pública, les habían prometido seguir trabajando, por ello se esforzaron, pero aun así la despidieron.

Como se puede evidenciar en el relato de la sobreviviente Ana Ligia considera que las situaciones que le han ocurrido es una forma de aprendizaje lo ve como algo positivo, ya que Dios obra de formas misteriosas y le ha permitido crecer como persona, narrando su historia de superación puede ayudar a los demás sobrevivientes a alzar su voz a superarse y de seguir adelante, de igual manera manifiesta que su motivación principal son sus hijos, y que por medio de su empleo logro encontrar su propósito y descubrir sus cualidades, así mismo reconstruyo su

identidad cuando decide volver a empezar de cero y cerrar ciclos de dolorosos en su vida, y empezó hacer lo que le gusta que es la poesía como herramienta de expresión y a las víctimas les generaba felicidad, considera que la semilla de esperanza que va dejando en su paso por su trabajo a cada una de esas personas que un día lo perdieron y que ven ella su valentía y superación personal, donde ella con su poesía realiza sensibilización desde la voz de los desplazados y víctimas de la violencia que promueve la ayuda comunitaria, así mismo se puede evidencia su valor, una mujer aguerrida que siembra esperanza en las víctimas por medio de su labor, donde por medio de su arte le permite plasma en poemas el dolor propio y ajeno, haciendo que sus versos sean leídos a través de la historia, y escribiendo lo que algunos sobrevivientes no han podido gritar a voces el sufrimiento en la historia.

En el relato se puede reconocer que hay abandono que las entidades territoriales que no protegen, ni apoyan de forma integrar a las personas víctimas de violencia a desplazamiento no hay un intervención integral, por ello ella busca alzar una voz de esperanza, por medio de escribir poemas con las vivencias en el conflicto armado propio y de su comunidad, si se comprende lo violento y la construcción de memoria reconociendo la responsabilidad y compromiso en el apoyo social comunitario y que ayuden a poner fin a las acciones de violencia. Se observa que aún hay negativa de abrir puertas de apoyo sin tener beneficios propios o colectivos por parte de entes del gobierno.

Ana Ligia se reconoce como una persona resilientes, ya que siendo ella también desplazada por la violencia, sabe cómo se siente al pasar por la misma situación, y aporta a estas personas un apoyo desde sus vivencias y conocimientos, su apoyo al escribir un libro y actualmente seguir escribiendo poesía y poemas donde plasma la voz de aquellos que callan y no logran gritar al mundo su dolor, no solo se ha puesto en el lugar del otro si no que ella también sabe que es lo que se vive en esta misma situación de violencia por lo tanto sabe qué pasos seguir y como

dirigirse a estas víctimas y realizar acompañamiento de apoyo a las víctimas, así mismo la forma de seguir trabajando en algo que le apasiona de seguir fortaleciendo su formación profesional, y no dejar de desistir, donde esta situación de violencia no le ha quitado el sueño o las ganas de transmitir su voz y la de los sobreviviente donde se pueden sentir representado y tener una voz más fuerte que pueda ser escuchada.

Tabla 1: Formulación de preguntas circulares, reflexivas y estratégicas

Tipo de pregunta	Pregunta	Justificación desde el campo psicosocial
Circulares	1. ¿ Que secuelas psicológicas le dejo el desplazamiento a cada uno de los integrantes de su familia y como la han afrontado ?	Esta pregunta permite adentrarse en los sentimientos, emociones de la víctima y ver como a pesar del dolor los han afrontado al vivir ese proceso reparación para revertir, mitigar o aliviar los daños de la víctima.
	2. ¿ Qué tipos de comportamientos se presentaron en la familia después del desplazamiento?	Recordar es vivir por medio de esta pregunta la victima puede notar los grandes comportamientos que surgieron a raíz de la violencia en su familia y en la medida de rehabilitación en cuanto a los daños ocasionados.
	3. Cree usted que el gobierno en el proceso de restauración para las víctimas a cumplido a cabalidad con lo prometido?	Generar conciencia en la victima de que es una obligación del gobierno cumplir a cabalidad con lo prometido en el proceso de restauración y reparación integral de las víctimas y cumplir las estrategias para la inclusión de proyectos, planes y proyectos.
	1. ¿Cree usted que si su familia fuera indemnizada administrativamente por el estado su situación económica seria otra?	Esta pregunta tipo estratégica es un tipo de pregunta de indagación para una posible respuesta, este tipo de pregunta produce una interacción correctiva, con un efecto constructivo y fácilmente el participante

		expresa oposición, se debe realizar un proceso para obtener seguridad del paciente
Estratégicas	2. ¿Cree usted que debería ser contratada por el estado por la condición de víctima del conflicto armado?	Promover a María Ligia una expectativa para reforzar una acción para la construcción de un futuro mejor y salir adelante ya que por la condición de víctima tienen prioridad.
	3. Conoce usted la ruta de atención y reparación integral para las personas víctimas del conflicto armado por el hecho victimizante de desplazamiento forzado?	Dar a conocer o poner en alerta a la persona víctima para que conozca los procesos administrativos en los que puede ser reparado y recibir atención psicosocial.
Reflexivas	1. ¿Cómo le gustaría demostrar a la comunidad y su familia que ha superado este caso violencia?	Por medio de la observación y escucha, se pasa de ser víctima a ser sobreviviente, de igual forma generar estrategias de atención psicosocial, identificando instituciones que presten servicios de rehabilitación física y salud mental.
	2. ¿Por qué cree que el desplazamiento forzado también es violencia?	Permite que la persona hable y reflexione sobre esta problemática del cual es un hecho victimizante que trasciende la presencia de los síntomas y las complejas situaciones a las que se enfrenta al momento de dejar sus tierras.
	3. ¿Por qué cree que las personas que han sido víctimas del conflicto armado en ocasiones vuelven al lugar de los hechos?	Permite reflexionar y promover la resiliencia y hacer parte del proceso de retorno y reubicación de las estrategias de la ley 1848 de 2011

Tabla 1: Formulación de Preguntas.

Análisis y presentación de estrategias de abordaje psicosocial para el Caso de Peña Coloradas

Se consideran que los emergentes psicosociales que se ven más arraigado es el relato de Peñas Coloradas, que están latentes después del hostigamiento militar en el caso son: desplazamiento forzado, el cual debieron sufrir los habitantes de Peñas Coloradas a causa de los enfrentamientos, tener que salir de sus tierras en las que por tantos años vivieron felices con sus familias trabajando y estando en paz en comunidad, de igual forma hacinamiento ya que los habitantes se vieron obligados a llegar a un sitio desconocido, en el cual tuvieron que estar con personas de otras tres veredas, que al igual que ellos también eran damnificadas por las incursiones de las fuerzas Militares.

Así mismo Condiciones de hambre y miseria, ya que después de estar acostumbrados a tener todo lo necesario para su diario vivir, hasta sus propios cultivos para alimentarse, tuvieron que llegar a condiciones extremas de pobreza, de igual forma la falta de apoyo del estado donde los entes territoriales no les brindaron el apoyo, donde la gobernación nunca les facilito las cosas a los habitantes y la alcaldía le entregó Peñas Coloradas al ejército en comodato, donde estas tierras se convirtieron en propiedad de las fuerzas militares condeno a los habitantes primeramente a una década de destierro y cuando se había cumplido ese tiempo los habitantes tuvieron nuevamente la esperanza de volver a su tierra, pero sus ilusiones se vinieron abajo ya que renovaron el Comodato por diez años más.

De igual forma la uno de los emergentes fueron las persecución militar y vulneración de sus derechos ya que los habitantes debieron sufrir falsos positivos, capturas masivas, montajes Judiciales, torturas entre otras, mejor dicho ya que la comunidad fue estigmatizada acosada y

excluida socialmente donde los habitantes de Peñas Coloradas tuvieron que vivir todo tipo de abusos y malos tratos, debido a que las fuerzas Militares los tenían reseñados y señalados como cómplices de la guerrilla y debían aportar resultados a sus superiores. Donde aquella tierra que la comunidad con tanto esmero y sacrificio había construido, donde tenían sus propiedades sus casas, su cultura, su identidad, de igual forma no hay un estudio real de la situación ya que si como bien la cuenta el protagonista ellos no eran parte de los ente anti militares debieron tener muy en cuenta el acompañamiento o la forma de que este hecho de desmantelarlo no afectara a la comunidad, una comunidad que habían familia enteras, donde se vulneraron los derechos sobre todo de los menores.

Se considera que la estigmatización afecta negativamente a la población ya que por ello se dio esta masacre así mismo afecta la identidad, autoestima y los derechos de las personas, de igual forma afecta que la comunidad reciba servicios de salud, educación ya que los tildan de guerrilleros, y no hay un acompañamiento psicosocial ni jurídico que los apoye. Donde realmente los entes territoriales tienen el deber y la obligación de proteger los derechos de los seres humano, no trabaje para sensibilizar a las personas y brindar un apoyo.

Son muchos los impactos generados entre algunos de ellos se puede resaltar: el miedo y la incertidumbre acerca de su futuro, además la pérdida de su identidad, de sus propiedades, de todo lo que construyeron durante tantos años de trabajo y sacrificio, el tener que estar deambulando por diferentes sitios, en condiciones de hacinamiento y con personas desconocidas, soportando todo tipo de necesidades y hasta hambre, esperando que algún día sus victimarios les permitan volver a sus tierras, en las cuales un día pudieron tener todo lo que necesitaban para vivir felices y a las que han tenido que ver con tristeza y desolación en el total abandono, ya que su caserío

como lo manifestaban en el relato parece un Pueblo Fantasma sin ninguna casa en pie, del cual solo quedaban escombros y recuerdos.

No solo el impacto de haber perdido todo es una problemática grave para los habitantes de Peñas Coloradas, sino además tener que seguir viviendo bajo todo tipo de abusos y sometimientos, sin la posibilidad de volver a su tierra y sin poder contar ni con el apoyo, ni con la ayuda de alguna institución que haga valer sus derechos, siendo condenados como ellos mismos manifiestan, al destierro y al olvido, de ahí la importancia de brindar apoyo desde lo psicosocial, a las comunidades que han sido víctimas de violencia de los diferentes grupos armados en nuestro país, se debe trabajar en la construcción de la subjetividad, desde lo colectivo, donde se generen diferentes estrategias y propuestas, con las cuales se pueda lograr la mitigación de los daños traumáticos y el sufrimiento que han tenido que padecer las víctimas del conflicto armado, consiguiendo así una reconstrucción verdadera del tejido social en nuestro país.

El ser señalado como guerrilleros o colaboradores de los grupos insurgentes, siendo de igual manera despojados de sus propiedades y propiciando así el desplazamiento a muchas familias intentando salvaguardar sus vidas evitando torturas, o ser asesinados, el abuso del poder que ha tomado represalias contra la comunidad civil reflejado en el caso peñas coloradas.

En este caso se puede observar claramente, que la comunidad del caserío Peñas Coloradas necesita una intervención psicosocial integral pronta, generando acciones en la que se puedan crear redes de apoyo con diferentes instituciones, profesionales idóneos y por supuesto con la ayuda de la propia comunidad.

Se considera que una acción de apoyo son los Primeros Auxilios Psicológicos (PAP) ya que se considera una herramienta indispensable de apoyo, enfocada al acompañamiento de personas

que se encuentra en situaciones de crisis, respondiendo a las necesidades psicosociales, donde sus objetivos son, brindar alivio emocional inmediato, facilidad de la adaptación y recuperar el equilibrio emocional, de igual manera prevenir, minimizar o disminuir las consecuencias negativas en la salud mental o desarrollo de una psicopatología a futuro, respondiendo a la preocupación inmediata de las personas atendidas, donde le ayuden a las personas a recuperarse de este evento de la mejor forma.

Teniendo en cuenta que “el trauma psicosocial constituye la cristalización concreta en los individuos de unas relaciones sociales aberrantes y deshumanizadoras como las que prevalecen en situaciones de guerra civil” (Martín-Baró, 2003, p. 293), vemos como esta comunidad ha tenido que padecer un trauma psicosocial, debido a las relaciones interpersonales agresivas y torturadoras, que han debido mantener con las personas culpables del desarraigo de su sitio de origen, además de un cambio brusco de su entorno para llegar a sitios en condiciones de hacinamiento y seguir sufriendo todo tipo de vulneración a sus derechos por parte de sus victimarios.

A través de esas redes de apoyo, se podrá lograr una reparación integral, en la cual no solo se consiga recuperar los bienes materiales que han perdido las víctimas, sino además la restitución de sus derechos, de su dignidad, de su amor propio, logrando así su bienestar físico y mental tanto individual como colectivo, devolviéndoles la esperanza y las ganas de seguir adelante con sus proyectos de vida.

Tabla 2: Estrategias Psicosociales

Estrategia 1	Nombre	Descripción Fundamentada y objetivo	Fases de tiempo	Acciones por implementar	Impacto deseado
Atención de Primeros Auxilios Psicológicos	<p>Objetivo: Proveer apoyo psicosocial durante la intervención con las personas que están en crisis.</p> <p>Descripción: Se considera una herramienta indispensable de apoyo, enfocada al acompañamiento de personas que se encuentra en situaciones de crisis, respondiendo a las necesidades psicosociales y poder brindar alivio emocional inmediato, facilidad de la adaptación y recuperar el equilibrio emocional, de igual manera prevenir, minimizar o disminuir las consecuencias negativas en la</p>	<p>2 minutos</p> <hr/> <p>15 a 20 minutos</p>	<p>Fase 1: El M.E.S. Permite mirar, escuchar y sentir para determinar si respira normalmente esta persona.</p> <p>Fase 2: Escucha activa. Por consiguiente, se busca una ventilación emocional, en el cual la víctima puede expresarse emocionalmente de forma abierta lo sucedido donde se le permite que lllore, darle tiempo a su explicación, no se interrumpe, mostrar interés del relato por medio de palabras claves o asentando con la cabeza, pero sin hacer intervención.</p>	<p>Se busca Identificar si la persona respira correctamente, si no es así realizar ejercicios para una mejor respiración</p> <p>En esta fase se busca escuchar activamente a la víctima, donde la persona se sienta escuchada.</p> <p>De igual forma ser empático para captar las emociones de la persona y poder entender su sufrimiento, pero sin que afecte nuestro actuar como profesionales.</p>	

		salud mental o desarrollo de una psicopatología a futuro, respondiendo a la preocupación inmediata de las personas atendidas, donde le ayuden a las personas a recuperarse de este evento de la mejor forma.	15 minutos	Fase 3: Brindar asesoría e información. Luego de escuchar activamente la situación traumática, se le brinda la información a donde puede dirigirse ya sea para una atención primaria en salud, alojamiento o ayuda humanitaria.	Brindar asesoría a las personas como a donde dirigirse o que hacer en caso de no contar con los recursos necesarios, también con este apoyo se busca que la persona pueda organizar prioridades y buscar conjuntamente soluciones inmediata que puedan dar tranquilidad.
estrategia 2	Nombre	Descripción Fundamentada y objetivo	Fases de tiempo	Acciones por implementar	Impacto deseado
	Construcción de relatos por medio de la técnica del debriefing.	<p>Objetivo: Analizar la experiencia vivida por medio de la construcción del relato de forma colectiva.</p> <p>Descripción: Es una técnica estructurada que tiene unas fases concretas que se debe seguir, por medio de esta técnica se puede</p>	15 minutos	<p>Fase 1: introducción</p> <p>Se explica el proceso, las normas a seguir en la técnica, y presentación de los participantes.</p> <p>Se realiza en un pizarrón una línea de tiempo con las horas hitos.</p>	En esta fase busca que todos los participantes tengan claras las normas y como se va a realizar el proceso

<p>construir un relato, ordenar los hechos para darle una estructura al suceso de forma colectiva donde le permita a las personas afectadas crear lazos de memorias perdidas, procesar y aceptar la situación vivida</p>	<p>20 minutos</p>	<p>Fase 2: Fase de los hechos. se busca que las persona construyan un relato teniendo en cuenta lo que sucedió antes hasta que termino el incidente.</p>	<p>En esta fase las personas relatan solo los hechos o acciones que realizaron en estas horas hitos. Sistematizando los hechos más relevantes en la línea de tiempo</p>
<p>tiene una respuesta rápida, se debe aplicar en menos de 72 horas después del evento crítico.</p>	<p>20 minutos</p>	<p>Fase 3: Fase de lo que pensó. Es la fase donde se relata lo sucedido, pero solo lo que pensó siguiendo coherencia de una línea temporal.</p>	<p>En esta fase se busca identificar lo que pensaron a la hora de realizar dichas acciones sin describir a detalle. De igual forma se incluye los aportes más relevantes en la línea de tiempo.</p>
<p>Se busca que las personas estén en un lugar cerrado en un máximo de 15 personas.</p>			
<p>La actividad debe tener un monitor y unos asistentes, por si alguien necesita alguna orientación.</p>			

<p>En dado caso que la persona se sienta indispuesta esta sale de la sala, pero no puede volver a ingresar.</p>	<p>20 minutos</p>	<p>Fase 4: Relato de las emociones.</p> <p>En esta fase se busca que los participantes expliquen todas las emociones que sintieron en el transcurso del relato.</p>	<p>Se busca que los integrantes reconozcan las emociones que sintieron en el momento de cada parte del relato.</p>
<p>Se alza la mano cuando quiera dar su opinión.</p>			
<p>No debe haber intervención externa, los teléfonos apagados.</p>			

<p>20 minutos</p>	<p>Fase 5: Reformulación.</p> <p>Se debe juntar todas las partes y hacer un relato.</p> <p>El punto es enfatizar que todas las emociones y pensamientos son semejantes, normalizar todas las reacciones.</p>	<p>Esta fase busca explicar que es normal y natural tener múltiples emociones a la hora de enfrentar dicha situación, así mismo, comprender el dolor, entender, aceptar y superar la afectación.</p>
-------------------	--	--

			20 minutos	Fase 6: Refuerzo Se debe reforzar las actitudes y pensamiento que hayan sido normalizadores y les ha servido para avanzar en otras situaciones mirando hacia el futuro como va afrontar ahora esta situación.	Se busca generalizar los sentimientos que todos han tenido normalizarlos, y buscar mecanismos de afrontamiento que el grupo consideren que pueden utilizar para mejorar esta situación, y pensar que les gustaría para el futuro.
			15 minutos	Fase 7: Cierre Despedida agradecer por su participación dejando a las personas conectadas a una red de apoyo y explicar que en cualquier caso a donde se puede acercarse y buscar ayuda, se busca llevar un seguimiento	Esta fase busca recolectar los datos para poder llevar un seguimiento y poder crear redes de apoyo.
Estrategia 3	Nombre	Descripción Fundamentada y objetivo	Fases de tiempo	Acciones por implementar	Impacto deseado
	Talleres del manejo de las emociones.	Objetivo: Reconocer y aprender	15 minutos	Fase 1: Que son las emociones. Por medio de un material audiovisual,	Que los participantes comprendan y se contextualices

<p>autorregular mis emociones</p>	<p>contextualizamos que son la emociones.</p>	<p>sobre las emociones.</p>
<p>Descripción:</p> <p>Esta estrategia se implementa por medio de talleres donde se les expone o informe sobre las emociones y su manejo en tiempo de crisis y poner en práctica estos conocimientos adquiridos en su vida cotidiana como herramienta afrontamiento para la superación personal.</p>	<p>15 minutos</p> <p>Fase 2: Identificación de emociones.</p> <p>Se busca que los participantes identifiquen las 6 emociones básicas según Ekman las cuales son: Ira, Miedo, Tristeza, Sorpresa, Asco, Alegría.</p> <p>Comprender que estas emociones son normales y que el cuerpo reacciona a ellas. Y es una reacción natural.</p>	<p>Esta fase permite identificar las emociones no como positivas ni negativas si no como algo natural del ser humano.</p>
<p>Se realiza de forma grupal.</p> <p>Dar tips sobre como autorregular sus emociones por medio de una comunicación asertiva y efectiva.</p>	<p>20 minutos</p> <p>Fase 3: Brújula de las emociones.</p> <p>Esta fase consiste en aplicar la herramienta de la brújula de emociones que le permite identificar y comprender, las diferentes emociones.</p>	<p>Esta fase busca que por medio de esta herramienta cada participante según indique la brújula de un ejemplo de que hecho o pensamiento hará que sienta esa emoción.</p>
<p>Para esta actividad se implementan múltiples herramientas que ayuden a transmitir este conocimiento de forma significativa.</p>	<p>15 minutos.</p> <p>Fase 4: Tips para manejar las emociones.</p> <p>Con esta fase se busca explicar</p>	<p>En esta actividad se realiza con el fin de tener tips claro a la hora de</p>

	algunos tips que ayuden a mejorar la autorregulación de las emociones, como ejercicios de respiración, contar, caminar, pensar antes de hablar, tomar distancia, identificar posibles soluciones, expresar los sentimientos sin herir a los demás, escuchar música que te relaje, aprender cuando debe buscar ayuda.	sentir las diferentes emociones.
15 minutos.	Fase 5: autorreflexión. En esta fase buscamos que cada comparta lo que aprendió de la actividad o le pareció mas significativo.	Se busca que los participantes pongan en práctica los conocimientos adquiridos.

Tabla 2: Análisis y presentación de estrategias psicosociales.

Informe analítico y reflexivo de la experiencia de foto voz.

Este trabajo se realizó en diferentes contextos los cuales son el Municipios de Pamplona, silos, las ciudades de Cúcuta, Villavicencio y la zona del Catatumbo, donde se pudo identificar los siguientes tipos de violencia: violencias basadas en género, violencia infantil, violencia sexual

infantil, violencia física, violencia psicológica, violencia económica y violencia del conflicto armado

En nuestro contexto hay huellas imborrables de violencias basadas en género, donde se habla de la violencia física, psicología, sexual, intrafamiliar y económica, que afecta a mujeres, niñas adolescentes y personas de LGTB, debido al abuso de poder, el machismo, los estereotipos sociales, aun en la actualidad en nuestro contexto se ve mucho y más en este momento de aislamiento donde las parejas han convivido más tiempo donde estas violencias han salido más a flote donde las más afectadas son la mujeres.

Cada estudiante tuvo la posibilidad de realizar la actividad de la foto voz en su contexto identificando los tipos de violencias más latentes, de igual esta ejercicio nos permitió una mirada más subjetividad, teniendo en cuenta que la violencia del conflicto armado se relaciona con múltiples tipos de violencia, en el cual se vulneran sus derechos, al realizar la actividad nos muestra fotos claras de violencia del conflicto armado a lo largo del tiempo, las personas se han acostumbrado a estos episodios de grupos armados ilegales y el abandono del estado, la violencia de grupos al margen de la ley contra la población civil fue un hecho histórico en nuestro país ya que muchas personas se vieron involucradas por la violencia, gracias a la ley 1448 de 2011 se da asistencia y reparación integral a las víctimas del conflicto armado.

El maltrato infantil ha estado presente en los diferentes contextos sociales a lo largo de los años, los niños y niñas han sido víctimas de todo tipo de violencias, las cuales se generan principalmente en sus hogares, el maltrato infantil es un importante problema de salud pública, que afecta tanto a los niños como a la sociedad en su conjunto, perturbando el correcto desarrollo físico y cognitivo de los infantes.

Las diferentes imágenes expresan dolor, rechazo, impotencia de la violencia sexual infantil al ver que los niños son títeres de unas cuantas personas que carecen de conciencia y que cometen actos sexuales con los niños y es allí donde la comunidad se cuestiona el por qué para muchos de estos casos no hay justicia.

Este trabajo nos permite dar una mirada amplia y profunda las afectaciones de nuestra sociedad, se puede interiorizar y expresar de manera simbólica los tipos de violencias latentes en nuestra comunidad, donde se puede ver la realidad desde perspectivas diferentes y de manera subjetiva, expresando la forma como se produce la violencia y sus implicaciones, como también desde un enfoque psicosocial, desde el rol como psicólogos podemos intervenir para mitigar o contrarrestar estas situaciones en los diferentes escenarios.

Por su parte algunas familias han logrado hacer un cambio contribuyendo a una mejor sociedad cambiando su perspectiva y buscando la libertad de las familias campesinas ante estos grupos armados que siguen sembrando odio, terrorismo, pobreza y pintando los días de gris.

A través de la realización del ejercicio de la foto voz, se da entender la importancia de dar una mirada amplia a las diferentes violencias que se presentan a nuestro alrededor; hablando de la violencia infantil cabe resaltar lo que representa la inmersión de los infantes en el conflicto armado, ser obligados a vestirse para ir a la guerra, sin tener en cuenta su fragilidad privándolos de la oportunidad de soñar, prepararse para una vida mejor en compañía de sus familias y las personas a su alrededor.

Desde la subjetividad en el caso de abuso sexual infantil se puede deducir que depende de múltiples factores como el poder social, económico, político y cultural, donde en cada contexto tiene una visión diferente sobre el abuso sexual infantil, debido a sus creencias, muchas veces lo

que para uno es aberrante para otros es visto como normal, es allí donde la subjetividad juega el papel más importante en el ser humano existen creencias impuestas por la sociedad.

Por medio de la actividad se puede identificar que los municipios o entes territoriales no están preparados para activar o realizar un acompañamiento psicosocial, jurídico y de protección a los sobrevivientes de violencia de manera integral, con el fin de promover el goce efectivo de los derechos de las víctimas y en esta medida transformar su realidad social, favoreciendo su desarrollo y reconocimiento como sujetos de derechos.

Como cualquier evento u objeto o situación puede ser percibida desde diferentes formas, así mismo la realidad de un evento puede tener diferentes miradas o perspectivas, por ello es importante tener una mirada amplia y subjetiva que nos permita comprender lo que está pasando, pensado y lo que queremos transmitir, por medio de la imagen y la narrativa podemos evocar no solo las características de esa violencias sino enfocarnos en la memorias vivas mediante un proceso dinamizador que busca transformar de manera significativa el entorno conflictivo y de sufrimiento.

Por medio de las imágenes se cuentan historias vividas que quedan en la memoria de cada vivencia con metáfora en la foto voz, donde deja ver emociones de tristeza y miedo ya sea individual o colectivo ocasionado por la violencia en el conflicto armado; subjetivamente es expresar experiencias vividas al máximo y que se asocia al conocimiento y comprensión de lo psicosocial.

La fotografía y la narrativa aportan de manera simbólica a esa construcción de memoria histórica tan necesaria en nuestros días, en donde algunas situaciones pasan desapercibidas sin que se tenga en cuenta lo que han padecido las víctimas de violencia, llegando a ser

invisibilidades y dejadas en el olvido, en el caso de los niños se debe trabajar cada día por hacer valer sus derechos, y por transformar esas condiciones de violencia a las que ha sido sometidos en oportunidades de educación, recreación con las que tengan un correcto desarrollo físico y cognitivo, para que puedan ser personas de bien para la sociedad, y les permite también visualizar que, ser resilientes es la forma de anteponernos a las situaciones de crisis y avanzar en la construcción de una nueva vida, incluso con las cicatrices y el dolor, por ello es importante crear estrategias de superación, técnicas de desahogo emocional y así mismo redes de apoyo, enfocadas en cómo superar el dolor de dicha violencia, como se reinventarse y dejar una huella de ejemplo para futuras generaciones.

En las imágenes se expresan los sueños, como quieren ver su contexto, su libertad y el cambio de lo que se quiere lograr, el renacer y que muchos han logrado volver a florecer con su fuerza de voluntad y con ayuda de otras personas que también han pasado por el mismo camino, pero que han sabido salir adelante y quieren también darle ese empuje a los que están pasando por lo mismo que algún día ellos también vivieron.

Por medio de esta técnica se pudo profundizar como desde el rol de psicólogos se puede implementar o articular diferentes herramientas para afrontar las crisis que se presenta en los escenarios de violencia, para crear una acción psicosocial activa y significativa que realmente ayude a la co-construcción de memoria colectiva de las historias, en el cual se busca transformar el significado de forma proactiva y colaborativa donde nos centramos, en cómo percibe su realidad cada persona, como afrontan esta situación y se sobrepone para avanzar.

Se puede analizar que con la actividad de foto voz se ve desde ángulos diferentes, el que ha vivido la historia y el que está viendo y escuchando esta vivencia, la manera en que se comunica

la vida en sociedad, y el comportamiento que adquieren las personas para saber el porqué de esta violencia.

La realización de acciones psicosociales para los casos de violencia, deben contar con instrumentos simbólicos, artísticos y culturales que ayuden a lograr el cambio social desde la interacción, el dialogo, la comprensión del otro, la inclusión y la empatía, teniendo en cuenta siempre el contexto social en que se encuentra y haciendo uso de las múltiples herramientas con las que cuentan actualmente para lograr la transformación del tejido social y por ende el bienestar de las víctimas, buscando siempre la reparación de los daños tanto psicológicos, emocionales, sociales y de construcción de identidad de los sobrevivientes de violencia.

Conclusiones.

Durante el desarrollo de las diferentes actividades propuestas en el Diplomado Escenarios de Violencia, tuvimos la oportunidad de visibilizar más de cerca, las experiencias negativas que han tenido que padecer las víctimas de las múltiples formas de violencia que se han presentado en nuestro país, en diferentes contextos, principalmente la violencia a causa del conflicto armado, con lo que hemos podido entender la necesidad inminente de crear una cultura de paz con justicia y reparación integral, en la cual las víctimas tengan la oportunidad de participar e involucrarse desde diferentes procesos e instrumentos, que ayuden a disminuir la violencia y los impactos psicosociales generados de una forma proactiva y colaborativa desde la subjetividad, entendiendo que estos procesos deben estar centrados en la forma en que cada una de las víctimas, percibe su realidad y afronta las situaciones difíciles que se le presentan, compartiendo sus experiencias y logrando sobreponerse para avanzar en sus proyectos de vida, esto ayudara de forma positiva a la transformación del tejido social de nuestro país.

Mediante el desarrollo de este trabajo se pudo identificar la importancia del rol del psicólogo ya que permite crear estrategias de acción psicosocial para la promoción y prevención de enfermedades mentales en las víctimas del conflicto armado a corto, mediano y a largo plazo facilitándole también a las mismas el conocimiento, la teorías y la aplicación de herramientas que le permitan a la víctima la reconstrucción de su propia autoimagen y le permitan ver más allá del dolor un mundo lleno de oportunidades.

Link página Wix

Link: <https://erikacristalrozo.wixsite.com/my-site>

Referencias Bibliográficas

- Alberich, T. (2008). IAP, Redes y mapas sociales: desde la investigación a la intervención social. *Portularia*, vol. VIII, núm. 1, 2008, pp. 131-151 Universidad de Huelva, España.
Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=161017350008>
- Alto Comisionado para las Naciones Unidas y los Refugiados ACNUR. (2006). La herramienta para el diagnóstico participativo en las operaciones. Ginebra Suiza. Recuperado de <http://www.refworld.org/cgi-bin/texis/vtx/rwmain/opendocpdf.pdf?reldoc=y&docid=4c5142572>
- Blanco, A y Díaz, D (2004). Bienestar social y trauma psicosocial: una visión alternativa al trastorno de estrés postraumático. *Clínica y Salud*, 15 (3), 227-252. [Fecha de Consulta 12 de Agosto de 2020]. ISSN: 1130-5274. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/1806/180617834001.pdf>
- Cantera, L. (2009). La foto intervención como herramienta docente. En *Revista de Enseñanza de la Psicología: Teoría y Experiencia* Vol. 5 (1). Recuperado de https://www.researchgate.net/publication/37808070_La_fotointervencion_como_herramienta_docente
- colectiva. *Actuaciones Psicosociales en Guerra y Violencia Política*. Madrid Recuperado de <http://www.psicosocial.net/grupo-accion-comunitaria/centro-de-documentacion-gac/psiquiatria-psicologia-clinica-y-psicoterapia/trauma-duelo-y-culpa/108-efectos-psicosociales-de-la-violencia-colectiva/file>
- 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 <https://psicologosemergenciasbalears.files.wordpress.com/2017/08/04-echeburua-373-387.pdf>
- 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>

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

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-accion-comunitaria/centro-de-documentacion-gac/psiquiatria-psicologia-clinica-y-psicoterapia/trauma-duelo-y-culpa/108-efectos-psicosociales-de-la-violencia-colectiva/file>

Osorio, H.; Rojas, E. (2011). La cartografía como medio investigativo y pedagógico. *Revista de Arquitectura Universidad de los Andes*. Bogotá Colombia. Recuperado de <https://dearq.uniandes.edu>.

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. Catedra Martín Baró Bogotá Colombia. Recuperado de http://www.catedralibremartinbaro.org/pdfs/Libro_acompanamiento_en_clinica_psicosocial.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>

Rodríguez Puentes, A. (2009). *Acción sin daño y reflexiones sobre prácticas de paz: una aproximación sobre la experiencia colombiana*. Universidad Nacional de Colombia. Facultad de Ciencias Humanas. Recuperado

de http://www.bivipas.unal.edu.co/bitstream/10720/363/1/L-221-Rodriguez_Ana-2009-N_1-205.pdf

Rodríguez R.; Cantera, L. (2016). La foto intervención como instrumento de reflexión sobre la violencia de género e inmigración. En Temas en Psicología, Vol. 24, n° 3, pp. 927 - 945. Recuperado de <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/tp/v24n3/v24n3a09.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 <http://www.scielo.org.co/pdf/res/n36/n36a05.pdf>

Valdés, M. (2009). La evaluación de impacto de proyectos sociales: Definiciones y conceptos. En revista electrónica Mapunet, Santiago de Chile. Recuperado de https://www.mapunet.org/documentos/mapuches/Evaluacion_impacto_de_proyectos_sociales.pdf

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>

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: <https://dulwichcentre.com.au/el-trabajo-con-personas-que-sufren-las-consecuencias-de-trauma-multiple-desde-la-perspectiva-narrativa.pdf>

Winkler, M.; Alvear, K; Olivares, B.; Pasmanik, D. (2014). Psicología Comunitaria hoy: Orientaciones éticas para la acción. En psicoperspectivas Vol. 13 (2) pp. 44-54. Recuperado de <http://www.scielo.cl/pdf/psicop/v13n2/art05.pdf>