

La imagen y la narrativa como herramientas para el abordaje psicosocial en escenarios de violencia. Departamentos de Risaralda, Boyacá, Huila y Tolima

Diana Lucia Palacio Restrepo

Leidy Yohana García

Liliana Parra Marín

Myriam Janeth Arévalo Gamboa

Olga Lucia Huertas

Tutor

Boris Geovanny Delgado

Universidad Nacional Abierta y a Distancia UNAD

Escuela de Ciencias Sociales, Artes y Humanidades- ECSAH

Programa de Psicología

Mayo de 2021

## Tabla de contenido

Resumen .....	3
Abstract y Key words .....	4
Análisis Relatos de violencia y esperanza (Relato 5 Carlos Arturo).....	5
Formulación de preguntas circulares, reflexivas y estratégicas.....	9
Análisis y presentación de estrategias de abordaje psicosocial para el Caso de Peñas Coloradas.....	12
Estrategias psicosociales.....	17
Informe analítico y reflexivo de la experiencia de foto voz realizada.....	22
Conclusiones.....	27
Link página wix .....	28
Referencias .....	29

## Resumen

El presente trabajo contiene diferentes análisis a partir de relatos inmersos en contextos de violencia en Colombia, los enfoques narrativos desde la psicología contemporánea aportan herramientas que permiten hacer reflexiones significativas en los abordajes terapéuticos. Al utilizar estos enfoques narrativos en nuestro ejercicio profesional como futuros Psicólogos nos permite estar en capacidad de proponer recursos de afrontamiento psicosocial al sufrimiento por violencia.

La realización de estrategias como la foto-voz, permitió conocer de cerca el pensamiento de las personas en el contexto al que pertenecen, profundizando acerca de sus subjetividades, comprendiendo historias, conociendo memorias colectivas, voces calladas y sentimientos reprimidos. Esta estrategia es una herramienta valiosa, pues, por décadas hemos sido testigos de diferentes formas de violencia, maltrato a las mujeres, abusos sexuales, secuestros, extorsiones, desplazamientos, violación a los derechos humanos, inseguridad, desempleo, abuso de poder, narcotráfico, muerte y daño físico y psicológico, por esto, el enfoque narrativo permite contar historias que han dejado huellas psicológicas en víctimas, convirtiéndose en una fuente importante como instrumento de apoyo para impulsar cambios sociales en las comunidades, realizando reflexiones desde el escenario académico, analizando casos y proponiendo estrategias de abordaje psicosocial el caso de Carlos Arturo Bravo y comunidad de “Peñas Coloradas”. (Voces: relatos de violencia y esperanza).

Palabras Claves: Escenarios de Violencia, Enfoque Narrativo, Subjetividad, Resiliencia, Impactos Psicosociales.

### **Abstract y Key words**

The present work contains different analyzes from stories immersed in contexts of violence in Colombia, narrative approaches from contemporary psychology provide tools that allow significant reflections on therapeutic approaches. Using these narrative approaches in our professional practice as future Psychologists allows us to be able to propose resources for psychosocial coping with suffering from violence.

The realization of strategies such as the photo-voice, allowed to know closely the thinking of people in the context to which they belong, deepening about their subjectivities, understanding stories, knowing collective memories, quiet voices and repressed feelings.

This strategy is a valuable tool, because for decades we have witnessed different forms of violence, mistreatment of women, sexual abuse, kidnapping, extortion, displacement, violation of human rights, insecurity, unemployment, abuse of power, drug trafficking, death and physical and psychological damage, therefore, the narrative approach allows telling stories that have left psychological traces in victims, becoming an important source as a support instrument to promote social changes in communities, making reflections from the academic scene, analyzing cases and proposing strategies for a psychosocial approach to the case of Carlos Arturo Bravo and the “Peñas Coloradas” community. (Voices: stories of violence and hope).

**Key Words:** Violence Scenarios, Narrative Approach, Subjectivity, Resilience, Psychosocial Impacts.

### **Análisis Relatos de violencia y esperanza (Relato 5 Carlos Arturo)**

Carlos Arturo es la historia de una joven víctima de conflicto armado, que fue afectado por una granada de fusil dejada por las FARC en la vereda El Guayabo, la cual, al explotar deja en pedazos a su amigo que se encontraba junto a él y le ocasiona a Carlos Arturo grandes consecuencias físicas y psicológica. Carlos Arturo relata cómo su vida tuvo que afrontar cambios a raíz del hecho, en ambientes laborales, familiares y sociales.

Al final del relato Carlos Arturo presenta un gran sentido de resiliencia frente al hecho, manifestado intenciones de ayudar a víctimas de violencia y buscando estrategias que limiten este tipo de violencia, para así, evitar que otras personas no sufran este tipo de situaciones.

Dentro del caso Carlos Arturo se evidencian relatos que llaman la atención por la experiencia vivida.

*“El accidente me sirvió para pensar en las otras personas.... 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 “(Voces: relatos de violencia y esperanza)*

Carlos Arturo muestra en su relato como los hechos lo convirtieron en una persona resiliente, esto le permite pensar en ayudar a otras personas; no demuestra limitación para lograr sus metas, demostrando como principal objetivo estudiar Medicina o Derecho; tiene propósitos y metas personales, asume con un grado de fortaleza los impactos derivados de la violencia como el miedo y la confusión; construyendo metas a futuros que le permitirán

minimizar el sufrimiento emocional y el dolor a través del querer servir a otras personas que hayan vivido la misma situación de violencia.

*“Yo me quedé esperando y esperando hasta que quince minutos después sentí una explosión fuertísima y cayeron todas las esquirlas; llegaron hasta donde yo estaba, me cogieron de frente y hasta me levantaron. Me paré vuelto nada y salí caminando hasta la casa. No recuerdo nada de lo que pasó después.” (Voces: relatos de violencia y esperanza).*

Con respecto al trauma psicosocial producido en Carlos la literatura dice; *“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).*

Con esta descripción Carlos impacta al lector cuando describe el hecho, suponiendo la cinemática del trauma, la víctima tuvo afectaciones por la onda expansiva, presentando daños dentro del cuerpo, como órganos huecos, daño de oído y demás, es de suponer que el lector relaciona los daños o politraumas con el evento ocurrido, evidenciando que el hecho ocasiona graves daños psicológicos en la víctima, solo leer la narración da impresión subjetiva del hecho.

Se evidencia diversidad de impactos psicológicos en la víctima, tales como, impactos psicosociales directos, desintegración del núcleo familiar, daño moral, sociocultural y comunitario, pérdida en las actividades culturales familiares y sociales, pérdida de la noción de justicia y creencias en las instituciones que la representan, duelo alterado e inconcluso por pérdida del amigo, además de los cambios en el proyecto de vida individual, familiar, social

y comunitario. Dentro de la afectación psicosocial indirecta, con las afectaciones propias del individuo se evidencia trastornos de estrés postraumático, trastornos del estado de ánimo, trastornos de depresión y ansiedad.

Autores como Richard Mollica, se refiere a la experiencia del trauma, *“derivado de la violencia política afirmando que no sólo conduce a una transformación del sistema de valores, a una destrucción de las costumbres culturales y de las creencias, y a su posterior sustitución por nuevas ideas respecto al mundo que nos rodea, sino que además el trauma lleva consigo una serie de limitaciones funcionales a las que concede una relevancia, teórica y metodológica”*. (Mollica, 1999, p. 54).

Los significados alternos se evidencian cuando Carlos Arturo menciona en el relato que su familia le explicó lo que había generado la explosión, “una granada de fusil de las FARC”, una munición abandonada que no había explotado y que había vuelto pedazos a su amigo y dicho suceso lo estaba afectando en su salud física y psicológica. Carlos relata cómo su vida no puede ser igual en cuanto a su trabajo; ya han pasado seis años del accidente y todavía tiene secuelas; ya no puede trabajar como antes, pues el campo es muy duro y requiere de un gran esfuerzo, manifiesta que conseguir trabajo es difícil porque por la discapacidad no lo reciben tan fácil.

Al referirnos a Carlos si su problema es individual o social la literatura refiere que; *“es evidente que el trastorno o los problemas mentales no son un asunto que incumba únicamente al individuo, sino a las relaciones del individuo con los demás; pero si ello es así, también la salud mental debe verse como un problema de relaciones sociales, interpersonales e intergrupales, que hará crisis, según los casos, en un individuo o en un grupo familiar, en una institución o en una sociedad entera.”* (Martín-Baró, 2003, p. 336).

Las voces que se encontraron en el relato hecho por Carlos Arturo, revelan un posicionamiento subjetivo desde el lugar de víctima, sin embargo, en el relato podemos encontrar ambos posicionamientos, al analizar la narración los primeros párrafos podemos percibir una narración descriptiva de una víctima, donde se describe daños físicos, psicológicos, morales, psicosociales, familiares y comunitarios. Al finalizar la narración muestra un posicionamiento subjetivo de sobreviviente, resiliente en el sujeto.

Algunos textos refieren lo siguiente, *“el daño intencional tiene un impacto psicológico mucho más significativo en la víctima que los accidentes o los diversos tipos de catástrofes”* (Echeburúa, 2004; Fernández Liria y Rodríguez Vega, 2002). Por lo tanto, prima el posicionamiento subjetivo de víctima.

Como impactos naturalizados llama la atención como Carlos relata su historia e inicia con la experiencia de verse en el hospital y darse cuenta de la muerte de su amigo; reconocer que al igual que él hay muchas personas que han sido víctimas del mismo hecho, dificultando en gran manera el reintegro a la sociedad y su desarrollo en la vida laboral, además, en ocasiones las víctimas no se registran por el temor de las represalias o estigmas que puedan ocasionarse en la comunidad; finalmente se valora la capacidad de pensar en ayudar a otras personas, buscando la manera de evitar que este tipo de hechos violentos se sigan presentando en el país.

El posicionamiento resiliente de Carlos, se evidencia cuando menciona que “el accidente le sirvió para pensar en las otras personas”, mostrando su lado humanitario y progresivo por buscar oportunidades que le permitan estudiar y adquirir conocimientos para de esta manera ayudar aquellas víctimas que han pasado por el mismo hecho, los



pensamientos, emociones de Carlos le permite afrontar, resistir o contrarrestar el dolor y el daño emocional y psicológico ocasionado por este acto de violencia.

La literatura refiere que *“los traumas rompen los lazos de relación entre la persona y su comunidad, destroza el sentido de pertenencia, y asesta un golpe que puede ser definitivo a su integración social”*. (Durkheim, 1928, p. 418). En el caso de Carlos vemos como él replantea su futuro, sus metas en las cuales incluye un aporte a la sociedad desde su experiencia.

Algunos autores sugieren que *“la única forma de remediar el mal es dar a los grupos sociales bastante consistencia para que mantengan más firmemente al individuo, y que éste, a su vez, se sostenga unido a ellos”* (Durkheim, 1928, p. 418).

**Tabla 1 Formulación de preguntas circulares, reflexivas y estratégicas**

<b>Tipo de Pregunta</b>	<b>Pregunta</b>	<b>Justificación desde el campo Psicosocial</b>
Estratégica	¿Qué nuevos aprendizajes y cambios ha tenido en su vida después de haber vivido esta experiencia?	Explorar el conocimiento, el empoderamiento y el posicionamiento resiliente de la persona con la experiencia vivida, enfocando a la víctima con la resignificación de los hechos, el aprendizaje y refuerzo de habilidades y recursos personales.
	¿Pensar en ayudar a otras personas que han sido víctima de violencia; le ayudaría a que la situación vivida no le siga haciendo daño?	El objetivo es que la persona describa sus emociones, sentimientos y se conozcan aspectos sociales, psicológicos y cognitivos.

	<p>¿Considera que las personas víctimas de la violencia son estigmatizadas por la sociedad?</p>	<p>Con esta pregunta se pretende que la persona haga una reflexión sobre sí misma en el rol de víctima y sobre otras personas víctimas de violencia</p> <p>Estas personas víctimas de la violencia buscan encontrar un espacio donde la sociedad no los perciba como “peligrosos” por estar en condición de desplazados desean encontrar la oportunidad de encontrar un lugar donde no se les estigmatiza y les permita vivir como cualquier ciudadano que se encuentra viviendo nuevas experiencias.</p>
Circular	<p>¿Cómo percibe el futuro de su núcleo familiar más cercano ( papá, mamá, hermanos, esposa, esposo, hijos)?</p>	<p>Se pretende conocer, cual es el proyecto de vida, sus propósitos, objetivos y metas del vínculo familiar.</p> <p>Desde el enfoque sistémico, se indaga sobre la relación con la familia, contexto social, se observa las distorsiones cognitivas que pueda estar afectando las capacidades de la víctima para afrontar situaciones externas y personales.</p> <p>Este enfoque formula estrategias de terapia relacional, sistémica, que permite replantear el funcionamiento interno de la familia, así como las normas, posiciones y sistemas de comunicación familiar interna, pero realizadas desde la aceptación mutua de las necesidades y diferencias existentes en sus miembros.</p>
	<p>¿Al despertar del coma, qué le dijeron los padres de su amigo?</p>	<p>Con esta pregunta se quiere indagar a profundidad los episodios que no fueron narrados en primera medida, permitiendo conocer con mayor certeza</p>

		<p>diversas cuestiones que pueden resultar ser enjuiciantes.</p> <p>Desde el enfoque sistémico es importante indagar sobre roles familiares y sociales que va de la mano al objetivo, con el fin de ayudar al grupo familiar y miembros individuales a superar el hecho. En casos de ETP con el objetivo facilitar procesos y dinamizar el grupo familiar y social.</p>
	<p>Basado en su experiencia ¿Cuál cree que es la mejor manera de ayudar a otras víctimas?</p>	<p>Establecer mecanismos de ayuda para personas que pasan por hechos similares.</p> <p>La literatura dice que en la medida que la víctima identifica que lo sucedido en la parte externa es la respuesta al hecho y que muchas personas reflejan estos síntomas, logra aceptar y responsabilizarse de la situación, superando obstáculos que le impiden progresar..</p>
Reflexiva	<p>¿Que considera usted que ha sido la situación más difícil y dolorosa de llevar después la experiencia vivida?</p>	<p>Con la pregunta se pretende que la persona reconstruya la memoria para encontrar aspectos psicosociales y darles las soluciones respectivas.</p>
	<p>¿Si el estado brindara más oportunidades a las víctimas del conflicto, cree usted que se supere con facilidad las limitaciones causadas por estos hechos?</p>	<p>La pregunta nos permite ser generosos con la víctima, permitiéndole crear de manera imaginaria otra versión de su experiencia frente a los hechos, llevándolo a reflexionar mejores experiencias si de alguna manera los acontecimientos que marcaron su historia hubiesen sido afrontados de otra manera.</p>
	<p>¿Cree que los programas del Estado y el reconocimiento de derechos en la Ley de</p>	<p>Por medio de esta pregunta se pretende reconocer la percepción de esta persona como víctima en</p>

	<p>víctimas 1448 son suficientes para la reparación integral de las personas afectadas?</p>	<p>cuanto a la reparación integral por medio de los programas del estado. Se enfocan los objetivos desde la resignificación del hecho traumático, aprendizaje y estrategias para intensificar la habilidades y recursos personales.</p>
--	---	---

### **Análisis y presentación de estrategias de abordaje psicosocial para el Caso de Peñas Coloradas.**

La salud mental se refleja en cada persona sobre su estado de bienestar, personal, familiar y social, materializando sus capacidades sobre el afrontamiento del estrés normal en la vida, trabajando de forma productiva y contribuyendo al desarrollo de su comunidad. El hostigamiento militar al que fueron sometidos los habitantes de Peñas Coloradas; es un factor determinante para la afectación de la salud mental. La violencia en sí misma fue invasiva y produjo en los habitantes de Peñas Coloradas sentimientos de vergüenza, recriminación, culpa, combinadas con el miedo a ser lastimados, generando aspectos traumáticos, además, de los posibles trastornos mentales.

*” Los sucesos más traumáticos (las agresiones sexuales, la violencia de pareja, los atentados terroristas, etc.) dejan frecuentemente secuelas emocionales crónicas y hacen a las personas más vulnerables a los trastornos mentales y a las enfermedades psicosomáticas (Baca y Cabanas, 2003; Echeburúa, 2004)”.*

Colombia ha vivido un conflicto interno por más de 50 años, situación que ha dejado miles de víctimas de la violencia, en los que participan actores armados, actores sociales, actores políticos, que influyen e interaccionan en cada hecho violento dentro del país. Todo este contexto social deja múltiples emergentes psicosociales que afecta principalmente a las

víctimas del conflicto. Evidenciamos emergentes psicosociales importantes que afectan globalmente a la comunidad, y estos se describen como:

#### Desplazamiento Forzado

Los habitantes de Peñas Coloradas deben huir de su territorio para salvar sus vidas; llegan a sitios nuevos donde deben aprender otras culturas, costumbres son desarraigados de sus tierras, sus casas; por esta situación se sienten desterrados, ignorados y olvidados, sienten que están abandonados, su grupo familiar se ve afectado y su comunidad; comienzan las dificultades económicas y las afectaciones emocionales y conductuales de los habitantes de Peñas Coloradas. *“...la población es sometida a amenazas u otras causales que motivan el desplazamiento. La etapa se caracteriza por una gran desorganización de la vida familiar y comunitaria; predominan las pérdidas y la sensación de confusión; se producen las primeras reacciones emocionales y conductuales ante la nueva situación...”* (Rodríguez, J.; De la Torre, A.; Miranda, C. (2002).

#### Seguimiento y acosamiento

La comunidad describe diferentes formas de persecución y estigma social al que se han enfrentado durante todos estos años, donde se evidencia una ausencia de los derechos territoriales de los pueblos, vulneración a los derechos fundamentales, afectación importante a la salud mental de la población a nivel general. La sensación de desprotección sumado a la persecución por parte del Estado afecta psicológicamente el contexto social de la comunidad afectada.

*“...Llegó el hambre, llegó la miseria y, como si sacarnos del pueblo hubiera sido poco, llegó la persecución militar. Después del operativo del 25 de abril del 2004*

*vinieron los falsos positivos, las capturas masivas, los montajes judiciales y hasta las torturas. Necesitaban resultados. Les pedían resultados: mares de sangre. A veces lo abordaban a uno, le decían “usted tiene cara de guerrillero, botas de guerrillero, eche pa allá” y lo capturaban. A todos los de Peñas nos graduaron de cómplices del terrorismo y así justificaron la persecución”. (Rodríguez, J.; De la Torre, A.; Miranda, C. (2002).*

El Gobierno como estado garante de los derechos de la ciudadanía debe garantizar y tomar acciones necesarias para la protección y prevención de hechos criminales en nuestras comunidades evitando el desplazamiento” (ORIVAC).

#### Estrés postraumático

La comunidad de Peñas Coloradas presenta síntomas de estrés postraumático como resultado del desplazamiento y persecución generado por el conflicto armado dentro de sus territorios.

Los hechos de violencia ocasionados a las víctimas se clasifican como delitos contra la vida, la libertad y la integridad, conllevando a su medida a crisis humanitarias y violación de derechos humanos, en regiones del país. Los daños generados por la violencia se agrupan en daños emocionales y psicológicos, morales, políticos y socioculturales (Centro Nacional de Memoria Histórica, 2013).

*“...En un hombro nos colgamos los hijos y en el otro, las tulas de la ropa. Todo lo demás se quedó en el pueblo. La gente corría de un lado al otro”.*

*“Después del operativo del 25 de abril del 2004 vinieron los falsos positivos, las capturas masivas, los montajes judiciales y hasta las torturas. Necesitaban resultados. Les pedían resultados: mares de sangre”. (Rodríguez, J.; De la Torre, A.; Miranda, C. (2002).*

El impacto para la población de Peñas Coloradas al ser estigmatizados como cómplice de actores armados es sentirse excluidos, acusados, perseguidos y los más relevante pueden perder su identidad; situación dada por la falta de respeto a los derechos humanos, por la intolerancia, el desconocimiento, la falta de empatía de los grupos militares que invadieron su territorio; al desconocer al hombre y su dignidad como ser humano, se termina tomando a la persona como instrumento llevándolo a actos deshumanizantes y percibiéndolos como personas peligrosas, culpables, violentas y descrinándolos por la situación vivida. *“El trauma se convierte así en “una consecuencia normal de un sistema social basado en relaciones sociales de explotación y opresión deshumanizadoras... el trauma psicosocial puede ser parte de una ‘normal anormalidad’ social” (Martín-Baró, 2003, p. 295) que afecta de manera especial a los colectivos y grupos más vulnerables”*.

La ausencia de respeto al principio de distinción entre combatientes y civiles, sumado a la estigmatización, a las presiones y represalias directas contra los civiles, junto con la ocupación de bienes civiles privados, son otros factores agravantes que afectan la vida y contexto psicosocial de las comunidades. En este caso el Estado despojo de sus tierras a esta comunidad, no solo desprotegiéndola sino también estigmatizándola, vulnerando sus derechos individuales y colectivos a nivel fundamental.

La ausencia de asistencia de las instituciones locales y nacionales a los espacios de atención a víctimas para la implementación de las rutas, dificulta articular atención y acciones psicosociales, así como recursos para la prevención, atención y protección de las comunidades víctimas del desplazamiento forzado.

*“Los impactos del conflicto armado interno son complejos, de diverso orden, magnitud y naturaleza. Estos impactos dependen de las características de los eventos*

*violentos sufridos, el tipo de victimario, las modalidades de violencia, las particularidades y los perfiles de las víctimas, adscripciones políticas y religiosas, el tipo de apoyo recibido, las respuestas sociales frente a los hechos y las víctimas y las acciones u omisiones del Estado” (Centro Nacional de Memoria Histórica, 2013; Taylor, 2011).*

Las afectaciones psicosociales generadas por el hecho de haber sido desplazados de su territorio, desestabiliza su mente y estado emocional, generando sentimientos de dolor y desilusión por ser señalados y excluidos de oportunidades que les impiden el progresar, la humillación y maltrato por el mismo gobierno deja un aire desprotegido y con pocos ánimos de sentirse respaldados para superar el hecho.

Con la acción comunitaria propuesta para la población de Peñas Coloradas, se pretende que los habitantes recuperen su vida como seres humanos, confíen en que se respeta su dignidad, condiciones de vida de calidad, viviendo en valores que garanticen su igualdad, libertad y justicia social; donde exista una consciencia colectiva del servicio y el compartir; con el objetivo de ser gestores del mejoramiento de las condiciones de vida de los miembros de la comunidad. Pero logra acciones comunitarias es necesario el trabajo en grupo, conocer la dinámica grupal; como cada uno de los miembros motivados por el servicio se integran; los aportes individuales de cada integrante permiten una construcción social para el grupo; donde cada persona está motivada, reconocida, se siente parte del grupo, quiere permanecer en él; todos estos procesos permiten que el grupo sea eficiente que logren todos sus objetivos y metas en beneficio de la comunidad de Peñas Coloradas. Según Montenegro (2001, pag. 64, 65) existen dos vertientes de la Intervención. Una Intervención denominada Participativa y otra denominada Dirigida. La primera, destaca que es desde la pedagogía y el trabajo conjunto que se atacan las necesidades concretas y



se busca la emancipación de las personas del conjunto de relaciones de dominación a las que están expuestas en la sociedad. Es la unión entre el Interventor y los Intervenidos la puede promover un cambio social planificado.

**Tabla 2 Estrategias psicosociales**

<b>Estrategia 1</b>	<b>Nombre</b>	<b>Descripción Fundamentada y Objetivo</b>	<b>Fases Tiempo</b>	<b>Acciones por Implementar</b>	<b>Impacto deseado</b>
	Potencializar la Inteligencia Emocional	<p>Objetivo: Fortalecer la inteligencia Emocional a través de la Educación Socioemocional para que se regulen. se conozcan y se controlen las emociones de los habitantes de Peñas Coloradas.</p> <p><i>“El conflicto armado genera afectaciones físicas, emocionales y afectivas en las personas involucradas, altera la salud mental tanto individual como colectiva no solo de forma inmediata, sino</i></p>	Fase 1 1 mes	<p><b>1. Taller Psicosocial de Conciencia Emocional.</b></p> <p>a. Realizar la socialización con cada una de las habitantes de Peñas Coloradas y sus familias; presentación del poder de la conciencia emocional.</p> <p>b. Recomendar antes de empezar la socialización que cada persona tenga papel y lápiz, para que responda las preguntas durante la socialización.</p> <p>c. Desarrollar el taller práctico sobre Conciencia Emocional</p> <p>d. Compartir el video con cada uno</p>	Sensibilizar sobre la inteligencia emocional, los sentimientos, la identificación las creencias y el significado de las experiencias pasadas. Y desarrollar habilidades para le den valor a su vida, cambien aspectos en la forma de ser, especialmente en su comportamiento, que entiendan la importancia del agradecimiento y de aprender a vivir en el momento presente

		<p><i>también a largo plazo (Centro Nacional de Memoria Histórica, 2013; Lira, 2010; McDonald, 2010).”</i></p>	<p>Fase 2 1 mes</p> <p>Fase 3 1 mes</p>	<p>de los participantes para reforzar los tips de la conciencia emocional.</p> <p><b>2. Taller Psicosocial Gestionando las Emociones</b></p> <p>a. Realizar la socialización con cada participante; utilizando la presentación de Gestión de las Emociones.</p> <p>b. Recomendar antes de empezar la socialización que cada persona tenga papel y lápiz, para que responda las preguntas durante la socialización.</p> <p>c. Compartir el video con cada uno de los participantes para reforzar los tips de Gestionando las Emociones.</p> <p><b>3. Diseño de la estrategia sobre cómo Gestionar el cambio.</b></p> <p>a. Realizar la socialización con cada participante; utilizando la presentación de</p>	
--	--	--	---	--	--

				<p>Gestionar el Cambio.</p> <p>b. Recomendar antes de empezar la socialización que cada persona tenga papel y lápiz, para que responda las preguntas durante la socialización.</p> <p>c. Diseño de videos cortos para reforzar Gestionar los cambios.</p> <p><b>4. Cartilla de perdón y Bienestar Emocional.</b></p> <p>a. Explicar que la cartilla de perdón y Bienestar Emocional se trabaja cada día por 21 días</p> <p>b. Redactar cartas a la persona que necesitan perdonar.</p> <p>c. Auto registro de pensamientos y Conductas.</p>	
			Fase 4 1 mes		
<b>Estrategia 2</b>	<b>Nombre</b>	<b>Descripción Fundamentada y Objetivo</b>	<b>Fases Tiempo</b>	<b>Acciones por Implementar</b>	<b>Impacto deseado</b>
	Inclusión comunitaria como abordaje	Restaurar la unión de la comunidad Peñas Coloradas proponiendo estrategias y actividades de	Fase 1 1-mes	<b>Actividad de reconocimiento</b> -Establecer grupos focales dentro de la comunidad.	Liberar sentimientos negativos que no les permite avanzar como comunidad y que los desintegra a

	a la salud mental.	<p>inclusión comunitaria que permita restaurar las heridas ocasionadas por el desplazamiento forzado y la pérdida de sus tierras y bienes, con enfoque positivo ante la adversidad.</p> <p><i>“El compartir nos acerca a la posibilidad de identificarnos con las víctimas, permite recomponer su membresía a la comunidad y restablecer o crear lazos para la acción ciudadana (Martínez, M.; Martínez, J. (2003). Coaliciones comunitarias: una estrategia participativa)”</i></p>	<p>Fase 2 1- mes</p> <p>Fase 3 1-mes</p>	<p>- Realizar matriz FODA, identificando las principales fortalezas, oportunidades, debilidades y amenazas.</p> <p>-proponer las principales problemáticas que se deben abordar y analizar junto con los demás grupos lo propuesto por cada uno, involucrándose de esta manera en las actividades y temáticas a trabajar.</p> <p><b>Acciones psicoeducativas sobre Bienestar Físico</b></p> <p>Acciones psicoeducativas componente Pedagógico 1: Bienestar Físico, el cual tiene como objetivo explicar la importancia del bienestar físico como componente de la salud mental en el ser humano.</p> <p><b>Acciones psicoeducativas</b></p>	<p>tal punto de romper la unión que algún día los impulso a salir adelante como comunidad construyendo su propio territorio.</p> <p>Fomentar la salud mental logrado una superación satisfactoria de estas situaciones adversas, equilibrando su estado de bienestar físico, emocional y social.</p>
--	--------------------	--	--	---	--

				<p><b>sobre Bienestar Emocional</b> Acciones psicoeducativas componente Pedagógico 2: Bienestar Emocional, el cual tiene como objetivo explicar la importancia del bienestar emocional como componente de la salud mental en el ser humano.</p> <p><b>Acciones psicoeducativas sobre Bienestar Social</b> Acciones psicoeducativas componente Pedagógico 2: Bienestar Social, el cual tiene como objetivo explicar la importancia del bienestar social como componente de la salud mental en el ser humano.</p>	
Estrategia 3	Nombre	Descripción Fundamentada y Objetivo	Fases Tiempo	Acciones por Implementar	Impacto deseado
	Un nuevo	Esta estrategia Busca fortalecer las acciones	1 Año	<b>Socialización:</b> Se realizarán dos tipos de reuniones,	Fortalecer a la comunidad para que esta cree y se apropie

	comienzo	colectivas para reconstruir socialmente a las comunidades frente a las problemáticas y los efectos de la guerra. También comprender entender y analizar a este determinado grupo, sus experiencias pasadas, presentes, y acompañar en la construcción de sus expectativas del futuro. (Parra, 2016, p. 83) OBJETIVO: Acompañar en el proceso La reconstrucción social de las comunidades y superar de episodios traumáticos dados por el conflicto armado en Colombia.	Fase 1-4 meses  Fase 2-4 meses  Fase 3 4 meses	grupales e individuales, y generando desde el primer encuentro un proceso de reflexión.  1.Rehabilitación Psicosocial y Reconstrucción Social.  2. Reparación Psicosocial. Para la lucha contra la impunidad, y descubrir la verdad, resarcir simbólicamente los daños causados.  3.Acompañamiento psicosocial y asesoría en denuncia.	de nuevas maneras de vida y de comunicación con su entorno.  Recuperar la identidad de los territorios acorde a las nuevas condiciones.  Mitigar el daño  Integrar la experiencia traumática. Reincorporar a la familia y la comunidad a la sociedad
--	----------	--	--	--	---

### **Informe analítico y reflexivo de la experiencia de foto voz realizada**

Cada persona hace parte del lugar que habita; este espacio o contexto le ha permitido construir su identidad, su cultura, su lenguaje, con características particulares y especiales que los diferencian de los demás; el ejercicio realizado a través de la foto voz

en los departamentos de Risaralda, Boyacá, Huila y Tolima, permitiéndonos explorar los territorios con las fotografías, articulando de esta manera la narrativa, se refleja dentro de los textos lo que la imagen quiere expresar, articulando la subjetividad con relación a los temas de violencia y conflicto armado que han dejado víctimas constantes dentro de estos departamentos; se adecuo dentro de cada contextos las situaciones particulares y más representativas a cusa de la violencia. La experiencia realizada a través de la Foto voz refleja como los contextos toman forma para hablar o narrar sobre la subjetividad de sus habitantes, siendo esta la oportunidad para escuchar las voces calladas y los sentimientos reprimidos, expresando elementos en torno a la subjetividad como pérdida del lugar de origen; arrebato de una vivienda digna; privación del compartir con las raíces originales, arrebatar la identidad, quebranto de ilusiones, dolor al recordar, enfrentamiento del duelo. Todos estos espacios llenos de historia y significados dejan de ser solo símbolo y pasan a ser parte del sujeto para alimentar su propia identidad.

*Das (1997) se interesa por la manera como el registro de lo imaginario –cuento, novela–, habla lo que otras narrativas ocultan e incluso interpela el silencio de los protagonistas de la experiencia de violencia. (Jimeno, Myriam (2007). Lenguaje, subjetividad y experiencias de violencia)*

Dentro del análisis realizado se evidencia que cada uno de nosotros es único en la forma de pensar, sentir, amar, vestir, compartir, diferenciándonos en las buenas relaciones, los buenos equipos y las buenas oportunidades. Aprender y evitar las críticas y los prejuicios cuando encontramos personas que piensan de manera diferente, hace parte del margen de tolerancia que se pretende lograra para nuestra vida, viendo a los

otros en nosotros mismos; tener y dar libertad de ser distinto y poder hacer las cosas que disfrutamos originalmente con libertad propia y para los demás; apoyando la diversidad cultural.

Los valores simbólicos y subjetivos que podemos reconocer al realizar el trabajo de la foto voz; son los acontecimientos significativos, representados de manera simbólica y creativa para enseñar y mostrar el mensaje que se quiere transmitir a través de esta herramienta; estos valores subjetivos tienen relación con los espacios simbólicos los cuales han sido construidos culturalmente; los cuales se conservan y se comparten entre todos.

*“Es decir, primeramente, el problema de la violencia es mirado desde fuera, pero después de la discusión de las fotos, se pasa a cuestionarlo y relacionarlo con estructuras sociales. En este sentido, la foto intervención favorece “la consciencia más plena y activa del problema, que pasa a ser vivido también como propio y no sólo como ajeno” (Cantera, 2010, p. 201).”*

Las fotografías tomadas cuentan historias importantes para las personas que las han vivido; aportando al procesos de construcción de memoria histórica de la víctima, estas imágenes a la vez de acuerdo a las experiencias vividas en la comunidad crean historias que han dejado afectaciones psicológicas; de tal manera que estas imágenes son una fuente importante para usarse como instrumento que apoye e impulse cambios sociales en las comunidades; todos los lugares hacen parte de la subjetividad de la comunidad y a través de ellas se tejen memorias históricas que cada uno interpretará de acuerdo a su subjetividad individual.

*La conciencia de sí, que es lo que constituye la subjetividad, no encierra al individuo en sus sentimientos y pensamientos internos, sino que la subjetividad se conforma también*



*mediante un proceso social, hacia fuera de uno mismo, hacia y desde otros. (Jimeno, Myriam (2007). Lenguaje, subjetividad y experiencias de violencia)*

Expresar aquellos hechos de violencia desde una comunidad no es tarea fácil, el hecho de narrar y recordar aquellos momentos y recuerdos llenos de dolor, tristeza y resignación no debe ser agradable para aquellas personas que han padecido este tipo de hechos, debe ser considerable la manera estratégica de plasmar a través de una foto voz este tipo de hechos, pues expresarlo a través del arte resulta más tentador para la víctima y de cierta forma termina siendo una forma de liberación y expresión de memorias que han causado dolor y han marcado en cierta medida sus vidas.

Las imágenes del contexto descrito, expresa la subjetividad de la resignificación de la paz, después del post conflicto, la cual trata de comprender que la paz no solo es la ausencia de violencia o enfrentamientos militares con grupos armados, también es la confianza de poder tener la libertad de ingresar a territorios sin miedo a ser víctima de algún evento traumático de violencia.

Nos encontramos con elementos subjetivos de re-victimización, de memorias de recuerdos dolorosos, o de heridas de guerra, que de alguna forma llegan a ser un punto de encuentro de la condición humana. Del mismo modo la guerra se entrelaza socialmente, en la cual la sociedad produce los sujetos que necesita para enviar a la guerra.

En las memorias se revelan historias de un conflicto armado, genocidios, donde siempre va haber un grupo social víctima del hecho, en la cual los vencedores silencian los muertos que han ocasionado e imponen este silencio con regímenes de terror. Es decir, estos muertos vencidos no forman parte de la historia oficial. Se trata de muertes merecidas, de exterminaciones necesarias, en la cual se asegura la permanencia de los vencedores en el

poder donde el silencio es su estrategia. Por medio de la imagen y la narrativa damos a conocer las subjetividades de entornos de guerra. Y las aproximaciones por medio de intervenciones psicosociales que podemos realizar en estas comunidades.

*Sanz (2007) afirma que la narración de las vivencias evoca emociones dolorosas y la participante ha podido revivir la soledad, el sentirse diferente y destruida, lo que cumple con la función terapéutica. Por otro lado, el trabajo con las fotos, según esta autora, también permite “descubrir aspectos que no habrían visto antes” como “las cosas muy bonitas que no sabía que existían” (Sanz, 2007, p. 77), con lo cual facilita el proceso de autoconocimiento.*

La experiencia de la foto voz permite analizar, vivenciar y concientizarnos de las acciones psicosociales de una forma sencilla, creativa y participativa. El enfoque narrativo da la posibilidad de indagar, explorar, descubrir las historias que no se han contado en los contextos de violencia; convirtiéndose la fotografía y el enfoque narrativo en una herramienta estratégica en los procesos de acompañamiento psicosocial. Las imágenes tomadas toman voz para describir la realidad y contar situaciones y dificultades de las personas o de la comunidad vinculadas con violencia; estas narrativas describen sentimientos, emociones y aún más importantes historias cargadas de esperanza e ilusión, de superación, de liberación a las personas que han sido víctimas las personas y permitirán construir proyectos sociales con enfoque a lo colectivo y comunitario; convirtiéndose como lo dice Cantera una herramienta de denuncia social. *“Cantera (2010) recomienda el uso de la fotografía como instrumento de trabajo que favorece la concienciación de problemas sociales y Sanz (2007, p. 39) refuerza el uso de las fotos como “una herramienta de denuncia social”.*

## Conclusiones

Los hechos de violencia ocasionados a miles de víctimas en el país nos permiten identificar las diferentes afectaciones psicosociales que padece el individuo tras presenciar este tipo de hechos, los cambios radicales que tienen que afrontar tras ser afectados, física, emocional, familiar y social generan en algunos impedimentos para resurgir y poder superar los hechos, a diferencia de otras víctimas se refleja la manera en como convierten situaciones difíciles en trampolines de superación para seguir afrontando estas situaciones y buscan estrategias para evitar que más víctimas padezcan situaciones de violencia.

El ejercicio de Foto Voz, nos permitió conocer las subjetividades de una realidad traumática vivida por una víctima tras presenciar hechos violentos en el pasado, con el apoyo de esta herramienta se plasman estos hechos de una forma ingeniosa e imaginativa donde a través de fotos y la narración se representan vivencias para reflexionar y también para desarrollar estrategias que permitan generar un impacto de forma positiva en las víctimas.

Con la elaboración del diplomado de profundización acompañamiento psicosocial en escenarios de violencia, nos permitió conocer una herramienta muy importante para nuestro rol como psicólogos, por que dar voz a acontecimientos de una realidad que han vivido diferentes familias como es la violencia y el desplazamiento forzado nos ayuda a reconocer la realidad de problemáticas de violencia de diferentes entornos, permitiendo el empoderamiento mediante fotografías o imágenes.

**Link página wix**

**<https://olgaluciahuertasun.wixsite.com/miradas-reconstru>**

## Referencias

- 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-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>
- Jimeno, Myriam (2007). Lenguaje, subjetividad y experiencias de violencia. *Antípoda*. *Revista de Antropología y Arqueología*, (5), 169-190. [Fecha de Consulta 12 de agosto de 2020]. ISSN: 1900-5407. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/814/81400509.pdf>
- Pollak, M. (1989). Memoria, olvido y silencio. En *Revista Estudios Históricos*. Río de Janeiro, Vol. 2, N° 3. pp. 3-15. Recuperado de: [https://www.comisionporlamemoria.org/archivos/jovenesymemoria/bibliografia\\_web/memorias/Pollak.pdf](https://www.comisionporlamemoria.org/archivos/jovenesymemoria/bibliografia_web/memorias/Pollak.pdf)
- Herrera, J (2017) Memoria, subjetividad y violencia. Recuperado de <http://hdl.handle.net/10596/13072>
- Stella S. Claudia T. Luisa G. (2005). Guía de Orientaciones para el acompañamiento Psicosocial a la Población en Situación de Desplazamiento. Recuperado de

<https://www.globalcommunities.org/publications/2005-acompanamiento-psicosocial.pdf>

Carmen G. (2002). Scielo. Trastorno por estrés postraumático: clínica y psicoterapia.

Recuperado de: [https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0717-92272002000600006](https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-92272002000600006)

Renato A. (2002). Trastorno por estrés postraumático: estudios en veteranos de guerra

norteamericanos y su relevancia para América Latina. Recuperado de:

[https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0717-92272002000600004](https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-92272002000600004)

Nohelia H. Fernando J. Arturo J. Jeannie G. Yineth M. Andrea M. Martha V. (2015).

Afectaciones Psicológicas, Estrategias de Afrontamiento y Niveles de Resiliencia de Adultos Expuestos al Conflicto Armado en Colombia. Recuperado de

<https://www.redalyc.org/jatsRepo/804/804444652009/html/index.html>

Carreto B. (2010). Resiliencia. Una visión positiva para la prevención e intervención desde

los servicios sociales. Recuperado de

<https://www.redalyc.org/pdf/181/18113757004.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>