

La imagen y la narrativa como herramientas para el abordaje psicosocial en escenarios de violencia. Departamentos de Cesar, Santander y Norte de Santander

Adriana Paola Gómez Parra

Ana Milena Motta Celis

Ligia Karina Jácome

Yamile Cañizares Parra

Tutora:

Ludibia Bermeo Claros

Universidad Nacional Abierta y a Distancia - UNAD

Escuela de Ciencias Sociales, Artes y Humanidades - ECSAH

Programa de Psicología

Julio 31 de 2022

Resumen

Hablar del conflicto armado, nuestra nación ha sido promotora de violencia desde lo más recóndito de las montañas hasta las principales calles de nuestras ciudades, dejando panoramas con miles de personas en situaciones vulnerables, con heridas psicológicas, diversas enfermedades mentales y expuestos a la violación de todos sus derechos, al ser discriminados y excluidos de los diferentes escenarios socio-políticos por las huellas originadas en esta guerra.

Cada actos violento ejercido sobre la humanidad, tiene el vil propósito de destruir a personas en particular, a familias y comunidades completas, algunos teniendo que abandonar sus posesiones para quedar a la intemperie, otros soportan el dolor por la desaparición de sus familiares y cercanos, padres enterrando sus jóvenes hijos y muchos mutilados por la inclemencia de las minas que buscan apagar la vida y alegría de nuestros paisanos, pero que en medio de esta cruda realidad, cada víctima de una u otra manera, ha recibido acompañamiento psicosocial que les ha empoderado para convertirse en personas resilientes que se han demostrado así mismos lo capaz de su accionar y el potencial que se tenía y que no se había descubierto para iniciar un nuevo camino con nuevas oportunidades.

Sustentados por el enfoque narrativo desde el estudio de casos, se realizaron lecturas a cuatro relatos, con el fin de construir el estudio reflexivo a partir de cinco preguntas orientadoras. En consenso se escogió el relato No.5 de Carlos Arturo, para complementar su análisis; y, desde la subjetividad en contextos de violencia, se formularon nueve preguntas con enfoque reflexivas, circulares, y estratégicas, con miras de realizar una posible entrevista. Finalmente, se presenta un análisis realizado al asunto de Peñas Coloradas, y se establecen estrategias y/o propuestas desde el enfoque psicosociales para una posible intervención a sus pobladores.

Palabras clave: Víctima, Conflicto armado, Resiliencia, Sobreviviente

Abstract

Talking about the armed conflict, our nation has been a promoter of violence from the depths of the mountains to the main streets of our cities, leaving scenes with thousands of people in vulnerable situations, with psychological wounds, various mental illnesses and exposed to the violation of all their rights, being discriminated against and excluded from the different socio-political scenarios due to the traces caused by this war.

Each violent act exerted on humanity, has the vile purpose of destroying people in particular, families and entire communities, some having to abandon their possessions to stay in the open, others bear the pain of the disappearance of their relatives and close ones, parents burying their young children and many mutilated by the inclemency of the mines that seek to extinguish the life and joy of our countrymen, but in the midst of this harsh reality, each victim in one way or another, has received psychosocial support that has empowered them to become resilient people who have shown themselves the capacity of their actions and the potential they had and had not discovered to start a new path with new opportunities.

Supported by the narrative approach from the case study, four stories were read, in order to build the reflective study from five guiding questions. In consensus, Carlos Arturo's story No.5 was chosen to complement his analysis; and, from subjectivity in contexts of violence, nine questions were formulated with a reflective, circular, and strategic approach, with a view to conducting a possible interview. Finally, an analysis of the Peñas Coloradas issue is presented, and strategies and/or proposals are established from the psychosocial approach for a possible intervention to its inhabitants.

Keywords: Victim, Armed conflict, Resilience, Survivor

Tabla de Contenido

Análisis relatos de violencia y esperanza en Colombia Caso 5. Carlos Arturo	6
Análisis al relato de Peñas Coloradas	16
Informe analítico y reflexivo de la experiencia de foto voz.....	35
Página Wix.....	40
Conclusiones del paso 3.....	41
Conclusiones Generales	43
Referencias Bibliográficas	44

Lista de tablas

Tabla 1. Formulación de preguntas circulares, reflexivas y estratégicas	12
Tabla 2. Formulación de las estrategias, para el Caso de Peñas Coloradas	21

Análisis relatos de violencia y esperanza en Colombia Caso 5. Carlos Arturo

Las experiencias vividas por Carlos, son un claro ejemplo de esta triste realidad de violencia, pero que en medio de todo, es un caso fuertemente impactante, al observar la forma como ha afrontado el dolor profundo en cada proceso al que ha tenido que ser sometido resultado de esa violencia en su vida; un adolescente de 14 años que su propósito era estudiar, ser apoyado por sus progenitores, colaborarles en las tareas de casa y compartir con sus amigos, nunca imaginó que una tarde cuando su propósito era jugar con su amigo, la vida para él y su familia, cambiaría para siempre.

Ahora, Carlos Arturo es un joven con capacidades diferentes y algunas limitaciones, a quien le han brindado acompañamiento psicosocial y que su enfoque resiliente está basado en la psicoeducación como oportunidad para reconstruir su proyecto de vida, pero que todavía necesita ayuda por parte del estado para terminar sus tratamientos médicos y así continuar con su clara posición de salir adelante, con el deseo de ayudar a su familia con una capacidad solidaria con su familia y a quienes lo necesiten.

Fragmentos relevantes

Dentro de los fragmentos que generaron impacto psicológico en Carlos Arturo, encontramos: *“Pero el 7 de septiembre del 2002, tres días después de cumplir 14 años, mi vida cambió”* A partir de este acto violento presentado en la narración de Carlos Arturo, se puede demostrar que, a pesar de la edad de una víctima, toda persona está capacitada para sobreponerse a cualquier situación de impacto negativo, y seguir avanzando a un nuevo futuro. “Hay casos, incluso, en que las víctimas pueden dotar a su vida de un nuevo significado e incluso desarrollar emociones positivas en situaciones muy estresantes (Pelechano, 2007; Tedeschi y Calhoun, 2004)” Echeburúa, E. (2007). Aunado a lo anterior, se resalta una gran capacidad de resiliencia,

“La resiliencia se ha definido como la capacidad de una persona o grupo para seguir proyectándose en el futuro a pesar de acontecimientos desestabilizadores, de condiciones de vida difíciles y de traumas a veces graves (Manciaux, Vanistendael, Lecomte y Cyrulnik, 2001)”

Vera, B. et.al., (2006). “El origen de los trabajos sobre resiliencia se remonta a la observación de comportamientos individuales de superación (...) (Vanistendael, 2001) y al estudio evolutivo de niños que habían vivido en condiciones difíciles” Vera, B. et.al. (2006).

“Allí nos dedicábamos a la agricultura, a cultivar café, yuca, fríjol y todo eso con toda la familia”. (...) “A mi papá y a mi mamá les dio muy duro. Yo siempre le ayudaba a ambos; me mantenía en la casa ayudando en cualquier cosa; hacía lo que era necesario”. Aquí se refleja que Carlos Arturo tenía un afecto especial por su familia, y que siempre estaba pensando en ayudar a sus padres, pensamiento que le permitió empoderarse para reflejar su amor no solo por la familia, sino el hecho de pensar en todas las personas necesitadas de su apoyo para salir adelante en medio de cualquier adversidad.

“El equilibrio psicológico previo, el transcurso del tiempo, la atención prestada a los requerimientos de la vida cotidiana y el apoyo familiar y social contribuyen muchas veces a digerir el trauma. De este modo, estas personas, aun con sus altibajos emocionales y con sus recuerdos dolorosos, son capaces de trabajar, de relacionarse con otras personas, de disfrutar de la vida diaria y de implicarse en nuevos proyectos (Avia y Vázquez, 1998; Tedeschi y Calhoun, 2004)” Echeburúa, E. (2007).

“Conseguir trabajo es difícil porque por la discapacidad no lo reciben a uno”. “Éste es una víctima”, “dicen”, “y en cualquier momento pasa algo y nos echan la culpa a nosotros”.

“De acuerdo con los datos suministrados por el Ministerio de Justicia desde 1990 un total de 7.451 personas han sido víctimas de minas antipersonales, de las cuales el 34% son civiles y el

10% son menores de edad” Gantiva, C. (2010). Tristemente, en nuestro país carecemos de inclusión social en las diferentes instituciones educativas, laborales y recreativas, ya que nuestras políticas públicas no cuentan con las herramientas de infraestructura y recurso humano idóneo para la atención de cada persona que presenta una capacidad diferente, que les permita suplir dichas necesidades, para desarrollarse de manera integral y normal según su capacidad cognitiva y física. Desde la psicología social se plantean procesos de inclusión, como lo señala Fajardo, A. (2007), “La psicología social comunitaria, ha desarrollado gran parte de su quehacer en torno al acompañamiento en la transformación de procesos de inclusión para personas y colectivos que históricamente han sido excluidos debido a condiciones de desventaja social, económica, étnica, de género, entre otras”.

De igual forma Espinosa, E. (2013), “define el término inclusión social como un proceso que surge del contacto entre diversas estructuras de sentido, y permiten la doble posibilidad de cuestionarnos y darnos a la tarea de comprender y aprender de los demás, buscando instancias de reflexión donde la dignidad y la equidad sean puntos de inicio para pensar las interacciones sociales y los procesos de transformación de la realidad”.

“Quiero estudiar Medicina o Derecho para buscar maneras de ayudar a otros que han sufrido el mismo accidente”. Esta fracción me llama la atención por la capacidad resiliente de este chico para resignificar su historia dramática, impactante y traumática de su pasado, en una historia esperanzadora para seguir adelante, descubriendo sus propios recursos para transformar su presente y cimentar su nuevo comienzo con la óptica de ayudar a otros que también hayan vivido su misma situación. “De lo que se trata, en definitiva, es de que la víctima comience de nuevo a vivir y no meramente se resigne a sobrevivir (Rojas Marcos, 2002)” Echeburúa, E. (2007).

Impactos psicosociales del contexto

Cada grupo armado en busca de sus propios beneficios, no les importa el daño que tengan que causar para conseguir sus objetivos, llevando a la victimización a personas indefensas que soportan las secuelas de esta guerra despiadada y cruel, que solo ha dejado vidas llenas de dolor, con hambre, huérfanos, viudos, enfermos mentales y con un sin número de heridas emocionales y físicas.

El conflicto armado desencadenó un impacto psicosocial formidable en la vida de Carlos Arturo, primero se presenta la pérdida de su amigo de manera inesperada y catastrófica, segundo se afecta su dimensión física y psicológica dejando heridas comprometedoras en su cuerpo, daño moral, se genera una desvinculación de su entorno social, se da la interrupción en los proyectos de vida y familiares, presenta una alteración de su sistema nervioso ocasionando depresión, estrés, ansiedad entre otros, que redireccionan su pensamiento y comportamiento. Según Hernández, G. 2003), señala que las minas antipersonas generan afectaciones emocionales, y lo refiere así: “Cuando alguien tropieza en su camino con una mina antipersonal, con el aterrador estallido le cambia también su vida, se altera su relación con su propio cuerpo, la autoestima se debilita, pero ante todo se lesiona el alma, se nubla la esperanza, la fe se distancia y los sueños se hacen inalcanzables”.

Subjetividad de víctima o sobreviviente

Este se puede ubicar en una posición subjetiva visualizado desde las dos esferas, en primer lugar, el de víctima cuando expresa que está esperando que el estado le dé todo, es decir, esperando depender de otros al reclamar sus derechos *“El proceso de reparación administrativa es muy complejo. Tienen que retomar el caso, investigar si uno fue víctima, cómo fue el accidente, tienen que hablar con testigos, con el alcalde, con la fiscalía, todo eso; y si no es*

víctima no le pagan. Todo ese proceso se demora diez años. Yo espero que me den mi estudio, mi colegio, mi universidad, mi tratamiento médico y mi pensión”, segundo lugar, como sobreviviente cuando expresa querer ayudar a quienes están igual o peor que El, es decir, hace una reconstrucción del proyecto de vida, *“Ahora quiero viajar fuera del país para integrarme a otra sociedad y trabajar. Quiero estudiar Medicina o Derecho para buscar maneras de ayudar a otros que han sufrido el mismo accidente”*.

Bustamante, V. (2017) presenta la comparación que hay entre una víctima y un sobreviviente, por lo que expresa “(...) el sobreviviente del conflicto interno armado, deja de ser aquella víctima que actúa como sujeto pasivo, que siempre está en la espera de la reparación económica ofrecida por el Estado para la reparación del daño objetivo y se convierte en un sujeto que participa activamente en la reconstrucción de su proyecto de vida, contribuyendo así a la reparación del daño subjetivo”.

Imágenes dominantes de la violencia

Para Carlos Arturo hubo un cambio radical; después de tener una vida alegre, llena abundancia, de recreación, de trabajo, de comunión, de compartir familiar, de amistad, pasó a un escenario devastador y de dolor profundo, por las pérdidas y desolación a nivel personal y familiar, al tener que abandonar su finca, la tierra que le vio crecer y que significaba su patrimonio familiar, alejarse de sus actividades cotidianas, de su estudio, de su mejor amigo quien fuera arrebatado por una mina que instaurada por los grupos armados, desprendimiento de su cultura, su comunidad, entre otros, para enfrentar su nueva vivienda incierta, su precario estado de salud físico y mental, la baja economía para cubrir los tratamientos médicos recomendados para su posible recuperación.

Las huellas de la violencia quedaron grabadas en el cuerpo y la mente de este adolescente, una violencia despiadada que ha dejado miles de víctimas en diversas condiciones; algunos, con afectaciones a nivel físico, psicológico, individual o grupal, violencia que no hace discriminación de edad, raza, género, estatus social, etc., dejando panoramas deprimentes en todas aquellas personas que han tenido que vivirla, y que en ocasiones continúan siendo víctimas frente un presente incierto, porque no logran desarrollar habilidades de sobreviviente para construir un futuro nuevo y mejor.

Posicionamiento resiliente frente a violencia

En la historia, se muestra un alto grado de capacidad resiliente por parte del protagonista, pese a los hechos catastróficos que ha tenido que enfrentar, pero que no le han hecho perder el deseo por sobresalir en su nuevo proyecto de vida fundamentado en educación, y ahora con mayor motivación, según lo expresa cuando señala: “El accidente me sirvió para pensar en las otras personas. Ahora quiero viajar fuera del país para integrarme a otra sociedad y trabajar. (...) Ahora debo tratar de ayudar a los que están peor que yo”.

Además, resalta su gran preocupación por ayudar a su familia, y desea encontrar mejores oportunidades para cada uno de ellos, aunque hasta el momento había sido imposible.

Finalmente, en su proceso resiliente, desea vincularse a proyectos de concientización y acción en contra de las minas antipersonas de los grupos armados, que minimice víctimas por este flagelo, según lo expresa: “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. Las minas no distinguen edad ni nada”.

Tabla 1

Formulación de preguntas circulares, reflexivas y estratégicas.

Tipo de pregunta	Pregunta	Justificación desde el campo psicosocial
Circular	¿Cuál es la posición de los familiares con respecto a la decisión de querer estudiar para ser profesional y ayudar a otras personas?	Desde el enfoque sistémico se busca integrar la familia de Carlos Arturo, como apoyo emocional en su proceso resiliente para construir su nuevo proyecto de vida, siendo la familia un microsistema que ejerce un función significativa en el desarrollo integral de sus miembros como lo afirman algunos autores, “Teniendo en cuenta que el microsistema es concebido como el conjunto de interrelaciones que se producen dentro del entorno inmediato, según Bronfenbrenner, (1986), Rodrigo y Palacios, (1998) y Papalia y Olds, (1992), la familia es el microsistema más importante porque configura la vida de una persona durante muchos años” Espinal, I., et.al. (2006).
Circular	Después de este incidente, ¿cómo se afectaron sus relaciones interpersonales y proyecto de vida?	Aquí se espera que Carlos Arturo reflexione acerca del impacto causado por la ruptura de las relaciones con su amigo y entorno, con el fin de promover autocontrol para adquirir nuevas habilidades de interacción y la incorporación de nuevas alternativas con postura resiliente para surgir con buena adaptación en los cambios psicológicos y físicos de su nueva etapa que le ayuden a tener mejor calidad de vida. “El tratamiento debe comenzar de forma lo más inmediata posible en los casos necesitados de terapia. Un tratamiento temprano impide la cronificación de los síntomas y permite a la víctima el restablecimiento de la vida cotidiana”, Echeburúa, E. (2007).
Circular	¿Para usted, quién ha sido el más afectado al ver la situación en la que se encontraba?	Se plantea esta pregunta con el fin de ubicar un acercamiento, crear un análisis de su evolución, establecer unión de tiempos, sucesos e individuos que han sido partícipes de su historia de vida a partir de la explosión. Nos posibilita reconocer el impactó psicosocial que tatúa la víctima y de esta forma reconocer su estado emocional, como emergentes psicosociales que le permitan definir de

qué modo abordó su situación y como logró salir y superar el trance actual. “De este modo, estas personas, aun con sus altibajos emocionales y con sus recuerdos dolorosos, son capaces de trabajar, de relacionarse con otras personas, de disfrutar de la vida diaria y de implicarse en nuevos proyectos (Avia y Vázquez, 1998; Tedeschi y Calhoun, 2004)” Echeburúa, E. (2007).

Tipo de pregunta	Pregunta	Justificación desde el campo psicosocial
Reflexiva	¿Cuáles recursos personales encontró para salir adelante, a partir de la situación adversa vivida por el acto violento?	Mediante esta pregunta se busca contribuir en la promoción de un análisis de autoconcepto, autoconocimiento y autoobservación, que le permita al protagonista evaluar y descubrir su valor personal e identificar recursos que emergen como herramientas de apoyo en su capacidad resiliente, y que le ayudarán a superar cada momento difícil; y, desde el acompañamiento y orientación psicológica, llevarlo a retomar acciones transformadoras que ayuden a un mejoramiento en su estilo de vida.
Reflexiva	¿Cómo cree que podría empezar desde ya a cumplir sus sueños?	Aquí se requiere que la persona reconozca las fortalezas y oportunidades con los que cuenta como sobreviviente, más que como víctima. Le damos una mirada desde el enfoque narrativo que “es una herramienta que aporta muchos elementos para poder transformar esas historias de victimización, rabia, de miedo y de culpa, en historias de sobrevivencia, esperanzadoras para que esas personas puedan reconstruir sus vidas” (Nensthiel,2015).
Reflexiva	Si tiene la oportunidad de volver a la tierra natal, ¿qué es lo primero que hará para ayudar a esa comunidad, en pro de que no haya más víctimas de minas antipersonas?	Esta pregunta tiene el propósito de producir ideas de evolución y de resistencia, como espía de sí mismo y de su entorno. Que renazca ese ánimo de perseverancia disposición para visionarse hacia un futuro, habiendo abandonado momentos de angustia, sufrimiento, dolor, para realizar un accionar de solidaridad. “Los beneficios obtenidos con un enfoque grupal pueden ser los siguientes: a) superar la resistencia de las víctimas a hablar del suceso traumático (...); b) (...)

señalar la normalidad de las reacciones experimentadas ante un hecho anormal; c) romper el aislamiento a nivel familiar y social, que es consecuencia, a su vez, de la incapacidad para hablar emocionalmente del acontecimiento traumático; d) aprender estrategias de afrontamiento a partir de la experiencia de personas que sufren el mismo tipo de dificultades; e) adquirir una motivación para el cambio y un aumento de confianza en los propios recursos a través de los logros de los demás; y f) ayudar a los demás miembros del grupo, lo cual contribuye a la recuperación de la autoestima” Echeburúa, E. (2007).

Tipo de pregunta	Pregunta	Justificación desde el campo psicosocial
Estratégica	¿Qué acontecería si busca oportunidades de educación por medio de entidades internacionales que brindan espacios de capacitación a estudiantes que desean formarse para servir?	Mediante esta pregunta, buscamos que el protagonista se cuestione sobre su actitud frente a una posible situación que para muchas víctimas ha sido una realidad, y que le llevaría a indagar nuevas oportunidades que le generen recursos de auto sostenimiento, para avanzar con nuevos proyectos desde lo profesional, para contribuir con otros que han enfrentado el mismo sufrimiento , punto donde podemos resaltar lo que dicen algunos autores, “(Tedeschi y Calhoun, 2000 De hecho, muchos de los supervivientes de experiencias traumáticas encuentran caminos a través de los cuales obtienen beneficios de su lucha contra los abruptos cambios que el suceso traumático provoca en sus vidas)” Vera, B. et.al., (2006).
Estratégica	¿Cuál es la posición donde le gustaría estar, en espera de la ayuda del estado o crear recursos personales para salir adelante?	De acuerdo con lo que menciona Echeburúa, E. (2007), afirmando que, “la identidad de víctima a perpetuidad es contraproducente porque prolonga el duelo de los afligidos y los lastra para comenzar un nuevo capítulo de su vida”. Se busca que el protagonista cambie de posición de víctima a sobreviviente, para que desde esta última posición mire sus recursos personales para que resignifique su existencia desde otra perspectiva de vida.

Estratégica	¿Cómo puede gestionar la experiencia dolorosa para convertirse en un sobreviviente y no en una víctima?	Mediante esta pregunta, se intenta que la persona se auto-confronte y desde su posición de víctima pueda tener un encuentro con su dolor para resignificarlo, utilizando las habilidades encontradas para gestionar su proceso de crecimiento a partir del perdón. De esta forma pueda darle un vuelco a su vida y pueda contar su historia como un sobreviviente del trauma vivido. “La Psicología Positiva recuerda que el ser humano tiene una gran capacidad para adaptarse y encontrar sentido a las experiencias traumáticas más terribles, capacidad que ha sido ignorada por la Psicología durante muchos años (Park, 1998; Gillham y Seligman, 1999; Davidson, 2002)” Vera, B. et.al. (2006).
--------------------	---	--

Análisis al relato de Peñas Coloradas

La falta de inclusión, el poco acceso a educación, la invisibilidad por parte de un estado indolente que ha abandonado las acciones que lleven desarrollo a las comunidades más alejadas de las ciudades: imposibilitando la adecuación de carreteras, acceso a servicios públicos básicos de electricidad, agua, salud, educación, entre otros; han sido los detonantes para que muchas comunidades como la de Peñas Coloradas hayan visto en esa siembra y procesamiento de coca una oportunidad de mejora y crecimiento económico para sus familias, llevándolos a sentir que el abandono total del estado también incluye la no penalización de estos actos delictivos pues en sus imaginarios incluye el pensar que si hay un estado que los tiene invisibilizados para responder a sus necesidades y promover el cumplimiento de sus derechos, también lo estaría para no judicializarlos por dedicarse a una actividad ilegal para sobrevivir; pero esto, no fue así.

Además de ser desplazados, tuvieron que enfrentar la violencia en el cual sus derechos fueron una vez más vulnerados “en nombre de la ley y la justicia” y fueron condenados a ser señalados como colaboradores de la guerrilla FARC, teniendo que huir nuevamente, ahora para salvar sus vidas luego de ser hostigados por el ejército de Colombia en abril del 2004.

Emergentes psicosociales

Peñas Coloradas fue un lugar que colonizaron personas provenientes “*desde Huila y Tolima; otros, desde Cauca, Valle y Santander*”, emigrados por la violencia, solo querían: “*salvar el pellejo, llenar la barriga, encontrar buenas tierras y ponerlas a producir*”, es así que construyeron una comunidad a orillas del río Caguán y realizaron sus siembras de plátano y maíz, pero también se dedicaron a la pesca y a la cacería, para sustentarse de ello. Pero las cosas se tornaron difíciles cuando no había el medio para sacar los cultivos y tampoco compradores de las cosechas, por lo tanto, empezaron a tener dificultades. En esa crisis llegó un Señor del Perú

con simientes de “coca pajarita”, convirtiéndose en la solución del momento, ya que aprendieron a procesarla hasta hacer la pasta, dando tranquilidad económica que los otros cultivos no le trajeron. Estos cultivos de coca, atrajo la guerrilla al sector, y el pueblo entró en una perfecta calma.

El relato narrado en este caso, muestra la génesis del flagelo del desplazamiento y permite comprender cómo los habitantes de Peñas Coloradas y de otros tantos lugares han pasado toda su vida siendo desplazados por sus necesidades, por sus ganas de salir adelante.

Los emergentes psicosociales que se fundaron por este acto violento, hizo que los campesinos vivieran hostigamientos y masacres por la presencia de militares el 25 de Abril del 2004, mediante el despliegue de amenazas e intimidaciones a los civiles todo aquello que ha padecido eventos traumáticos como la violencia y torturas pueden presentar diferentes reacciones de afrontamiento, inestabilidad emocional, perturbación, esto puede presentarse por el desarrollo de la violencia que debido a la situación del caso de Colorado en un municipio, donde la situación de desconfianza, inseguridad, desplazamiento, pobreza, abandono por parte del Estado falta de la institucionalidad. Dejando en la impunidad un sin número de dolientes, sufriendo hambre, pobreza extrema, enfermedades físicas y mentales y en total abandono.

Nos muestra el abandono totalmente por parte del Estado, porque se hacen invisibles, ante estas comunidades y donde sus derechos son abandonados a la miseria, no prestan ayuda para siembras lícitas y como siempre lo que el campesino cultiva en este país, no le dan el valor que realmente necesitan y es allí donde les toca por fuerza mayor, seguir cultivos ilícitos que realmente le traen más producción económica y si esto es la última solución se debe hacer, sabiendo que en cualquier momento llega la fuerza del estado a destruir todo, los campesinos abandonados quedan a expensas a un entorno violento por ambas partes, y en realidad se vuelven

vulnerables ante tantas necesidades y terminan humillándose y ser poblaciones o comunidades flotantes pues no hay apoyo para plantarse en tierras donde les de la paz, la tranquilidad y la esperanza de construir una vida llena de tranquilidad y paz.

Impactos

Para las comunidades víctimas de la violencia en nuestro país por muchos años, no es nada fácil por los señalamientos que el Estado y la misma sociedad hacen sobre estas personas, que habitan en lugares donde los conflictos violentos son el pan de cada día.

Quedan estigmatizados como personas colaboradoras de estos grupos narcoterroristas y hasta señalarlos como integrantes activos de estos, lo cual hacen que sean rechazados y aislados de cierta parte de la sociedad, pues los etiquetan como peligrosas, lo que les dificulta tener acceso a un empleo justo, y, si reclaman sus derechos, son vistos como revolucionarios, desencadenando una ruptura social, ya que sus hijos empiezan a ver la sociedad como enemigos, por haber tenido que abandonar sus tierras que con mucho amor y esfuerzo construyeron sus padres toda la vida.

Sus derechos de ciudadanos se vuelven invisibles para el estado, su educación, su salud, una vivienda digna, son casi una súplica que deben hacer para poder acceder a lo que constitucionalmente tienen derecho, pero que son difíciles de alcanzar por solo salir y cuidar sus vidas y las de su familia. Estas personas de peñas coloradas pasan hacer de pobladores trabajadores, con sueños a desplazados violentos y vistos como integrantes de grupos que son buscados por el estado, donde sus sueños fueron solo sueños y su incertidumbre es lo nuevo que deben enfrentar.

Acciones de apoyo

Las víctimas de sucesos traumáticos pueden tener consecuencias que interfieran en la calidad de vida. Para la colectividad Peñas Coloradas, el desarraigo de su tierra causó en ellos un sufrimiento, revelando la necesidad de realizar acciones de apoyo psicológico, para orientar a sus víctimas en la toma de decisiones, que otorgue herramientas de afrontamiento en crisis y ayuda en la continuidad de su vida cotidiana.

Primeros auxilios psicológicos

En esta comunidad de Peñas Coloradas, es necesario accionar desde los primeros auxilios psicológicos para identificar a las personas más afectadas y de esta manera derivarlos a la atención pertinente, además brindarles una atención a sus necesidades básicas, poniéndoles en contacto con sus redes de apoyo, para apaciguar el sufrimiento, facilitando la continuidad de la vida diaria. “La intervención psicológica temprana en personas que han padecido un suceso traumático tiene como objetivo detectar a las personas de riesgo, evitar la aparición o agravación del trastorno y discriminar a las víctimas necesitadas de las no necesitadas para derivar a las primeras a los dispositivos asistenciales” Echeburúa, E. (2007).

El debriefing psicológico

“El debriefing psicológico consiste en una breve intervención inmediata que se ofrece a las personas que han estado expuestas a un acontecimiento traumático, habitualmente en el mismo lugar de los hechos, y que tiene como objetivo prevenir alteraciones psicopatológicas posteriores, especialmente el trastorno por estrés postraumático (Mitchell y Everly, 2001)” Echeburúa, E. (2007).

El objetivo de esta intervención es facilitar a las víctimas de un mismo suceso, la gestión de emociones por el trauma y análisis de pensamientos, sentimientos y conductas, para brindar

estrategias de afrontamiento a situaciones de estrés. Es recomendable tomar esta intervención como inicio en un programa de salud mental.

Las acciones de apoyo referentes a los escenarios de violencia en la población Peñas Coloradas, se deben direccionar a un cuidado especializado con el apoyo de un grupo interdisciplinar mínimo de cuatro enfoques profesionales como pueden ser: un psicólogo, un trabajador social, un médico y un abogado, que respondan a la psico orientación en la reparación de las necesidades en salud mental, salud física, restablecimiento derechos, restitución de tierras, oportunidad laboral y bienestar económico, teniendo en cuenta que el impacto violento generó una afectación de manera holística en la vida de cada integrante de la comunidad.

Tabla 2

Propuestas de abordaje psicosocial para el Caso de Peñas Coloradas.

Nombre	Descripción fundamentada y Objetivo	Fases - Tiempo	Acciones por implementar	Impacto deseado
Estrategia 1	<p>“El perdón, un camino al crecimiento personal”</p>	<p>Fase 1. "Soltar para avanzar"</p> <p>Esta fase se desarrollará en el transcurso de dos semanas cada quince días, con dos actividades de tres horas cada una:</p>	<p>1. Taller participativo psicoeducativo.</p> <p>Los participantes recibirán una conferencia mediante presentación de diapositivas sobre el tema del perdón:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ¿Qué es el perdón? - Pasos para perdonar, - Beneficios de perdonar, - ¿A quiénes hay que perdonar? <p>Se leerá la anécdota “El rencor, una carga para nosotros mismos”.</p> <p>Al terminar la charla, se tendrá un momento de Participación:</p> <p>Con antelación se inflan globos y se les inserta preguntas autorreflexivas:</p> <ul style="list-style-type: none"> -¿Qué le gustaría hacer para que su alma descansara de las heridas emocionales? -¿Cómo consideras que puede iniciar un proceso de perdón? 	<p>Fase 1.</p> <p>1.Lo que se busca es movilizar a la persona a sanar las heridas causadas por los hechos violentos, a través de la participación en la actividad, donde cada uno contará sus vivencias según la capacidad de expresión, en pro de liberar emociones y alcanzar perdón para disfrutar mejor calidad de vida que ayude al avance en todo lo necesario para su resignificación.</p>

entornos que le permitan fortalecer su capacidad resiliente.

Mediante la psicoeducación y la participación se dará inicio al proceso de soltar todo el peso del rencor guardado en el corazón, para empezar a recibir el perdón como el motor para alcanzar el proyecto de vida y por ende obtener un crecimiento personal. López, W. et.al (2016) señalan que “Quienes perdonan experimentan disminución de las emociones displacenteras, aumentan los comportamientos prosociales y disminuyen los juicios negativos hacia otras personas. También quienes perdonan más tienen menores niveles de depresión, de ansiedad, de estrés, de rabia, de neuroticismo, de rumiación, de miedo y de hostilidad que quienes se niegan a perdonar”

Semana 2

Sábado de
2:00 a 5:00pm
Taller artístico

Fase 2.

Un nuevo equipaje para el camino...

Se desarrollará en el transcurso de dos semanas cada quince días, con dos actividades de

-¿Cómo le gustaría ver a esas personas que le han causado dolor?
-¿Qué proyectos le gustaría realizar como un nuevo comienzo de su vida?
-¿Qué enseñanza le dejó la anécdota “¿El rencor, una carga para nosotros mismos”?

2. En un octavo de cartulina de color negro, cada persona realizará un dibujo con las siguientes características:

-Color Blanco: dibujar lo que recuerdan alegre de su pueblo.
- Color Rojo: dibujar lo que recuerdan triste.

Al final cada uno contará lo que construyó en ese espacio negro.

2. Se busca que desde el arte y dentro de la construcción del perdón, cada persona se transporte al pasado para recordar vivencias impactantes como punto de partida para la construcción un mundo en donde no solamente existe el dolor sino también una explosión de blancos donde quedan enmarcados escenarios que pueden ayudar a visualizar un nuevo futuro.

Fase 2.

1. Se busca brindar herramientas psicosociales que sensibilice y facilite la búsqueda del perdón.

Generar un espacio para analizar factores internos y

<p>Objetivo: Fortalecer las habilidades sociales que permitan desarrollar el perdón como herramienta para el crecimiento personal y la sanidad de heridas emocionales.</p>	<p>dos horas cada una:</p>	<p>Semana 3 Sábado de 2:00 a 4:00pm Presentación de una película y actividad participativa,</p> <p>1. Se realizará un cine participativo con la película “El mejor regalo” la película que enseña a perdonar.</p> <p>Finalmente, se les entrega una hoja para realizar la aplicación de la matriz DOFA de manera personal.</p>	<p>externos cada uno posee, ya sea en pro o en contra con el fin de identificar la capacidad que se tiene para alcanzar las metas personales y familiares. La matriz DOFA “permite analizar las debilidades, oportunidades, fortalezas y amenazas de las personas en el alcance de sus metas individuales y permite entender mejor la realidad actual de cara al futuro, siendo la base para plantear cursos de acción que ayuden a alcanzar los objetivos que nos proponemos”.</p>
	<p>Semana 4 Sábado de 2:00 a 4:00pm Charla participativa sobre inteligencia emocional.</p>	<p>2. Se dará una charla participativa sobre inteligencia emocional para dar a conocer las clases de emociones y el manejo de ellas mediante el dado de las emociones donde repetirán frases de perdón imitando cada emoción que salga en el dado.</p> <p>1. Se realizará una lluvia de ideas en papeles de colores, y en cada color</p>	<p>2. Mediante el juego, enseñar la importancia del manejo de las emociones. “La vida en sociedad depende de las relaciones interpersonales, de modo que existen mecanismos para evitar los conflictos (e.g. controlar las emociones), resolverlos y restaurar los lazos sociales alterados por</p>

		<p>Fase 3. <i>Otra oportunidad para volver a vivir</i></p> <p>Semana 5</p> <p>Esta última actividad se realizará un sábado de 2:00pm a 4:00pm</p>	<p>escribirán las destrezas adquiridas para perdonar, según cada postulado: Azul: ¿Por qué es importante perdonar? Fucsia: Acciones que va a realizar para empezar a sanar tus heridas emocionales. Amarillo: ¿por qué no vale la pena continuar con la carga del odio y el rencor? Blanco: Herramientas adquiridas para continuar con el proceso del perdón.</p>	<p>ellos (perdón y reconciliación)” Rodríguez, C. (2005).</p> <p>Esta acción psicosocial, busca que los participantes reconozcan las habilidades y recursos que poseen para perdonar como esa vitamina para su crecimiento personal.</p>
--	--	---	---	--

	Nombre	Descripción fundamentada y objetivo	Fases - Tiempo	Acciones por implementar	Impacto deseado
Estrategia 2	“La vida continúa”	<p>“El tercer concepto, (...), es el de turning point: se trata de eventos que provocan fuertes modificaciones que, a su vez, se traducen en virajes en la dirección del curso de vida” Blanco, M. (2011).</p> <p>Desde este enfoque se puede comprender que los hechos ocurridos a las víctimas</p>	<p>Fase 1 “Echando Una mirada atrás” Esta estrategia se realizará en el transcurso de dos meses, un miércoles cada 15 días, durante dos horas cada taller</p> <p>Semana 1</p>	<p>En una charla reflexiva se tratarán los temas: <i>yo soy, concómete a ti mismo, yo soy y mi circunstancia, catarsis.</i></p> <p>Temas: Yo soy, concómete a ti mismo. 1. Se presentará el video reflexivo sobre “<i>el árbol de la vida</i>”</p> <p>Luego cada participante en una hoja realizará e identificará como está</p>	<p>Con esta acción se desea que los participantes logren Identificar quienes son, como está constituida sus vidas, lo que perdieron y lo que les queda con el fin de resignificar su vida por medio de la imagen y la narrativa.</p>

truncan los proyectos de las personas, ocurriendo un cambio de rumbo en la vida de ellas. La meta de este enfoque es llevar a la persona a reflexionar frente a lo ocurrido y generar nuevas estrategias para que la persona se pueda conectar nuevamente con sus expectativas de vida.

Objetivo

Reflexionar frente a los hechos ocurridos, con el fin de encontrar nuevas alternativas de cambio, para que la persona se conecte nuevamente con la vida.

Taller Reflexivo

El día miércoles, durante dos horas

formada su vida: las raíces, el tronco, las hojas. Cada uno lo hará individualmente. Esto ayudará a la construcción de recuerdos para que la persona se conecte con su vida y comience un proceso de darle un nuevo sentido a su historia. Al final de la charla habrá reflexiones y participaciones de los presentes.

2. Alrededor de la imagen de ese árbol personal que realizaron en el taller anterior, cada uno plasmará las fotos de sus recuerdos pasados.

Temas:

yo soy y mi circunstancia, catarsis.
3. La imagen y la narrativa permitirá que cada uno analice de lo que era su vida antes del suceso traumático, lo que perdió y lo que le queda y por medio de una catarsis dejar ir aquello que le hace daño. Cada uno participará para enriquecer al grupo con sus experiencias. En esta fase se revisarán los sueños que quedaron truncados debido al evento sucedido. Por medio de un taller práctico, se realizará una

Semana 2

Taller participativo

El día miércoles, durante dos horas

<p style="text-align: center;">Fase 2</p> <p style="text-align: center;">“Sueños Truncados”</p> <p>Esta fase se realizará en el transcurso de un mes un miércoles cada 15 días, durante dos horas.</p>	<p>cartela de sueños, donde se llevará a la persona a volver a soñar.</p> <p>Temas:</p> <p>Yo y el mundo</p> <p>1. identificar mis roles en el mundo; familia, trabajo, educativo, sociedad, etc. Esto se realizará a través de una hoja con un formato que se le entregará a cada uno.</p> <p>2. Luego cada uno se preguntará ¿cómo influyen estos roles en mi proyecto de vida? E identificará:</p> <ul style="list-style-type: none"> -lo que quiere hacer -Lo que desea lograr -Lo que está haciendo en este momento para conseguirlo -Lo que puedo controlar y no pudo controlar en este proceso. 	<p>Se desea conseguir que la comunidad afectada por los impactos violentos incluido el desplazamiento, reconstruya el proyecto de vida estancado con las situaciones ocurridas, y pueda darle una visión transformadora a su vida y continuar con sus expectativas de vida.</p>
<p style="text-align: center;">Semana 3</p> <p style="text-align: center;">“Taller Práctico”</p> <p>Día miércoles durante dos horas.</p>	<p>De esta manera la persona se logrará ubicar en donde se encuentra actualmente.</p> <p>Al final de la charla se realizarán participaciones dando la oportunidad que comuniquen sus experiencias.</p> <p>el retorno a sí mismo.</p> <p>en una cartelera se plasmarán los sueños que se quieren alcanzar.</p>	

Semana 4
“Taller
Participativo”
 Miércoles durante
 dos horas

Fase 3

(en una hoja se realizará una actividad donde se plasmará los objetivos del proyecto de vida como: lo que quiero hacer, cuanto tiempo necesito, las personas que necesito, lugares, etc.)

Se llevará a que la persona se ubique en el aquí y el ahora para que visualice su futuro.

Temas: situaciones de aquí y del ahora, situaciones de vida y de cambio, toma de decisiones.

1. Se entregará una matriz a cada persona llamado “Mi trayectoria de vida” donde cada uno plasmará las experiencias satisfactorias, insatisfactorias, necesidades cubiertas y por cubrir, y experiencias con los demás, del presente y visualizándolas en el futuro.

2. en las situaciones de cambio y la reconstrucción del proyecto de vida, será paulatina y se tomará tiempo y habrá momentos de crisis, se realizarán preguntas reflexivas que ayudarán para continuar el proceso.

Se quiere lograr que la persona proyecte nuevamente su vida, visualizando como se quiere ver en el futuro y que identifique con cuales recursos cuenta para que lo haga, además para poderlo lograr debe tomar decisiones que le ayudará avanzar para llegar a su meta.

“Mirando El Horizonte”

Esta fase se realizará en el transcurso de una semana, un día durante dos horas.

3. Por último se realizará un taller de psicoeducación donde se hablará acerca de la toma de decisiones y cómo estas influyen en el desempeño para alcanzar sus metas.

Semana 5

Día miércoles durante dos horas

Nombre	Descripción fundamentada y objetivo	Fases – Tiempo	Acciones por implementar	Impacto deseado
“Asimilando lo perdido”.	Establecer habilidades psicológicas que sean conducidas a sustituir las carencias específicas de las víctimas, y principalmente para que ayuden a fortalecer los conceptos de igualdad, emociones y compromiso. Aunado en lo anterior, se retoma lo que aporta	<p>Fase 1</p> <p>Fase de negación</p> <p>Esta fase se realizará en un mes los días (viernes) durante tres</p>	<p>Acción participativa</p> <p>Taller “Angustia y fragilidad” donde facilitara el proceso de las emociones, este taller está elaborado para grupos de personas en conflicto armado.</p> <p>Materiales: varias imágenes que muestren situaciones complejas que hayan vivenciado los participantes,</p>	Posibilitar la gestión de las emociones discordantes mediante su canalización.

Estrategia
3

Fonnegra, I.(2005) citado en Santiago, R. (2005) quien fracciona las áreas del duelo en cinco partes:
“Área sensitiva:se refiere a los sentimientos, a lo emocional. (...) En esta área, se viven la tristeza, la rabia, etc., **Área sensorial:** se refiere a las molestias físicas. **Área cognitiva:** se refiere a los cambios frente a lo que se tiene en la mente a nivel de creencias y conceptos. **Área perceptiva:** se refiere a las percepciones. **Área es la conductual:** son cambios en la forma de comportarse con respecto al patrón previo”
 Santiago, R. (2005).

Objetivo:

Realizar acciones psicosociales que ayude a las victimas a realizar su proceso de duelo, para que asimilen las perdidas causadas por la violencia.

horas, cada 15 días.
 De 2:00 a 5:00pm

papel tamaño carta, cinta de enmascarar, globos y lapiceros.

Paso 1

Antes de acudir al lugar se da a saber las metodologías del taller, con un tiempo adecuado, el sitio está diseñado con las imágenes adheridas en la pared y cubiertas en las que se observen imágenes que impacten sufrimiento, tristeza, devastación, violencia que expresen características con lo vivido, y música de fondo.

Los participantes entran al salón con los ojos sellados.

Paso2

Se cambia las notas musicales y se inicia una actividad de tranquilidad, se les invita a estudiar su profundidad en su pasado a aceptar situaciones específicas tratando de buscar temores y dudas. Rastrear problemáticas individuales y familiares buscando un camino de sanación.

Paso3

Encontrar a los integrantes en un área, se les permite la expresión libre de sus emociones, después se les muestra las imágenes y se les invita a voltear con el ánimo de estar en frente de las

misma, se les solicita a las personas a descubrirse los ojos para que detallen cada imagen que está en frente, para que hagan una conexión con su vida actual.

Paso 4 Así a seguir al momento de enfrentarse con las imágenes se les da a los individuos bombas desinflados invitándolos a cogerlos como un filtrador de sus dolores y resentimientos. Se les va dirigiendo el momento hablándoles que a medida que van soplando cada globo piensen en los sentimientos y emociones que les causa las personas o sitios, instantes que les causa dolor, odio (el globo se debe explotar por la cantidad de aire, no usando uñas u otro objeto)

Paso 5

Después de la situación de cada hilo conductor emocional ofrecida en el paso anterior se les ofrece a los participantes dos marcadores uno de color rojo y otro azul, se invita a los individuos a descansar en el suelo frente a la lámina de papel, se les ofrece una descarga emocional de los sufrimientos y resentimientos que se encendieron al observar los dibujos,

tal descarga presume en hacer trazos en las hojas empezando con el color rojo significa el amor y el odio, las pasiones agresividad y violencia propia del ser humano, después se necesita el azul como expresivo que demuestra la espiritualidad, armonía para recuperar la armonía y la paz interior, los pasos se ejecuta en las hojas en distintos momentos, para dar por culminado el taller se invita a cada uno de los individuos para una demostración de sentimientos y se les realiza una retroalimentación total y cierre.

“Termómetro de las emociones”

Se elabora un “termómetro” que gradué la fuerza de las emociones en 5 niveles (emoji) graduando la intensidad de emociones de los participantes.

Emoji una sonrisa (nivel 1) representa felicidad.

Emoji tranquilo, una cara algo más imparcial(nivel2), todavía estoy bien estoy cómodo, Emoji con un rostro enojado algo ocurre que me estoy enfadando, (nivel 3) Emoji de cara muy muy muy enojado, puede pasar

Identificar, expresar, etiquetar emociones, graduar el nivel de las emociones.

Fase 2

Fase de Enojo

Esta fase se realizará cada quince días, los

viernes de 3:00
a 5:00pm

que diga cosas indebidas (nivel 4)
Emoji con el rostro enojado, enfadado
he perdido el autocontrol, lloro, me
desespero y rompo objetos (nivel 5)
Paso 1
Se unen a los participantes en el lugar
escogido, donde a cada uno de ellos se
les entrega la escala visual, donde
relataran que sucesos y pensamientos
les hicieron pasar de un nivel a otro,
dándoles la oportunidad de medir la
fuerza de estos sentimientos de
manifestar cómo y porque se han
trasladado de un nivel a otro.

Dinámica Encontrar “los miedos”

juntamos a cada uno de los
participantes los llamamos a que
visualicen cada uno su cuerpo
fijándose sus sensaciones físicas.
. Hacemos dos preguntas al grupo: 1-
¿Dónde ubicas el miedo en el cuerpo?
Se dibujada en papel la silueta
humana, donde cada uno de manera
ordenada va señalando donde localiza
su emoción. 2- ¿Qué sientes en esa
parte del cuerpo? Se les pide que lo
expresen.

Fase 3

Fase del miedo

Esta fase
realizara por tres

Disminuir sus cargas de
miedo y enojo que sean
de ayuda para construir
personalidades de
esperanza sin que afecte

<p>semanas, el día lunes durante una hora de 4:00 a 5:00pm</p>	<p>Se toman las experiencias de cada uno de los participantes, se hace un pequeño resumen y se regresan al grupo. Si es necesario se puede proceder a una pequeña presentación participada con los temas de la introducción.</p>	<p>su pasado vivido de temor y dolor.</p>
<p>Fase 4</p> <p>Fase de Aceptación.</p> <p>Esta fase se realizará 3 días por semana durante 15 días con una duración de 40 minutos por sesión.</p>	<p><i>“Estrategias y ejercicios de aceptación y compromiso”</i></p> <p>Cada uno de los integrantes anotan en una ficha de color verde aquellos momentos en que haya aceptado alguna situación transcurrida en su vida. En la parte inferior plasmar dos tácticas que le hayan ayudado a hacerlo. Entre más exacto sea la explicación de las tácticas, mejor. En las fichas de color amarillo se apuntan los episodios que se les dificulta reconocer y admiten que causa en ellos molestia. Se distribuyen las fichas de manera que podamos observarlas.</p> <p>Se hace un análisis sobre cuáles de las estrategias le ayudaron a recibir, el primero podría transferir a alguna de las situaciones en amarillo. Se escoge</p>	<p>Ensayar las técnicas de aceptación de modo distinto a lo que hacen frecuentemente.</p>

una situación y una estrategia que cree más rápidas para mejorar su grado de aceptación. En el transcurso de dos semanas van a poner en función esa estrategia y a apuntar cada noche si la ha cambiado de alguna manera y cómo cree que le está ayudando. Después de 15 días se repite el ejercicio y reflexionara si la situación preferida está ahora en las “amarillas” o entre las “verdes”.

Informe analítico y reflexivo de la experiencia de foto voz

El terrorismo no tiene edad, raza, género, estratificación ni entorno específico, la encontramos en cada rincón de nuestro país, en ciudades, pueblos y campos, donde han sido violentadas comunidades, personas, familias e instituciones, causando heridas emocionales y físicas, que en ocasiones han conducido al suicidio de los individuos y a la desintegración de familias y colectivos.

(Jimeno et ál., 1996) citado en Jimeno, M. (2007), dice que “Es conocido que uno de los efectos de la violencia, sea doméstica o de otro orden, es que afecta la confianza de la persona en sí misma y en los otros, y por ello la violencia lesiona las redes sociales”. La apropiación que tengo sobre los lugares escogidos, los relaciono con las dos condiciones de vida que se generan en un ser humano, etapas que cada uno pudo o puede pasar, como entrar en crisis de cualquier situación personal, en donde lo relaciono con ese lugar destruido, maltratado, desolado, donde la tristeza y la desesperanza, nos hunde en un mar de temores y tristezas, pero siempre las tormentas llegan a su fin y esperamos un nuevo amanecer con esperanza y ganas de seguir, es este, el segundo lugar donde está lleno de libertad, paz, tranquilidad senderos que nos llevan a lugares con ilusión y permiten abrir caminos de nuevos horizontes. Estos dos contextos escogidos son lo simbólico de la vida del ser humano y se vincula en nuestra forma de como ver cada situación.

La actividad de foto realizada en los cuatro contextos, nos permitieron palpar los escenarios de violencia no solo como un problema ajeno, sino como propio, ya que hacemos parte de esta sociedad. En cada escenario se pudo captar una serie de emociones, impotencia y falta de oportunidades, con respecto a las memorias reconstruidas con cada imagen y sus respectivas narrativas desde nuestra subjetividad y la de las víctimas. Las imágenes permiten

conocer las problemáticas sociales reales en los contextos, haciendo que la persona o comunidad sea consciente de los escenarios de violencia donde se encuentran inmersos.

También se pudo entender la violencia en sus diferentes manifestaciones y ambientes socio económicos y culturales, haciéndose significativa la mirada desde la cual se visualiza cada contexto o imagen simbólica creada, para poder comprender los momentos de sufrimiento provocados por la violencia en cada escenario, que se ha convertido en lo habitual de nuestra realidad, ya que se refleja una amplia trayectoria de situaciones complejas manifestadas de tristeza dolor, desconsuelo, falta de oportunidades, inseguridad, falta de amor propio.

Como valores subjetivos y simbólicos encontramos la puerta abierta, la luz de la esperanza, el encanto de la naturaleza, el deporte y el arte, la esperanza, la paz, la restauración de una familia la expresión gráfica de acontecimientos de la vida cotidiana que le dan sentido al día a día que construye cada individuo que pertenece a una comunidad determinada, formando un tejido social a través de la interacción con los miembros del lugar donde habitan, adaptándose a la cultura y costumbres nuevas que están conociendo, la formación de grupos con afinidades que busquen el apoyo mutuo y la comprensión de cada historia individual, contribuyendo al crecimiento personal y resistencia al cambio que se ha originado después de los sucesos nefastos afrontados y vivenciados. Al respecto, Hill (1991), “explica que, el estudio de las experiencias de personas marginadas puede contribuir a su subordinación al objetivar y reformular sus experiencias para que estas encajen en las epistemologías dominantes; por lo cual propone que estas experiencias sean el centro de análisis en la búsqueda de generar conocimiento y así crear nuevas posibilidades de empoderamiento” (Citado en Prado, 2017, p. 9).

La foto intervención según Cantera, 2010 citado en Rodríguez & Cantera, 2016, dice que “favorece la conciencia más plena y activa del problema, que pasa a ser vivido también como

propio y no solo como ajeno”. Es decir, permite a la persona la toma de conciencia sobre la problemática social, admitiendo que hace parte de ella y actuando con una visión transformadora. Además, en esta toma de conciencia por medio de la técnica de la foto intervención los sujetos pueden construir su memoria histórica permitiéndose resignificar los hechos traumáticos dándoles un nuevo sentido en el presente como proceso liberador, esto aporta a la transformación y liberación de las emociones, ocurriendo así un cambio psicosocial.

También permite desplegar métodos que ayudan a recuperar la memoria histórica en sucesos de violencia, por medio de vivencias y entornos saturados de indagación, que se constituyen en retratos históricos, para convertirse en un gran apoyo de resignificación, de cambio y reinicio de vidas azotadas por la violencia, que dan paso a un nuevo comienzo como lo refiere Jimeno, M. (2007), que “El lenguaje de la experiencia personal permite acercarnos al dolor subjetivo, al de quienes han sido víctimas, para darle el reconocimiento y la visibilidad por la que aboga Das”, y como lo señala Jimeno “Pese al sentimiento y la idea de la inadecuación del lenguaje frente la emoción, en el acto de recordar y relatar a otros, la persona comienza a encontrar caminos para reconstruir el sentido subjetivo de la vida (Jimeno, 2003; 2004)” Jimeno, M. (2007).

Por otra parte, podemos ver a través de las narrativas y las imágenes manifestaciones resilientes, como dice Cyrulnik: "Una desgracia nunca es maravillosa. Es un fango helado, un barro negro, una escara dolorosa que nos obliga a escoger: someterse o sobreponerse. La resiliencia define el resorte de los que, habiendo recibido un golpe, han podido sobreponerse. El oxímoron describe el mundo íntimo de esos vencedores heridos".

Es extraordinario y significativo reconocer las habilidades que tienen los seres humanos para levantarse de situaciones adversas, colocándolas como un escalón para seguir avanzando en

medio de realidades devastadoras de tantas heridas emocionales y traumáticas a las que han tenido que enfrentarse. Cada individuo según su entorno y percepción de la vida, toman herramientas como apoyo fundamental para afrontar su triste realidad. Algunas personas se apoyan en el fortalecimiento de la autoestima, otros, en el área espiritual como esa base fundamental para la transformación integral, y otros en la orientación psicosocial que les otorga empoderamiento para ese momento de afrontamiento, adquiriendo capacidad para replantear una nueva vida y dar por terminado esos ciclos de tanto dolor, que aunque la memoria y las imágenes traigan al presente esos actos violentos, el dolor habrá sido cubierto por el perdón, convirtiéndose en el éxito para continuar. Pinnewala (2009) citado en Rodríguez, R. & Cantera, L. (2016), dice “que las estrategias de afrontamiento enfocadas en la emoción por medio de la reevaluación y reorientación cognitiva le han permitido identificar problemas, entender la experiencia de violencia y verse como capaz de resolver el problema dado que ahora no hay lo que le intimide”.

Por tanto, los encuentros y los acercamiento de diálogo pudieron animar a la construcción de memorias colectivas, teniendo en cuenta que las acciones psicosociales están direccionadas a la búsqueda solución de problemas, donde se necesita la participación activa de la comunidad, esta busca empoderar y ayudar a la toma de decisiones de la comunidad para realizar cambios transformadores (Alvis, 2009). Con las acciones psicosociales comunitarias, los diferentes profesionales de la salud mental consiguen una perspectiva más amplia de la realidad del entorno, las comunidades y los individuos, sobre hechos puramente subjetivos en los diferentes actos de violencias consumados en cada contexto social, otorgándoles empoderamiento para una intervención capaz de provocar cambios en comunidades las víctimas que los lleve a tener mejor calidad de vida. “Según Bueno (2005 pag. 22) el surgimiento de lo Psicosocial también fue

influenciado por tres circunstancias. La primera, dada por la apertura hacia el cambio social, (...) interacción entre el sujeto y su medio social concreto; la segunda, es la demanda efectuada desde un enfoque Psicosocial para aplicar desde su particularidad sobre las manifestaciones sociales que desbordan un análisis solo desde lo psicológico o lo sociológico, (...); y tercera, (...) las actuales Intervenciones realizadas conlleva la consolidación (...) diferentes profesionales como educadores, psicólogos, trabajadores sociales, ingenieros, etc., que aportan desde sus especificidades ya sea en la investigación o la intervención” Alvis, A. (2009).

La violencia social siempre ha existido y va existir, ya sea porque la ocasionamos o porque las injusticias nos llevan a ellas, que nos ayudan a reflexionar cómo podemos dar soluciones desde nuestra perspectivas, en nuestro caso psicológico para agrupar fuerzas que den soluciones reales y efectivas a cada hecho de violencia social, por lo tanto necesitamos entrelazar nuestros conocimiento con la realidad de las comunidades, involucrando líderes políticos de cada región, pues son los encargados de mantener el orden social, sin injusticias. La fotovoz como herramienta de investigación y acercamiento a hechos victimizantes, en las acciones psicosociales se convierte en una ayuda fundamental para la intervención de los expertos, ya que les otorga empoderamiento para la comprensión de las situaciones colectivas e individuales en el manejo de las realidades contiguas, en busca de diálogo y apertura de cambio social.

Página Wix

<https://milemotta4.wixsite.com/my-site-3>

Conclusiones del paso 3

La sociedad, punto de partida en dónde se visualizará la proyección de un país, una región o un pueblo, por lo que debemos tener un estrecho margen, entre nosotros y nuestro entorno, pues es allí donde marca nuestro punto de partida, para empezar a trabajar con amor y confianza un desarrollo psicosocial que priorice los problemas que están generando día a día está descomposición, y que conlleva a conflictos violentos y la destrucción moral de las personas.

Las imágenes, son una herramienta perfecta para detectar de forma real, el entorno que es afectado por conductas violentas, dónde la realidad es plasmada en cada foto y nos ayudará como profesionales a entender y seguir un hilo conductor, de, el por qué, de estas expresiones antisociales, para evitar que lleve a causas peores, tanto familiar como social. Es así que se concluyen muchas desviaciones sociales por los individuos y debemos estar atentos para acompañar cada situación y recuperar lo que se está alejando de las buenas conductas psicológicas.

La praxis de fotovoz, se ha convertido en una experiencia de gran valor en referencia a la interpretación desde los diferentes contextos sociales, cultural y políticos, permitiendo comprender y reconocer los escenarios y la valoración de hechos violentos desde una herramienta reflexiva y narrativa, pero con la satisfacción de que no se tuvo que transportar nuevamente a esos escenarios de dolor a las víctimas o revictimizarlas. Además se puede decir, que con cada vivencia narrada, se recaban datos de cada experiencia vivida, con los cuales se pueden reconstruir los impactos emocionales en sus momentos cumbres de victimización, para ser compartidos con expertos de la salud mental, que provean orientación y asesoramiento de los procesos que permitan la reparación de víctimas, en busca de la mitigar el dolor de tanto sufrimiento y la proyección de una nuevos comienzos.

Dentro de las acciones de acompañamiento psicosocial, el psicólogo ejerce una función fundamental en la búsqueda de salud integral de las víctimas, convirtiéndose en el puente de conexión entre sujeto, experiencias de dolor, procesos de reparación y resiliencia, mediante ese Rapport que les permite crear acercamiento empático y con plena confianza para brindar herramientas resilientes y de afrontamiento que les permita colocar como un escalón el sufrimiento del pasado, para subir y visualizar un nuevo horizonte de construcción hacia un futuro mejor, fortalecido por los entornos familiares, sociales, educativos, culturales y políticos entre otros.

Conclusiones Generales

Reflexionamos acerca de todo lo que muchos colombianos nos toca construir sin la ayuda del estado, para poder salvarnos de amenazas y poder llevar y dar el sustento diario a nuestras familias, demostrando las ganas de salir adelante a pesar de perder todo o no contar con nada, a lo que llamamos resiliencia, donde se demuestra lo luchadores y echados para delante de los colombianos, donde nos hacemos ajenos al estado colombiano, para más tarde, llegar las fuerza pública a recuperar cosas que el estado no ha aportado.

El ejercicio realizado desde el enfoque narrativo, nos permitió acercarnos a los escenarios vividos por algunos mártires de la guerra en Colombia, reconociendo los valiosos elementos que este enfoque aporta para convertir escenarios de victimización, culpa, rencor, miedo, entre otras, en escenarios de sobrevivencia con esperanza, proyectados a construir nuevas vidas. “Algunas personas suelen resistir con insospechada fortaleza los embates de la vida, e incluso ante sucesos extremos hay un elevado porcentaje de personas que muestra una gran resistencia y que sale psicológicamente indemne o con daños mínimos del trance” Vera, B. (2006).

Es necesario que desde la psicoeducación se sigan realizando estudios sobre la violencia de nuestro país, flagelo que debe ser analizado desde el contexto sociopolítico, despertando el interés para reflexionar que desde el rol de psicólogos podemos hacer un gran aporte en la búsqueda de ayudar a transformar pensamientos de víctimas en sobrevivientes, brindando herramientas que cambien la posición de solamente reclamar derechos, por, la construcción de un mundo de superación.

Referencias Bibliográficas

- Alvis, A. (2009) Aproximación teórica a la intervención psicosocial. Revista Electrónica de Psicología Social «Poiésis» FUNLAM N° 17 Medellín.
<http://www.funlam.edu.co/revistas/index.php/poiesis/article/view/189/178>
- Blanco, M. (2011). El enfoque del curso de vida: orígenes y desarrollo. Redalyc.org.
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=323827304003>
- Bustamante, V. (2017). De víctimas a sobrevivientes: implicaciones para la construcción de paces en Colombia. Revista de Antropología y Sociología: Virajes, 19(1), 147-163.
<https://revistasojs.ucaldas.edu.co/index.php/virajes/article/view/3289/3055>
- Cantera, L. (2009). La foto intervención como herramienta docente. En Revista de Enseñanza de la Psicología: Teoría y Experiencia Vol. 5 (1).
https://www.researchgate.net/publication/37808070_La_fotointervencion_como_herramienta_docente
- 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. <https://psicologosemergenciasbalears.files.wordpress.com/2017/08/04-echeburua-373-387.pdf>
- Espinal, I., et.al., (2006). El enfoque sistémico en los estudios sobre la familia. Revista internacional de sistemas, 14(4), 21-34.
http://www.observatoriosocial.com.ar/images/articulos/Material_de_Consulta/El_Enfoque_Sistemico.pdf

- Fajardo, A. (2007), Diversidad, Discapacidad, Inclusión Social: Discursos Desde Un Ecosistema Sociocultural En Perspectiva De Psicología Social Comunitaria. Integración Académica en Psicología. <http://integracion-academica.org/attachments/article/151/03%20Diversidad%20Exclusion%20-%20AFajardo.pdf>
- Fonnegra, I. (2005). “Capítulo 4. Manejo de las manifestaciones de duelo”. En: Rojas, Santiago (2005). El manejo del duelo. Una nueva propuesta para un comienzo nuevo. Bogotá: <https://books.google.com.co/books?id=GUj12B3PyLkC&pg=PA63&lpg=PA63&dq=isa+de+jaramillo+duelo+y+sus+manifestaciones&source=bl&ots=hy4oKQc5Xz&sig=pazLoU8pPX2LfyKzdfcQ4G81Csc&hl=es&sa=X&ved=0ahUKEwjz9Trkp3QAhXJjFQKHQLLB5AQ6AEIGTAA#v=onepage&q=isa%20de%20jaramillo%20duelo%20y%20sus%20manifestaciones&f=false>
- Franco, M. & Levín, F. (2007). El pasado cercano en clave historiográfica. La historia reciente, Paidós, Buenos Aires. http://materiales.untrefvirtual.edu.ar/documentos_extras/0435_Historia_Argentina/u12_Franco-y-Levin_Historia-Reciente.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. <http://www.scielo.org.co/pdf/psych/v4n2/v4n2a12.pdf>

Hernández, G; (2003). Minas antipersonales (M.A) en Colombia costo físico y emocional.

Revista Umbral Científico, núm. 2, junio, 2003, p. 0. ISSN: 1692-3375.

<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=30400203>

Jimeno, M. (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. <https://www.redalyc.org/pdf/814/81400509.pdf>

López, W., Durán, C., & Marin, C. (2016). Relación entre el perdón, la reconciliación y la salud

mental de las víctimas de la violencia socio-política. Revista de victimología, (3), 141-

159. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5774185>

Nensthiel, M. [MINSALUD]. (2015, 25 de mayo). Enfoque narrativo Colombia. [Archivo de

video]. <https://www.youtube.com/watch?v=5mitHZavXug>

Revista Humanidades, Marcos narrativos y emergentes contra-narrativos de la violencia en

Colombia, Enero-Junio, 2015 ,Volumen 5, Número 1 , ISSN 2215-3934 , pp. 1-30

19386-42559-2-PB.pdf;sequence=1 (ucr.ac.cr)

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.

<http://pepsic.bvsalud.org/pdf/tp/v24n3/v24n3a09.pdf>

Vera, B. et.al., (2006). La experiencia traumática desde la Psicología Positiva: Resiliencia y

Crecimiento Postraumático. En papeles del psicólogo Vol. 27 (1) pp. 40-

49. <http://www.redalyc.org/pdf/778/77827106.pdf>