

La Imagen y la Narrativa como Herramientas para el Abordaje Psicosocial en Escenarios de
Violencia-Departamento del Huila

Mariana Valenzuela Muñoz-1.084.900.427

Yohanna Andrea Beltrán Quiroja-36.293.432

María Mercedes Inchima Cardona-36.278.679

Paula Cristal Ramírez Torres-1.080.936.266

Neidy Lorena Valenciano-1.083.905.413

Grupo: 442006_72

Tutor:

Boris Geovanny Delgado

Psicólogo, Maestrante en Etnoliteratura y Especialista en Educación Cultura y Política.

Universidad Nacional Abierta y a Distancia (UNAD)

Escuela de Ciencias Sociales, Artes y Humanidades-ECSAH

Programa de Psicología

CEAD Pitalito

Noviembre del 2018

Tabla de Contenido

Resumen	3
Análisis Relatos de Violencia y Esperanza	6
Caso Angélica	6
Análisis y presentación de estrategias de abordaje psicosocial-caso Cacarica	12
Primera acción: Intervención Psicosocial.	14
Segunda Acción: Participación Comunitaria.	15
Estrategia Psicosocial No. 1-Coaliciones Comunitarias.	16
Estrategia Psicosocial No. 2-Creación de puestas en escena	17
Estrategia Psicosocial No. 3-Resiliencia.....	18
Informe analítico y reflexivo de la experiencia foto voz	19
Conclusiones ejercicio foto voz	27
Link del blog	28
Referencias bibliográficas	28

Resumen

La violencia que ha vivido Colombia por más de cinco décadas, ha dejado huellas imborrables en las víctimas; huellas como desarraigo, pobreza, exclusión social, mutilaciones, muertes, amenazas, torturas, entre otras. Por tal razón, estos hechos traumáticos han provocado que las personas sufran de trastornos psicológicos, que los incapacitan para poder rehabilitarse y construir su vida. Ahora bien, el diplomado de acompañamiento psicosocial en escenarios de violencia, a través del enfoque narrativo nos permite desarrollar habilidades y competencias en la atención a víctimas, transformando todas aquellas experiencias de victimización, dolor, miedo y culpa de estigmatización, convirtiéndolas en historias esperanzadoras de vida y de sobrevivencia.

Por consiguiente, este enfoque nos brinda herramientas necesarias para el abordaje psicosocial de las víctimas desde el pensamiento sistémico, para entender al individuo y el medio en el que se desarrolla; la narrativa, es una de estas herramientas fundamentales, ya que posibilita que la víctima logre narrar todas aquellas historias que marcaron su vida y, a través de ello, moldear su identidad, su autoestima y que la persona construya un discurso positivo sobre ella misma y de los demás.

Al mismo tiempo, en este documento se trabaja mediante el análisis, los relatos de vida, que nos han permitido descubrir que muchas de las víctimas del conflicto armado, son seres resilientes que a partir de hechos traumáticos han logrado salir adelante, con capacidad de empoderamiento y autogestión para reconstruir su vida y la de su familia. Así mismo, la generación de conversaciones adecuadas, entre el profesional y la víctima, en la formulación de preguntas circulares, estratégicas y reflexivas permitiendo conocer el proceso de recolección de información valiosa, en el acompañamiento a víctimas, y así poder encaminar acciones

psicosociales que ayuden a mejorar situaciones negativas que impiden el desarrollo óptimo de su proyecto de vida.

Finalmente, se trabaja sobre estrategias de abordaje psicosocial en la comunidad de Cacarica, que ha sido duramente golpeada por el flagelo de la guerra, lo cual busca desde nuestro rol profesional, brindar estrategias de afrontamiento del trauma vivido que permitan su capacidad de autogestión comunitaria, tales como: coaliciones comunitarias, creación de puestas en escena y resiliencia.

Palabras claves: Víctimas, Conflicto, Trauma, Narrativa, Rehabilitación, Abordaje Psicosocial, Memoria, Proyecto de vida, Resiliencia, Empoderamiento, Autogestión.

Abstract

The violence that Colombia has experienced for more than five decades has left indelible traces in the victims; traces such as uprooting, poverty, social exclusion, mutilations, deaths, threats, torture, among others. For this reason, these traumatic events have caused people to suffer from psychological disorders, which incapacitate them to rehabilitate themselves and build their lives. Now, the diploma of psychosocial accompaniment in scenarios of violence, through the narrative approach allows us to develop skills and competencies in the care of victims, transforming all those experiences of victimization, pain, fear and guilt of stigmatization, turning them into hopeful stories of life and survival.

The narrative is one of these fundamental tools, since it enables the victim to narrate all those stories that marked her life and, through it, to mold her identity, her self-esteem and for the person to construct a positive discourse about herself and others.

At the same time, this document works through the analysis of life stories, which have allowed us to discover that many of the victims of the armed conflict are resilient beings who have managed to move forward from traumatic events, with the capacity for empowerment and self-management to rebuild their lives and those of their families. Likewise, the generation of appropriate conversations, between the professional and the victim, in the formulation of circular, strategic and reflexive questions allowing to know the process of collection of valuable information, in the accompaniment to victims, and thus to be able to direct psychosocial actions that help to improve negative situations that impede the optimal development of their life project.

Finally, we work on strategies for a psychosocial approach in the community of Cacarica, which has been hard hit by the scourge of war, which seeks, from our professional role, to provide strategies for coping with the trauma experienced that allow its capacity for community self-management, such as: community coalitions, creation of stagings and resilience.

Key words: Victims, Armed Conflict, Rehabilitation, Strategies, Memory, Life Project. Mitigating, Resilience, Empowerment, Self-Management.

Análisis Relatos de Violencia y Esperanza

Caso Angélica

- ✓ ¿Qué fragmentos del relato le llamaron más la atención y por qué?

Fragmento 1 “*Vivo en Cali porque me desplazaron de Nariño en febrero de 1998. El padre de mis hijas lo asesinaron en esa época. Vivíamos en una vereda con mis 2 primeras hijas, de 14 y 15 añitos, cuando llegaron los paramilitares y le dieron a la gente 24 horas para desocupar el territorio donde estábamos*”. Tomado del libro *Voces: historias de violencia y esperanza en Colombia*, Banco mundial (2009). Pág. 11.

La violencia, es la protagonista del dolor y sufrimiento que padecen muchas personas en Colombia, pues esta experiencia marca por completo no solo su cuerpo o de forma física sino que lastima su parte emocional. “Los conflictos armados no sólo generan muertes, heridas y discapacidades físicas, sino que también dejan huellas en la vida de las personas, las familias y la sociedad” Rodríguez, J; Torre, A & Miranda, C (2002). Con este apartado se da a conocer las consecuencias que deja la violencia, pues el desplazamiento y el asesinato de uno de sus integrantes son las muestras negativas que paso a paso generan daños irreversibles en las personas.

Fragmento 2 “Cuando íbamos a tomar chocolatito, llegaron los paras y me preguntaron qué hacía allí. Yo pensaba que nos iban a matar, a nosotras que no debíamos nada”. Tomado del libro *Voces: historias de violencia y esperanza en Colombia*, Banco mundial (2009). Pág. 11.

Esto refleja la necesidad de buscar refugio y generar ambientes amenos, como el cubrimiento de necesidades básicas cómo el alimento. Para Echeburúa y De Corral (2007) la prioridad de una

intervención psicológica radica en que debe “preocuparse por aliviar el sufrimiento, atender necesidades básicas y reanudar la vida cotidiana”

Fragmento 3 “Conseguía trabajo y con eso sobrevivíamos. En ese tiempo la gente discriminaba mucho por el color y me cerraba las puertas cuando decía que era desplazada.”

Tomado del libro Voces: historias de violencia y esperanza en Colombia, Banco mundial (2009).

Pág. 11.

A partir de este fragmento, se puede reconocer que la violencia ocurre diariamente, pues cantidades de personas sufren discriminación por ser desplazados y por su color de piel. Muchas de estas personas que son desplazadas tratan de buscar una manera de sobrevivir, pues estas situaciones vuelven a las personas más resilientes, con la capacidad de adaptarse a la sociedad que los discrimina y buscar siempre una solución. “Hay personas que han sufrido un suceso traumático y que, sin embargo, no necesitan un tratamiento psicológico o farmacológico”

Echeburúa y De Corral (2007)

Fragmento 4 “Aprendí a hacer la comida que hacen en Cali. Es una cosa muy diferente que nunca pensé que me tocaría hacer”. Tomado del libro Voces: historias de violencia y esperanza en Colombia, Banco mundial (2009). Pág. 11.

Las nuevas experiencias, la adaptación al cambio forjaron nuevos aprendizajes y conocimientos que hacen que las situaciones sean más llevaderas. Su proceso de resiliencia fue óptimo, ya que según Sánchez (2014) todas las personas cuentan con la capacidad de afrontar los hechos ocurridos y continuar con su vida.

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

La violencia genera impactos que afectan directamente a la persona y a la comunidad:

Desplazamiento forzado: Afecta la vida que Angélica llevaba junto con sus hijas, pues este flagelo, se clasifica como un evento Traumático, que según el Psicólogo Sánchez (2014), en su conferencia de Trauma y victimización, rompe totalmente su estilo de vida, es un suceso que ocurre en cualquier momento y desborda todos los recursos que la persona tiene.

Descomposición familiar: Angélica no solo corrió de su hogar sino que tuvo que soportar que asesinaran a su esposo, el padre de sus dos hijas. La violencia desintegra una familia nuclear, pero no solo sucede esto, pues las consecuencias de este hecho, obligan a esta madre a partir dejando a sus hijas por un tiempo.

Exclusión social: Debido a esto, en su búsqueda de estas oportunidades la comunidad no le ofrece buenos recursos, pues a raíz de su situación es estigmatizada como “la desplazada”. “Cuando los niños y sus padres se convierten en refugiados o desplazados están enfrentando nuevas experiencias” Rodríguez, J; Torre, A. & Miranda, C. (2002). Angélica también es discriminada por su color de piel, es rechazada por diferentes puestos de trabajo.

Deserción escolar: Debido a estas situaciones impulsan a una sus hijas, a tomar la decisión de salirse del colegio, abandonando sus posibilidades de estudiar y conseguir mejores oportunidades. La otra hija, está estudiando, pero también quiere trabajar para ayudar a su madre, pero con esta situación se corre el riesgo de desertar en sus estudios.

Falta de acompañamiento psicosocial: Es importante resaltar que un mecanismo de defensa ante tantas situaciones es una buena intervención y apoyo psicosocial, ya que les permite a las familias contrarrestar todos los efectos negativos que la violencia puede provocar. Es en este

momento donde se estimula y se aprovechan los recursos que las personas tienen para generar en ellas su identidad, Sánchez (2014). Todo esto con el fin de ayudarlas a recuperar.

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

A partir del relato de Angélica se pueden encontrar voces que la reconocen como una mujer que ha pasado por una situación difícil, pero también como una madre que quiere salir adelante, a través de esfuerzo, dedicación y trabajo. En algunos apartados Angélica declara pérdida de potencia, en la que no encuentra, ni razona posibles soluciones, se despliega la victimización reflejando vulnerabilidad y fragilidad en sus afirmaciones, colocándose en el lugar de "víctima" al no poder reconocer alternativas que posibiliten soluciones a la situación. De otro lado, Angélica denota autoconfianza, genera posibilidades de salir adelante, se identifica como una mujer que a pesar de las experiencias vividas tiene una posición de "Sobreviviente", en la que enmarca posibilidad de generar beneficios a partir del hecho traumático, con el que puede adquirir un crecimiento tanto en lo personal como en lo social. Angélica denota sus deseos por sacar adelante a su familia, piensa en conseguir una vivienda y un negocio que les permita mejorar su calidad de vida.

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

En el relato de Angélica se puede ver varios significados alternos como la capacidad que tuvo para superar la muerte de su esposo, pues a pesar de que fue un hecho bastante traumático ella, aprendió a vivir y adaptarse desarrollando diferentes habilidades sociales que le permitieron sacar a sus hijas adelante sola; Según Moos (2005) "El valor adaptativo de distintas habilidades

de afrontamiento dependen de la interacción entre recursos personales y sociales y los requisitos de una situación particular”; también la capacidad de resiliencia frente a todas las situaciones de presión que tuvo que vivir, pues se logra observar que a pesar de que se encuentra en una situación bajo presión busca la alternativa como decir una mentira para poder proteger su vida y la de sus hijas.

- ✓ En el relato, ¿se pueden reconocer apartes que revelen una manipulación discursiva frente a las imágenes de horror de la violencia?

Angélica a pesar de que no conocía la cultura ni mucho menos su gente, tomo una actitud positiva y de aprendizaje, pues esto le sirvió para poder subsistir y sacar a sus hijas adelante, sin perder nunca la esperanza, ni desfallecer en el intento, pues las cosas no fueron fáciles en ningún momento, pero ella siempre busco la manera de valorar su vida y la de su familia, enseñándoles que en la vida siempre hay altibajos pero que siempre hay una solución a los problemas.

Angélica permite reconocer a lo que le dan valor a la vida, y para ella sus hijas, su familia tiene un gran valor. Según White “Los conocimientos que desarrollamos acerca de nuestras vidas tienen mucho que ver con lo que valoramos. Lo que valoramos en la vida nos provee un propósito en la vida, con un significado para nuestras vidas y con un sentido de cómo proceder en la vida” la protagonista de este relato, manifiesta su apego hacia sus hijas y lo enaltece al querer trabajar y conseguir su negocio, con el fin de sacarlas adelante y construirles un mejor futuro.

Abordajes Psicosociales
Reflexión y Formulación de Preguntas

TIPO DE PREGUNTA	PREGUNTA	JUSTIFICACIÓN
ESTRATEGICA	¿Qué pasaría si se	Según Martinez, E referenciando a Karl Tomm en su video

	encuentra con personas que vivieron la misma situación y la invitan a trabajar con comunidades víctimas del conflicto?	“La pregunta como herramienta”, esta pregunta estratégica permite movilizar a Angélica, de tal manera que su experiencia adquiriera una confrontación acerca de la situación vivida y el proceso que podría generar.
	Señora Angélica ¿Por qué cree que estos grupos armados no la mataron en el momento que la vieron con sus hijas?	Es importante recapitular toda la situación y que la señora Angélica nos exprese todos aquellos sentimientos que le generan ese hecho de violencia por el cual tuvo que pasar y que piensa al respecto de estos grupos armados.
	Angélica ¿Conoce sus derechos como víctima del conflicto armado?	Para el entrevistador es importante saber si la víctima conoce sus derechos, y si nos los conoce poder brindar orientación sobre ello.
CIRCULAR	Señora Angélica luego del desplazamiento forzoso usted tuvo que pasar muchas situaciones de rechazo por su color de piel y por ser desplazada. ¿Cree usted que alguno de su familia o sus hijas sigue siendo víctima de la discriminación?	Es necesario ahondar un poco más como es su dinámica familiar y ver cómo se siente ante la sociedad, pues la percepción que tiene no solo ella sino su familia del mundo que los rodea y como han podido sobrellevar y salir adelante sin dejarse afectar por la críticas.
	¿Quién de su familia le apoya más en la construcción de sus proyectos personales?	Saber quién ha sido la persona que la ha apoyado más en la construcción de presente y futuro. O si por el contrario han sido todos.
	¿Considera que hay algún sentimiento de venganza en algún miembro de la familia por la situación vivida?	Con esta pregunta da respuesta al perdón y a la paz que se debe tener cuando se pasa por una situación como esta ya que la venganza es un sentimiento que hace daño y no deja surgir propiamente al individuo
REFLEXIVA	Señora Angélica tras los hechos vividos y todas las situaciones por las cuales ha tenido que pasar ¿Considera importante realizar un proceso psicosocial y así con el tiempo poder compartir su historia	Se busca que la señora Angélica vea la necesidad de tener un apoyo psicosocial tanto para ella como para su familia, pues en estos casos de violencia quedan grandes secuelas psicológicas que afectan su bienestar y su diario vivir, de igual manera se quiere lograr que la Señora Angélica comparta su historia a otras personas que han pasado o están pasando por esa misma situación, que logre identificar que es una mujer que logro salir adelante, con perseverancia, esfuerzo y una resiliencia para no dejarse

	para ayudar a otras personas que están pasando por esa misma situación y no han encontrado una salida ni una voz de aliento?	afectar por situaciones externas como el rechazo y la discriminación.
	A partir de los hechos ocurridos ¿Cuáles son los aprendizajes o habilidades que sientes que han adquirido tú y tu familia?	Esta pregunta llevara a Angélica a profundizar y promover la Auto-observación. Miriam Penagos. Lo que facilitará un proceso de reconocimiento para darle la oportunidad de crear nuevos significados de su experiencia, generando en ella un pensamiento de sobreviviente.
	¿Qué le gustaría contarles a sus nietos sobre esta situación vivida?	Esta pregunta nos permite conocer si la persona recuerda esta situación como un hecho traumático o una experiencia de la cual se sienta orgullosa de su valentía y su lucha por salir adelante.

Análisis y presentación de estrategias de abordaje psicosocial-caso Cacarica

- ✓ En el caso de los pobladores de Cacarica ¿qué emergentes psicosociales considera están latentes después de la incursión y el hostigamiento militar?

(Fabris y Puccini, 2010) “los emergentes psicosociales son hechos, procesos o fenómenos que como figura se recortan del fondo constituido por el proceso socio-histórico y la vida cotidiana. Son intentos de respuestas significativas al desajuste entre necesidades y respuestas sociales a estas necesidades”. Posiblemente en algunas personas pueden haber desarrollado un Trastorno por estrés postraumático debido a las amenazas, al desarraigo social, a tener que presenciar casos de torturas y muertes, estigmatización, y el miedo colectivo generado por la intimidación por ser culpados de colaborar con grupos al margen de la ley que delinquían en el sector.

El estrés postraumático es una enfermedad que adquiere una persona al estar expuesta a hechos altamente estresantes y no ha recibido ayuda psicológica esto tiende a empeorar cada día hasta limitar a la persona poder continuar una vida normal y la rehabilitación va a ser más compleja. Según DSM IV (1994) citado en White M, (2006) describe los tres síntomas

característicos del Trastorno de estrés post-traumático “una re-experimentación de los hechos, que provocan en la víctima malestares en cuanto a temores, imágenes, olores y persistente inquietud; evitación a cualquier estímulo que le recuerde al trauma, causando frustración e incapacidad de realizar alguna actividad y sentimiento de estar viviendo el echo traumático” pág. 11. También en alguna personas pueden presentarse un duelo Retrasado según Horowitz (1980) citado en la revista de medicina psicosomática y psicoterapia (2016) el duelo retrasado o inhibido las personas al momento de la perdida tienen una reacción emocional mínima a la perdida muchas veces por que debe alentar a los demás o por sentirse abrumado a perdidas seguidas, pero más adelante es donde la persona pueden experimentar síntomas de duelo y pueden ser mucho más fuertes. pág. 13

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

El rechazo y la discriminación, son impactos generados por la violencia, pues esta población víctima del conflicto armado se ve afectada al tener que desalojar sus tierras y viviendas, pues esto desencadena muchos sentimientos de culpa, rabia, desolación, tristeza que al final terminan afectando su salud psicológica, emocional, personal y familiar. A esta población se le vulnera sus derechos, al final, esta comunidad termina aceptando los términos y condiciones de estos grupos armados con tal que nos los desplacen o maten a sus familias, otros no tienen remedio y terminan siendo desplazados afectando sus trabajos y sus vidas, ya que se ven expuestos a la discriminación por parte de la sociedad, siendo juzgados y rechazados, pues llegan a nuevos escenarios donde sus asentamientos no garantizan una calidad y eso dificulta su supervivencia. Tapias (2010) aclara que en la mayoría de las victimaciones, hay dos trastornos que se desencadenan con gran frecuencia, la depresión y la ansiedad. Aunque no todas las víctimas

desarrollan trastornos mentales, ni todos los que padecen trastorno mental son víctimas; y no todos los daños que padecen las víctimas se restringen a trastornos mentales, algunos quedan lesionados en los vínculos sociales o en su proyección de vida, entre otros aspectos. (Saldaña, 2010).

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

Primera acción: Intervención Psicosocial.

La intervención psicosocial de acuerdo a las connotaciones que se dan en el Consenso mundial de principios y normas mínimas sobre trabajo psicosocial, en procesos búsqueda e investigaciones forenses para casos de desapariciones forzadas, ejecuciones arbitrarias o extrajudiciales, donde se le denomina “trabajo psicosocial” a los procesos de acompañamiento individual, familiar, comunitario y social orientados a prevenir, atender y afrontar las consecuencias del impacto de la desaparición forzada, las ejecuciones arbitrarias o extrajudiciales y otras graves violaciones de los derechos humanos. Estos procesos promueven bienestar, apoyo social y soporte emocional a las víctimas, y contribuyen a restablecer su integridad, fortaleciendo su dignidad y estimulando el desarrollo de sus acciones en los procesos de búsqueda de verdad, justicia y reparación integral. (Perez y Kernjak 2010) citado por (Espinosa, B, a; Tapias, S, a, 2013)

Es claro que es importante esta intervención para los pobladores de Cacarica, se empieza un proceso de reconstrucción integral, minimizando los daños y restituir socialmente la dignidad de las víctimas y sus familias, pues se debe apoyar para enfrentar el sufrimiento y fortalecer las

habilidades de las comunidades ajustándolos a un contexto social, cultural y político, logrando así una recuperación del tejido social y bienestar emocional de las personas.

Segunda Acción: Participación Comunitaria.

Es importante realizar acciones donde se permita desarrollar la capacidad de adaptarse, integrarse y participar no solo en procesos de autogestión sino en procesos de liderazgo, donde su principal objetivo sea el bienestar de sus familias y comunidades, reforzando y potenciando la capacidad para resolver problemas como parte de la inclusión y adaptación social, generando una dinámica de esperanza y progreso, dejando como evidencia la resiliencia que tuvo que cada uno para salir de esas situaciones difíciles y poder contribuir en la vida y proyectos de sus familias y sus comunidades.

Con la Ley 1448 de 2012 se profundiza en la disposición de mecanismos que permitan consolidar la reintegración a la vida civil de los victimarios comprometidos con el proceso de paz. En este sentido, aspectos relacionados con la restitución de los bienes y las tierras a los despojados, las garantías de no repetición y la adopción de políticas, programas y proyectos para la asistencia, atención y reparación a las víctimas esbozaban la plataforma institucional para la transición de un eventual proceso de paz y el consiguiente escenario de posconflicto. (Muñoz, 2017).

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

El trabajo en equipo, es una herramienta para conseguir resultados que le permiten al individuo adquirir habilidades de manera colaborativa, de aquí la importancia de las coaliciones

comunitarias como generadora de recursos en pro de conseguir objetivos en común, pues las coaliciones comunitarias van más allá de la capacidad individual de las personas u organizaciones que la componen (Cohen, Baer & Satterwhite, 1991). Además, el desarrollo de actividades encaminadas a la recuperación y superación de situaciones traumáticas, desarrolla la capacidad de resiliencia, todo esto, se consigue con ayuda de una Acción Psicosocial, según Sánchez (2014) “una buena acción Psicosocial, posibilita la cicatrización del trauma”.

Estrategia Psicosocial No. 1-Coaliciones Comunitarias.

<u>Nombre de la estrategia:</u>	Caminar juntos, es llegar más lejos.
<u>Participantes:</u>	Habitantes de Cacarica
<u>Tiempo sesión:</u>	2 Horas
<u>Recursos:</u>	Talento humano, sillas, imágenes/friso, pelota pequeña, cartulina, marcador, colores, cinta.
<u>Objetivo:</u> Generar en la comunidad de Cacarica recursos tanto individuales como grupales para la superación de los hechos violentos ocurridos.	

Fase inicio: Se le pide a la comunidad realizar un círculo, para que se sientan cómodos y se organicen de tal forma que se puedan ver unos a otros. Con ayuda de un friso, previamente organizado, se les narra la historia de “Te cuento mi experiencia” en el que se encontrarán imágenes relacionadas a una experiencia de desplazamiento.

Fase desarrollo: Con ayuda de una pelota pequeña, se realiza la dinámica “Tingo, tango” para conocer los eventos de la historia que más llamaron su atención y por qué. Seguidamente se pide a los participantes realizar dos círculos, donde se ubicarán uno dentro del otro, quedando cada participante con alguien al frente. A la voz de “Sam dice” deberán ejecutar la acción que el facilitador proponga, tales como: círculo del centro dar un paso a la derecha, círculo de afuera dar tres pasos a la izquierda, círculo de enfrente dar dos a la derecha y así sucesivamente para

responder una por una las preguntas que se realizará. Pero estas respuestas deben dársela a la persona que quede en frente. Cada integrante debe retener la información.

Para cada pregunta se da un tiempo determinado, donde se crearán espacios de comunicación.

¿Cómo te llamas?	¿Cuántos años tienes?	¿Cuál es tu comida favorita?
¿Con quién vives?	¿A dónde quieres llegar en la vida?	¿Cuáles son tus fortalezas y debilidades?
¿Qué has aprendido de la situación de violencia?	¿Crees que has generado nuevos recursos significativos y cuáles son?	¿Qué harías para cambiar tu situación?
¿Qué te gustaría hacer por los demás, para mejorar la situación?		

Fase final: Para concluir, se entrega por grupos de trabajo, medio pliego de cartulina, marcadores y colores, para que en ella plasmen, mensajes de fortaleza para toda la comunidad en general, lo cual beneficiara a los habitantes tanto de manera individual como grupal. Cada equipo socializa su mensaje y con ayuda de cinta, lo ubican en lugares estratégicos.

Estrategia Psicosocial No. 2-Creación de puestas en escena

<u>Nombre de la estrategia:</u>	Una historia por contar.
<u>Participantes:</u>	Habitantes de Cacarica
<u>Tiempo sesión:</u>	2 Horas
<u>Recursos:</u>	Talento humano, pelucas, trajes, cartulina, marcador
Objetivo: Promover la habilidad de escucha, como un mecanismo de inclusión social en los diferentes ámbitos de la vida.	

Fase inicial: Se ubica a los participantes en un círculo para que se sientan cómodos y se puedan ver unos a otros. Se da inicio a la actividad “El bus de palabras” esta consiste en que la primer persona dará inicio a una historia, luego la segunda persona la continua, luego el tercero y así sucesivamente, la característica en particular es que las personas solo pueden agregar a la historia una sola palabra, de tal forma que tienen que encontrar la palabra adecuada y que encaje con los hechos que se están contando. Al terminar se realizaran comentarios de la experiencia.

Fase desarrollo: El facilitador pide a la comunidad de manera voluntaria, realizar equipos de trabajo. Luego, a cada equipo le asigna un tema, una trama y sus respectivos personajes, en el momento que estén en escena los demás grupos serán testigos externos. Mientras generan sus ideas, los participantes se ponen atuendos, pelucas o el vestuario que ellos consideren necesario y que identifica más a su personaje. Antes de dar inicio a la presentación, se sugiere a los participantes mantener una escucha activa, enfocarse en la historia y prestar atención a los detalles que pueden aportar información importante. En esta puesta en escena, solamente hablará, el personaje que el facilitador toque, ya conociendo su personaje, el participante dramatizará hechos que cuenten una historia desde su propia imaginación. En el transcurso de la historia, el facilitador propone preguntas que motiven a las personas a generar recursos y habilidades que le permitan mejorar la calidad de vida invitándolos a la reflexión de cada uno de los espacios de comunicación que se generan.

Fase Final: Se entrega a cada participante, un pedazo de papel o cartulina, para que en él, escriban un nombre a la historia que les correspondió, luego, se exponen en un lugar visible para que se genere una comunicación asertiva en torno a lo sucedido en cada una de estas historias.

Estrategia Psicosocial No. 3-Resiliencia

<u>Nombre de la estrategia:</u>	¡Encuentros de amor!
<u>Participantes:</u>	Habitantes de Cacarica
<u>Tiempo sesión:</u>	2 Horas
<u>Recursos:</u>	Talento humano, cobijas, cabecera, bafle musical.
Objetivo: Crear en la comunidad ambientes y espacios de encuentro con los hechos ocurridos en el pasado, para mitigar sentimientos de sufrimiento y dolor.	

Fase inicial: Previamente, se comunica a la comunidad que para el encuentro asistan con una cobija, almohada, colchoneta, o algún elemento que le permita estar cómodo, mientras está en el suelo. De esta manera, se pide a los participantes organizar estos elementos en un lugar que se

sientan a gusto. Seguidamente, se realizan ejercicios suaves, lo cual permitirá que se relaje el cuerpo.

Fase desarrollo: Se pide a la comunidad que retiren cualquier objeto que no los haga sentir cómodos, que todos los elementos se dejen ubicados a su lado pero que no obstruyan la actividad, elementos tales como reloj, zapatos, correas, etc. con ayuda de la cobija y el cojín, se acostarán relajando totalmente su cuerpo. Con la ayuda de un baffle musical, se pondrá música de fondo. De esta manera, se explica a los participantes que se orientarán algunos sucesos y se comenzará un viaje en el tiempo a través de la mente, se enfocará en la época de su infancia, invitándolos a reconocer situaciones tanto de disfrute como de tristeza, situaciones que hacen falta sanar, situaciones ya sanadas, etc. A partir de toda esta experiencia, las personas compartirán a los demás lo que vivió, lo que sintió, y lo que piensa se la actividad desarrollada.

Fase Final: El desarrollo de la actividad y su impacto esperado, forjará en la comunidad, mecanismos de defensa para facilitar la sanación de todo lo que hoy en día le hace daño, lo que beneficiará un cambio de conducta, fortalecimiento del autoestima y la adquisición de herramientas para mejorar la calidad de vida y erradicando consecuencias y cicatrices que ha dejado el trauma vivido, por ellos.

Informe analítico y reflexivo de la experiencia foto voz

El departamento del Huila, es un lugar lleno de personas amables y rico en recursos naturales, un participante activo dentro de la producción, distribución y venta de café en Colombia. Pero, también ha tenido experiencias que han marcado notablemente su historia, acercándose mucho más, a los municipios de San Agustín, Oporapa y Pitalito, son contextos a los que la violencia ha dejado su rastro, durante mucho tiempo, obligando a sus habitantes a pasar y vivir las dolorosas

consecuencias que va dejando a su paso. Son muchos niños, niñas, ancianos, hombres y mujeres, los que han tenido que salir huyendo de sus viviendas, abandonando todas sus pertenencias e inclusive perdiendo familiares, pues cuando los hechos ocurren, se desconoce edad, sexo o religión, la violencia simplemente actúa.

A partir de la experiencia foto voz, es importante resaltar la mirada que el estudiante tiene al momento de captar y describir cada una de las imágenes más sobresalientes dentro del contexto que eligió, sobre lo que en el fondo realmente significan y lo que quieren mostrar, ante los diferentes sucesos vividos por las víctimas del conflicto armado. Este ejercicio es enriquecedor e interesante para los estudiantes, teniendo en cuenta que se da a conocer procesos de acción psicosocial, con las diferentes descripciones físicas y simbólicas, reflejando los conocimientos en ámbitos y contextos en donde han sucedido violencias, muertes, despojos, violencia de género, entre tantas que ocurren, como poseedores de visiones analíticas y comprensivas, con el fin de describir lo ocurrido y descubrir en el fondo de la imagen los hallazgos y huellas que dejaron los diferentes eventos traumáticos; de esta manera, como estudiantes de psicología se logra identificar mediante la estrategia foto voz, imágenes que relatan sucesos ocurridos, las huellas internas que dejan los mismos y los problemas psicológicos que posiblemente se han adquirido.

A partir de la narrativa, los valores simbólicos y subjetivos que se reconocen es el deseo del cambio y transformación social en conjunto con apoyo interdisciplinario, en donde se pretende contar con la autonomía y participación de los diferentes contextos y entidades gubernamentales con las que su principal finalidad es la atención y reparación, la educación en valores como el perdón y reconciliación, basados a buscar la resiliencia, seguridad, recreación, todo esto con el fin de lograr una reconstrucción de tejido social y salud mental.

Ahora bien, la imagen como acción política permite extraer nuevos significados donde se reconoce los procesos de transformación psicosocial; dentro de la elaboración de la actividad de la foto voz, se puede observar que la fotografía participativa, permite visualizar y reconocer más a fondo las realidades dentro de las problemáticas sociales y base a esto se puede construir conciencia en las personas inmersas en los daños ocasionados. Por medio de la voz, (el texto) se logra expresar lo que cada imagen quiere dar a entender, la cual se ha convertido en una gran estrategia donde permite desarrollar habilidades sociales con el fin de construir un contexto social adecuado.

De esta manera la imagen por medio de la acción política, posibilita generar significados sociales que son necesarios para realizar afrontamientos subjetivos y colectivos y en torno a las manifestaciones de violencia lo ideal es reconocer acciones o significados de empoderamiento colectivo en relación a la superación del tipo de violencias, la violencia no necesariamente son agresiones físicas también hay actos de violencia cuando se dirige de una manera grotesca hacia otra persona, por lo tanto, en la actividad se da a entender que la foto voz va más allá de lo que se ve en una primera instancia, esto hace que como futuro profesional, el estudiante sea capaz de no solo recolectar información, sino también hacer parte activa de un proceso de investigación.

Por consiguiente, las imágenes tomadas es un momento que queda grabado en la memoria, es una pausa a la realidad que se vivió, es donde la imagen habla por sí sola de una realidad inmersa en varias circunstancias o momentos que han sido parte de una historia; en este trabajo se realiza una recopilación de fotos utilizadas, que a partir de su lectura visual, permite a los estudiantes narrar de diferentes formas, estos contextos que han sido abatidos por la violencia, impulsando la metáfora como herramienta principal.

Ahora bien, la metáfora inmersa en la narrativa, permite entrever que existen subjetividades dentro de los contextos elegidos, de esta manera se puede decir que las variables subjetivas que aparecen en los ensayos visuales y que pueden asociarse a la comprensión de lo psicosocial son: Resiliencia, abandono, maltrato, soledad, desigualdad y despojo. Por lo tanto, se logra observar que muchas comunidades a pesar de las adversidades y las necesidades por las cuales estén pasando, generan manifestaciones de transformación o trascender espiritual, pues estas mismas personas que conforman las comunidades tienen esperanza de cambio, antes los efectos de la violencia colectiva, participando de forma animada y activa a favor de la salud y bienestar personal.

Según, Jimeno (2007), La comunicación de las experiencias de sufrimiento – las de violencias entre éstas- permite crear una comunidad emocional que alienta la recuperación del sujeto y se convierte en un vehículo de recomposición cultural y política, así se reconoce que en el trabajo realizado los recursos de afrontamiento, el diálogo colectivo son manifestaciones resilientes en los contextos y el compartir en espacios de esparcimiento públicos.

Así que analizando las diferentes problemáticas que se han presentado, se rescata las distintas estrategias aplicadas y las herramientas que estos utilizan a la hora de aplicar para dar solución trabajado en equipo por el bienestar de una comunidad; las dinámicas de violencia, no solo se presentan ahora, es una problemática que se ha venido presentando en el transcurso del tiempo, dejando innumerables víctimas con secuelas que afectan su diario vivir y que a pesar de todo les ha tocado afrontar y trabajar muy duro para subsistir, es aquí, en estos contextos y en estas poblaciones donde generan una capacidad de resiliencia para superar todas las adversidades y seguir luchando, estas comunidades han logrado obtener un equilibrio en su día a día que les ha permitido mejorar su calidad de vida y bienestar personal.

El ser humano cuenta con la característica de que es social por naturaleza, es decir, que, aunque pueda realizar acciones solo, siempre necesitará de los demás para continuar subsistiendo. Por lo tanto, existen comunidades a las que los individuos hacen parte, desempeñando roles que benefician el desarrollo y la mejora de las mismas. A partir de diferentes factores que se manifiestan dentro de las comunidades elegidas, existen problemáticas que aquejan a sus habitantes, de manera que alteran sus posibilidades de vivir tranquilos, pues a raíz de flagelos como la violencia, se construyen aún más la complejidad de subsistencia. Sin embargo, hay familias que sin importar los altibajos que se puedan presentar, continúan luchando y buscando caminos que les permita salir adelante, tratando de mitigar lo sucedido.

Por consiguiente, al enfrentarse a la violencia, los seres humanos tienen grandes posibilidades de cambiar su presente y su futuro, pues la aparición de recursos y herramientas que emergen desde la psicología, han producido cambios satisfactorios, en los que las víctimas, consiguen proponer ideas de transformación social, incluyéndose en la búsqueda de soluciones a las infinitas problemáticas que puedan presentarse dentro de la comunidad, incursionando en las posibilidades de cambiar los estilos de vida a los que han sido obligados llegar.

De acuerdo a lo anterior, uno de esos recursos es que la acción psicosocial y comunitaria, abordan diferentes aspectos que forjan al ser humano hacia la construcción de cambios, pues esta acción, está conformada por el conjunto de acciones que se encuentran inmersas dentro de un equipo de trabajo, el cual está organizado y con objetivos claros y trazados de manera que su principal función es controlar y/o mitigar las problemáticas como la violencia, buscando una transformación social.

Ahora bien, es en este instante en el que a partir de las lecturas del contexto en donde se genera la violencia, se produzcan cambios, que así sean pequeños, más adelante serán cambios que demuestren su grandeza, ya que desde una acción psicosocial exitosa, se puede dar participación activa a las personas para que se incorporen e interactúen con los demás, utilizando sus experiencias de vida y su conocimiento como herramienta fundamental para reconocer esta problemática desde su interior; posibilitando que las relaciones que ejerzan se ejecuten con respeto facilitando el desarrollo tanto individual como grupal.

De esta manera se efectúan grupos que, a partir del reconocimiento de la problemática, interactúan y estimulan las ideas, socializando sus puntos de vista generando acciones de cambios positivos. La acción psicosocial se plasma como una herramienta social participativa, que beneficia procesos de diálogo, de aquí la importancia de que los encuentros realizados por el grupo, se conecten a través de aquella interacción que establece relaciones dialógicas, que fortalecen el pensamiento o los pensamientos de los participantes, creando ambientes de sana convivencia y solución de problemas.

Según Martínez, F. & Martínez, J. (2003) una coalición comunitaria, se representa como “el conjunto de personas, agrupaciones sociales, administraciones, recursos técnicos, etc. que, desde una perspectiva cooperativa, diseñan e implementan diferentes acciones encaminadas a la resolución de problemas comunitarios, o al logro de determinados cambios sociales”. Así mismo, cada encuentro que se produzca siempre se caracterice por facilitar la manera eficaz y eficiente la comunicación, ya que siendo así, aquella participación se verá mayormente reflejada para la construcción de un plan de acción que no solo incluye a las víctimas, sino que también incluye a los facilitadores de los procesos, consiguiendo que se ejerza una coalición comunitaria.

Cualquier estrategia que se adapte a la búsqueda de soluciones, siempre está mediada por una buena comunicación, ya que esta facilita ejercer todas las relaciones interpersonales y conseguir un trabajo en equipo; donde este se caracteriza por la delegación de funciones tanto individuales como grupales. Es importante reconocer que si la comunidad realiza un empoderamiento por cada una de las actividades que se puedan ejecutar, el trabajo funcionará con mayores niveles de productividad, identificándose como seres autónomos, al destacarse como ente activo y dejando ver sus capacidades.

Martínez y García, (2000) manifiestan que las coaliciones estimulan en las comunidades el empowerment, como mecanismo de apoyo, facilitando la orientación de esfuerzos que buscan la mejora continua de aquellos factores que están dentro de su proceso de calidad de vida, beneficiando la participación del individuo para los procesos relacionados en la toma de decisiones. Por ende, las acciones realizadas, buscan fortalecer en el individuo sus capacidades de pensamiento, opinión, deducción, etc., lo que facilita la adquisición de información para esa toma de decisiones a la que se espera que continúe participando; más aún que esta propicia la aparición de nuevas ideas de forma rápida y eficiente, permitiendo que el trabajo desarrollado dentro del grupo sea mucho más enriquecedor a partir de la co-relación ejercida entre la víctima y el profesional.

De esta manera, se puede decir, que, a partir de las relaciones ejercidas dentro del equipo de trabajo, se pueden generar distintos aprendizajes significativos para la vida misma, pues todos los días se aprende algo y todos los días se aporta una enseñanza. Vasilachis (2004) expresa que “el sujeto conocido, complementa al sujeto cognoscente y viceversa” validando que, en efecto, existe una relación que le permite al objeto de estudio mantener una interacción constante con el

sujeto de estudio, pues cada día las aportaciones de los demás, ayudan y orientan los procesos de otras personas.

De aquí, que la reciprocidad existente en el equipo de trabajo, permitan abordar una memoria colectiva, en la que las acciones psicosociales y comunitarias han ejercido un papel fundamental, consiguiendo que las socializaciones de aquellos que un día fueron violentados, puedan ser contadas por ellos mismos como un ejemplo de vida. También, estas oportunidades de resiliencia, le pueden beneficiar a los participantes, herramientas necesarias para conocer un camino transitado.

La memoria colectiva, facilita el desarrollo de distintas actividades y estrategias que fomentan un ambiente social ameno, en el que se proporcione a las víctimas una oportunidad para la reconstrucción del pasado, que alguna vez dolió y dañó. Hacer encuentros de esta índole, forjarán mayor confianza entre la sociedad, permitiendo que todos los sucesos ocurridos, en los que sufrieron y fueron lastimados, pueda ser experimentado a través de la palabra y poder entender que son muchos los casos en los que han sido violentados los derechos humanos.

Este espacio promotor de confianza, facilita a la sociedad encaminarse a hechos que los impactaron, hechos que no son tan fáciles de olvidar, pero que, gracias al desarrollo de estrategias encaminadas a la solución o mitigación de las consecuencias existentes, puedan adquirir una aceptación de ese pasado y la aceptación a una construcción del futuro; para que a través de una relación dialógica se puedan aportar grandes conocimientos a otros miembros de la sociedad.

Conclusiones ejercicio foto voz

La violencia se presentan desde diferentes aspectos; violencia verbal, agresiones físicas dañando la integridad de los seres humanos, causando heridas emocionales que pueden desencadenar en heridas individuales como sociales generando grandes cambios los cuales en muchos casos no son buenos ya que no se le da la importancia que se tiene, la violencia se aplaca por medio de intervenciones significativas que logren un bienestar emocional y moral para las personas víctimas de estos actos violentos.

La foto voz es una estrategia que permitió entablar la violencia desde diferentes contextos por medio de imágenes que representan un daño para la sociedad, fue un acercamiento directo con diferentes contextos donde ocurrieron eventos de violencia, permitiendo este ejercicio reflexionar sobre la capacidad de transmitir un contenido que utilice mucho más que palabras, que evoca memoria y que una fotografía en un contexto significativo es una herramienta con mucho poder de comunicación, reconociendo problemáticas desde una forma más moderna en la cual todos los representantes de la comunidad pueden ser los actores de cambios por generar cambios dentro de su contexto, creando en las personas conciencia para un mejor ambiente social.

Ahora bien, el enfoque narrativo permite que la persona cuente su historia para realizar una re significación de su historia y que a pesar de las dificultades analicen los aspectos positivos que se dieron a partir de esta situación; que ya no se mire como víctima si no que tenga empoderamiento para su nuevo empezar.

Por último, a través de estrategias de abordajes psicosociales en la comunidad cacarica permitió en el estudiante conocer acciones encaminadas a la recuperación y afrontamiento del daño que permita en la victima autoconfianza, participación, reconciliación e integración social.

Link del blog

- ✓ <https://mercedesinchima.wixsite.com/paso-3-diplomado-pro>

Referencias bibliográficas

- ✓ White, M. (2016). El Trabajo con Personas que Sufren las Consecuencias de Trauma Múltiple: Una Perspectiva Narrativa. En: Recursos psicosociales para el post conflicto, pp. 27 -75. Taos Institute. Chagrín Falls, Ohio USA. Recuperado de http://www.taosinstitute.net/Websites/taos/images/PublicationsWorldShare/Recursos_psico-sociales_para_el_post-conflicto_2016_f.pdf
- ✓ Dryzun, J. (2006). Daño o desafío: posicionamiento subjetivo ante el trauma. Aperturas Psicoanalíticas, Revista internacional de Psicoanálisis. Recuperado de <http://www.aperturas.org/articulo.php?articulo=00004188>
- ✓ Moos, R. (2005). Contextos sociales, afrontamiento y bienestar: Lo que sabemos y lo que necesitamos saber. En Revista Mexicana de Psicología, vol. 22, núm. 1 pp. 15-29. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/2430/243020643002.pdf>
- ✓ Muñoz, W. P. (2017). Inclusión social de actores del conflicto armado colombiano. Obtenido de https://revistas.urosario.edu.co/xml/3596/359654795009/359654795009_visor_jats.pdf
- ✓ Saldaña, A. C. (2010). PSICOLOGÍA Y ACOMPAÑAMIENTO A VICTIMAS. Obtenido de http://www.satellitechnologies.com/USB/Modulo3/M%C3%B3dulo_3_USB_unidad1.pdf
- ✓ Fabris, F. (2010). Un modelo de análisis de la subjetividad colectiva a partir de la lectura de los emergentes psicosociales. XII Congreso metropolitano de psicología. Buenos

Aires. Recuperado de <http://milnovecientossexentayochoblogspot.com.co/2015/08/un-modelo-de-analisis-de-la.html>

- ✓ Parra, L (2016) Una experiencia de investigación acción psicosocial. Propuesta metodológica para tiempos de construcción de paz. En acompañamiento en clínica psicosocial, pp. 65-92. Cátedra Martín Baró Bogotá Colombia. Recuperado de http://www.catedralibremartinbaro.org/pdfs/Libro_acompanamiento_en_clinica_psico-social.pdf
- ✓ Sánchez, R. (2014). Conferencia 2 Resiliencia, la esperanza realista. Recuperado de https://www.youtube.com/watch?time_continue=18&v=foWtNWmnWDY
- ✓ Nensthiel, M (2015). Enfoque Narrativo Colombia. Recuperado de <https://www.youtube.com/watch?v=5mitHZavXug>
- ✓ 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>
- ✓ Álvarez, M (2017) Estrategias participativas para la transformación psicosocial. Recuperado de <http://hdl.handle.net/10596/13094>
- ✓ Banco mundial. (2009), Voces; Relatos de violencia y esperanza en Colombia, recuperado de <http://documentos.bancomundial.org/curated/es/228981468243580381/pdf/504610WP0Spani10Box341995B01PUBLIC1.pdf>