

La imagen y la narrativa como herramientas para el abordaje psicosocial en escenarios de violencia. Municipio de Cachipay, Cota, Facatativá y Junín

Presentado por:

William Ricardo Ávila Romero (1.069.584.610)

Daniela Steffani Acosta León (1.074.418.120)

Leidy Alejandra Mora Pachón (1.070.968.843)

Viviana Andrea Palacios (35.536.995)

Lidia Ana Leguizamon (52.276.786)

Grupo 442006_1

Presentado a:

Tutora Andrea Marcela Carrero

Universidad Nacional Abierta y a Distancia – UNAD

Escuela de Ciencias Sociales, Artes y Humanidades – ECSAH

Programa Psicología

Abril 2019

Contenido

Resumen.....	3
Abstrac.....	4
Análisis relatos de violencia y esperanza (Relato 1 Ana Ligia).....	5
Formulación de preguntas estratégicas, circulares y reflexivas	11
Análisis y presentación de estrategias de abordaje psicosocial. Caso de Pandurí	14
Informe analítico y reflexivo de la experiencia de foto voz	22
Conclusiones	24
Link del blog.....	24
Referencias bibliográficas	25

Resumen

El presente documento contiene el desarrollo de la actividad correspondiente a la evaluación final, del curso Diplomado de Acompañamiento psicosocial en escenarios de violencia, que oferta la universidad nacional abierta y a distancia (UNAD) en este se presenta una reflexión con soporte al relato de Ana ligia tomados del libro: VOCES: Relatos de violencia y esperanza en Colombia, Editado por el Banco mundial en el año 2009 , del que se realizó un completo análisis de los impactos de la violencia teniendo en cuenta los factores familiares , personales, colectivos y comunitarios para luego poder con base a esto formular 9 preguntas , estratégicas, circulares y reflexivas, justificando su construcción y el aporte que esto le daría a la comprensión del caso , posterior a esto se toma como referencia un caso Pandurí del que se desarrolla una propuesta de abordaje psicosocial teniendo en cuenta aspectos como los emergentes psicosociales, población estigmatizada, acciones de apoyo y estrategias psicosociales para el afrontamiento de la situación descrita en el caso , luego como actividad final se evidencia la conclusiones de estas actividades y un Informe analítico y reflexivo de la experiencia de foto voz realizada en el paso.

Palabras clave

Impactos psicosociales, violencia, víctimas, conflicto armado, atención psicosocial.

Abstrac

This document contains the development of the activity corresponding to the final evaluation of the course Diploma of Psychosocial Accompaniment in scenarios of violence, offered by the national university open and distance (UNAD) in this is presented a reflection with support to the story of Ana Ligia taken from the book: VOICES: Stories of violence and hope in Colombia, published by the World Bank in 2009, which was a complete analysis of the impact of violence taking into account family, personal, collective and community factors for then on the basis of this can formulate 9 questions, strategic, circular and reflective, justifying its construction and the contribution that this would give to the understanding of the case, after this a reference is made to a Pandurí case from which a proposal of approach is developed psychosocial taking into account aspects such as the emerging psychosocial, stigmatized population, support activities and psychosocial strategies to cope with the situation described in the case, then as a final activity the conclusions of these activities and an analytical and reflective report of the photo voice experience carried out in step 3 are evidenced.

Key words

Psychosocial impacts, violence, victims, armed conflict, psychosocial attention.

Análisis relatos de violencia y esperanza (Relato 1 Ana Ligia)

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

Hacen parte de la memoria y de la historia la infinidad de relatos que hay por parte de las víctimas del conflicto armado, en esta caso se toma el relato de Ana ligia, un relato tomado del libro Voces: historias de violencia y esperanza en Colombia, en donde se evidencia las vivencias y recuerdos de una de las víctimas del conflicto armado, de este relato se destacan muchos aspectos, a continuación se seleccionan algunos de ellos y se le da un análisis teórico:

“Lo que ellos querían era que yo les quitara la demanda; a cambio podía quedarme trabajando en San Francisco”

Claramente se conoce que los lugares en donde se vivieron más los flagelos fueron aquellas poblaciones y municipios ubicados en zonas de difícil acceso y con un número reducido de población, en pocas palabras en zonas en donde la presencia del estado es un poco tenue, es por eso que estos lugares al ser lugares con extensiones muy amplias fueron lugares idóneos para la instauración de esos grupos armados al margen de la ley, los cuales literalmente controlaban muchas de las cosas que sucedían en el municipio, paulatinamente a lo anterior en lugares como estos y por la poca presencia de estado sus habitantes se prestaban para actos de corrupción y de ilegalidad, claramente en este relato la señora Ana ligia evidencia el cómo es despedida de su trabajo y posteriormente contratada pero esto a la misma vez es como un soborno ya que esta contratación es en pro del retiro de una denuncia instaurada por la señora en contra de la institución, estos hechos lo que hacen es revictimizar a la señora ya que la administración se vale de la situación para lograr sus propios intereses y al no cumplirlos la despiden

“trabajaba con los desplazados siendo yo misma desplazada, pero no me sentía con derecho a decirlo”

En este relato llama la atención por dos razones, la primera tiene que ver con la posición de la entidad que contrata, ya que a pesar de que conoce la situación de Ligia y de su historia de vida con respecto a la violencia, la ponen a realizar un trabajo sin antes garantizar sus capacidades para asumir este rol, y en segunda instancia se destaca la resiliencia que tuvo Ligia ya que maneja de manera muy profesional su posición de víctima frente a la atención que le brindaba a otras víctimas, sin embargo esto pudo llegar a afectar la salud mental de quien relata ya que nunca contó ni con los espacios ni con los mecanismos que le permitieran expresar y darle solución a los efectos de estos escenarios de violencia y tras del hecho tuvo que recibir los relatos y vivencias de otras personas sin ni siquiera ella poder también expresar su posición.

Aunque ella pudo llevar la situación y logró controlar sus emociones considero que por parte de la entidad contratista no tuvieron en cuenta las repercusiones o daños emocionales y psicológicos que se pudieron generar por la exposición de la persona a factores estresantes además de dolorosos, que no pudieron ser expresados por Ana sino que tuvo que escucharlos y reconocer que muchas víctimas estaban en su situación o una similar, cabe resaltar que la ayuda que brinda Ana es de suma importancia para todas las personas desplazadas y aunque a ella no le ayudaron ella decidió ayudar.

“En el 2006 me puse a trabajar con las víctimas de San Francisco, sobre todo con mujeres. Al escucharlas me robaron el corazón.”

Con este fragmento del relato se puede inferir que a Ana Ligia no le tocó fácil con respecto a la manera en la que realizó su trabajo ya que en esto se evidencia que ella tuvo que tratar y recibir

los testimonios de personas que habían vivido lo mismo de ella ,eso hizo que ella se sintiera identificada con ellas , es por eso la utilización de la expresión “me robaron el corazón ” ya que aunque ella tenía una preparación profesional para este tipo de atención , el mismo contexto hace que ella recuerde los hechos por los cuales estaba en ese lugar

“Por el estrés se me inflamaron las mandíbulas y me tuvieron que sacar las cordales”

Saliendo del contexto de violencia, por medio de este fragmento se puede notar los efectos secundarios que pueden generar aquellas situaciones que generan estrés, esto comprueba que ante un gran trauma el estrés que este acarrea puede generar una somatización en cualquier parte del cuerpo, poniendo en riesgo la salud de la señora Ana ligia.

“Me tocó salir a la fuerza de mi pueblo por la guerra que nos tocó vivir, aunque yo no quería salir”

Ya que demuestra como las personas no pueden tomar sus propias decisiones donde el conflicto armado obliga a salir de sus lugares, sus raíces porque donde se vive se aprende se toma la influencia de sus costumbres.

“Yo quiero ese río otra vez libre de muertos y mi poesía los libera. Mi poesía, la de mi pueblo.”

Ya por ultimo en el relato se encuentra esta frase , dicha frase habla resiliencia y de la manera en que Ana tomo uno de los rasgos de esa violencia y la contrarrestan con información que hace parte de su identidad cultural , de esta manera ella al nombrar su pueblo demuestra que pesar de que ya no esté en el contexto de su pueblo , aun lo recuerda por su identidad por sus costumbres y por el legado el cual ella lleva para afrontar esta situación por medio de la expresión escrita que es la poesía

“Yo escribo poesía y ya tengo un libro. Estoy escribiendo la historia de mi pueblo”

La escritura de eventos traumáticos la transformación de estos en la redacción; en la psicología de la Gestalt esta es una terapia que permite el darse cuenta de las cosas que hacemos y permite el análisis de lo que se quiere o se siente, dándole una utilidad en este caso de motivación para contar y narrar la memoria de su lugar de origen.

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

En el relato de Ana Ligia, se puede evidenciar diferentes factores de riesgo psicosocial, entre ellas el principal factor desencadenante es el desplazamiento forzado, y tras este se acrecientan otros factores que acarrearán una completa inestabilidad en diferentes contextos entre estos el factor económico, ya que el desempleo se suma a los riesgos, lo que en el caso llevo a una muestra de estrés postraumático el cual claramente quedo denotado y somatizado, tras esto otros factores sociales influyen como el de la revictimización, ya que la sociedad y algunos actores que intervienen en esta no tienen la preparación ni la disposición para actuar acorde a la magnitud del problema, denotando una completa ruptura del tejido social. También se pueden presentar: depresión ya que sus síntomas son de tristeza, insomnio, cansancio emocional. Sus capacidades y habilidades pueden verse afectadas perjudicando así las obligaciones, relaciones sociales, autosuficiencia económica y laboral. Limitando el trabajo comunitario y la participación política que son factores importantes para la búsqueda de un bienestar colaborativo.

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

Claramente esto se puede denotar en el caso como una expresión subjetiva ya que Ana a través de sus escritos y poemas trasmite sensaciones, emociones sueños y escenarios en donde el relato cobra una magnitud esperanzadora sin importar que esta se halla generado en el contexto de lugares en donde la violencia hizo un gran impacto

Pero sin importar esos factores que hayan desestabilizado la vida de Ana y de su entorno ella hace de la poesía y de sus relato escrito la herramienta para poder desahogar y expresar sus sentimientos , des esta manera se fortalece y le hace fuerte para afrontar los diferentes factores de riesgo los cuales tuvo que soportar tras el desplazamiento , claramente esto denota que ella logro por medio de expresión artística , darle valor a lo que la violencia no puedo quitarle y por medio de esto transmitir , concretar y formar nuevos lasos con personas con condiciones parecidas , y darles ayuda , y sobre todo brindarle ese apoyo que ella no tuvo.

El posicionamiento subjetivo de sobreviviente ya que muestra a través de sus escritos el valor de lo vivido y la superación de las dificultades. Mostrando todo a través de sus relatos escritos siendo una motivación para no negar la marca del daño y que tampoco consigue olvidarse, pero que solo quedan los recuerdos.

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

Se puede llegar a suponer que en muchos casos , partes dela sociedades son conscientes de la vulnerabilidad de las personas en condiciones de desplazamientos o víctimas de violencia y hacen de estas una herramienta para satisfacer sus necesidades laborales , en el caso se puede evidenciar un comportamiento acorde a la nombrado , cuando los directivos del hospital intentaron de condicionar y revertir la demanda que esta interpuesta en contra de ellos ,

posiblemente este actuar se normalizo por que al estar Ana en una condición difícil se supuso que esta accedería a cualquier petición con tal de no perder el trabajo

Tras lo anterior, otro escenario en donde se naturaliza y no se tienen en cuenta los impactos de la violencia se puede ver en el espacio laboral en el que se contrato a Ana ya que aunque sus contratantes sabían las condiciones de ella y de las razones por las cuales ella estaba en ese lugar , hicieron caso omiso y la pusieron a realizar unas labores las cuales ponían en riesgo su salud mental y su proceso de adaptación tras estar en hechos de violencia , este actuar se puede interpretar como una clara muestra de que los intereses económicos y políticos sobresalen y no tienen el mínimo interés de tener en cuenta otros factores , lo que llevo claramente a una revictimización pero como esta no es relevante ni siquiera se notó como una acción que atentara en contra de Ana , y más cuando ella por sus condición económica , no puede realizar ningún tipo de reclamo u objeción

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

En el relato de Ana se pueden encontrar momentos claros en donde demostró la capacidad de enfrentamiento y de toma de decisiones , una de estas situaciones se ve muy clara cuando ella tuvo que buscar diferentes medios de transporte por ir a rescatar a sus hijos , ya que a pesar de que habían obstáculos ella logro por medios de sus actos buscar una solución o alternativa , otro momento que se puede analizar bajo el marco de la esta pregunta se da cuando ella aclara que guardada las cordales que le tuvieron que sacar por las complicaciones que trajo el exceso de estrés ya que posiblemente estas se convirtieron en símbolo de lucha y de resiliencia , posteriormente a esto otro espacio en donde se puede hacer hincapié en el relato en cuando ella expresa que no se permitía sufrir a pesar de que los relatos de las otras personas generaban algún

tipo de afectación , sin embargo tras el paso del tiempo ella expresa que es gracia a estos espacios el que ella pudo superar y formar una nueva posición respecto a su sufrimiento y sus vivencias en el conflicto.

Una emancipación discursiva frente al horror de la violencia es la manera en la cual decide llegar hasta dónde están sus hijos, además de como supo llevar la situación siendo desplazada y trabajando con las demás víctimas que no tenían conocimiento de sus problemas, se enmarca en la determinación y la fortaleza que tuvo Ana en cada dificultad.

Formulación de preguntas estratégicas, circulares y reflexivas

Tabla 1. Preguntas dirigidas a Ana Ligia

Tipo de pregunta	Pregunta	Justificación
Estratégica	¿Cómo su libro ha influenciado en las personas que también han sido víctimas del conflicto armado?	El entorno laboral de Ana, estaba desinformado de sus problemas. Pero con la influencia de estas historias se formuló la manera de mantener memoria y superación del conflicto pasando de víctima a sobreviviente.
Estratégica	Sra. Ana Ligia, ¿cómo fue ese proceso de ir y venir como dice en su relato, al ser desplazada dos veces?	Es importante conocer la subjetividad como víctima de afrontamiento y sometimiento a la situación de constante vulnerabilidad.

Estratégica	¿Aceptaría un trabajo de tiempo completo sin temor a dejar a sus hijos solos?	Indagar sobre la capacidad de resolución de conflictos con una pregunta estratégica, caracterizada por lo diferencial o hipotética con una visión al futuro, se lograría identificar cuál es la reacción de Ana y su familia ante una posibilidad de mejorar la estabilidad económica y qué estrategias puede crear o implementar para también aportar a la estabilidad emocional.
Circular	¿Qué tipo de ayudas considera que debería de recibir usted y su familia para resarcir todo lo que le ha causado la violencia?	Con este tipo de pregunta se pretende identificar el nivel de conocimiento que se tiene con respecto a la situación y como Ana reconoce las necesidades propias y de su familia con respecto a su posición como víctima.
Circular	¿Ha pensado en cómo se sienten sus hijos frente a lo vivido? ¿No ha percibido que hay una necesidad de apoyo psicosocial para usted y su familia?	La intención de una pregunta circular es buscar la corrección específica en alguna área de la vida, reconociendo lo que hay que corregir y creando inmediatamente la solución o el patrón de comportamiento ante lo que hay que mejorar; en este caso, Ana Ligia era parte de las personas que estaban brindando apoyo psicosocial a las víctimas del conflicto armado, pero ella junto con su familia no había pasado por ese proceso

		<p>psicosocial y en algunos momentos laborales era impactada emocionalmente cuando escuchaba testimonios similares a su vida.</p> <p>Cuando se brinda un servicio en la salud mental, primeramente, se debe estar estable en esa área y enfocarse en su núcleo familiar reconociendo si hay o no hay esa ausencia de recibir atención psicosocial.</p>
Circular	<p>¿Según su experiencia vivida con su familia, volvería ayudar a su comunidad en intervenciones donde se aborden casos similares?</p>	<p>Es importante reconocer la responsabilidad y compromiso al ser un profesional en salud mental. Con esta pregunta podemos desarrollar en Ana la capacidad de toma de decisiones, analizando cada situación a enfrentar y reconociendo lo que hay que tener en cuenta para poder lograr un buen resultado en el área laboral.</p>
Reflexiva	<p>¿Qué habilidades y estrategias de afrontamiento ha desarrollado durante su proceso de superación?</p>	<p>El fin de esta pregunta reflexiva es que la Sra Ligia identifique las herramientas de afrontamiento en las que se apoyó para poder lograr el proceso de superación ante lo vivido. Tengamos en cuenta que, por medio de su propia experiencia, se apoyaba para brindar un apoyo psicosocial a las víctimas del conflicto. Al analizar este aspecto centrará su atención en qué capacidad de acción y creatividad</p>

		ha desarrollado para que pueda aplicarlas en situaciones que se generen más adelante.
Reflexiva	Desde su posición como profesional en el área de salud mental, ¿Qué aspectos psicosociales considera que en sus hijos deben tratarse?	La estabilidad en la salud mental de sus hijos, permitirá que ella también sienta tranquilidad. No solo se trata de su superación ante el suceso traumático vivido, se trata del bienestar familiar después de haber pasado por esa experiencia que generó diferentes consecuencias psicosociales.
Reflexiva	¿Qué aspectos de su vida ha fortalecido durante su proceso de reparación como víctima del conflicto?	Esta pregunta tiene como fin visualizar los aspectos positivos que han marcado la vida de la Sra Ligia durante su proceso de superación.

Fuente propia

Análisis y presentación de estrategias de abordaje psicosocial. Caso de Pandurí

a. ¿Qué emergentes psicosociales considera están latentes después de la incursión y el hostigamiento militar?

Analizando los hechos se pueden identificar que este tipo de situaciones generan una serie de consecuencias en las personas principalmente se puede hacer una evaluación de daños materiales , pero realmente las consecuencias más nefastas se generan desde el ámbito mental , según Martín-Baró (1984) dentro de estas situaciones violentas que se generan en medio de la guerra se crean experiencias de vulnerabilidad , peligro, indefensión y terror, esto trae consigo unos efectos secundarios que repercuten directamente en la salud mental de las personas que viven este flagelo , uno de los efectos más frecuentes es el estrés postraumático el cual es nombrado en

Pérez (2010) como el efecto primario del trauma, además de esto también se contextualizan dentro de los efectos psicosociales la destrucción de los valores y de la identidad cultural diferencial dado a que en la mayoría de los casos los eventos estresores se aumenta con el desplazamiento la desvalorización, estigmatización, y otros factores que hacen que las personas víctimas del conflicto, sufran de constantes hechos de revictimización y sean vulnerables, ya que tras haber sufrido una serie de eventos estresores y traumáticos, la descomposición familiar y la destrucción de redes de apoyo, el riesgo de vulnerabilidad aumenta en medida de la aparición de actos de violencia, sentimientos de culpa entre la comunidad, victimización, pobreza extrema, pérdida de identidad cultural, sensación de venganza, intentos de suicidio, pérdida de creencias y consumo de sustancias psicoactivas.

Cabe resaltar que el porcentaje en los emergentes negativos son bastante altos, pero también es importante darle un poco más de protagonismo a la resiliencia y al humanismo ya que el individuo tiene la capacidad innata de superarse, citando a Abraham Maslow y la pirámide de necesidades.

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

Uno de los impactos más significativos cuando una población es estigmatizada como cómplice de un actor armado es el rechazo que se produce en los distintos territorios por los cuales se ven obligados a desplazarse, sin poder quedarse en otros municipios. A nivel individual el hecho de ser estigmatizado pone en peligro primeramente la vida y la vulneración de la identidad. Los prejuicios están ligados a esta estigmatización ya que al vivir en una región u otra de Colombia se crean estereotipos, es decir como las demás comunidades captan la realidad a

través de las historias, imputando características a las personas que no se conocen, estableciendo una discriminación.

La inseguridad de estas poblaciones hace que se disminuya la búsqueda de una calidad de vida productiva con un bienestar, ya que no pueden hacer parte de otras comunidades por su estigmatización. Las amenazas se hacen comunes por parte de los grupos al margen de la ley donde el resultado es la muerte de inocentes, masacres y asesinatos además de persecuciones, por último, se establecen unas fronteras invisibles entre las comunidades estigmatizadas recluyéndose entre sí para evitar confrontaciones.

Adicional a ello se ve afectada la vida laboral poniendo en riesgo la supervivencia de la familia y por ende el bienestar y evolución del grupo, a nivel socio económico, esto genera y establece parámetros negativos, al limitar el flujo de la actividad comercial también disminuye oportunidades de productividad y crecimiento.

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

La intención es poder reconocer qué emociones tiene, como expresarlas y guiar las víctimas hacia la búsqueda de una resiliencia individual y colectiva. En este proceso es fundamental el restablecimiento de derechos vulnerados de las víctimas, el cual, se activa desde el gobierno en el uso de la ley 1448 de 2011, donde estipula en sus art. 11 y 12 una coherencia externa e interna con la búsqueda de armonizar los distintos esfuerzos del Estado para garantizar los derechos a la verdad, justicia y reparación de las víctimas, las medidas de restitución, indemnización, rehabilitación, satisfacción y garantías de no repetición, con miras a allanar el camino hacia la

paz y la reconciliación nacional. Es decir que se brinda la ayuda necesaria para mejorar la condición de vida de las víctimas.

Dada la gravedad de los hechos y de los eventos estresores en este caso, las acciones que se dispongan para brindar una atención en crisis deben tener en cuenta postulados como indica Becerra y Saldaña(2012) quienes afirman que no todas las víctimas sufren un estado de crisis, puntualizando la diferenciación de ésta con un estado de duelo , esto logrará determinar el tipo de afectación y reacción inmediata , ya que no todas las respuestas ante un evento estresor son de igual manera en esto hay que tener claro lo mencionado por Cabodevilla (2007) quien infiere que no todas las crisis son causadas por duelos, ni todos los duelos culminan en crisis por lo consiguiente la medida de apoyo frente a este tipo de eventos debe basarse en la generación de herramientas de afrontamiento.

Acciones

Primera acción

Crear subgrupos de apoyo, es decir, identificar el nivel de afectación de las víctimas, acorde a ello coordinar de forma participativa el liderazgo que cada uno pueda asumir, para que haya acompañamiento entre pares, ya que en el duelo un factor importante es el componente social y cultural donde la participación y solidaridad son importantes, puesto que no fue un hecho privado, sino familiar y comunitario por ende se transforma ya en un acontecimiento social (Di Nola, 2007).

Segunda acción

Teniendo en cuenta la crisis generada por la pérdida de seres queridos, líderes comunitarios, personas cercanas y las viviendas, se debe proponer acciones que aporten al bienestar

psicológico de las víctimas, por tal razón, se brindará un asesoramiento continuo para que el proceso de duelo se logre culminar y se brindará un apoyo en el manejo de emociones durante el mismo, fomentando así la superación de los diferentes obstáculos que se van generando al enfrentar la realidad de la pérdida.

Para Worden (1997), el duelo no solo es un estado en el que se encuentra un individuo a causa de la muerte de un ser querido, sino que también es un proceso que se debe enfrentar de forma activa. Este autor propone cuatro tareas que el doliente debe llevar a cabo:

1. Aceptar la realidad de la pérdida: La primera tarea es el inicio del duelo. Un ejercicio a realizar es llevar al doliente al momento en el que le dieron la noticia de la muerte de ese ser, para así, de manera consciente, llevarlo a la realidad de lo sucedido y mientras que su narración va construyendo, sus emociones y su memoria va aceptando lo ocurrido, eso con el fin de salir de aquella etapa de negación ante el hecho.

2. Trabajar las emociones y el dolor de la pérdida: El dolor emocional ante la pérdida no se puede evitar ni impedir. Las emociones se deben controlar mas no evitar sentir las. Un ejercicio a realizar es llevar al paciente a pensar en recuerdos, en los mejores momentos vividos con ese ser, escogiendo uno de ellos y revivirlo, con el fin de que las emociones se expresen completamente y después de ello, por medio de la imaginación, pensar en que ese ser se encuentra frente al doliente y decirle todo lo que en algún momento ha sentido que faltó expresarle. Las emociones negativas, como la ira, la tristeza, hablar del por qué se sienten, para no reprimirlas y soltar cada razón que está generando ese sentimiento.

3. Adaptarse a un medio en el que el fallecido está ausente: Por lo general cada persona tiene un rol en su familia o comunidad. Cuando la ausencia es percibida por falta de aquellas acciones

que realizaba el fallecido, se propone que se puedan dividir aquellas actividades que llevaba a cabo esa persona. En el caso familiar, por medio de la creatividad, generar un cambio visual en el espacio donde vivían con él, haciendo cambios de colores, muebles, cuadros, cambiando de lugar algunas cosas y mejorar los hábitos que se tenían, saliendo a caminar y realizar actividades nuevas que permitan sentir un cambio significativo de motivación.

4. Resituarse emocionalmente al fallecido y continuar viviendo: Se transforma lo vivido en recuerdos agradables y se reconoce el entorno que rodea al doliente, facilitando una reflexión emocional ante las personas que lo acompañan en el duelo y que también necesitan de su atención. Para ello se propone un ejercicio narrativo y artístico, donde creará una biografía del ser que perdió y dibujará cómo piensa que ese ser lo quiere ver en un futuro; es así como el ejercicio narrativo convierte lo vivido en un pasaje simbólico y permite que emocionalmente se logre una estabilidad gracias a la aceptación de la realidad y el reencuentro con las personas que lo rodean, el ejercicio artístico permite que haya una visión al futuro, buscando la motivación de sentir la alegría de vivir y recordar con esas emociones que impulsan al ser humano para seguir adelante.

d. Establecer tres estrategias psicosociales con los pobladores de Pandurí, que faciliten la potenciación de recursos de afrontamiento a la situación expresada.

La multilateralidad de las formas de afrontamiento en función de la situación expresada cuenta con varios tipos de variables los cuales operan de manera distinta y en función de los distintos tipos de comunidades, acorde a esto, Pérez (2004) se menciona que las comunidades que sufren hechos de violencia extrema, y que mantienen la confianza interna conllevan a mayores posibilidades de manejo frente a experiencias y hechos violentos.

Estrategias

Primera estrategia

Una de las afectaciones más evidentes en la comunidad de Pandurí, es la desesperación y dolor por sus seres queridos. El duelo es la respuesta emocional ante el enfrentamiento de la muerte de un ser querido; según Parkes (1993), citado por Cabodevilla (2003), el individuo va enfrentando una serie de cambios en su vida positivos cuando enfrenta el proceso de duelo, por ello, es importante que los individuos renuncien al vínculo de apego con el ser fallecido, reconociendo su alrededor como nuevo, buscando la adaptación del espacio con la ausencia de ese ser.

¿Qué se propone? Un acompañamiento continuo por parte de los profesionales en salud mental, para que los pobladores de Pandurí logren culminar ese proceso de duelo que permitirá la superación y comprensión de que se puede estar vinculado a la persona fallecida, pero de otra forma, para así, sentir tranquilidad de poder seguir adelante.

Dentro de este proceso es importante incentivar la comunicación y la narrativa, ya que son herramientas que permiten que el proceso de duelo se pueda desarrollar eficazmente; la comunicación es indispensable porque aporta al trabajo autónomo, con esta herramienta se construye la confianza y seguridad entre el profesional y el individuo, como también, es el medio por el que el profesional orienta al doliente durante su proceso; la terapia narrativa incentiva el trabajo familiar y comunitario, logrando que el individuo establezca la relación que tiene con el problema y también expresa sus emociones a través de sus relatos.

Segunda estrategia

Cuando la población enfrentó ese escenario donde sus seres queridos se encontraban sin vida, se generó un impacto emocional difícil de superar, donde emociones como el miedo, la rabia, la tristeza se apoderaban de ellos. Teniendo en cuenta esta parte de lo sucedido, se propone una estrategia basada en el manejo de emociones.

En la primera estrategia se aborda la aceptación de la muerte del familiar, donde el proceso de duelo no es inmediato, puesto que al pasar los días se va asimilando y durante ese tiempo las personas van a ir experimentando sentimientos que remueven lo sucedido como la tristeza, la incertidumbre, la impotencia, y es ahí donde se intervendrá con la segunda estrategia que buscará el control emocional para no retroceder a lo que se está logrando.

El control de emociones no es impedir que los sentimientos se expresen, sino que durante su expresión se sepa cómo regularlas y transformar aquellas emociones negativas (ira, rabia, tristeza, etc.) en oportunidades de superación. Esta estrategia se caracterizará por el autoconocimiento, donde de forma reflexiva y analítica, se identifique las emociones tanto positivas como negativas en el momento, con el fin de incentivar la expresión de las emociones positivas y saber controlar las negativas. La respiración puede ser una herramienta para lograr el control de las emociones negativas.

Tercera estrategia

Esta estrategia se basará en el perdón y reconciliación. Esta perspectiva psicosocial se debe fundamentar en la prudencia, transparencia y en el respeto ¿por qué?, la comunidad de Pandurí vivió un suceso traumático colectivo donde lo que menos quieren escuchar son argumentos que apoyen la impunidad, la injusticia y la inseguridad, por tal razón, el tacto se debe llevar durante este proceso (Gandhi 2008). El perdón se caracterizará por la memoria histórica, enfrentando

cada detalle de lo vivido (de aquí radica la importancia del manejo de emociones). Al ver el factor colectivo durante el caso, incentivar la motivación, la unidad y el apoyo como comunidad, permitirá que este proceso de perdón y reconciliación se pueda llevar a cabo. Piaget (1932) y Behn (1932) son autores que abordaron el estudio de la importancia de perdonar planteando la gran recompensa que es el bienestar psicológico; Rokeach (1973) también aportó a este estudio y se reconoce como uno de los pioneros más importantes en cuanto al estudio de los valores humanos.

Informe analítico y reflexivo de la experiencia de foto voz

Se log-ró constatar los diferentes puntos de vista que se pueden obtener en realidades similares además de esto se pude concluir que en la mayoría de los casos y aunque la interpretación sea diferente la problemática es las mismas y aunque hayas algunas diferencias legua y simbolismo se pueden integrar algunos aspectos para a generar una postura más integral por lo consiguiente dentro de las labores de acompañamiento de y de intervención dentro del margen psicosocial se deben de tener en cuenta el realizar una completa exploración del entorno, y tras de esto la debida identificación de los factores de riesgo y de los rasgos propios de la comunidad , ya que de esta amenera es posible identificar subjetividades e intersubjetividades con las que se describe y su puede interactuar con estas y a si fomentar la participación asimilación y los buenos resultados de dichos procesos.

Dentro de cada uno de los trabajos realizados se muestran diferentes lugares donde la memoria y los recuerdos de la violencia que asecha a las comunidades vive siempre presente sin importar el tipo de violencia con la que cada uno coexistió los recuerdos siempre van a estar presentes. Cuando se realiza este tipo de trabajo de una u otra forma ya se hace parte de esta

historia, se evidencia que las imágenes dejan enseñanzas y mensajes que se interpretan con base en las posibles violencias que podrían ocurrir desde la subjetividad de quien lo realiza.

En esta foto a voz se evidencia un proceso de transformación psicosocial, es el empoderamiento y búsqueda de alternativas de superación ante la violencia. A través del deporte, la cultura, el folclor, respeto por los derechos de cada comunidad y como la memoria ha logrado mostrar un antes y un después de cada sitio. Una de las estrategias de resiliencia que se observan en todos los trabajos expuestos es la búsqueda y mejoramiento de la calidad de vida a través de actividades culturales, deportivas y sociales, así como el perfeccionamiento visual de los espacios marcados por la violencia.

La comprensión de lo psicosocial desde cada imagen busca transmitir y contar los sucesos violentos de un lugar, así como la manera de narrar nos lleva a generar entendimiento en el porqué de las fotos además de cómo se reconoce el problema y como se pueden superar o mejorar.

Esta experiencia muestra que el uso de memorias colectivas y lenguaje alternativo ayuda a la integración y conocimiento de cómo cada uno de nosotros es subjetivo ante lo que ve, siente y vive, también a reconocer las vivencias del otro y según cada problemática siempre se busca el empoderamiento, apoyo y búsqueda de una unión en la comunidad para mejorar la calidad de vida.

La realización de la narrativa foto voz, permite un acercamiento y exposición más enfocada sobre las diferentes dinámicas de violencia y así identificar como existe una resiliencia en las comunidades afectadas y como a través de la memoria se puede rescatar la historia para poder

tener recursos de afrontamiento que en el presente mejoren la calidad de vida y una reparación individual, comunitaria y social.

Conclusiones

Tras la realización de las actividades de este diplomado se permitió adquirir una serie de herramientas y lineamientos que permiten hacer un mejor acompañamiento e identificación en este tipo de escenarios, además de esto se concluye la importancia de este dado a que Colombia es un país en donde los hechos violentos hacen parte de una de las realidades actuales.

Uno de los puntos más cruciales es la expresión, la narrativa que se puede obtener en la recolección de testimonios por parte de personas inmersas en actos de violencia, ya que de esta manera se pueden analizar muchos aspectos tanto de la situación y los hechos como de la posición personal del relator, de esto depende la identificación de esos factores como, la organización social y política, puntos de vista morales y religiosos que de una u otra manera condicionan y generan diferentes posturas ante las situaciones violentas, es por eso que para que el proceso de acompañamiento sea efectivo se debe de indagar e identificar esos aspectos que hacen que las comunidades tengan identidad para que después de eso el acompañamiento tenga una funcionalidad personalizada y que genere efectos positivos en las personas.

Link del blog

<https://wrrar2014.wixsite.com/imagennarrativa>

<https://leidymorita0107.wixsite.com/misitio-8>

Referencias bibliográficas

(Epston y White. (, 1992). *Martin payne*. Obtenido de

http://www.ub.edu/hsctreballsocial/sites/default/files/pdfs/casos-practics/terapia_narrativa_1.pdf

Behn (1932) citado por Casullo, M. (2005). La capacidad de perdonar desde la perspectiva

psicológica. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/3378/337829529002.pdf>

Cordoba, I. P. (2007). *Guía de Intervención Social y Cuidados del Duelo*. Obtenido de

[file:///D:/copia/Downloads/duelo%20\(1\).pdf](file:///D:/copia/Downloads/duelo%20(1).pdf)

Gandhi (2008) citado por Villa, J. (2016). Perdón y reconciliación: una perspectiva

psicosocial desde la no violencia. Recuperado de:

<https://journals.openedition.org/polis/11553#bibliography>

Gomez, J.D.V.(2013). (7 de enero de 2013). *El agora revista de ciencias sociales* . Obtenido

de <https://revistas.usb.edu.co/index.php/Agora/article/view/91>

Laura Yoffe*. (2014). *Nuevas concepciones sobre lso duelos por perdidas de seres queridos*.

Obtenido de

<http://www.unife.edu.pe/publicaciones/revistas/psicologia/2013/2/Laura%20-Yoffe.pdf>

Martin Baro. (1984). *Guerra y salud mental estudios centroamericanos*. Obtenido de

<http://www.psicosocial.net/historico/inicio/centro-de-documentacion-gac/fundamentos-y-teoria-de-una-psicologia-liberadora/psicologia-y-violencia-politica/148-guerra-y-salud-mental/file>

Nohelia hewitt ramirez Universidad de San Buenaventura, Bogotá, Colombia fernando juárez jeannie guerrero luzardo. (11 de marzo de 2015). *Afectaciones Psicológicas*,. Obtenido de file:///D:/copia/Downloads/v25n1a09.pdf

Parkes (1993), citado por Cabodevilla (2003). Las pérdidas y sus duelos. Recuperado de: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1137-66272007000600012

PÉREZ SALES, P. (1 de febrero de 1999). *Actuaciones psicosociales en guerra y violencia política*. Obtenido de <https://www.traficantes.net/libros/actuaciones-psicosociales-en-guerra-y-violencia-pol%C3%ADtica>

Piaget (1932) citado por Casullo, M. (2005). La capacidad de perdonar desde la perspectiva psicológica. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/3378/337829529002.pdf>

Rokeach (1973) citado por Casullo, M. (2005). La capacidad de perdonar desde la perspectiva psicológica. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/3378/337829529002.pdf>

Rutas del conflicto y Colombia Check . (2017). Obtenido de http://rutasdelconflicto.com/especiales/estigma_grupo_armado/index.html

VERA JUDITH VILLA GUARDIOLA. (enero-junio de 2013 -2014). *Hacia un concepto interdisciplinario de la familia*.

Worden, J. (., & Camacho, S. (2004). *Asesoramiento psicológico en un caso de duelo tras los atentados del 11 M*. Recuperado de: . Obtenido de <http://www.redalyc.org/pdf/1806/180617834006.pdf>