

La imagen y la narrativa como herramientas para el abordaje psicosocial en escenarios de
violencia, Departamentos Cauca y Nariño

Presentado por:

Angie Paola Benavides Muñoz

Bryan Bolaños Narváez

Leidi Johana Caipe Rodríguez

Ricardo Alonso Jaimes Sanabria

Sary Yabeline Viveros Mosquera

Grupo_39

Tutora

Erika Paola Tovar Villanueva

Universidad Nacional Abierta y A Distancia “UNAD”

Escuela De Ciencias Sociales, Artes y Humanidades

Programa De Psicología

Mayo 2020

Tabla de Contenido

Resumen	3
Abstract	4
1. Análisis Relatos De Violencia y Esperanza	5
1.1 Relatos De Vida Número 4: Ana Ligia	5
a. Fragmentos Destacados	5
b. Impactos Psicosociales	8
c. Posicionamiento Subjetivo	11
d. Significados Alternativos Frente A Los Símbolos De La Violencia.....	12
e. Emancipación Discursiva Frente A Las Imágenes De Horror De La Violencia.....	14
2. Tabla 1. Formulación Preguntas Circulares, Reflexivas y Estratégicas.....	16
3. Análisis Y Presentación De Estrategias De Abordaje Psicosocial Para El Caso De Las Comunidades De Cacarica	18
a. Emergentes Psicosociales	18
b. Impactos Generados Por El Estigma De Ser Cómplice De Un Actor Armado	20
c. Acciones De Apoyo En Situación De Crisis.....	21
d. Estrategias Psicosociales Con Los Pobladores De Cacarica.....	22
4. Informe Analítico Y Reflexivo Experiencia Foto Voz	23
Link Página Wix Experiencia Foto Voz: https://angie37081.wixsite.com/grupo39	28
5. Referencias Bibliográficas	29

Resumen

El presente trabajo hace parte de la etapa final del diplomado de profundización y acompañamiento psicosocial en escenarios de violencia como opción de grado del programa de Psicología de la Universidad Nacional Abierta y a Distancia “UNAD”.

Desde el análisis reflexivo de un caso de violencia armada narrado por la propia víctima, se busca identificar una serie de factores psicosociales latentes en dicha narración y a partir de los mismos diseñar estrategias de acompañamiento psicosocial, enfocado a que los afectados superen la identidad de víctimas y renazcan con una identidad de sobrevivientes.

Por otro lado, se evidencia lo realizado mediante la herramienta de foto-voz una técnica que permite la identificación puntual de emergentes psicosociales y el reconocimiento de la realidad que viven a diario muchas personas en nuestro país, gracias a la combinación de la imagen y la metáfora.

En síntesis, el trabajo plasma una serie de ejercicios y reflexiones en torno a la importancia de la narrativa y la imagen como herramientas de acompañamiento psicosocial en escenarios de violencia y como factores transformadores de circunstancias adversas.

Palabras Claves: Violencia, Conflicto armado, Impactos Psicosociales, Memoria, Subjetividad, Narrativa, Imagen, Acompañamiento psicosocial, Resiliencia.

Abstract

The present work is part of the final stage of the Diploma of Deepening Psychosocial Accompaniment in Violence Scenarios as a degree option of the Psychology program of the National Open and Distance University “UNAD”.

From the reflective analysis of a case of armed violence narrated by the victim herself, an attempt is made to identify a series of latent psychosocial factors in the said narrative and, from them, to design psychosocial support strategies, focused on those affected to overcome the identity of victims and reborn with an identity of survivors.

On the other hand, it is evident what was done through the photo-voice tool, a technique that allows the timely identification of psychosocial emergencies and the recognition of the reality that many people in our country live daily, thanks to the combination of image and metaphor.

In summary, the work reflects a series of exercises and reflections on the importance of narrative and image as tools for psychosocial support in settings of violence and as transforming factors of adverse circumstances.

Key Words: Violence, Armed Conflict, Psychosocial Impacts, Memory, Subjectivity, Narrative, Image, Psychosocial Accompaniment, Resilience.

1. Análisis Relatos De Violencia y Esperanza

1.1 Relatos De Vida Número 4: Ana Ligia

a. Fragmentos Destacados

Teniendo en cuenta el análisis del relato de Ana ligia, los fragmentos que el grupo considera se deben destacar son los siguientes:

“Yo no quería salir porque llevaba 20 años de trabajo allá. Fui desplazada dos veces: la primera fue entre el 2003 y el 2004 (...). La segunda fue el 20 de junio del 2004 cuando me tocó irme completamente de mi pueblo. En ese momento yo trabajaba en un hospital cercano a mi pueblo, en San Francisco. Yo iba y venía constantemente (...)” (Fragmento Libro Voces: violencia y esperanza en Colombia, 2009).

En él es posible evidenciar todo la tristeza, el dolor y la impotencia que sintió la protagonista y en general las víctimas cuando se ven obligadas a abandonar su tierra, su hogar, sus familias, amigos, su historia en sí, muchos de ellos se niegan a dejar todo por lo que han vivido, soportando día a día aquellos actos de crueldad y barbarie, incluso llegando a poner en riesgo sus vidas por el bienestar de las demás personas de su comunidad, dando pie a la naturalización de la violencia en sus territorios, la cual dificulta los procesos de reestructuración de los sujetos, su identidad, subjetividad y el tejido social.

“El 20 de junio me llamaron de la Alcaldía y del hospital, y yo no sabía para qué (...) yo no quería salir. Justo habían matado a un vecino mío y a otro señor con una bomba o una mina en una vereda cercana. Había mucho conflicto en esa zona, porque peleaban guerrilla y paramilitares y el Ejército. Además, nunca me dijeron para qué me querían,

así que les dije que iba a ir con mis niños, porque a principios del 2004 ya me había ocurrido que había dejado a mis hijos en el pueblo y había habido una toma guerrillera de la que casi no los pude sacar (...). Tuve que montar en moto, en camión y en mula para llegar a donde mis hijos (...). Yo no sé cómo me organicé, pero empaqué tres mudas para cada uno de mis hijos y me preparé para un viaje de 15 días” (Fragmento Libro Voces: violencia y esperanza en Colombia, 2009).

En este fragmento se aprecia en la protagonista sentimientos de inseguridad y desconfianza, producto de los continuos ataques y la amenaza constante a la integridad física y emocional de la población, ocasionada por grupos alzados en armas, dando como resultado una prevención ante cualquier situación que le genere incertidumbre, y principalmente destacamos algo que ella valora mucho y es la vida de sus hijos, considerándolos como lo más importante en su vida y aquellos que le dan el sentido de sí misma, incluso llegando a poner en riesgo su vida para salvaguardarlos del peligro que implica estar en medio de esta guerra.

“Cuando el alcalde me dijo que no me podía devolver porque le habían dicho que yo estaba amenazada. Terminé esa conversación muy triste. Me enfermé. Cuando llegué a donde nos estábamos quedando dormí unas horas; luego me desperté y no volví a dormir por un tiempo. Por el estrés se me inflamaron las mandíbulas y me tuvieron que sacar las cordales. Las tengo guardadas como recuerdo” (Fragmento Libro Voces: violencia y esperanza en Colombia, 2009).

El anterior fragmento nos permite apreciar como la violencia y las continuas amenazas afectan el bienestar psicológico, emocional y físico, así como la calidad de vida de estas personas, ocasionándoles malestar y dificultades para continuar con su vida cotidiana, e

incluso desencadenar en ellos diversos trastornos o patologías que afecten su salud mental y física, producto de la impotencia y la rabia al no poder defenderse ante estos ataques, de saber que aunque se está haciendo todo lo posible por ayudar a la comunidad, para los grupos armados solo representa una amenaza que debe desaparecer.

“Trabajaba con los desplazados siendo yo misma desplazada, pero no me sentía con derecho a decirlo. Mis jefes sabían, pero la gente no. Ellos me contaban sus tristezas y yo los escuchaba, tratando de ser fuerte. No me daba permiso para sentirme mal (...) es bien importante volver al territorio de uno, y más cuando uno está viviendo cambios. En el 2006 me puse a trabajar con las víctimas de San Francisco, sobre todo con mujeres. Al escucharlas me robaron el corazón. Después de tanto dolor, al final de cuentas entendí que Dios me había llevado hasta allá porque realmente me necesitaban. El proceso que viví en San Francisco fue muy lindo y me hizo crecer como persona”
(Fragmento Libro Voces: violencia y esperanza en Colombia, 2009).

En dicho fragmento se denota el posicionamiento subjetivo de la protagonista en relación a su nuevo proyecto de vida, el cual tiene como base el empoderamiento, la fe y la lucha por transformar sus experiencias traumáticas en oportunidades, poniendo en marcha estrategias de afrontamiento que le permitieron superar las adversidades y darle un sentido a su vida a través de la escucha y orientación a otras personas que al igual que ella, padecieron el flagelo de la violencia, logrando comprender de mejor manera aquellas emociones y sentimientos expresados por todos los sobrevivientes que buscaban su ayuda.

También se destaca la identidad territorial individual y colectiva de estas personas, para quienes sus tradiciones, cultura, costumbre y territorio en general es representativo de toda su historia de vida y, a pesar de todo el dolor y angustia padecidos como consecuencia de la

violencia en sus territorios, siempre anhelan volver a su lugar de origen, reencontrarse con esa cultura que dejaron abandonada por temor, reencontrarse con la tierra donde nacieron y crecieron, con sus familias, amigos, allegados y volver a vivir en paz y tranquilidad.

“Yo escribo poesía y ya tengo un libro. Estoy escribiendo la historia de mi pueblo. Aunque en el desplazamiento del 2003 perdí muchos escritos. Hay un poema que tengo que se llama “Mi Río Magdalena”, que está inspirado en las víctimas (...). Las víctimas de allá me contaban cómo tenían que ver los muertos bajando por el río. Yo me imaginaba que muchos de esos cadáveres eran nuestros muertos” (Fragmento Libro Voces: violencia y esperanza en Colombia, 2009).

Por último, en este fragmento es significativo como esta persona logra canalizar toda la rabia, el dolor y la impotencia a través de una herramienta narrativa y de memoria como es el poema, donde ella logra plasmar todas las emociones y sentimientos que marcaron su historia de vida; cada poema refleja sus propios relatos y aquellos que le fueron compartidos durante su proceso de apoyo a otros sobrevivientes de este doloroso proceso. Para ella la poesía es una técnica terapéutica que le permite recordar, desahogarse y expresar todos esos sentimientos que durante mucho tiempo tuvo que reprimir y a su vez transformar aquella historia de dolor en una nueva historia llena de esperanza, donde pueda observar paisajes llenos de vida y naturaleza, más no de sangre o cadáveres de familiares y amigos.

b. Impactos Psicosociales

Teniendo en cuenta los fragmentos destacados anteriormente y el contexto que la protagonista nos expone en el relato se reconocen los siguientes impactos sociales:

Perdida de sus redes sociales de apoyo: Debido al desplazamiento forzado Ana Ligia se vio obligada a abandonar a su familia cercana, amigos, vecinos y comunidad con la cual convivió durante mucho tiempo, quienes representaban un valor significativo para sus redes sociales. Pese a esta situación, logró establecer nuevas redes sociales con la población desplazada a la cual apoya actualmente, siendo esta actividad una forma para sublimar el dolor y el miedo que le ocasiono la violencia y de esta manera mantener su equilibrio emocional.

Cambio en sus rutinas: Antes del desplazamiento forzado la protagonista se dedicaba a estudiar el bienestar emocional y al acompañamiento psicosocial a las víctimas en su pueblo, actividad que abandono debido a las continuas amenazas contra su integridad por parte de grupos armados, representando un cambio para ella y sus hijos a nivel de sus actividades cotidianas, su estilo de vida, su hogar, escuela, trabajo y relaciones interpersonales.

Naturalización de la violencia en su territorio: Convirtiendo las intimidaciones constantes, los crímenes y asesinatos, en parte de su vida cotidiana; la protagonista a pesar de haber sido desplazada de su territorio se negaba a abandonar su hogar, consiguió trabajo en un hospital cercano y continuaba regresando a su corregimiento ya que no le preocupaban los actos violentos que se vivían en las calles.

Además, en el contexto que la protagonista nos expone en el relato se reconocen los siguientes impactos a nivel de su subjetividad:

Trauma: Relacionado con la angustia que la protagonista siente cuando sus hijos están en riesgo, ya que para ella la vida y el bienestar de sus hijos es considerado aquello con más valor, es decir lo que le da el sentido de sí misma.

Inseguridad: Producto del peligro inminente al cual se vio expuesta, ocasionando que ella siempre estuviera en estado de alerta, cuando le informaban que debía viajar hasta otro pueblo ella tomaba las precauciones necesarias para no exponerse ella ni a sus hijos.

Desesperanza: Al verse desempleada y desplazada, la protagonista siente que ha perdido media vida, situación que se presenta en muchas de las víctimas de la violencia, afectando de manera significativa su subjetividad e identidad, perdiendo el rumbo y paralizando sus vidas.

Desconfianza: Ocasionada por la pérdida de seguridad en las personas e instituciones, quienes sin importarles que estaba embarazada y expuesta a actos violentos terminaron su contrato de trabajo, dejándola en una situación de extrema vulnerabilidad.

Dificultad para dormir: Situación que se mantuvo por mucho tiempo, siendo este una respuesta normal al sufrimiento y la amargura que experimento la sobreviviente de este relato, sentimientos que surgen para proteger la integridad psicológica de la persona.

Huellas de trauma psicológico: A causa de la situación de adversidad que experimento, esto se refleja en sus actividades con otros sobrevivientes, donde ella prefiere no mencionar su historia y experiencias, ocultando ante los demás su estado de sobreviviente, reprimiendo sus sentimientos, experiencias y recuerdos, porque considera que no tiene derecho a expresarse o sentirse mal por temor al rechazo social o a volver a estar expuesta a la violencia.

c. Posicionamiento Subjetivo

En el siguiente fragmento podemos apreciar la voz que nos revela como la protagonista adquirió un posicionamiento subjetivo como sobreviviente:

“Trabajaba con los desplazados siendo yo misma desplazada, pero no me sentía con derecho a decirlo. Mis jefes sabían, pero la gente no. Ellos me contaban sus tristezas y yo los escuchaba, tratando de ser fuerte. No me daba permiso para sentirme mal (...) es bien importante volver al territorio de uno, y más cuando uno está viviendo cambios. En el 2006 me puse a trabajar con las víctimas de San Francisco, sobre todo con mujeres. Al escucharlas me robaron el corazón. Después de tanto dolor, al final de cuentas entendí que Dios me había llevado hasta allá porque realmente me necesitaban. El proceso que viví en San Francisco fue muy lindo y me hizo crecer como persona”

(Fragmento Libro Voces: violencia y esperanza en Colombia, 2009).

Por consiguiente, cabe considerar que “La víctima se convierte en sobreviviente cuando está logra comprender y aceptar su realidad para reivindicar su dignidad humana, cuando se empodera de la construcción de su proyecto de vida y da su mejor aporte para superar los daños psicológicos causados” (Bustamante, 2017).

Además, como lo expone Lifton; “La implicación en actividades colectivas, ya sea de ayuda o de participación en la comunidad, es una forma de actividad grupal que ayuda a formular y encontrarle sentido a los hechos traumáticos, colaborando con la recuperación de la pérdida colectiva” (Lifton, 1980).

Porque a pesar de haber experimentado situaciones angustiantes y traumáticas, Ana Ligia logro mitigar un suceso doloroso y ahora es capaz de narrar dicho suceso desde una

perspectiva de crecimiento personal donde sus conocimientos en salud mental le permitieron empoderarse de su realidad, identificando los recursos con que ella cuenta, reconociendo sus valores, aprendizajes y habilidades las cuales enfoco en transformar su contexto de violencia, abriéndole la posibilidad de restablecer su proyecto de vida el cual orientó a brindar apoyo psicosocial a otras mujeres víctimas del conflicto, considerando estos sucesos como una oportunidad brindada por Dios para superarse ayudando a aquellas personas que más la necesitaban y que a su vez le permitió crecer como persona, dándole un nuevo sentido a su vida, focalizando todas sus experiencias traumáticas y dolorosas en poemas los cuales representan una forma terapéutica donde se evoca la narración y, la memoria histórica y vincular, el restablecimiento de su identidad, dignidad y subjetividad, empoderar a todas aquellas personas que deseen un bienestar biológico, psicológico, social y familiar, y una mejor calidad de vida.

d. Significados Alternativos Frente A Los Símbolos De La Violencia

Los siguientes fragmentos del relato que nos brinda la protagonista nos permiten apreciar los significados alternos que destaca frente a las imágenes dominantes de la violencia y sus impactos naturalizados.

“Yo ayudo a las víctimas del conflicto y soy poeta (...) estaba estudiando el tema de la salud mental, pues prácticamente yo era de las pocas que estaban ahí brindando apoyo psicosocial a las víctimas (...) es bien importante volver al territorio de uno, y más cuando uno está viviendo cambios (...) después de tanto dolor, al final de cuentas entendí que Dios me había llevado hasta allá porque realmente me necesitaban (...) el proceso que viví en San Francisco fue muy lindo y me hizo crecer como persona (...) yo escribo poesía y ya tengo un libro. Estoy escribiendo la historia de mi pueblo. Aunque

en el desplazamiento del 2003 perdí muchos escritos, sigo haciendo poesía”

(Fragmentos Libro Voces: violencia y esperanza en Colombia, 2009).

En este fragmento es posible apreciar que el conflicto socio-político, que ha flagelado a la población colombiana durante más de 50 años, se representa a través de imágenes dominantes de violencia como amenazas contra la vida e integridad física y psicológica, constantes enfrentamientos colocando a la población civil en medio de estos, el desplazamiento forzado, muertes indiscriminadas y minas antipersonas, afectando su dignidad, identidad e integridad, paralizando su vida y proyectos, su futuro, sus sueños y metas, posicionándolos en una situación de vulnerabilidad de la cual muchos no pueden salir, naturalizando de esta manera los impactos que deja la violencia.

Teniendo en cuenta lo expuesto por Martín Baró (1990), “la culpabilización a las víctimas o sus familiares se convierte en instrumento de control social que actúa como justificador de la violencia y la impunidad al tiempo que distorsiona las responsabilidades reales” (Referenciado por Beristáin, Dona, Páez, Pérez Sales & Fernández, 1999).

Es así como las personas justifican aquellos actos violentos en su comunidad aludiendo que las víctimas fueron las culpables de lo que les sucedió porque algo habrán hecho que indispuso a algún grupo armado; cómo podemos apreciar en el relato de nuestra protagonista, cuando refiere que se dedicaba a “brindar apoyo psicosocial a las víctimas” y motivo por el cual recibió amenazas de la guerrilla, obligándola a abandonar su vida y actividades en pro de salvaguardar su vida, situación que le ocasiono síntomas producto del estrés, los cuales a su vez le dejaron un símbolo representativo que aún conserva y que evoca no solo el dolor y la impotencia sino también la esperanza y el inicio de una nueva historia de vida.

No obstante, el “experimentar emociones positivas con gratitud, amor o interés, entre otras, tras la vivencia de un suceso traumático, aumenta a corto plazo la vivencia de experiencias subjetivas positivas, realza el afrontamiento activo y promueve la desactivación fisiológica, mientras que, a largo plazo, minimiza el riesgo de depresión y refuerza los recursos de afrontamiento” (Fredrickson y Tugade, 2003).

De ahí que el aprendizaje que adquirió sobre salud mental, le brindo la posibilidad de apoyar a otras víctimas del conflicto, utilizando herramientas terapéuticas como la evocación de la narración, la memoria histórica y vincular, para que las personas logren reconstruir sus vidas; y a través de la creación de sus poemas lograr honrar aquellas historias de angustia o dolor resaltar actos de valentía y, restablecer la dignidad y el valor de todos los sobrevivientes. Los recursos que la protagonista utilizo destacan la resiliencia, los recursos y habilidades con los que cuenta, y que le permitieron no sucumbir ante los sucesos adversos sino empoderarse de esa realidad, transformándola en pro de mejorar su bienestar individual, familiar y social.

e. Emancipación Discursiva Frente A Las Imágenes De Horror De La Violencia

“Vivir una experiencia traumática es sin duda una situación que modifica la vida de una persona y, sin quitar gravedad y horror de estas vivencias, no se puede olvidar que en situaciones extremas el ser humano tiene la oportunidad de volver a construir su forma de entender el mundo y su sistema de valores. Por esta razón, se deben construir modelos conceptuales capaces de incorporar la dialéctica de la experiencia postraumática y aceptar que lo aparentemente opuesto puede coexistir de forma simultánea” (Vera, Carbelo y Vecina, 2006).

Es así como el siguiente fragmento nos permite reconocer la emancipación discursiva de la protagonista frente a las imágenes de horror de la violencia: *“es bien importante volver al territorio de uno, y más cuando uno está viviendo cambios. En el 2006 me puse a trabajar con las víctimas de San Francisco, sobre todo con mujeres. Al escucharlas me robaron el corazón. Después de tanto dolor, al final de cuentas entendí que Dios me había llevado hasta allá porque realmente me necesitaban. El proceso que viví en San Francisco fue muy lindo y me hizo crecer como persona”* (Fragmento Libro Voces: violencia y esperanza en Colombia, 2009).

Así pues, aunque la protagonista haya vivido durante mucho tiempo experiencias traumáticas llenas de dolor, angustia y sufrimiento, logro superar todas aquellas adversidades, buscando alternativas resilientes que la llevaron a generar cambios significativos en su realidad y en su entorno, las cuales beneficiaron a su familia y a la población que como ella ha sido víctima de los continuos enfrentamientos con el ejército y grupos alzados en armas.

Como muestra de emancipación discursiva frente a las imágenes de horror de la violencia podemos destacar las relaciones dialógicas que entablo la protagonista con otras víctimas, las cuales le permitieron tanto a ella como a las personas que intervino, reflexionar sobre todos aquellos hechos dolorosos a los cuales fueron expuestos a causa de la violencia, facilitando la construcción de memorias colectivas y significados de sus historias de vida, reconociendo de esta manera estrategias de afrontamiento que le permitieron reconocer sus emociones positivas y negativas, así como sus habilidades sociales y cognitivas, apoyada en sus vínculos existentes con la comunidad, las cuales aplico para brindar apoyo psicosocial, obteniendo de esta manera beneficios no solo a nivel

personal, sino también comunitario, logrando crear un nuevo proyecto de vida, empoderarse de su situación y convirtiéndose en la propia autora de un cambio significativo en su subjetividad.

El apoyarse en las relaciones con otros sobrevivientes y compartir experiencias con ellos le permitió reconstruir su sentido y el valor de sí misma. El poder narrar su tragedia y la de aquellas víctimas invisibles le permitió articular una nueva identidad, generar vínculos de pertenencia y resignificar sus vidas.

2. Tabla 1. Formulación Preguntas Circulares, Reflexivas y Estratégicas

Tipo de Pregunta	Pregunta	Justificación desde el Campo Psicosocial
Estratégicas	¿Cómo considera sería su vida y la de su familia en el corregimiento de Aquitana de no haberse presentado ambos desplazamientos forzados?	Por medio de estas preguntas estratégicas buscamos ampliar nuestro conocimiento de la percepción subjetiva que posee la protagonista sobre aquellos hechos violentos que marcaron su vida y la de su familia.
	¿Qué implicaciones a nivel personal y laboral considera se pueden presentar si se identificara como sobreviviente del conflicto armado ante la comunidad que interviene?	Además, conocer el autoconocimiento y autoconcepto que posee, confrontándola con su rol de sobreviviente a nivel personal y laboral, para de esta forma lograr una movilización de la situación de pasividad en la que se encuentra, proporcionarle los medios necesarios para que reconozca sus recursos de afrontamiento, genere conclusiones positivas sobre su identidad, exprese libremente sus sentimientos reprimidos producto de las experiencias dolorosas que soporto, se empodere de su realidad y su situación actual, retome y reconstruya su proyecto de vida, sea una persona proactiva que genere cambios positivos en su entorno y de esta manera mejore su calidad de vida y su bienestar individual, familiar y social.
	¿Qué pasaría si en vez que quedarse esperando a que la llamen, usted contempla la posibilidad de buscar apoyo para publicar su libro y que de esta manera muchos más personas encuentren alivio en sus poemas?	

Circulares	¿Cuál de sus hijos considera fue el más afectado con los sucesos experimentados en el 2004 durante la toma guerrillera de la que casi no los pudo sacar?	<p>Con la aplicación de estas preguntas circulares buscamos que la protagonista elabore conexiones relevantes con aquellas personas, eventos, emociones, pensamientos y acciones que marcaron su historia de vida, permitiéndonos explorar su información y entender sus relaciones familiares y comunitarias, además lograremos que evoque su memoria histórica y vincular, honrar su historia, y romper el ciclo de la violencia.</p> <p>También nos permitirán que la protagonista encuentre ese espacio donde pueda expresar aquellos sentimientos y emociones dolorosas que ha reprimido durante mucho tiempo, logrando de esta forma la elaboración del proceso de duelo, el cual le permitirá sanar sus heridas y reconstruir sus experiencias dolorosas para cambiarlas por una historia de esperanza que la lleve hacia el futuro.</p>
	¿Qué sentimientos ocasiono en su familia las amenazas a su vida y que ocasionaron su desplazamiento forzado?	
	¿Qué miembros de su familia o comunidad considera le han apoyado para afrontar las experiencias dolorosas que ha vivido?	
Reflexivas	¿Qué habilidades o fortalezas a parte de la poesía, considera ha desarrollado gracias a su trabajo con la población víctima de la violencia?	<p>Con la elaboración de estas preguntas reflexivas buscamos promover en la protagonista la autoobservación y el reconocimiento de sus habilidades, fortalezas, recursos, sueños, propósitos, aprendizajes y esperanzas individuales, familiares y colectivas, con el fin de que ella visibilice sus recursos previos y aquellos que ha generado a través de la experiencia con otros sobrevivientes del conflicto armado, y a su vez logre el establecimiento de nuevos significados en su historia de vida.</p> <p>Así mismo buscamos que ella descubra su sentido de sí misma, aquello que le da valor a su vida, siendo esto un elemento indispensable para enriquecer su identidad, se convierta en una experta de su vida presente y su futuro, y sea capaz de autogestionar sus relaciones interpersonales.</p>
	¿Cuál considera es su motivación para brindar apoyo psicosocial a las personas que como usted han padecido el flagelo de la violencia?	
	¿Qué recursos considera ha desarrollado su familia luego de experimentar hechos violentos y el desplazamiento forzado?	

Fuente: Análisis relato Ana Ligia

3. Análisis Y Presentación De Estrategias De Abordaje Psicosocial Para El Caso De Las Comunidades De Cacarica

a. Emergentes Psicosociales

“Los emergentes psicosociales son hechos o fenómenos que se constituyen de la vida cotidiana de sus protagonistas y que se dan como respuesta a sus necesidades sociales” (Fabris y Puchinni, 2010), podemos evidenciar que a raíz de la situación de violencia colectiva de la cual fue víctima la Comunidad Cacarica se destacan los siguientes emergentes psicosociales:

La zozobra y el miedo constante: Sin duda las personas de la Comunidad Cacarica fueron obligadas a salir de su territorio debido a la incursión armada de diferentes grupos legales e ilegales, esto ocasiono que muchos tuvieron que dejar sus pertenencias, sus trabajos, incluso algunos familiares, todo esto genera en ellos un miedo terrible y una angustia constante.

El daño psicológico y emocional: La Comunidad Cacarica al ser obligada a desalojar de manera imprevista su territorio, sus pertenencias, sus familiares, su cultura, y ser trasladada a otro lugar diferente esto ocasiona en ellos un gran daño psicológico, que impide su libre desarrollo como individuos.

Ansiedad: La cual se puede reflejar en la falta de concentración al realizar actividades de la vida cotidiana y dificultad para relacionarse con los demás, afectando su vida personal y su productividad económica.

Desconfianza e incredibilidad: Hacia otras personas e instituciones gubernamentales debido a la falta de apoyo del Estado, afectando su vida cotidiana y el establecimiento de nuevas relaciones interpersonales.

TEPT: Trastorno de Estrés Postraumático, afectando de forma notoria su rendimiento intelectual, deteriorando su memoria e impidiendo que aprendan nuevas cosas.

El desempleo: Al ser víctimas de desplazamiento forzado los integrantes de las Comunidad Cacarica, se ven afectados por la falta de trabajo, condición que dificulta la consecución de recursos económicos y por consiguiente elementos básicos para la subsistencia, como la comida, la vivienda, los implementos de aseo entre otros.

El rechazo social: El desplazado no solo se enfrenta a las dificultades de iniciar su vida desde cero en un lugar diferente, sino que además está expuesto a burlas, abusos, rechazo por parte de la comunidad local que lo percibe como un intruso o como un individuo peligroso.

Daño Físico: Debido a amputaciones en sus miembros superiores e inferiores como resultado de las minas antipersona.

Hacinamiento: Cuando esta población abandono su tierra a causa de los enfrentamientos violentos, la policía nacional y la cruz roja colombiana los reubico en la Unidad deportiva, donde había 1.200 personas, siendo este el detonante para se produzca diversas situaciones que afecten la salud emocional y física de la población.

Ausencia de servicios públicos: En el lugar de reubicación de esta comunidad no cuentan con agua u otros servicios públicos, siendo estos básicos para proporcionarles una vivienda digna a estas personas.

b. Impactos Generados Por El Estigma De Ser Cómplice De Un Actor Armado

Sin duda cabe destacar que el conflicto armado y los grupos que participan del mismo, son capaces de utilizar métodos de dominación, como la presión psicológica y la violencia, con el fin estigmatizar a las comunidades, en algunas ocasiones estos grupos obligan a las personas mediante amenazas o violencia a pertenecer a ellos, generando grandes impactos psicológicos en cada ser humano que es víctima de esta aberración, pues se les obliga a realizar conductas que no están dentro de sus ideales o normas morales, llevando a estas personas sentir una culpa obligada.

Al catalogar una comunidad como actor conflicto armado perdería todas las garantías de apoyo gubernamental, causando en ellos desesperanza, angustia, depresión, daño físico o psicológico y todo tipo de abusos que vulneren sus derechos humanos. En Colombia existen algunos territorios víctimas de violencia donde las víctimas son marginadas y sometidas por grupos armados, obligándoles a involucrarse en este proceso de guerra bajo amenazas afectando la vida individual y social de sus comunidades.

Privación de la libertad de expresión, esta población siente miedo de denunciar cualquier atropello, se encuentran sumidos en el silencio. Esto hace que se genere en esta población sentimientos de rabia e impotencia al no poder expresar todo el dolor que sintieron al ser juzgados deliberadamente como cómplices de una situación que ellos no pidieron vivir y que a su vez obstaculiza el proceso de narración de sus historias, generando mayores secuelas a nivel emocional y psicológico, destruyendo cada vez más su dignidad, su identidad y su subjetividad.

c. Acciones De Apoyo En Situación De Crisis

La Intervención en Crisis “abarca dos grandes momentos, uno dirigido a la expresión emocional y a su procesamiento, a la evaluación del daño y a la activación de las redes de soporte social; y un segundo momento dirigido a la integración de la crisis a la vida de la persona, la toma de decisiones y el restablecimiento de excesos o déficit emocionales o conductuales producto de la crisis”. (Gantiva; 2010).

Teniendo en cuenta el párrafo anterior se presentan las siguientes acciones:

Acción número 1:

A través del marco de acompañamiento psicosocial se recomienda desarrollar actividades participativas, para que las comunidades de Cacarica puedan compartir sus experiencias de violencia, logrando así un desahogo emocional y, la reconstrucción del sentido de sí mismos, de su propia identidad y su subjetividad. Dentro las actividades a desarrollar, se llevarán a cabo acciones de expresión del dolor y del sufrimiento vivido, así como la identificación de experiencias particulares, dentro de un ambiente que permita construir el perdón, la reconciliación y el restablecimiento de los lazos afectivos. De ahí que, la narrativa será la herramienta fundamental para escuchar los relatos de la población y el apoyo psicosocial constante será el encargado de reestructurar su identidad de víctimas por una identidad de sobrevivientes, permitiéndoles visualizar y alcanzar nuevas metas.

Acción número 2:

En este tipo de situaciones se debe realizar una reconstrucción de vida a partir de la memoria ya que nos ofrece una estructura narrativa lo cual permite contar lo vivido dando un significado o sentido a esas experiencias que han marcado sus vidas, no necesariamente

se puede trabajar a través del dialogo sino acceder a recursos estéticos lo cual nos permite no revictimizar a las víctimas sino que permite contar lo que deseen u omitir lo que quizás les cause dolor, el propósito de esta estrategia es que la víctima tome el proceso de memoria como un proceso para sanar y sobreponerse.

d. Estrategias Psicosociales Con Los Pobladores De Cacarica

Estrategia 1: Atención psicológica y multidisciplinaria

Dirigida a las familias víctimas de la violencia y el conflicto socio-político, el cual busca mitigar el impacto víctimizante y aportar a la recuperación emocional causada por el evento traumático vivido, el cual les produce dolor, rabia y frustración, esto con el fin de apoyar y orientar a las víctimas del conflicto en la superación de esta situación. A nivel práctico se pretende abordar el entorno familiar, social e individual de las víctimas del conflicto, llevado a cabo a través de diferentes estrategias participativas que faciliten el proceso de adaptación, disminuyan la tensión y se integren al contexto, mejorando así la calidad de vida y el bienestar individual, familiar y social de las víctimas.

Estrategia 2: Organización y Apoyo comunitario

Se debe organizar, implementar y profundizar una ruta a seguir, para la atención integral de víctimas de la violencia, dar a conocer el paso a paso de cada área interdisciplinar como lo es la parte administrativa, jurídica, de salud, y demás áreas involucradas, para lograr una orientación ágil y oportuna en un futuro en el trabajo de campo.

Las estrategias que se pueden implementar para mejorar el bienestar y la calidad de vida, deben ir enfocadas en la recuperación emocional, en la reconstrucción de las relaciones cotidianas en las mismas comunidades, crear espacios en donde la comunidad pueda

compartir experiencias que han marcado sus vidas y como han sabido sobreponerse ante la adversidad, generar lazos de solidaridad entre cada uno de sus miembros, fortalecer los lazos colectivos, generando acciones que permitan el empoderamiento y la transformación subjetiva.

Estrategia 3: Talleres de motivación y reestructuración de la subjetividad

En el contexto familiar la propuesta se enfoca en la orientación y sensibilización en grupos familiares, población de desplazados y comunidad en general sobre temáticas en riesgo psicosocial como el desequilibrio familiar, el maltrato y abuso infantil, la violencia intrafamiliar, la drogadicción, el alcoholismo, los embarazos en menores de edad, el suicidio. Es el mismo desconocimiento y la falta de sensibilización una de las causas por las cuales el individuo se ve involucrado en estas problemáticas. Se considera necesario brindar apoyo psicosocial desde el seno de la familia donde se potencialicen todas estas temáticas.

4. Informe Analítico Y Reflexivo Experiencia Foto Voz

En primer lugar, debemos destacar que no importa si somos del sur, del norte, del oriente, del occidente, del centro de Colombia, todos hemos sido testigos y en algunos casos víctimas del conflicto armado de nuestro país, el cual nos ha marcado profundamente; en nuestra memoria habitan esos recuerdos de dolor y miedo que por tantos años han causado disputas ideológicas. A pesar que todos los ejercicios de foto-voz describen de manera cruda el rigor de la violencia, es importante decir que en todos se identifican los esfuerzos de las comunidades por salir adelante, por buscar mediante actividades deportivas, sociales, religiosas, etc., la luz para vislumbrar nuevas oportunidades, nuevas formas de reinterpretar los hechos dolorosos, llevándonos a la conclusión que las

adversidades se vencen mediante la colaboración mutua, el apoyo social y la transformación de las subjetividades. Las imágenes plasmadas en los ensayos visuales nos permiten casi palpar esos momentos de dolor y miedo profundo. Sin embargo, también podemos percibir la capacidad de resiliencia del pueblo colombiano, las ganas de una sociedad que no quiere darse por vencida, la lucha de un pueblo que aun contra la corriente, cada día busca mediante estrategias participativas sanar cada recuerdo doloroso y brindar la oportunidad para que todas generaciones se integren en la construcción de un mejor país.

Los contextos narrados marcan como trayectoria común los horrores producto de la violencia y el conflicto armado en nuestro país. En estas imágenes se retratan la angustia, tristeza, soledad, desesperanza y desplazamiento generados desde diferentes territorios, pero también a pesar del impacto psicosocial que les generó la muerte de los seres queridos se percibe la manera en que ellos han logrado adaptarse a su nuevo hogar, a su nuevo territorio y espacio luchando contra sus propios miedos y rescatando lo poco que les quedó de sus vivencias, demostrándolo a través los avances que han tenido en el proceso de cumplir metas y llevar a cabo objetivos que poco a poco son motivos de satisfacción y alegría hacia una nueva esperanza. El impacto psicosocial conforme a sus valores simbólicos resalta el valor por la vida, la hermandad, la solidaridad, el anhelo de superación y las ganas de seguir luchando a pesar de las dificultades vislumbrando un camino hacia un nuevo amanecer que permitirá reconstruir su cultura, costumbres que fueron vulneradas durante estos actos de barbarie. Por tanto, las fotografías se convierten en una narrativa para visibilizar lo vivido, se convierte en un proceso de dignificación, en la técnica de contar o narrar lo que tuvieron que vivir por culpa de la violencia y que a pesar de las circunstancias luchan por superar aquellas experiencias que causaron dolor y tristeza afectando tanto su

entorno familiar como social, encontrando en estas imágenes personas resilientes que luchan por un mejor vivir, en la transformación del sufrimiento y el dolor, re significándolo y dándole un sentido a la vida enmarcado en la fortaleza y la esperanza.

En las imágenes expuestas por cada uno de los participantes observamos diferentes manifestaciones de resiliencia, donde a pesar de los golpes recibidos se han creado y fortalecido escenarios que han ayudado a superar los dolores que ha dejado la violencia.

Principalmente encontramos el fortalecimiento de la resiliencia familiar, las cuales han generado conductas positivas dentro del sistema que hace que un momento difícil como es el desplazamiento forzado, homicidio, desaparición, entre otras, se puedan prevenir y eliminen en el contexto familiar el mal clima, la desunión, la falta de comprensión y el poco dialogo entre ellos, ya que han tenido un cambio drástico en cuanto al entorno y composición de la familia.

A demás, en las diferentes imágenes expuestas evidenciamos que la educación ha creado espacios de resiliencia, toda vez que brinda una la posibilidad de superar las dificultades y de generar una responsabilidad en la sociedad, en el sentido de realizar una labor pedagógica en la elaboración y construcción de acciones de prevención a nivel individual, organizacional, grupal y gubernamental.

En concordancia, mediante el análisis de los ensayos visuales realizados podemos darnos cuenta las diversas formas de ver la realidad de la violencia que se vive nuestro país, y cuán importante es para las víctimas las acciones psicosociales que se han llevado a cabo para reducir su dolor, sanar sus heridas, restablecer su dignidad e identidad y, transformar su entorno y su realidad.

Dentro de las acciones psicosociales más utilizadas en la atención a víctimas, debido al elevado índice de resultados positivos, podemos destacar la foto intervención y las relaciones dialógicas, las cuales permiten la construcción de memorias colectivas, cuyos beneficios se extienden a los individuos y comunidades, logrando crear nuevos proyectos de vida, empoderar a la población para que se conviertan en los autores principales de un cambio significativo en su subjetividad individual y social.

Gracias a la construcción de memorias colectivas con ayuda de la herramienta foto intervención las personas logran reflexionar sobre todos los hechos dolorosos a los cuales se han visto expuestos a causa de la violencia que ha ocasionado el conflicto armado en nuestro país, cada foto facilita la construcción de significados de su propia historia de vida y el reconocimiento de las estrategias de afrontamiento que han elaborado y puesto en marcha para soportar este duro flagelo, permitiendo que no solo se aprecien cómo víctimas sino como sobrevivientes y resilientes ante una guerra donde ellos no pidieron participar. El hecho de ver la película de su vida retratada en unas fotos, permite a las víctimas exteriorizar esos sentimientos de dolor, miedo, rabia e impotencia, como también identificar aquellas cosas y situaciones que pasaban desapercibidas y cuyo valor fue significativo para iniciar su proceso de reconstrucción y transformación de su entorno y de su realidad, además del reconocimiento de sus habilidades sociales, principalmente el autoconocimiento y autoconcepto, ya que para estas personas es muy difícil reconocer sus habilidades y fortalezas.

Por su parte a través del dialogo reflexivo, las víctimas pueden reconstruir las experiencias vividas, su subjetividad, identidad y futuro, ya que al expresar de forma narrativa aquellos recuerdos dolorosos y significados que guardan tan profundamente y que

han tenido que ocultar por miedo, esto les ayudara a aliviar todos esos sentimientos y emociones, a su vez que logran reconstruir su identidad, su dignidad y subjetividad, a reconciliarse a sí mismos, con su familia y la sociedad, a apropiarse de sus experiencias, de su presente y emprender un nuevo proyecto de vida que les garantice una mejor calidad de vida y un bienestar bio-psico-socio-cultural acorde a sus necesidades particulares.

Teniendo en cuenta lo anterior destacamos lo expuesto por Fried Schnitman en su artículo: “El diálogo expande las habilidades de los participantes para identificar y apreciar aquello que han hecho bien, sus recursos, relaciones, conectividad social para establecer nuevos vínculos y compartir experiencias con otras personas, importancia de escuchar y expresarse, reconocimiento de lo positivo y la diversidad, creando versiones enriquecidas de sí mismo y sus relaciones, capacidad de aprender aun de las experiencias más dolorosas” (Fried Schnitman, 2010).

En consecuencia, por medio del diálogo reflexivo las víctimas de la violencia logran identificar no solo las causas y consecuencias de las vivencias traumáticas de las cuales fueron blanco, sino también las potencialidades, habilidades y fortalezas que les permitan reconstruir sus significados, su manera de verse a sí mismo ante el mundo, establecer un proyecto de vida, empoderarse de su realidad y participar activamente en la búsqueda de alternativas de solución significativas para su entorno inmediato y su comunidad.

Se puede concluir que de acuerdo a la actividad realizada por cada uno de los integrantes del diplomado de profundización y acompañamiento psicosocial en escenarios de violencia, se puede observar en cada una de las imágenes obtenidas, que la violencia en Colombia ha abarcado todo el territorio nacional, por lo tanto es imposible llegar a decir que exista algún

lugar donde dicha violencia no haya logrado imprimir sus huellas, una huella que con el pasar del tiempo aún sigue intacta, remarcando el dolor en cada una de las víctimas.

Es importante reconocer la valentía que poseen las comunidades afectadas por este flagelo indolente, las cuales han venido buscando las fuerzas necesarias para potencializar sus capacidades, siendo seres integrales, con capacidad de cambio y discernimiento, modificando sus recursos adaptativos y de sobrevivencia, encontrando estrategias de subsistencia permitiendo así mantener unido su núcleo familiar y social.

Link Página Wix Experiencia Foto Voz: <https://angie37081.wixsite.com/grupo39>

5. Referencias Bibliográficas

- Arnosó, M; Arnosó, A; Pérez, P (2015) Argentina (1976-1983): impacto y afrontamiento psicosocial. *Universitas Psychological*, Vol. 14 N 3 pp 833-842 Bogotá. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/647/64744106003.pdf>
- Carbelo B.; Vecina, M. (2006). La experiencia traumática desde la Psicología Positiva: Resiliencia y Crecimiento Postraumático. En *papeles del psicólogo* Vol. 27 (1) pp. 40-49. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/pdf/778/77827106.pdf>
- Gantiva, C. (2010). Intervención en crisis: una estrategia clínica necesaria y relevante en Colombia. En *Psicología: avances de la disciplina*. Vol. 4. N.º 2.: 143-145. Recuperado de: <http://www.scielo.org.co/pdf/psych/v4n2/v4n2a12.pdf>
- 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>
- Valdés, M. (2009). La evaluación de impacto de proyectos sociales: Definiciones y conceptos. En revista electrónica Mapunet, Santiago de Chile. Recuperado de: https://www.mapunet.org/documentos/mapuches/Evaluacion_impacto_de_proyectos_sociales.pdf
- White, M. (2016). El Trabajo con Personas que Sufren las Consecuencias de Trauma Múltiple: Una Perspectiva Narrativa. En: *Recursos psicosociales para el post conflicto*, pp. 27 -75. Taos Institute. Chagrin Falls, Ohio USA. Recuperado de: <https://docplayer.es/37663824-Recursos-psico-sociales-para-el-post-conflicto.html>