

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

Autores

Angelys Paola Molina Correa

Neivis Yojanna Castilla Becerra

Derlis Rosa Márquez Ruíz

Ana María Viña Chico

Enith Farina Basto Ramírez

Tutora

Ludibia Bermeo Claros

Universidad nacional abierta y a distancia –UNAD

Escuela de ciencias sociales, artes y humanidades – (ECSAH)

Programa de psicología

Valledupar

2020

Tabla de contenido

Resumen.....	3
Abstract y Key words.....	4
Análisis relatos de violencia y esperanza en Colombia (caso Camilo).....	5
Formulación de preguntas circulares, reflexivas y estratégicas.....	9
Análisis y presentación de estrategias de abordaje psicosocial. Caso Pandurí.....	12
Informe analítico y reflexivo de la experiencia de foto voz.....	22
Conclusiones.....	26
Referencias.....	27

Resumen

Teniendo en cuenta los referentes bibliográficos y contenidos de las unidades trabajadas a lo largo del curso, logramos evidenciar los diferentes enfoques que abarcan la intervención psicosocial en la problemática del conflicto armado en Colombia, generando profundización de las posibilidades de enfoques psicosocial al momento de abordar a las víctimas de conflicto armado.

En el presente trabajo, se encontrará con la propuesta del caso “Camilo”, en el cual se puede dejar a la luz una serie de acontecimientos o sucesos vividos, donde la violencia emerge la vida de los habitantes de un municipio de Colombia, dejando claro que la desigualdad, la injusticia hacen eje central de las vivencias de estas personas, de igual modo, también se refleja como de una manera inhumana, actualmente se tiene que llevar con el peso de la exclusión social, el desalojo de sus tierras, las constantes amenazas, el desarraigo de sus identidad, sobreponiéndolo como una persona empoderada, capaz de cambiar la historia de su vida y la de sus familiares, enfrentando todos los desafíos contantes para salir adelante, haciendo gala de su empoderamiento y fortaleza, mostrándose así mismo como una víctima, pero capaz de superar los esquemas de dolor, tristeza, terror y victimización.

Por otro lado, presentamos el caso Pandurí, en el cual abarcamos teniendo en cuenta los procesos de acción psicosocial en las víctimas de conflicto armado.

Es importante resaltar que posterior de la irrupción de los grupos armados, se focalizan emergentes psicosociales donde se puede detallar los impactos frente a los hechos de terrorismo.

Si nos ponemos de cara a realidad de la moneda, focalizamos que toda incursión de violencia, trae consigo transformaciones que generan impactos en la comunidad y que de ello dependerá el futuro de muchas personas, a corto, mediano y largo plazo, así como lo demuestra el caso Pandurí.

Todas estas series de acontecimientos, nos permitirán desde una mirada psicosocial, como se deben intervenir los procesos que emergen del conflicto armado, se debe tomar a los individuos implicados, no como simples víctimas y mediante la intervención psicosocial, postular como resilientes las personas que diariamente viven este conflicto.

Palabras claves: Subjetividad, Resiliencia, Colectividad, Discriminación, Violencia, Desigualdad, Terror.

Abstract y Key words

Taking into account the bibliographic references and contents of the units worked throughout the course, we were able to highlight the different approaches that embrace psychosocial intervention in the problems of the armed conflict in Colombia, generating a deepening of the possibilities of psychosocial approaches when addressing victims of armed conflict.

In this work, you will find the proposal of the “Camilo” case, in which a series of events or lived events can be brought to light, where violence emerges the lives of the inhabitants of a municipality in Colombia, leaving Of course, inequality and injustice are the central axis of the experiences of these people, likewise, it is also reflected in an inhuman way, currently it has to be carried with the weight of social exclusion, the eviction of their lands, the constant threats, the uprooting of his identity, overlapping him as an empowered person, capable of

changing the history of his life and that of his family, facing all the constant challenges to get ahead, showing off his empowerment and strength, showing himself as a victim, but capable of overcoming the patterns of pain, sadness, terror and victimization.

On the other hand, we present the Pandurí case, in which we cover taking into account the processes of psychosocial action in the victims of armed conflict.

It is important to highlight that after the irruption of the armed groups, psychosocial emergencies are focused on where the impacts of terrorism can be detailed.

If we face the reality of the currency, we focus that any incursion of violence brings about transformations that generate impacts on the community and that the future of many people will depend on it, in the short, medium and long term, as demonstrated the Pandurí case.

All these series of events will allow us, from a psychosocial perspective, how the processes that emerge from the armed conflict must be intervened, the individuals involved must be taken, not as simple victims and through psychosocial intervention, postulate as resilient the people who daily they live this conflict.

Key words: Subjectivity, Resilience, Collectivity, Discrimination, Violence, Inequality, Terror.

Análisis Relatos de violencia y esperanza (caso Camilo)

Camilo es un joven afrocolombiano, nacido en Barranquilla, fue llevado a Quibdó por su madre, junto a sus cuatro hermanos en busca de una mejor oportunidad de vida. Su relato permite conocer sus vivencias, en cuanto al conflicto armado, desde su subjetividad y, la influencia de los hechos victimizantes en su vida.

Al incursionar en el análisis de Camilo, ciertos fragmentos cobran mayor relevancia, estos son:

“Pero por ser hombres jóvenes, éramos objetivo militar para reclutamiento forzado de los paras, las FARC y la Fuerza Pública”. (Voces: Relatos de violencia y esperanza en Colombia, 2019, p.12).

Expresa el flagelo a una comunidad vulnerada, a merced de quienes se toman el poder a través de las armas para ejercer soberanías injustas, donde someten a las poblaciones y obligan a sus jóvenes a participar de su régimen inhumano que atenta contra la integridad de las personas.

Otro fragmento es.

“En el 2005 me gradué del colegio, pero como de 10 afrocolombianos sólo uno o dos pueden entrar a la universidad, me quedé ahí estancado”. (Voces: Relatos de violencia y esperanza en Colombia, 2019, p. 12).

Este fragmento habla de la falta de oportunidades de estudios, que obstaculizan el crecimiento personal y profesional para alcanzar un mejor bienestar, la falta de oportunidades es un factor que facilita el reclutamiento de jóvenes en la población, aunque muchos jóvenes como Camilo le dicen no a esta propuesta, un gran porcentaje de jóvenes creen que el reclutamiento es una oportunidad de vida para lograr estabilidad.

Otro fragmento es.

‘El conductor del bus lloraba, porque no sabíamos qué hacer. Nos hicieron subir hasta la loma y echarnos acostados en el piso. Murieron cuatro personas y quedaron heridas como 40’. (Voces: Relatos de violencia y esperanza en Colombia, 2019, p.12)

‘Yo quedé con un trauma psicosocial, porque fue tan tenaz que no podía ver a una persona detrás de mí, porque ya el corazón se me quería salir’. (Voces: Relatos de violencia y esperanza en Colombia, 2019, p.12)

Da evidencia de la imposición de poder de los grupos subversivos sobre la población, y la vulneración de derechos, donde hacen uso del trato violento, obligando a los pobladores a acceder a sus peticiones a través de hechos victimizantes, ocasionando el caos, que deja como resultado, traumas, temor e inseguridad dentro de la comunidad, lo cual inhibe el libre desarrollo, destruye la tranquilidad y se opone al goce de sus derechos.

A pesar de los hechos violentos en el relato, se encuentran también fragmentos de esperanza, que emiten destellos de luz, y que da evidencia del anhelo por un cambio de vida.

‘‘Quiero estudiar Antropología, pero también quiero ser un profesional bilingüe’. *‘Me gustaría poner una fundación de idiomas, específicamente, pero también de fortalecimiento cultural de las tradiciones afro’.* *‘‘Todo ese tipo de cosas como que a uno lo van llenando de fortalezas’’* (Voces: Relatos de violencia y esperanza en Colombia, 2019, p.13)

Estos fragmentos muestran la capacidad de afrontamiento de Camilo, y la entereza que posee para reponerse a la adversidad pese a las circunstancias, denotan su espíritu de lucha y fortaleza por salir adelante; también se refleja el ánimo y deseo de contribuir en pro del fortalecimiento cultural y reconocimiento de los derechos de las comunidades afro, donde

reconoce que una de las maneras de superar la crisis y la vulneración de los derechos es a través de la unidad, alzando las voces y luchando por lo que les corresponde por derecho, con el fin de garantizar a largo plazo un bienestar social.

En la historia relatada, existen diversos impactos psicosociales en el contexto del protagonista, en primera instancia vive el impacto que implica la reestructuración familiar, el cambio de familia nuclear, a familia nuclear monoparental, que se da en la infancia de camilo, por causa de la pérdida del padre, trayendo implicaciones en el sistema familiar, donde la madre debe asumir nuevos roles, lo que resulta difícil y agobiante para una madre con cinco hijos, los ingresos de recursos disminuye, y se tornan insuficiente, el anhelo de velar por el bienestar de sus hijos, y en busca de mejores oportunidades los lleva a desplazarse a Quibdó. Otros impactos psicosociales generados en el nuevo contexto, son:

La violación de los derechos humanos: la vulneración de los derechos es un impacto psicosocial a gran escala, la cual forma una cadena de daños que no se detiene mientras el verdugo tenga soberanía sobre el territorio, como es el caso en este contexto, donde los grupos al margen de la ley son los que deciden el rumbo de la comunidad, sometiéndolos a actos violentos, tanto físicos, como psicológicos.

En este contexto se identifican derechos vulnerados iniciando desde los básicos, tales como derechos a alimentación, vivienda, salud, educación, derecho a la vida, derecho a la seguridad, derecho a la libertad, derechos culturales y sociales, en el caso de los Afrocolombianos no se les garantiza su derecho a la vida y desarrollo cultural.

Impacto psicosocial por duelo: la experiencia de pérdidas al que es sometida la comunidad, de sus seres queridos, de sus sistemas de creencias, de su tejido social, de su

cultura, de sus costumbres, estas pérdidas ocasionan daños psicológicos y emocionales en una comunidad, sumergiéndola en un estado de dolor, miedo, culpa, soledad y desesperanza.

Perdida de su identidad: para las comunidades Afro, sus prácticas y costumbres a través de su expresión cultural y artística es muy importante. Prácticas que van quedando en un segundo plano, tomando lugar el miedo, la inseguridad, y la supervivencia.

Crisis Psicosocial: por causa de los eventos traumáticos que se desencadenan en el conflicto armado, generan trastornos temporales y desorganización en la salud mental, en las personas de la comunidad, abarca alteraciones emocionales personales y de la conducta ante pérdida o amenaza de pérdida, Los recursos económicos habituales se tornan insuficientes para suplir las necesidades básicas del hogar. Apareciendo factores desestabilizadores, que rompen el equilibrio y la seguridad, generando sentimientos de indefensión y desconfianza.

Desplazamiento forzoso: jóvenes y familias enteras, se ven obligadas a dejar su lugar de origen por temor a ser reclutados y sometidos al régimen dictador, donde lo único realmente importante en ese momento es la preservación de la vida misma. El desplazamiento forzoso no solamente causa el desarraigo de su contexto, sino también el desprendimiento emocional de todo lo que es importante para las personas, significa dejar atrás vivencias, ilusiones, proyectos de vida, recursos y sostenibilidad, vínculos familiares y sociales, el desprendimiento de todos estos factores sociales y emocionales genera un intenso dolor en lo más profundo del ser de quien asume la responsabilidad de vivir el desplazamiento.

Pese a todos estos impactos, desde el posicionamiento subjetivo como sobreviviente, encontramos voces de supervivencia, de esperanza, de adaptabilidad, de firmeza, y sobre todo de resiliencia. Los procesos vivenciales del conflicto armado, tienden a impedir las ganas de

avanzar hacia la búsqueda de nuevas esperanzas, sin embargo las experiencias negativas cuando son tomadas como fortaleza, se convierten en bases fuertes para la reconstrucción social, el coraje de retarse a sí mismo e, investirse de valor y enfrentar las experiencias negativas, a través de hechos que los llevan a adoptar una nueva identidad, ya no como víctima, sino como una persona resiliente, que se reconstruye a sí misma y ayuda a reconstruir a otros.

La perseverancia y el optimismo del protagonista, lo llevan a mirar a través de sus problemas y a contemplar una nueva oportunidad de un futuro prometedor que va construyendo paso a paso para él, para los suyos y para la comunidad. La elaboración de su proyecto de vida, donde se visualiza como un profesional, el deseo por trabajar a favor de su comunidad, fortaleciendo la cultura de las tradiciones afro, son voces que lo posicionan y lo llevan a aferrarse a la vida y a sus sueños con mayor ímpetu.

El arte, y la cultura son prácticas importantes que pueden ser utilizadas como técnicas de afrontamiento, para iniciar procesos de restructuración biopsicosocial, disminuyendo los impactos negativos, favoreciendo la reconstrucción del tejido social, el empoderamiento y la lucha en pro de bien de la comunidad. Algunos de los significados alternos que se reconocen en el relato respecto a las imágenes de la violencia y sus impactos naturalizados, es la normalización de los hechos violentos, la exclusión y la división a la que se somete la misma comunidad, el rechazo y el señalamiento a quienes padecen persecución siendo inocentes, creer en algunos casos que las personas son merecedoras de actos atroces y criminales, el sometimiento a los verdugos como máxima autoridad, creer que el desplazamiento es la única alternativa de surgir. Otra creencia naturalizada es creer que estos grupos luchan por un futuro mejor para el país, o luchan en pro del reconocimiento de los derechos de las clases pobres, lo

cual es totalmente contradictorio, porque las guerras a quienes mayor afectaciones trae es a los más vulnerables, a los más pobres, a quienes habitan en la ruralidad, como municipios, corregimientos, y veredas, la guerra solo genera más guerras, hambres, desolación, deterioro, sufrimiento, atrofiamiento de una vida digna, desintegración familiar, desequilibrio biopsicosocial. Si bien es cierto en este relato, encontramos escenas que han generado un impacto vivencial lleno de traumatismos, pero el empoderamiento del protagonista “Camilo” cambia todos los esquemas convirtiendo esta vivencia en una esperanza de vida nueva. Para Michael White, nadie es recipiente pasivo del trauma, es decir, las personas tenemos la capacidad de buscar paso a paso la modificación del trauma y así evitarlo, modificando los efectos en su vida, así mismo guardan lo que para ellos son valioso buscando proteger y preservar lo que ellos valoran.

Preguntas circulares, reflexivas y estratégicas.

Tabla 1. Cuadro de preguntas orientadoras.

Tipo de pregunta	Pregunta	Justificación desde el campo psicosocial
	Teniendo en cuenta que en pasto logró conseguir una ayuda del PCN obteniendo una mejor	Desde el campo psicosocial por medio de estos interrogantes se pretende impulsar a la víctima al avance en su

<p>Estratégicas</p>	<p>reubicación ¿Qué lo motiva para seguir trabajando con las comunidades negras en Quibdó?</p> <p>¿Ha pensado en organizarse con otras personas afro para promover y proteger los derechos de las comunidades afrocolombianas en el país?</p> <p>¿Considera usted que las víctimas de conflicto armado, se les dé prioridad en los beneficios de estudio, salud y empleo? ¿Por qué?</p>	<p>proyecto de vida, generando cambios positivos en sus pensamientos, donde pueda ver sus limitaciones desde otra perspectiva reconociendo por sí mismo sus capacidades, que le permita reconsiderar lo vivido y utilizarlo como fortalezas, desactivando los impedimentos que pueden surgir a causa de los eventos negativos, logrando los objetivos propuestos sin impedimentos sociales y emocionales.</p> <p>Por otra parte, desde el punto de vista psicosocial, se busca integrar el tejido social, teniendo en cuenta todos sus actores, en busca de una reestructuración ciudadana que permita a los individuos, gozar de una salud mental de calidad, marcando la ayuda predilecta que le permita a la víctima tener acceso a beneficios educativos, laborales, de salud, etc.</p>
	<p>¿Quiénes en su familia y amistades, han sido apoyo vital para la superación de los sucesos vividos?</p> <p>¿Quién de su familia tuvo mayor afectación en el proceso de separación que sufrieron a raíz de las constantes amenazas recibidas?</p>	<p>Por medio de este tipo de preguntas se pretende conocer la dinámica familiar de la víctima generando conexiones internas al momento de que el individuo nos proporcione una respuesta, buscando formar un enlace de las relaciones dentro del núcleo familiar y su entorno.</p>

<p>Circulares</p>	<p>¿Considera que a la fecha, usted y su núcleo familiar siguen siendo afectados por los acontecimientos que vivieron a causa del conflicto armado?</p>	<p>Así mismo, generar confianza en el lazo familiar y fortalecer las conexiones del mismo, es importante para ello establecer mediaciones que estructuren el saber del uno al otro.</p> <p>Desde la perspectiva psicosocial lo que se busca es tener conexión con el individuo para establecer pensamientos, emociones y situaciones que continúan afectando la vida de los sujetos en el núcleo familiar, de esta manera se fortalecerán los vínculos de fraternidad, promoviendo la ayuda mutua y la conexión de los sentimientos para fomentar el apoyo familiar y el empoderamiento personal, logrando que los individuos fortalezcan sus emociones y las transformen en una voz de esperanza y deseo de superación.</p>
	<p>Las experiencias que han vivido y su deseo de superación, ¿considera usted que pueden ser ejemplo de empoderamiento para otras familias?</p> <p>¿Si tuviera la oportunidad de hacer parte de un proyecto que tenga como objetivo promover y proteger los derechos de los</p>	<p>Estas preguntas están orientadas a promover la auto observación, donde el sujeto pueda identificar sus fortalezas y se despoje de su condición de víctima, adoptando una identidad de sobreviviente, donde divise recursos, oportunidades, ventajas, virtudes, y lo lleven a recuperar la confianza, a creer en sí mismo, en sus capacidades y puedan revivir sueños, abrazando la</p>

Reflexivas	afrocolombianos, estaría dispuesto a participar y por qué? ¿Cómo protagonista de su historia que mensaje le daría a las futuras generaciones, para la consecución de sus sueños a pesar de las adversidades?	esperanza y a la consecución de sus metas. Los grupos y colectivos, pueden generar transformaciones sociales en su entorno, dado que todo proyecto de vida debe estar encaminado en busca del bienestar social, por ello, mediante el acercamiento psicosocial, se pueden generar estrategias desde otras miradas, a proyectar un mejor estilo de vida, que fomente la transformación de las experiencias negativas y favorezcan la salud mental de los individuos.
-------------------	---	--

Análisis y presentación de estrategias de abordaje psicosocial. Caso Pandurí. Teniendo en cuenta resolución de ítems orientadores.

El conflicto armado en Colombia hace parte del cotidiano vivir de muchas personas, comunidades, regiones y países, que implican muchas consecuencias, generando daños irreparables a nivel psicológico, social y físico. Herrera (2016) refiere que es normal que ante el conflicto armado las personas tiendan a desarrollar sentimientos de desesperanza e ideación suicida, un hecho alarmante para la sociedad colombiana pues nos indica que existe al interior del conflicto armado un problema grave de salud mental.

La incursión y el hostigamiento militar en la comunidad Pandurí, donde se pone en práctica hechos victimizantes como maltrato, confinamiento, amenazas, homicidios, producen en dicha comunidad emergentes psicosociales que deterioran la tranquilidad y la estabilidad

emocional. Dentro de estos emergentes se encuentran sentimientos de miedo, angustia, que son el reflejo de una comunidad que se siente vulnerable, ante las amenazas y la manera inhumana de proceder de sus verdugos; tristeza y dolor ante la pérdida injusta de sus familiares, que fueron sometidos a tortura y asesinato; rabia e impotencia de ver pasar ante sus ojos las escenas más aterradoras y no poder hacer nada para cambiarlo.

El desplazamiento es otro emergente que surge debido al temor, las amenazas, emociones como el miedo, la rabia, la angustia y la tristeza se apoderan de la población, que en su mayoría decide salir del municipio por el temor a una nueva incursión de los actores armados.

Sentimientos de abandono por parte del gobierno, que no realiza acciones para transformar la realidad de inseguridad de la población; soledad e injusticia por estar a la merced de grupos terroristas que utilizan procesos inhumanos para generar caos y propagar su poder.

Una comunidad estigmatizada de ser cómplice de un actor armado y que ha experimentado el horror del hostigamiento militar, presenta impactos que alteran el equilibrio psicosocial de sus habitantes, estos impactos son:

- Desintegración familiar por causa de los asesinatos perpetrados en la comunidad
- Desestabilización emocional, debido sufrimiento de la pérdida de sus familiares, y al cruel sometimiento del proceder del grupo armado.
- Desplazamiento forzoso, el cual es visto como única opción de seguridad debido al miedo a las constantes amenazas y repercusiones del grupo armado.

- Desequilibrio económico y ruptura del proyecto de vida, ya que se ven obligados a abandonar sus empleos o fuentes de sustentos
- Abandono de sus raíces, costumbre y cultura
- Desequilibrio de la tranquilidad
- Trastornos de la salud mental en la comunidad, depresión, ansiedad, estrés dejando como resultados graves traumas psicológicos,
- Aumento de malestares y enfermedades fisiológicas causadas por el estrés.

Los fenómenos de violencia ocasionan numerosos efectos en la subjetividad de quienes han quedado en medio del conflicto, tales como temores, aislamiento, inseguridades, experiencias que ocasionan importantes transformaciones en la forma en que se relacionan las personas entre si y su entorno, ocasionado por un deterioro en la creencias sobre si y los demás.

Teniendo en cuenta la crisis generada en la población Pandurí a base del conflicto armado, se hace necesario la atención y acompañamiento psicosocial integrando acciones de apoyo, fortalecimiento, desarrollo de autoestima y afrontamiento en grupo.

Por ello se proponen dos acciones para hacer frente a esta problemática y mejorar la salud **mental y calidad de vida de las personas, estas es:**

Intervención en Crisis: Tiene como propósito brindar sostenibilidad emocional a través de los recursos intrínsecos y extrínsecos de la víctima, incluso de aquellos que la persona desconocía que poseía, pero que a través del proceso ira descubriendo. Su objetivo principal es crear un entorno seguro para el sujeto; se encarga también del estudio de las redes de apoyo

familiar y social de la víctima con el fin de fortalecerlas o reconstruirlas, estas redes cumplen un papel de apoyo importante en el proceso de superación de crisis.

No se puede desconocer que los sucesos traumáticos impiden la capacidad de afrontamiento de una persona por lo que puede sentirse incapaz de afrontar las situaciones que le demanda los acontecimientos.

A través de esta acción, intervención en crisis se le brindan herramientas a la víctima para adaptarse a la nueva situación, y pueda sentirse protegida y recuperar la esperanza, y así sentirse capaz de tomar control y conducir con éxito su propia vida. Esto no quiere decir que la víctima dejara de ser víctima, en el plano social siempre lo será, ya que debe ser respaldada y cobijada con los beneficios que le corresponden por derecho, sin embargo es importante que la víctima, desde la subjetividad deje de ser víctima, ya que esta identidad es contraproducente porque perpetua el dolor e imposibilita al sujeto para comenzar una nueva historia en su vida.

Promover y apoyar procesos de reparación: Brindar acompañamiento asistencial en los diferentes procesos de reparación permite a la víctima sentir apoyo social, lo que la lleva a adoptar sentimientos de tranquilidad y seguridad. Por medio de estos procesos de reparación se busca construir eventos simbólicos donde las víctimas sean protagonistas de sus historias, y las ayude a la superación de duelos, a la reconstrucción de sus memorias colectivas, y la creación de su identidad, también se brinda contención y apoyo en declaraciones judiciales para la búsqueda de la verdad, y acciones para involucrar a los victimarios en la reparación, entre otros.

En esta comunidad se hace necesario implementar estrategias psicosociales que sirvan para fortalecimiento, reparación y rehabilitación de los integrantes y/o víctimas del conflicto armado, tales como:

Estrategia de fortalecimiento: Las estrategias de afrontamiento son entendidas como recursos psicológicos que el sujeto pone en marcha para hacer frente a situaciones estresantes. Aunque la puesta en marcha de estas no siempre garantiza el éxito, sirven para generar, evitar o disminuir conflictos en los seres humanos, atribuyéndoles beneficios personales y contribuyendo a su fortalecimiento. Adicionalmente, McCubbin, Cauble y Patterson (1982) advierten que los procesos de afrontamiento no solo se presentan de forma individual, también aparecen como mediadores en el ámbito social. De esta forma, al interior del grupo familiar se despliega el uso de estrategias para afrontar ya sea crisis normativas o no-normativas, con el fin de mantener, y/o recuperar el equilibrio y garantizar el bienestar de sus miembros (McCubbin & McCubbin, 1993; Olson & McCubbin, 1982; Olson, 2011). Las estrategias de afrontamiento a nivel individual o familiar son recursos que se utilizan en Psicología como técnicas de prevención y herramientas para disminuir problemáticas emocionales y sociales en los sujetos, cuando estos se encuentran inmersos en situaciones caóticas desbordantes, las cuales genera estrés severo, convirtiéndose en un obstáculo para continuar con el buen desarrollo de sus vidas.

Estrategia de afrontamiento grupal: Algunos estudios (Lazarus y Folkman, 1986; Moos y Shaefer, 1993; Thoits, 1995) enfatizan que las habilidades sociales constituyen un recurso determinante del afrontamiento debido al papel de la actividad social en la adaptación humana. Para Lazarus y Folkman (1986) estas habilidades se refieren a la capacidad de comunicarse y actuar con otras personas, facilitando la resolución de los problemas en

cooperación social. El aprendizaje social (Bandura y Walters, 1974), como una particular actividad de carácter social, es considerado como un proceso activo de construir conocimiento (Perret Clemont y Nicolet, 1992) desde los recursos de la experiencia, la información y la interacción social. Más allá de la acumulación de saber, el aprendizaje social posibilita desarrollar la capacidad de crear nuevas respuestas estratégicas más adaptativas (Carretero, 1994). La mayoría de las personas que experimentan o presencian un evento traumático como lo son las consecuencias del conflicto armado tienden a padecer Crecimiento Postraumático Colectivo, por lo que resulta importante implementar estrategias de bienestar social implementar acciones intersectoriales y comunitarias orientadas a proveer oportunidades que permitan el despliegue óptimo de recursos individuales y colectivos que repercutan en la vida cotidiana, las relaciones interpersonales y el ejercicio de los derechos humanos.

Estrategia de afrontamiento de miedo: Este tipo de afrontamiento hace referencia a las emociones, el afrontamiento dirigido a la emoción, por su parte, implicaría una modificación en el modo de concebir la situación afectivamente, sin que ésta cambie objetivamente. Comprende *“procesos cognitivos encargados de disminuir el grado de trastorno emocional e incluye estrategias como la evitación, la minimización, el distanciamiento, la atención selectiva, las comparaciones positivas y la extracción de valores positivos de los acontecimientos negativos”* (Lazarus y Folkman, 1986 p.173). Según los autores, este tipo de afrontamiento sería puesto en juego para mantener la esperanza, negar los hechos negativos y sus consecuencias, para no tener que asumir el peor desenlace o para desestimar su importancia.

En el caso Pandurí se hace necesario implementar estrategia de apoyo social creando grupos de acompañamiento psicosocial apoyados por entidades públicas y privadas que

contribuyan en el cambio, permitiendo apoyar el proceso de afrontamiento del “Miedo”. Se pretende apoyo por parte de sus familiares y amigos con el fin de proveer afecto, recibir información para enfrentar y tolerar el estresor, enfrentarlo o manejar las emociones producidas por éste (Gantiva, Luna, Dávila & Salgado, 2010).

A continuación se relaciona matriz de estrategias psicosociales, la cual hemos nombrado:

Acompañamiento psicosocial y fortalecimiento en la salud mental a víctimas de violencia y conflicto armado en la comunidad Pandurí

Tabla 2. Cuadro de estrategias

Estrategia	Metodología	Objetivos	Impacto	Actividades	Instrumentos	Fases	Tiempo de duración
Estrategia de fortalecimiento	Teniendo en cuenta el caso Pandurí donde la comunidad muestra desesperación, dolor, angustia y miedo, resulta necesario implementar estrategia de fortalecimiento del tejido social para comunidades planteando acciones relacionadas con el acompañamiento psicosocial con alcance comunitario generando lazos de confianza entre las	<ul style="list-style-type: none"> • Identificar las necesidades psicosociales de las víctimas. • Fomentar la recuperación desde el trabajo de grupo, la construcción de significados, la autorregulación emocional. • Construir relaciones entre los miembros del grupo, con el fin de potenciar 	A través de esta estrategia, se desarrollarán encuentros grupales donde la comunidad Pandurí trabajará su fortalecimiento y recuperación emocional a través de herramientas que generen espacios de confianza, seguridad y solidaridad.	<ul style="list-style-type: none"> - Encuentros grupales donde se permita la participación colectiva. - Dinámicas de participación acorde al objetivo planteado. 	<ul style="list-style-type: none"> - Salón comunal o espacio amplio. - Silletería - Hojas de block. - Lápices - Refrigerio 	<p>Cada encuentro estará dividido en 4 fases, a continuación relacionadas:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Fase 1: Saludo y presentación. - Fase 2: Seguimiento al avance emocional de la comunidad o el grupo que se esté interviniendo. 	2 meses

	comunidades víctimas de desplazamiento forzado y las demás comunidades, desarrollando acciones donde se aborden las representaciones sociales, las prácticas sociales/tradicionales y el arraigo territorial como una forma de favorecer un sentido comunitario.	recursos de afrontamiento, capacidad de resistencia y superación de los hechos de violencia.				<p>- Fase 3: Desarrollo de actividades orientadas al cumplimiento del objetivo.</p> <p>- Fase 4: Se deja una actividad para casa. Cierre.</p>	
Estrategia de afrontamiento grupal	Se debe hacer frente a las necesidades de la comunidad Pandurí por medio de estrategia de afrontamiento grupal teniendo en cuenta una persona que	<ul style="list-style-type: none"> • Capacitar a la comunidad sobre redes de apoyo, que son y sus beneficios. • Educar a la comunidad en 	Esta estrategia permitirá que la comunidad se apropie tanto de sus necesidades como de sus esfuerzos y capacidades para afrontar sus vivencias,	<p>- Reuniones grupales de capacitación</p> <p>- Talleres formativos</p>	<p>- Salón comunal o espacio amplio</p> <p>- Silletería</p> <p>- Video beam</p>	<p>Fase 1: Se capacitará y educará a la comunidad en temas como redes de apoyo,</p>	2 meses

	<p>tome la vocería, sea el líder de esta comunidad y por medio del apoyo psicosocial, se busquen métodos gubernamentales que apoyen la atención en salud mental comunitaria, partiendo de los esfuerzos y capacidades que realizan los mismos integrantes para afrontar sus vivencias, preponderando los procesos de educación y capacitación a las personas, que permitan el empoderamiento, organización y aumento de resiliencia.</p>	<p>conceptos como empoderamiento, desarrollo social, etc.</p>	<p>creando también y fortaleciendo redes de apoyo que permitan gestionar mejores resultados para la consecución de los objetivos.</p>		<p>Papel bond Marcadores</p>	<p>empoderamiento, desarrollo social. Fase 2: Conociendo esta temática se orientará a la comunidad en el descubrimiento de sus fortalezas y capacidades y cómo afrontar las problemáticas a partir de sus recursos. Fase 3: Se organizará a la comunidad en grupos de trabajos teniendo como cabeza un comité</p>	
--	--	---	---	--	----------------------------------	---	--

						representante que tomará vocería y estará a cargo de intermediar entre los entes gubernamentales y organizaciones y la comunidad.	
Estrategia de afrontamiento de miedo	En la comunidad Pandurí se hace necesario implementar estrategia de apoyo social creando grupos de acompañamiento psicosocial apoyados por entidades públicas y privadas que contribuyan en el cambio, permitiendo apoyar el proceso de afrontamiento del	<ul style="list-style-type: none"> • Brindar herramientas a la comunidad para fortalecer su inteligencia emocional. • Fomentar la recuperación, la autorregulación emocional y la representación- 	Por medio de esta estrategia los sobrevivientes trabajarán su parte emocional, fortaleciendo a través del apoyo psicosocial y las herramientas brindadas su proyecto de vida, así como su capacidad de superación y de resistencia.	<p>- Actividad de reconocimiento ¿Qué veo en el espejo?</p> <p>- Actividades lúdicas narrativas</p> <p>- Actividades de exploración de recursos (Potencio mis habilidades)</p>	<p>- Salón comunal o espacio amplio</p> <p>- Espejos grandes</p> <p>- Silletería</p> <p>- Mesas</p> <p>- Hojas de block</p> <p>- Lápices</p>	Fase 1: Se hará un reconocimiento por parte de cada miembro del grupo, mirando su reflejo darán respuesta a la pregunta ¿Qué veo en el espejo?, esta actividad estratégica para	2 meses

	<p>“Miedo”. Se pretende apoyo por parte de sus familiares y amigos con el fin de proveer afecto, recibir información para enfrentar y tolerar el estresor, enfrentarlo o manejar las emociones producidas por éste.</p>	<p>simbolización del sufrimiento.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Fortalecer hábitos de resiliencia y construcción del tejido social. 			<p>- Marcadores y colores</p>	<p>afrontar los miedos que han quedado como secuelas del suceso vivido en Pandurí.</p> <p>Fase 2: La narrativa a través de actividades lúdicas como obras de teatro creadas por ellos mismos, o escribir su historia con finales alternos, ayudará a confrontar el miedo y las emociones</p>	
--	---	---	--	--	-------------------------------	---	--

						<p>negativas que han surgido.</p> <p>Fase 3: Se potenciarán los recursos individuales a través de la resiliencia y la construcción del tejido social, explorando que habilidades y fortalezas.</p>	
--	--	--	--	--	--	---	--

Informe analítico y reflexivo de la experiencia de foto voz realizada en el paso 3 junto con sus conclusiones y link del blog o página wix.

El ejercicio realizado por medio de la foto voz, es un instrumento de gran alcance que permite el reconocimiento de las diferentes problemáticas que se pueden dar en un escenario. Este análisis hace énfasis en los corregimientos de Casacará, La Mesa y algunos barrios en la ciudad de Valledupar.

La experiencia foto voz, realizada en estos contextos comunitarios del Departamento del Cesar, permitió un acercamiento a escenarios de cada localidad e imaginar su cotidianidad, escenarios que por su funcionalidad reflejan, que en su época fueron frecuentados, y se desarrollaron vivencias significativas de la comunidad. Estos contextos donde ocurren innumerables de sucesos de valor social, estuvieron conectados de manera simbólica con la forma de vida de la comunidad, su cultura, creencias y costumbres, donde las experiencias vividas quedan en la memoria de quienes las vivieron como buenos momentos imborrables.

Estos mismos escenarios como epicentros de buenos momentos, fueron afectados por el caos que resulta del conflicto armado, influyendo en el actuar de la comunidad, surgiendo así, la necesidad por la imposición, de cohibirse del uso de los mismos, los cuales con el pasar del tiempo entra en desuso, esto desencadena procesos emocionales negativos en una comunidad, atrofiando el vínculo de acercamiento, la conexión con los otros donde las personas desarrollaban de manera libre su cultura, costumbres e interacción social.

Hoy día vemos que algunos de esos escenarios han sido recobrados, sin embargo, otros perdieron ese vínculo con la comunidad, lo que refleja el abandono y deterioro de los mismos, pero siguen allí a la espera del cambio para contribuir a la transformación social.

Podemos inferir que a través de una mirada cualitativa se evidencia la importancia de los procesos de transformación subjetiva en quienes han sido víctimas de este flagelo por tantos años. Palpar la realidad a través de la imagen y la narrativa, como instrumentos de la acción psicosocial, es una experiencia que permite adentrarnos de manera creativa en la historia del contexto que nos rodea. Llevándonos, a un plano más profundo de acción, donde, como profesionales, podamos abordar y resaltar la importancia de los procesos de intervención/investigación en memoria colectiva y memoria histórica, fundamentados en la elaboración de historias de vida, para la construcción de miradas complejas y la reflexión sobre aspectos psicosociales, socio-simbólicos y socio-estructurales de los contextos en los cuales habitamos, en particular en su relación con la violencia y conflicto armado, sus consecuencias en la subjetividad, pero también las resistencias, las formas de afrontamiento y los procesos de transformación vividos, los cuales son plasmados a través de la narrativa.

La narrativa puede ser abordada desde diferentes dimensiones, las cuales están estrechamente vinculadas a lo simbólico y subjetivo de una comunidad. Lo cual es moldeado por las diferentes experiencias particulares vividas en determinados contextos; como los sucesos de violencia por el conflicto armado, que desencadena una serie de reacciones negativas e influye en el pensamiento y comportamiento simbólico y subjetivo de cada persona. Esta vivencia negativa muy marcada, tiene la capacidad de moldear la subjetividad personal, influyendo en su manera de pensar y actuar aún después de superar el caos generado por el conflicto, donde sus decisiones muchas veces son influenciadas por el temor y la predisposición, sin embargo, para otros, desde la subjetividad de sus pensamientos y creencias ven esos sucesos vivenciados como un libro que llegó a su fin, y le aportó valores significativos

que lo llevan a ver la vida desde otra óptica más apreciativa y con un sentido social que le permite ayudar a otros.

Podemos reconocer como valores simbólicos y subjetivos, las practicas que surgen a través de la cultura, las costumbres, creencias, genero, religión, sistema de valores, la capacidad de relacionarse con otros, ya que influye en la manera como la persona percibe su realidad. Esta producción de subjetividades diferenciadas y simbolismos brindan una orientación para comprender los procesos psicosociales que pueden darse en determinado contexto.

Unos de los valores simbólicos y subjetivos que podemos reconocer es la particularidad de las personas de reponerse a la adversidad, al dolor, a la desesperanza, el deseo de superación personal, la construcción de su propia identidad, la búsqueda de mejores oportunidades, la formación de metas e ideales, el pensamiento optimista lucha y esfuerzo por un futuro mejor.

La imagen y la narrativa se perciben desde diferentes ópticas, donde se coloca en marcha los sentidos, el pensamiento, el análisis y la sensibilidad; para leer, recrear, imaginar y visibilizar la realidad social. Las fotografías captadas en estos escenarios, evocan en primera instancia sucesos sociales, que han moldeado su realidad durante el transcurrir del tiempo, refleja lo que fue significativo y el valor que le da la comunidad en la actualidad a ciertos escenarios pertenecientes a determinado contexto; a través del sentido de la fotografía podemos percibir distintas sensaciones que emanan negatividad, maldad, y a la vez belleza, cambios, oportunidad.

A través de la fotografía y la narrativa podemos recobrar las vivencias ocurridas en determinados espacios y darles valor, podemos recrear eventos aparentemente perdidos en el tiempo, y reconstruir los fragmentos causados por el paso de la violencia y, crear esperanzas

que edifican paz, y libertad. Aporta también de manera significativa a los procesos de construcción de memoria histórica y su impacto en la transformación social.

Algunos de los recursos de afrontamiento plasmados en el trabajo escrito, para superar las marcas del conflicto armado son tales como:

- La resiliencia ha sido uno de los recursos de afrontamiento más significativos y mejor acogidos por las comunidades, que a pesar de la adversidad se han sabido reponer a las situaciones violentas y han sabido sortear heroicamente los acontecimientos, sacando lo mejor de sí mismos y manteniendo viva la llama de esperanza en medio de la desesperanza, lo que les ha permitido posicionarse, y construir mejores oportunidades de vida para ellos y los suyos.

- El trabajo en equipo, donde la labor y la unidad pueden hacer la diferencia, para restaurar y convertir espacios destruidos y abandonados, en escenarios que propicien la sana convivencia.

- El arte narrativo, donde se utilicen como lienzo edificaciones en ruinas, para construir y plasmar el significado de paz, y provocar en la comunidad el reconocimiento de sí misma como sujetos de transformación social, y autores de una nueva historia.

- La reconstrucción de memoria histórica de la comunidad, a través de la narrativa, y la expresión artística, donde las personas reconstruyan su propia identidad y puedan verse como expertos empoderados de sus vivencias.

- Ayudar a la superación del duelo detenido en el tiempo, a través de ritos, actos, y despedidas simbólicas, que aporten a la superación del dolor y cierres de ciclos de duelo.

- Restauración del tejido social, a través de técnicas que propicien el bien común, el buen trato, y la buena comunicación, recobrando así el vínculo social y el anhelo por trabajar en pro de la comunidad.

Las técnicas de afrontamiento permiten profundizar en el valor emancipador de los lenguajes propios de un contexto y sus posibilidades expresivas desde el arte y la acción psicosocial y comunitaria. Posicionándolos como empoderados y transformadores de su propia realidad. Según las diferentes experiencias que se obtuvieron en los diferentes escenarios las comunidades expresan su amor a la naturaleza, al arte, en una lucha unánime, por un bien común, teniendo una visión de cambio. En cuanto a las diferentes fotos voz que se analizaron a nivel grupal, se puede resaltar el valor de la resiliencia, la unión, la comunicación. Desde el punto de vista psicosocial y político se hace necesario implementar técnicas de afrontamiento con el fin de ir reconstruyendo poco a poco fuentes de superación de dolor, miedo y angustia. Por medio del desarrollo de estrategias psicosociales como el arte, la música, la cultura, se puede lograr motivar a las víctimas para que participen en estas técnicas de construcción de espacios de confianza, donde puedan compartir sentimientos, pensamientos y diferentes experiencias. Por otra parte, estas estrategias psicosociales permiten que las víctimas se sientan respetadas y valoradas, ya que sus lenguas, culturas y tradiciones son tenidas en cuenta, permitiendo que las mismas víctimas reconozcan y fortalezcan sus habilidades para iniciar nuevos proyectos de vida.

Este último tema, asociado íntimamente con la resiliencia y el poder de transformación, es lo que nos lleva a concluir, como refiere Villa (2014) “que las historias y relatos que se guardan en nuestra comunidad, tienen en común, como hilo conductor la resistencia (incluyendo al afrontamiento y la resiliencia), es decir, una lectura, una interpretación centrada en las

capacidades, en la fuerza para asumir, en las salidas que se fueron encontrando, en las luchas cotidianas y en los sentidos encontrados aún en medio del horror”.

“Desde un marco ético y epistémico es necesario afirmar que el apoyo psicosocial y reconstrucción de la memoria histórica constituyen una manera emancipadora de realizar el acompañamiento psicosocial, la elaboración de los malestares emocionales, el afrontamiento del sufrimiento subjetivo, la dignificación de los sobrevivientes, la construcción de subjetividades políticas y la reconstrucción del tejido social” (Villa, 2014).

Conclusiones

La investigación por medio de la imagen y narrativa es una herramienta de gran valor, que puede ser implementada por los psicólogos en diferentes contextos de violencia y conflicto armado. Ya que, en la ejecución de ésta, el sujeto externaliza sus historias privadas logrando reconocer y aceptar su situación, permitiendo vivir las diferentes emociones y sentimientos que éste les genera.

Del presente trabajo podemos resaltar la importancia que tuvo el ejercicio realizado por medio de la foto voz, ya que permitió el reconocimiento de las diferentes problemáticas que se pueden dar en un escenario, realizando una relación entre las imágenes, lo que se puede percibir de ellas y las propias realidades. Mediante la exploración de nuestros territorios a través de diferentes fotografías se obtuvo que cada integrante del grupo se apropiara del contexto social comunitario donde habita, obteniendo así una mirada más cercana, acerca de las diferentes problemáticas que arraiga el problema del conflicto armado en Colombia. Para finalizar podemos concluir que por medio del presente trabajo se logró conocer y aplicar técnicas de diagnóstico psicosocial en un escenario concreto, como lo es, el del conflicto armado en Colombia, identificando subjetividades e intersubjetividades que emergen en escenarios permeados por la violencia.

Link Blog. <https://cielomar512.wixsite.com/ensayovisual>

Referencias Bibliográficas

(2020). Metodología de la estrategia de fortalecimiento del tejido social para comunidades en proceso de retorno, reubicación e integración local. “TEJIENDONOS”.

Constanza. L. (2016). Estrategias de afrontamiento en un grupo de desplazados internos en la ciudad de Bogotá. Dialnet. Tomado

de: <file:///C:/Users/Familia%20Marquez/Downloads/Dialnet-EstrategiasDeAfrontamientoEnUnGrupoDeDesplazadosIn-6059404.pdf>

Daza Castrillón, J., Lemus Fonseca, Y., Tocara Ramírez, S., Fuenmayor Rosero, Y. y

Avendaño Váquiro, M. (2018). *La imagen y la narrativa como herramientas para el abordaje Psicosocial en escenarios de violencia en los Departamentos de: Cesar, Atlántico y Nariño..* (Tesis de pregrado). Universidad Nacional Abierta y a Distancia, Colombia.

Recuperado

de: <http://bibliotecavirtual.unad.edu.co/login?url=http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=ir00913a&AN=unad.10596.14594&lang=es&site=eds-live>

Delgado, B (2017) La imagen como herramienta de intervención comunitaria. Recuperado de

<http://hdl.handle.net/10596/13033>

Echeburúa, E. (2007). Intervención en crisis en víctimas de sucesos traumáticos: ¿Cuándo, cómo y para qué?. En *Psicología Conductual*, Vol. 15, Nº 3, 2007, pp. 373-387.

Recuperado de

https://www.researchgate.net/publication/228655473_intervencion_en_crisis_en_victimas_de_sucesos_traumaticos_cuando_como_y_para_que

- González, J (2001) Psicoterapia de la crisis. Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría. No.79 Madrid. Recuperado de http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0211-57352001000300004
- Macías, María Amarís y Madariaga Orozco, Camilo y Valle Amarís, Marcela y Zambrano, Javier (2013). Estrategias de afrontamiento individual y familiar frente a situaciones de estrés psicológico. Psicología desde el Caribe, 30 (1), 123-145. [Fecha de Consulta 16 de Agosto de 2020]. ISSN: 0123-417X. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=213/21328600007>
- 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_clinicap
- Rodríguez R.; Cantera, L. (2016). La foto intervención como instrumento de reflexión sobre la violencia de género e inmigración. En Temas en Psicología, Vol. 24, nº 3, pp. 927 - 945. Recuperado de <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/tp/v24n3/v24n3a09.pdf>
- Vera, B.; 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>
- Villamañan Alba, M. (2016). Lo comunitario en las representaciones sociales de la violencia.