

**La imagen y la narrativa como herramientas para el abordaje psicosocial en escenarios de
violencia. Ciudad de Bogotá.**

Claudia Milena Sapuyes Ceron

Dayana Alejandra Rubiano

Lina María Contreras Oviedo

Marly Yadira Muñoz Vela

Tutora:

Erika Paola Tovar Villanueva

Universidad Nacional Abierta y a Distancia-UNAD

Escuela de Ciencias Sociales, Artes y Humanidades

Psicología

Bogotá, D.C.

Abril de 2021

Tabla de contenido

Resumen.....	3
Abstract	5
Análisis relatos de violencia y esperanza caso “Carlos Arturo”	7
Tabla 1. Preguntas	13
Análisis y presentación de estrategias de abordaje psicosocial: Caso de Peñas Coloradas	16
Tabla 2. Estrategias	21
Informe analítico y reflexivo de la experiencia de foto voz.....	26
Conclusiones.....	31
Enlace página Wix.....	32
Referencias bibliográficas	33

Resumen

Una de las herramientas utilizadas en el proceso de acompañamiento psicosocial para el escenarios de violencia (estudio de caso) que permita realizar un adecuado abordaje a las problemáticas es el enfoque narrativo, en el presente documento se aborda inicialmente el caso de Carlos Arturo, un adolescente que atravesó por una difícil situación generada por el conflicto armado, en base al caso se realiza un análisis de reflexión en que se integran aspectos importantes del relato como los fragmentos que más generan impacto en la problemática de violencia experimentada por la víctima, desde despertar luego de haber estado en coma y verse en un hospital con lesiones en su cuerpo, hasta la actitud resiliente que adoptó en su proceso de recuperación para superarse en todo los aspectos de la vida, querer ayudar a quienes han atravesado por lo mismo y tener la anhelación de evitar que se sigan colocando minas anti persona, adicionalmente se genera una reflexión al caso proponiendo tres tipos de preguntas: estratégicas, circulares y reflexivas.

Posteriormente se realiza un análisis al caso “Peñas Coloradas”, en el cual se plasman los emergentes sociales, los impactos generados a la población, para ello se propuso dos acciones de apoyo desde lo psicosocial; la primera, es la técnica del Mindfulness para generar una atención plena ante la situación problemática, como segunda acción se plantea las Coaliciones comunitarias para diseñar propuestas, teniendo como objetivo la resolución de problemas y generar un cambio positivo en la historia de vida de las víctimas, se establecen unas estrategias psicosociales para dinamizar los recursos de afrontamiento, dichas estrategias se presentan mediante una tabla que reúne información relevante como fases y tiempos en las que se

desarrollan. Por último, se anexa el informe “foto voz” realizado en la fase anterior, el cual integra las experiencias de tomadas en los escenarios que representan algún tipo de violencia social en la ciudad de Bogotá, específicamente en las localidades de Chapinero, Bosa, Suba y Usme, donde se encuentran como principales violencias como; la física, psicológica y sexual en gran parte de la población.

Palabras claves: Violencia, Psicosocial, Afrontamiento, Subjetividades.

Abstract

One of the tools used in the process of psychosocial support for violence scenarios (case study) that allows an adequate approach to the problems is the narrative approach, in this document the case of Carlos Arturo, an adolescent, is initially addressed. who went through a difficult situation generated by the armed conflict, based on the case a reflection analysis is carried out in which important aspects of the story are integrated such as the fragments that most generate an impact on the problem of violence experienced by the victim, from waking up later from having been in a coma and seeing himself in a hospital with injuries to his body, to the resilient attitude he adopted in his recovery process to overcome himself in all aspects of life, wanting to help those who have gone through the same thing and having the longing to avoid that anti-personnel mines continue to be placed, additionally a reflection is generated to the case proposing three types of questions: strategic, circular and reflective.

Subsequently, an analysis is carried out in the case of “Peñas Coloradas”, in which the social emergencies are reflected, the impacts generated on the population, for this, two psychosocial support actions were proposed; The first is the Mindfulness technique to generate full attention to the problematic situation, as a second action the Community Coalitions are proposed to design proposals, aiming at solving problems and generating a positive change in the life history of the victims. , psychosocial strategies are established to stimulate coping resources, these strategies are presented by means of a table that gathers relevant information such as phases and times in which they are developed. Finally, the “photo voice” report made in the previous phase is attached, which integrates the experiences of those taken in the scenarios that represent some type of social violence in the city of Bogotá, specifically in the towns of Chapinero, Bosa, Suba

and Usme, where they are found as the main types of violence such as; the physical, psychological and sexual in a large part of the population.

Keywords: Violence, Psychosocial, Coping, Subjectivities.

Análisis relatos de violencia y esperanza caso “Carlos Arturo”

Para el desarrollo de la actividad se seleccionó como caso de análisis el Relato 5. Carlos Arturo, después de estudiar y releerlo cuidadosamente, se puede llegar a término porque este cuenta con todos los elementos para su análisis y discusión (situación sobreviviente y proceso de resiliencia), especialmente porque desde el inicio del relato nos fue involucrando de alguna manera en lo que manifiesta cada línea, más por el hecho de saber que el sobreviviente de minas antipersona es un adolescente de apenas 14 años, pero que aun así tiene el deseo de apoyar a otros en su misma condición.

Partiendo de esto, las frases que más nos representan el estudio de caso y llaman la atención del libro: “VOCES: Relatos de violencia y esperanza en Colombia, Banco mundial en el año 2009” son: “Me desperté en la sala de cuidados intensivos de un hospital, me sentía como loco, no sabía dónde estaba y no tenía piel”, “Yo preguntaba qué era lo que me había pasado, qué era lo que tenía en el estómago. Nadie me quería decir nada”, “La explosión me había jodido el tejido principal del abdomen, dos intestinos, la vista derecha y ambos oídos, más el derecho que el izquierdo”, “Había estado en coma por mes y medio”; sin duda esta última parte nos generó un gran impacto, puesto que nos invitó a pensar desde la posición de Carlos, para después afrontar la realidad de su amigo muerto, él en condiciones deplorables que casi lo convierten en una persona incapacitada.

Un segundo fragmento del relato que genera gran impacto es: “Éste es una víctima”, dicen”; estas palabras tocan el alma porque Carlos Arturo antes del accidente era un chico muy activo, quien a pesar de su corta edad era trabajador como hace alusión al inicio del relato, se dedicaba a la agricultura y a cultivar con su familia, tareas que hoy día no puede realizar, adicionalmente es

discriminado en el mundo laboral por su discapacidad, pues en la sociedad se ha impuesto en muchas de las organizaciones que una persona con ciertas limitaciones físicas o cognitivas no posee la capacidad para ocupar un puesto.

En relación a los impactos psicosociales evidenciados por parte de Carlos en la vereda el Guayabo cuando sucedió el hecho violento, es el miedo ante la presencia de del grupo de FARC en el sector, ante esto se presenta el temor de habitantes del sector ante la posibilidad de tener más muertos y heridos por las granadas y minas, estos hechos causan angustias entre las familias, y es que se evidencia que muchas personas no denuncian por miedo a las represarías y aunque en el caso no se expresa explícitamente se deben tener presente lo que menciona Rodríguez et al.(2002) los problemas psicosociales en situaciones de conflicto armado, causan desorden social, el miedo y la aflicción ante los hechos y la repetición de los mismos que pueden causar trastornos psicopatológicos o problemas psiquiátricos.

Otro impacto psicosocial es la discapacidad de protagonista, pues le impide desarrollar actividades cotidianas y desarrollar tareas que impliquen esfuerzo físico, y con relación a esto se enfrenta a la discriminación y a la exclusión social por la discapacidad; también el impacto psicosocial se encuentra relacionado con tener que abandonar su lugar de origen para someterse a tratamientos médicos que le permiten mejorar su estado de salud, sin embargo este cambio implica una adaptación importante, pues debe dejar la zona rural, de su casa, sus amigos y costumbres, para enfrentarse a una nueva realidad en lo urbano en donde el protagonista manifiesta que es complicado conseguir un sustento económico pese a su condición y esto a su vez conlleva a situaciones de pobreza, que afectan a la familia en general.

Muy relacionado con lo descrito anteriormente sobre el impacto psicosocial, es importante mencionar los traumas que los hechos causan, como la angustia, estrés y depresión desmotivan a

continuar con los proyectos de vida, además un impacto es la falta de respuesta temprana del estado para atender y ayudar a la víctima y esto afecta un más la incertidumbre hacia el futuro.

En este punto del análisis, se hacen necesario mencionar el cómo se presenta un posicionamiento subjetivo por parte Carlos, el cual en este caso adopta la postura de sobreviviente: “Pero ahora todo iba a ser diferente”... “Después de eso dije que no iba a hacerme otra cirugía en Pasto. Así me tocara pagarla a mí, me la iba a hacer en Cali o en Bogotá”... “La idea era llegar a Bogotá, reintegrarme y montarme un negocio para ayudar a mi mamá, pero hasta el momento no he podido hacerlo”... “Con lo que trabajo le ayudamos entre mi hermano y yo”... “Yo espero que me den mi estudio, mi colegio, mi universidad, mi tratamiento médico y mi pensión”... “El accidente me sirvió para pensar en las otras personas”... “Quiero estudiar Medicina o Derecho para buscar maneras de ayudar a otros que han sufrido el mismo accidente”... “Debemos buscar la manera de que la guerrilla no siga poniendo minas y todo eso, porque hay muchas personas que las pisan y pueden ser niños “ ... “Ahora debo tratar de ayudar a los que están peor que yo y todo eso”.(Banco Mundial, 2009)

Cada una de las voces plasmadas anterior mente, da cuenta de la manera en la cual Carlos Arturo habita su posición de sobreviviente y cómo va construyendo una nueva posición, reflejándose en todo momento la resiliencia con la que día a día va afrontando las consecuencias que ha dejado la violencia en él, siendo a la vez un claro ejemplo de superación para quienes han tenido que atravesar por la misma situación, lo que motiva a aportar a aunque sea un poco para que no se repita la historia.

Por otro lado, dando énfasis en los significados alternos que se reconocieron en la historia, producto de los hechos de violencia, se puede observar claramente que una situación de

violencia, por la cual han tenido que atravesar un sinnúmero de personas en el país, ésta se puede evidenciar en las minas antipersona que son implantadas en los campos y por curiosidad o simple desconocimiento acaban cobrando la vida de personas inocentes.

Un segundo significado alterno es el hecho del desplazamiento, tener que dejar su familia y su vida para emigrar, en el caso de Carlos Arturo primero debió irse a Pasto para continuar con su tratamiento y luego a Bogotá en búsqueda de apoyo y nuevas oportunidades para ayudar a su familia económicamente. La pérdida de su amigo generó gran impacto, este es un hecho común en la sociedad hoy día, ya que a diario se deben ver partir a personas cercanas a causa del conflicto armado.

La discriminación laboral cobra un significado alterno, pues la sociedad ha impuesto en muchas de las organizaciones que una persona con ciertas limitaciones físicas o cognitivas no posee la capacidad para ocupar un puesto, siendo una realidad que aqueja a las personas discapacitadas a causa de la violencia, como lo expresa el sobreviviente, “En Colombia existe invisibilidad hacia las víctimas”, se da a entender en el relato que él ha querido integrarse a los programas de reparación a víctimas, pero no ha sido posible, pues “lo administrativo es bastante complejo y se demora mucho tiempo”; siendo un deber del estado cooperar en la rehabilitación de las víctimas.

En este caso en particular se evidencia que el protagonista pese a las dificultades, ha logrado establecer unas redes de apoyo, en primera instancia la familia y su hermana, quien se convierte en puente para establecer vínculos con otras redes, como lo son la institución para la acción social y ONG como “Campaña Colombiana Contra Minas” esto a su vez permite reflexionar y reconocer nuevos significados ante las situaciones de violencia y el poder identificarse con otros sobrevivientes y realizar diálogos y demás que permite generar un dolor compartido, es

identificar que existen personas en iguales o peores condiciones y que estas se pueden apoyar y motivar para continuar con la vida.

Ya para finalizar, es importante resaltar que en el relato se evidencia un posicionamiento resiliente, teniendo en cuenta el concepto de resiliencia mencionado por Vera et al. (2006) relacionado con el proceso de mantener un equilibrio estable durante el proceso crítico para la persona. En este caso Carlos Arturo posee gran capacidad de afrontamiento ante la adversidad como se muestra en su recuperación, ya que como él lo cuenta: “Al año y medio tuve que volver para colocarme una malla. Como mi cuerpo no la resistió, tuvieron que sacármela otra vez; duré nueve meses en curaciones. Después de eso dije que no iba a hacerme otra cirugía en Pasto. Así me tocara pagarla a mí, me la iba a hacer en Cali o en Bogotá”, allí se muestra su resistencia y a la vez tenacidad, ya que como le tuvieron que sacar nuevamente la malla, él prefirió que su próxima cirugía fuera en un lugar más competente, así él tuviera que correr con los gastos, pero se le nota esas ganas de querer recuperarse y estar bien.

Otra muestra de resiliencia se ve reflejada, es el hecho de querer ser un chico emprendedor, ya que quiso ir a Bogotá a colocar su propio negocio para generar ingresos y ayudar a su madre, en ninguna parte del relato se muestra afligido o acomplejado por sus cambios físicos, por el contrario, se le nota esas ganas de recuperarse completamente, salir adelante y ayudar a los demás, eso es algo que verdaderamente es admirable; expresando y demostrando con este relato lo que menciona Bonanno (2004) citado por Vera et al. (2006) existen características que permiten reflejar procesos de resiliencia, relacionados con seguridad de uno mismo, tener un propósito en la vida de gran relevancia, considerar que como personas puede influir para generar cambios, y demás que permiten evidenciar resiliencia. Lo anterior se observa en el relato de Carlos y es que tiene un propósito de vida, y es el de quiere ayudar a quienes han tenido que

atravesar por su situación y a su vez pretende concientizar para prevenir los hechos de violencia y en ningún momento se evidencia sentimientos de odio y venganza.

Carlos Arturo pretende que las víctimas sean tenidas en cuenta ante la indiferencia de la sociedad, puesto que son muchas las personas que viven la misma situación que él y en ningún momento son ayudadas por parte del estado, sus cicatrices están llenas de sabiduría, pues en una parte del relato expresa “debemos buscar la manera de que la guerrilla no siga poniendo minas y todo eso, porque hay muchas personas que las pisan y pueden ser niños”. Adicionalmente quiere integrarse a la sociedad fuera del país y estudiar para ayudar a muchas personas y con su historia de vida ser un gran ejemplo de superación para otros.

Formulación de preguntas

Tabla 1 Tabla de preguntas estratégicas, circulares y reflexivas.

Tipo de pregunta	Pregunta	Justificación desde el campo Psicosocial
Estratégicas	¿Qué pasaría si usted se convierte en vocero de la comunidad de sobrevivientes en el territorio Nacional y ejecutan acciones en conjunto para exigir sus derechos?	Hacer razonar a Carlos, para que él pueda liderar y motivar a víctimas del minas mediante el dialogo y las construcciones subjetivas que les lleven a ejecutar acciones colectivas. En este caso se busca que se piensen en las motivaciones que pueden tener como comunidad, además de sentimientos y percepciones en común que les lleven a generar identidades y producir lo que menciona Jimeno (2007) la conformación de una comunidad emocional que permita el surgimiento de sentimientos y necesidad de una participación ciudadana.
	¿Cómo cambiaría el panorama si usted y la comunidad de sobrevivientes, usan la visibilidad en las vías de comunicación para compartir las experiencias y percepciones que lleven a la concientización sobre la discriminación laboral?	Se busca orientar al protagonista a entender la importancia de comunicar y expresar emociones, mediante las experiencias y percepciones de los hechos de violencia para concientizar a otros. Este proceso permitiría hacer una sistematización de experiencias que permitirá según MATINAL, Revista de Investigación y Pedagogía (2010) se impulsa la capacidad de impulsar hacia una praxis trasformadora. El compartir su dolor desde un discurso persuasivo contribuirá a generar apoyo y conductas prosociales por parte de la sociedad.
	¿Por qué usted no ejecuta otras acciones complementarias alternativas para cumplir sus sueños de tener un negocio propio y estudiar?	Se pretende que piense en otras redes sociales alternas o alianza entre las que ya tiene, en ese caso no se visualiza a reparación del estado como única alternativa para poder estudiar y tener un negocio propio. Desde una perspectiva dialéctica, se plantea el recrear redes diferentes o a su vez desde lo Socio-praxis se propone recrear redes con base a la que se tienen (Alberich, 2008).

Circulares	¿A qué miembro de la familia le da miedo escuchar hablar sobre minas anti personas?	Identificar posibles traumas de algún miembro de la familia, que de alguna manera este afectando la salud mental de Carlos o demás integrantes del grupo nuclear. En este caso según (Martín Baro 2003) citado por (Blanco y Díaz, 2004) la salud mental se convierte en factor que no se visualiza únicamente desde lo individual, si no que se relaciona con más miembros con los que se tengan relaciones, produciendo manifestaciones de síntomas y síndromes.
	¿Quién de su familia es quien más lo ha apoyado para continuar con su rehabilitación médica?	Identificar vínculos más fuertes entre Carlos y un integrante de su familia, el objetivo es que esta información sirva de apoyo para que este sea un apoyo para una intervención Psicosocial en donde se potencialice la resiliencia. En este caso esta personas servirá para dar apoyo en futuras acciones que mejores su calidad de vida, según (Manciaux et al., 2001) citado por (Vera et al., 2006) la resiliencia no es absoluta que permanece para siempre, se genera por procesos dinámicos.
	¿Qué episodio en su proceso de rehabilitación, asocia su familia, como el de mayor impacto para fortalecer los vínculos y mitigar el dolor?	Se busca identificar acontecimientos que permitan crear memorias positivas, en este caso se trata de visualizar los hechos de violencia, como la oportunidad de fortalecer los vínculos familiares y visualizarse ya no como víctima sino como sobreviviente. Además se busca generar reflexión subjetiva sobre las forma de afrontamiento del dolor, según (Pichon-Rivière, 1974) citado por (Fabris, 2011) el establecer una conciencia crítica ante las necesidades personales y sociales y la posibilidad de establecer espacios para descifrar las necesidades y crear soluciones.
Reflexivas	¿Qué aptitudes y dinámicas familiares positivas adopto su núcleo familiar después del hecho violento?	Que el protagonista reflexiones sobre los cambios positivos que se han tenido a nivel familiar, que facilitan el proceso de recuperación tanto individual como grupal, se visualizan los procesos como factores que aportan a continuar fortaleciendo la resiliencia y por ende un equilibrio emocional. Según (Fredrickson y Tugade, 2003) citado por (vera et al., 2006) en un estudio ejecutado en Nueva York en 2011, se evidencia que la capacidad de resiliencia se encuentra relacionada con la experiencia de emociones positivas.

¿Qué habilidades cree usted que desarrolló luego del hecho violento, que las puede usar para un bienestar individual, pero también para aportar al bienestar de comunidades en su misma condición?

Se busca que Carlos reconozca las habilidades que ha adquirido, y como con ellas puede apoyar a quienes tanto desea a ayudar que es apoyar a otras personas en su misma condición y a su hacer prevención de hechos.

Pero también se desea que encuentre el valor de su vida y haga un análisis sobre su identidad según White (2016) el desarrollar el sentido de sí mismo el identificar aquellos que los hizo avanzar, contribuye a que la persona establezca aquellos que le ha dado valor a la vida y desarrollar una nueva historia.

El dar valor a la vida y ser consciente de sus habilidades, les permite entender que desde su experiencia pueden empezar a contribuir.

¿Qué le gustaría contar a su futura generación y a personas que se encuentran en posición de víctima sobre cómo logro superar las secuelas de la violencia?

Le hace pensar en aquella meta que quiere alcanzar para lograr su bienestar y a su vez le permite pensarse como persona que busca motivar, por ende se quiere que visualice su historia como un medio que produce una catarsis.

La catarsis con las historias logran tocar fibras profundas y genera pensamientos y reflexiones sobre la existencia (White, 2016). La experiencia puede impactar a otras y motivar a generar acciones para el bienestar integral.

Nota. Preguntas estratégicas, circulares y reflexivas (elaboración grupal).

Análisis y presentación de estrategias de abordaje psicosocial: Caso de Peñas Coloradas

El desarrollo del análisis de caso “Peñas Coloradas”, se evidencio algunos emergentes psicosociales los cuales se generan un punto de encuentro entre lo que es cotidiano y lo que no es cotidiano, y hacen posible el definir o establecer una antes y un después en las memorias de las sociedades o comunidades que influyen en el curso y el suceso de acontecimientos futuros (Fabris, 2011).

Un primer emergente psicosocial, se relaciona con la situación de desplazamiento que sufrió la comunidad en ellos años 90 por temas del conflicto, que los lleva a vivir en Peñas Colorada, generando incertidumbre en las familias, dado que no tenían un lugar donde vivir y prosperar con sus familias, además se encuentra presente el miedo a ser víctimas del conflicto y perder sus vidas o la del algún miembro de la comunidad.

Un segundo emergente identificado, es el miedo y la angustia ante la vulneración de los derechos humanos y la no garantizar un vida digna, pues de evidencia que la comunidad de Peñas Coloradas fueron víctima por segunda vez del desplazamiento en año 2004 por los militares y no fueron reconocidos como víctimas, por ende la comunidad tuvo que macharse sin ninguna garantía de restitución de tierras o acceso a beneficios para el sustento económico. Con lo anterior el aumento pobreza, ante la carencia de empleo que dificulta el solventar la alimentación y el tener un techo para vivir.

Otro emergente se relaciona con la pérdida de identidad de la comunidad, en tiempos pasados las comunidades trabajan en las zonas rurales y se apoyan de forma comunitaria por mantener

los procesos subjetivos sobre el trabajo en equipo, la conducta prosocial, la cohesión grupal y con esto la creación de tradición y culturas que hacían posible mantener la convivencia ; ahora al encontrarse en otros contextos esto cambio, pues deben adaptarse a nuevas sociedades y con ello la pérdida de tradiciones y valores culturales.

Los sentimientos de desesperanza ante invisibilidad de sus problemas comunitarios, es algo con que tienen que vivir, pues el estado no los apoyó, y el desplazamiento les ha causado grandes problemáticas comunitarias y sociales muy relacionada a la vez con la creación de estereotipos y señalamientos de la sociedad como cómplices de la guerrilla, se causó el rechazo de la sociedad e incrementaron la desmotivación los sentimientos de impotencia, de inseguridades y demás que dificultan el desarrollo individual y comunitario.

En este punto, cabe señalar que los emergentes psicosociales se encuentran a su vez ligados con consecuencias de traumas de tipo físico y Psicológicos; los físicos ante las posibles secuelas ante las minas y las torturas, y las secuelas psicológicas relacionadas con efectos estresantes de la guerra del desplazamiento, ligado a la pérdida de seres queridos y la pérdida del territorio y cultura, creando memorias de trauma y dolor que terminan asociando al desarrollo de problemas psicológicos.

Muy ligado a los sucesos anteriormente descritos y luego de salir de Peñas Coloradas y en proceso de reintegrasen y adaptasen a la nueva sociedad, se genera discriminación y exclusión social, pues el ser estigmatizados causa el rechazo social y por ende afecta la posibilidad de recibir ayudas, pues concibe que estas comunidades deben estar alejadas por ser parte o colaboradores por grupos guerrilleros y que alguna forma representan un peligro en la sociedad.

Ante la discriminación, la comunidad desarrolla inseguridad y con ello los pensamientos de desmotivación disminución de la comunicación grupal, disminución de cooperativismo, sentimientos desesperanzas, la ausencia para la participación ciudadana y desánimos para reconstruir nuevo proyectos de vida. También se pueda desarrollar procesos de estrés y ansiedad e incluso depresión por ser re victimizados constantemente por las sociedades sobre los hechos, o sobre falsas acusaciones que pueden generar sentimientos de ira y deseos de venganza.

Con relación a lo anterior y haciendo énfasis en los psicosocial los impactos causados por la discriminación y el rechazado de la sociedad hacia la población de peñas coloradas, se puede concluir que se causan impactos que los afectan de forma psicológica, comunicatoria, política y culturalmente, pues como menciona Centro Nacional de Memoria Histórica (2014) los daños colectivos en comunidades víctimas de violencia se pueden producir por impedir, acabar, callar, estigmatizar o sancionar, las ideologías y las intenciones por las cuales realizan acciones y por las que luchan. En el caso se evidencia que instituciones de estado rechazan a las victimas cuando ellos exigen sus derechos por medio de las comisiones de derechos humanas del extranjero y por medios de manifestaciones como el “Festival de machete”; buscan silenciarlo y con esto la consecuencia de pérdida de identidad y sentimientos de destierro que causan la perdida de motivaciones para ejecutar acciones que contribuyan a una reconstrucción psicosocial política y cultural.

Acciones Psicosociales

Como primera acción aplicación de la técnica de Mindfulness en la comunidad, como un primer acercamiento en intervención en crisis: De acuerdo con Simon (2010) el Mindfulness se define como “atención plena” o “conciencia plena” esto implica un atención plena en la manera de presente pero sin llegar a juzgar, siendo así un estado de reconocimiento mental que lleva a

identificar los contenidos de la mente momento a momento, para realizar de manera adecuada esta práctica es importante suspender todo tipo de juicio que normalmente aparece de manera involuntaria en la mente.

De acuerdo con lo anterior se busca implementar el Mindfulness para aliviar y canalizar las situaciones de violencia que han presenciado decenas de familias durante el periodo de conflicto armado, se busca dar a conocer estas estrategias para tener una visión del presente y lograr dejar el dolor y el sufrimiento atrás, con esta estrategia se trabaja desde el amor propio y queremos implementarla para generar herramientas en las comunidades que les permita sobreponerse a lo que han vivido, sanar su alma y corazón y oportunamente que sigan aplicando el Mindfulness como herramienta para tranquilizar la mente y tener una visión objetiva de la vida.

Como segunda acción se plantea establecer contacto con grupos interdisciplinarios, pueden ser ONG, fundaciones, hospitales o la orientación de la comunidad como es el PAPSIVI (Programa de Atención Psicosocial y Atención integral en Salud); forma general de establecer Coaliciones comunitarias, de acuerdo con el autor Martínez (2003) se define como un conjunto de personas pertenecientes a una administración, agrupación social, recursos técnicos, asociaciones o cooperativa que su objetivo es diseñar propuestas e implementarlas con el fin de solucionar problemas comunitarios y encontrar un equilibrio obteniendo un cambio social, existen 6 criterios en los cuales se delimitan la naturaleza de una coalición: a) Deben ser constituidas por miembros de la comunidad, b) Todas las estrategias van orientadas a temas locales, c) Los recursos que se utilizan en las necesidades de la comunidad son propios, d) Se realiza a través de la colaboración, e) Los diferentes sectores de la comunidad están representados y f) Es posible trabajar en diferentes temas”.

En el caso de las acciones hacia las víctimas de violencia, se encuentran orientadas en promover la creación de grupos comunitarios que permitan la búsqueda oportuna de soluciones es importante a la hora de empoderar la comunidad, esta estrategia debe ser apoyada por entes territoriales y el estado para mayor efectividad puesto que los recursos financieros posiblemente son una de las tantas consecuencias que deja la violencia, es por eso que la comunidad debe contar con colaboraciones pero a la vez con participación de los integrantes de la misma comunidad.

Tabla 2. Estrategias psicosociales para los pobladores de Peñas Coloradas

	Nombre	Descripción del objetivo	Fases – Tiempo	Acciones por implementar	Impacto Deseado
Estrategia 1	Acompañamiento Psicosocial para el manejo de las emociones	Brindar herramientas que propicien la capacidad de afrontamiento para controlar los efectos traumáticos y disminuir el sufrimiento emocional.	<p align="center">Fase 1</p> <p>Evaluación y orientación encaminadas a la solución de problemas.</p> <p align="center">Tiempo - Semana 1</p> <p>Dos días durante 4 horas.</p>	<p>-Charla de orientación acerca de la habilidad del manejo de emociones ante episodios traumáticos.</p> <p>-Realizar evaluación diagnóstica dentro de los grupos.</p> <p>-Aplicación de la técnica de la espina de pescado.</p>	Con esta serie de actividades implementadas se espera que la comunidad logre adoptar la capacidad de afrontamiento, en este caso para la problemática de la violencia y el desplazamiento forzado, es el individuo quien adquiere la capacidad para generar una solución a los problemas en su entorno y a su vez el control en el manejo de sus emociones. Adicionalmente se espera que el individuo logre verse en un futuro, al repetirse esta actividad se le irá olvidando el suceso atravesado y no tendrá más opción que vivir el hoy, dejando atrás el dolor.
			<p align="center">Fase 2</p> <p>Enseñar formas de afrontamiento a las problemáticas.</p> <p align="center">Tiempo - Semana 2</p> <p>Tres días durante 2 horas.</p>	<p>-Desarrollar diferentes actividades a nivel grupal acerca de las estrategias de afrontamiento.</p> <p>-Presentar taller educativo a todos los integrantes.</p>	

Nombre	Descripción del objetivo	Fases – Tiempo	Acciones por implementar	Impacto Deseado
		<p>Fase 3</p> <p>Promover prácticas para manejar las emociones.</p> <p>Tiempo - Semana 3</p> <p>Tres días durante dos horas.</p>	<p>-Debate acerca de las prácticas para gestionar las emociones.</p> <p>-Realizar actividad de ensayo mental de manera individual.</p> <p>-Realizar actividad de visualización del futuro para lograr cambiar los sentimientos.</p>	
Estrategia 2	Reconocido soluciones y recursos para el empoderamiento	<p>Fase 1</p> <p>Reconocimiento de problemáticas y posibles soluciones</p> <p>Tiempo - Semana 4</p> <p>Un día durante 4 horas</p> <hr/> <p>Fase 2</p> <p>Identificación de redes de apoyo</p> <p>Tiempo - Semana 5</p> <p>Charla: 1 Hora durante dos</p>	<p>-Socio drama centradas en las afectaciones presentes.</p> <p>-Identificación recursos humanos en la comunidad (Lideres).</p> <p>-Promover debate subjetivo y reflexivo sobre la creatividad planeación y trabajo en equipo para mitigar el impacto del desplazamiento.</p> <p>Charla sobre que son las redes de apoyo y la importancia de establecer vínculos para las trasformaciones psicosociales.</p> <p>-Aplicación de la técnica de</p>	<p>Que la comunidad identifique soluciones a sus problemáticas y por medio de los procesos subjetivos y de dialogo pueden establecer las formas de busca soluciones a sus problemáticas</p> <p>Como comunidad se empoderan y toman decisiones que le llevan a ejecutar acciones colectivas como es el caso de hacer vínculos y fortalecer redes de apoyo, para que pueden trabajar en conjuntos y mejorar los posibles molestarles psicosociales.</p> <p>Según Laverack (s.f) citado por (Sosa et al., 2013) el empoderamiento de los grupos, ayuda a determinar la vida y salud, se involucran relaciones sociales y grupos, que permiten la toma de decisiones y el incremento de la autodeterminación y la autoestima.</p>

días	mapeo de actores.
Mapeo de actores: 1 día durante 3 horas	- Debate y establecimiento de la redes de apoyo (personas, grupos comunitarios o instituciones) que puedan brindar apoyo y junto mitigar los impacto negativos.
Debate y reflexiones: 2 horas de un día	
Tiempo total: 7 horas distribuidas en 4 días en entre semana	
Fase 3	
Fortalecimiento de vínculos con redes de apoyo y actores sociales	-Charla a líderes demás pertenecientes a la comunidad a realizar y participar en encuentros ciudadanos (Se establecer puntos del evento y objetivos del mismo).
Tiempo - Semana 6	
-Charla y establecimiento de metas y objetivos: 2 horas	-La comunidad organiza encuentro de participación ciudadana.
-Organización del encuentro: 5 horas	
-Evento 3 horas	-Se lleva a cabo el evento con redes sociales actores sociales, con el apoyo del psicólogo.
Tiempo total: 10 horas distribuidas en 3 días en entre semana.	

	Nombre	Descripción del objetivo	Fases – Tiempo	Acciones por implementar	Impacto deseado
Estrategia 3	Reconstruyendo memorias	Lograr una reconstrucción de memorias por medio de las narrativas y el arte	<p align="center">Fase 1</p> <p>Realizar encuentros de dialogo y narrativos sobre sucesos positivos que pudenda rescatar del pasado.</p> <p align="center">Tiempo - Semana 7</p> <p>-Establecimiento de factores positivos: 1 hora en un día</p> <p>-Recreación de narrativas: 2 horas durante 3 días</p> <p>-Encuentro narrativo: 5 horas.</p> <p>-Tiempo total: 12 horas distribuidas en 5 días de la semana.</p>	<p>-La comunidad víctima en primera instancia establecen factores positivos de su pasado por lo que valen hacer memorias y luego establecen ideas de empoderamiento que estén orientadas a exigir los derechos.</p> <p>-La comunidad recrea narrativas a partir de lo que quieren recordar y las acciones que quieren ejecutar.</p> <p>-Se convoca una fogata narrativa, a la comunidad en general, donde miembros podrán expresar sus narraciones y al final podrán dar un discurso para concientizar sobre la problematiza de desplazamiento.</p>	<p>Generar una reconstrucción de memorias desde los procesos narrativos y del arte, que les permiten compartir su dolor, hacer homenajes y con ello se genera un desahoga y un estabilidad en sus emociones por la pérdida de seres queridos pero también sus territorios</p> <p>Se espera que la comunidad recobre su identidad y con esta identidad se formen las memorias colectivas y con esto la lucha por continuar buscando recursos para lograr su bienestar familiar, comunitario, político y cultural. Se debe entender que no es solo el tema de la memorial individual y el trauma generado y ocasionado, también intervienen la cultura y la los procesos sociales que se relacionan que las personas asocian con los procesos subjetivos e intersubjetivos para generar apropiaciones de carácter colectivo... comunidades emocionales (Jimeno, 2007).</p>
			<p align="center">Fase 2</p> <p>Reconstruir significado por medio de lenguajes alternativos y el arte</p> <p align="center">Tiempo - semana 8</p> <p>Realización de dibujos: 4 horas en un día</p>	<p>-Motivar a realizar una manifestación pacífica se haga memorias por medio de dibujos pintados por niños (De una nueva historia esperanzadora).</p> <p>-Frasas en conmemoración a</p>	

Realización de frases 4 horas su territorio.
en un día

Estructura de dramatizados :
2 horas durante 3 días

Tiempo total: 14 horas
distribuidas en 5 días de la
semana

-Dramatizados sin habla,
donde que rindan honor a su
comunidad, sus territorio y
sus muertos.

-Se ejecuta una marcha y se
realiza registro fotográfico.

Tiempo - semana 9

Se ejecuta una marcha: 2
horas en un día.

Nota. Tres estrategias psicosociales (elaboración grupal).

Informe analítico y reflexivo de la experiencia de foto voz

Como producto de las experiencias de la aplicación de la foto voz, en los escenarios de que representan algún tipo de violencia social en la ciudad de Bogotá específicamente en localidades de Chapinero, Bosa, Suba y Usme, se encontraron tipos de violencia relacionadas violencia física, psicológica y sexual en mujeres y niños, violencia psicológica hacia el adulto mayor, violencia física hacia miembros de la policía y finalmente la violencia producida por grupos al margen de la ley producidas en zonas rurales.

En las comunidades se pudo identificar que las expresiones culturales ante los hechos de violencia, se encuentran orientadas a mitigar el dolor, mediante la exploración natural y aprovechamiento de recursos naturales, mediante altares florales, marchas y pinturas en murales, como muestra del rechazo a la violencia, la exclusión social, y el abandono del estado.

Se pudo establecer que en las comunidades existen procesos subjetivos negativos y positivos sobre la violencia, los negativos se encuentran relacionados con percepciones como el miedo, la angustia, la desesperanza, la desigualdad social; pero existen procesos positivos que les hacen comunidades particulares y estos se encuentran relacionados con el superar episodios mediante la naturaleza como espacio de reflexión y de integración comunitaria, la unidad familiar, la unidad comunitaria, la conducta prosocial y la motivación para reconstruir proyectos de vida, luchar por el amor y la paz dentro de sus comunidades y en esfera social.

Haciendo un énfasis en los procesos en los procesos subjetivos de las comunidades, surge un sentido de pertenencia desde el rol del psicólogo orientado a realizar intervenciones, teniendo en cuenta la comprensión del contexto, pues según (Rodríguez, 2009) comprender el contexto desde lo comunitario, político, cultural social y demás, permite una mejor visualización y

entendimiento de las realidades sociales y procesos que generan en los escenarios. La comprensión de los contextos en las comunidades permite identificar factores protectores y hacerlos presentes en los procesos de intervenciones, no es imponer acciones, por el contrario es articularlas y lograr intervenir mediante la motivación pero también mediante procesos que permiten liberar el dolor, mediante el dialogo, las narrativas, la construcción de memorias y acciones individuales y colectivas.

Siendo conscientes de la necesidad de tener un reconocimiento de los contextos, es importante mencionar los valores simbólicos y subjetivos que se identifican en las comunidades, pues estos se encontraron relacionados con la naturaleza, el agua, la flora, animales y paisajes como símbolos de esperanza y de vida, pero también se evidencia símbolos como coronas fúnebres, flores marchitas, árboles secos , grafitis en paredes, como representación del dolor, el miedo, la tristeza el inconformismo y el fallecimiento.

Dentro de los valores subjetivos de las comunidades es importante hacer énfasis, en que estas se encuentra muy relacionada con la formación de vínculos y redes de apoyo, ya sea de tipo familiar, comunitario, social, político y cultural, los vínculos fortalecen los procesos y apoyan a la víctimas de violencia a aliviar los malestares emociones que les impiden desenvolverse en la vida cotidiana, así como menciona Blanco y Díaz (2004) citando a (Erikson, 1996) el bienestar psicológico se encuentran relacionadas con necesidades socioemocionales como el cariño, el respeto, la identidad, pero también el apoyo y las relaciones emocionales familiares y sociales.

Teniendo en cuenta lo anterior mencionado, se debe decir que el mayor valor simbólico y subjetivo de las comunidades en las que se realizó el ejercicio “foto voz” donde toma importancia la unidad, pues este proceso permite desarrollar otros como lo son la inclusión, la participación y la conciencia ante el dolor y el apoyo mutuo para mitigar los

impacto de violencia, como lo menciona Jimeno (2007) la creación de comunidades emocionales, motiva a una recuperación de la persona desde lo individual, desde la ciudadanía lo cultural y político.

Hasta este momento se ha hecho un análisis sobre los hallazgos de las fotografías y las narrativas de la experiencia de la foto voz, pero es importante reflexionar sobre el cómo contribuye las fotografías y las narrativas para entender las diversas realidades en la sociedad y eso a su vez el cómo influyen en la creación de memorias, que intervienen en los cambios psicosociales.

La fotografía es usada para captar diversos eventos o realidades, en este caso de tipo social, sobre diversos fenómenos que se pueden presentar en determinados contextos, en este caso en escenario de violencia; ahora bien las narrativas hacen posible contar relatos, acontecimientos y demás descripciones que permiten entender a través del lenguaje el dolor de quienes padecen la violencia. La fotografía y la narrativa, ayudan a recordar y a formar la memoria histórica, que a su vez se relaciona con la memoria colectiva, y esta se relaciona según Pollak (1989) con los acontecimientos y la interpretación de lo pasado, a su vez quiere rescatar y resguardar hechos de gran impacto, y producto de ello, se definen y se refuerzan sentimientos y la pertenencia en diferentes atmósferas colectivas y sociales.

Las herramientas anteriormente mencionadas contribuyen a mostrar la realidad social y buscan concientizar a quienes visualicen los contenidos, adoptando conductas prosociales hacia esta comunidad. Según Cantera (2009) citado por Rodrigues y Cantera (2016) la fotointervención busca soluciones ante situaciones problemáticas por medio de la acción e intervención. A partir de ello también se pueden implementar estrategias de prevención de actos

violentos fortaleciendo la conciencia de la sociedad, favoreciendo la inclusión y cooperando en la reconstrucción del tejido social.

El recordar y narrar las experiencias de la violencia, ayuda a reconstruir memorias a través de las voces, los reconocimientos las reflexiones de las víctimas, que alzan su voz para ser tenidas en cuenta en la historia del conflicto, de esta manera las organizaciones sociales y las comunidades cuenten con una base para lograr cambio; cabe decir que para reconstruir memoria histórica es primordial reconocer y hacer las voces de las víctimas públicas como ayuda para la resistencia activa, logrando de esta manera que los hechos acontecidos no queden en la impunidad y sean echados al olvido como en muchas ocasiones suele suceder.

Como un siguiente apartado del proceso de reflexión del ejercicio de foto voz, se hace mención sobre las manifestaciones resiliencia que se identificaron en los contextos.

En las fotos voz presentada, se evidencia una similitud a la hora de afrontar de violencia vividos como víctimas, quienes aun atravesando por eventos dolorosos han decidido afrontar las situaciones con una actitud positiva, tornando lo negativo en una experiencia que ha dejado una enseñanza para sus vidas. Se encuentra que la forma en la que las víctimas reaccionan a los diferentes hechos de violencia, apuntan a la esperanza, la sanación interna, el renacer a pesar de travesar por diferentes procesos como los de duelo y la exclusión social, para al final lograr sobreponerse ante la dificultad.

Ya para finalizar el presente informe analítico, se hace un análisis sobre el cómo los procesos de diálogos y los debates hacen posible la construcción de memorias, y esto a su vez se puede mitigar los impactos causados por los hechos violentos. Desde el desarrollo plasmado en los escenarios presentado en localidades de Chapinero, Bosa, Suba y Usme, en donde el dialogo,

el empoderamiento y la motivación han sido factores importantísimos para llegar a generar memorias colectivas, esto se debe a que cada uno de estos factores, cuando se trabajan en conjunto pueden llegar a ser un elemento impulsador y alternativo que permite a las comunidad a generar transformación de los espacio y de su propia realidad.

Con base a lo anterior, es importante decir que los encuentros y relaciones de dialogo sirven para reflexionar, llegar a acuerdos y logran motivar para (generar acciones); es verdad existen historias violentas y muy dolorosos sucesos, pero pueden buscarse formas alternativas de expresar el dolor, como lo son a través de los “Los lenguajes alternativos” como lo es el través del arte, pues lenguajes de expresión por medio de la fotografía, la pintura, la danza o la creación de monumentos u obras artísticas y demás, que ayudan a catalizar las violencias y permiten compartir el dolor fomentar lo prosocial y con ello las ideas para la reparación y la exigencia de los derechos. Se entiende que el dialogo permite construir procesos subjetivos, sobre lo que se puede hacer para mitigar el dolor, en este caso será medios de rehabilitación emocional, pero que a su vez abarca lo comunitario político y cultura.

Al lograr la concientización por medio de las relaciones y los proceso de dialogo, se logra la construcción de memorias, que a su vez son usadas como medios que permitan tener un mayor alcance para difundir la información, este alcance hace posible la solidaridad de otros grupos, así como lo menciona (Jimeno, 2017) se da la posibilidad de identificarse con otras víctimas, comprenderse como comunidad y crear vínculos para entablar acciones ante las problemática.

Para terminar y a manera de reflexión, se quiere hacer énfasis en lo que menciona (Villa, Et. Al, 2007; Uribe, 2010) citado por Villa (2012) en los espacios en los que se produce conversaciones diálogos expresión y comunicación de experiencias hacen posibles procesos terapéuticos, sin embargo también se hace posible la conformación de vínculos comunitarios que

a su vez generan una conformación de identidades colectivas que generan conducta prosociales y de empoderamiento, que llevan a promover una participación ciudadana en escenarios de tipo social y político (p.14).

Conclusiones

- Con el ejercicio realizado se logra comprender que mediante una fotografía y la narración, se pueden expresar sentimientos, realidades, se consigue contar una historia forma metafórica que de alguna u otra manera ha dejado huella en este caso a las víctimas de la violencia
- En el ejercicio de foto voz se evidencio lo importante de realizar intervención psicosocial en pro de construir un proceso de reflexión entre las víctimas, sus familias y el círculo social que le rodea, quienes son pieza fundamental para la superación de las marcas tanto emocionales como sociales ocasionadas por los hechos violentos pero que re significan la identidad.
- Mediante el ejercicio de foto voz, presentados por los psicólogos en refleja la capacidad de afrontamiento que poseen las víctimas, optando por quedarse con lo positivo, convirtiendo las malas experiencias en una oportunidad para resurgir y reconstruir su vida.
- Finalmente productos de los análisis y discusión, se concluye que las foto voz dan muy importante para identificar problemáticas, pero que a su vez puede ser un buen elemento

para trabajar en conjunto con una intervención psicosocial, pues fomenta el dialogo y la construcción de memorias para el empoderamiento de las comunidades.

Enlace página Wix

<https://linacontreras16.wixsite.com/my-site-2>

Referencias

- Alberich, T. (2008). IAP, Redes y mapas sociales: desde la investigación a la intervención social. *Portularia*, vol. VIII, núm. 1, 2008, pp. 131-151 Universidad de Huelva, España.
Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=161017350008>
- Banco Mundial (2009). *VOCES: Relatos de violencia y esperanza en Colombia*. Punto apartes editores. <http://documents1.worldbank.org/curated/en/228981468243580381/pdf/504610WP0Spani10Box341995B01PUBLIC1.pdf>
- Blanco, A y Díaz, D (2004). Bienestar social y trauma psicosocial: una visión alternativa al trastorno de estrés postraumático. *Clínica y Salud*, 15 (3), 227-252. [Fecha de Consulta 12 de Agosto de 2020]. ISSN: 1130-5274. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/1806/180617834001.pdf>
- Centro Nacional de Memoria Histórica. (2014). *Aportes teóricos y metodológicos para la valoración de los daños causados por la violencia*. Bogotá. <https://centrodememoriahistorica.gov.co/wp-content/uploads/2020/01/Aportes-te%C3%B3ricos-y-metodol%C3%B3gicos-valoraci%C3%B3n-da%C3%B1os-causados-por-la-violencia.pdf>
- Echeburúa, E. (2007). Intervención en crisis en víctimas de sucesos traumáticos: ¿Cuándo, cómo y para qué? En *Psicología Conductual*, Vol. 15, N° 3, 2007, pp. 373-387. Recuperado
- Fabris, F. (2011). La subjetividad colectiva como dimensión psicosocial del proceso socio-histórico y la vida cotidiana. Su análisis a través de los emergentes psicosociales. *Revista*

- Hologramática Número 15 Volumen 1 pp. 23-42. Recuperado de http://www.cienciared.com.ar/ra/usr/3/1310/hologramatica16_v1pp23_42.pdf
- Jimeno, Myriam (2007). Lenguaje, subjetividad y experiencias de violencia. *Antípoda. Revista de Antropología y Arqueología*, (5), 169-190. [Fecha de Consulta 12 de agosto de 2020]. ISSN: 1900-5407. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/814/81400509.pdf>
- Martínez, M.; Martínez, J. (2003). Coaliciones comunitarias: una estrategia participativa para el cambio social *Psychosocial Intervention*, vol. 12, núm. 3, 2 pp. 251-267 Colegio Oficial de Psicólogos de Madrid Madrid, España. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/1798/179818049001.pdf>
- Matinal, Revista de Investigación y Pedagogía (2010). La sistematización de experiencias: aspectos teóricos y metodológicos. Entrevista a Oscar Jara. Instituto de ciencias y humanidades de Perú. Números 4 y 5. Ref.: revistamatinal@gmail.com Recuperado de http://www.cepalforja.org/sistem/documentos/ojara_entrevista_rmatinal.pdf
- Mollica, F. (1999). Efectos psicosociales y sobre la salud mental de las situaciones de violencia colectiva. *Actuaciones Psicosociales en Guerra y Violencia Política*. 9. pg. 45-61 Madrid. https://www.bivipas.unal.edu.co/bitstream/10720/226/1/D-130-Mollica_Richard-206.pdf
- Rodríguez, J.; De la Torre, A.; Miranda, C. (2002). La salud mental en situaciones de conflicto armado. En *Biomédicas* Vol. 22 pp. 337-346. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/843/84309603.pdf>

- 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>
- Simón, V. (2013). Mindfulness y psicología: presente y futuro. *Informació psicològica*, (100), 162-170. Recuperado de <http://www.informaciopsicologica.info/OJSmottif/index.php/leonardo/article/view/109/3>
- Sosa, I., Lefèvre, P., Guerra, M., Ferrer, L., Rodríguez, A., Herrera, D., De voz, P., Bonet, M. & Van, P. (Junio de 2013) Empoderamiento comunitario en tres municipios Cubanos. *Revista Cubana de Medicina General Integral*. 29(2):184-191. https://www.researchgate.net/publication/262707228_Empoderamiento_comunitario_en_salud_en_tres_municipios_cubanos
- 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>
- VOCES: Relatos de violencia y esperanza en Colombia, Editado por el Banco mundial en el año 2009. <http://documents1.worldbank.org/curated/en/228981468243580381/pdf/504610WP0Spani10Box341995B01PUBLIC1.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://dulwichcentre.com.au/el-trabajo-con-personas-que-sufren-las-consecuencias-de-trauma-multiple-desde-la-perspectiva-narrativa.pdf>