

**La imagen y la narrativa como herramientas para el abordaje psicosocial en escenarios de
violencia. Departamentos de Cesar, Huila y Putumayo**

Delia Isabel Solano Mendoza

Jaqueline Zambrano López

Lina Teresa Moreno Rangel

María De Los Ángeles Fierro Cortes

Saray Marroquín López

Grupo: 442006_54

Tutora: Ludibia Bermeo Claros

Universidad Nacional Abierta y a Distancias UNAD

Escuela Ciencias Sociales Artes y Humanidades

Psicología

Agosto 2021

Tabla de Contenido

Resumen	3
Abstract	5
Análisis del relato escogido.	7
Tabla 1. Formulación de preguntas	9
Análisis del caso Peñas Coloradas.	12
Tabla 2. Estrategias del caso Peñas Coloradas.....	15
Informe analítico y reflexivo de la estrategia de foto voz presentado en el paso tres.....	22
Presentar el Wix del paso 3: https://dismbum18.wixsite.com/fotovoz	23
Referencias Bibliográficas	24

Resumen

Desde los ejes temáticos del modelo sistémico se propone en este apartado hacer un énfasis mediante el análisis de relatos en el enfoque narrativo, este desde sus posturas teóricas permite que el sujeto mediante la narrativa de historias visibilice desde su pasado las situaciones de tragedia, dolor y sufrimiento, que determinada situación le causa y que repercute para darle conclusiones negativas a la misma, en esa medida desde el papel del profesional lo que se intenta tras el análisis de su relato es identificar los aspectos que denotan caracteres donde la víctima puntualiza fortalezas, esto con la idea que desde el recontar la historia se pueda construir nuevas alternativas en el relato para fundamentar estrategia de intervención con un lineamiento resiliente y empoderado partiendo de esa narrativa.

Representando lo antes mencionado se ostenta desde el caso de Ana Ligia un análisis mediante la articulación de preguntas que dan cuenta la asertividad del profesional para distinguir desde los focos subjetivos de la víctima, recursos resilientes y de empoderamiento que al ser sustraídos se lograría reconstruir una nueva historia de carácter mucho más esperanzador, partiendo de la realidad donde esta ubica la víctima. De igual forma y para apoyar esta iniciativa se aborda mediante el estudio del caso de peñas coloradas, donde se parte de la identificación de los emergentes psicosociales para comprender en buena medida los ejes subjetivos que relacionan los hechos de este relato, dándole consistencia a la construcción de estrategias psicosociales que suministren recursos para el afrontamiento de las diferentes situaciones que vivenciaron la comunidad del caso de peñas coloradas.

Tras estos mismos lineamientos se coloca en consideración mediante el ejercicio de foto voz, la representación de diferentes situaciones de violencia que han padecido diversas regiones

del país, este análisis permite dar a conocer no solo los hechos de violencia sufridos, sino que nos acerca a reconocer las fortalezas que se logran encontrar en cada región, de las cuales fueron partícipe de este ejercicio integrando la narrativa, y la colocación en escena de las fotografías permite que se visibilice situaciones o necesidades comunitarias que a simple vista se naturaliza por otros.

Palabras claves: Subjetividad, Resiliencia, Empoderamiento, Psicosocial.

Abstract

From the thematic axes of the systemic model, it is proposed in this section to emphasize the analysis of stories in the narrative approach, this from its theoretical positions allows the subject through the narrative of stories to make visible from his past the situations of tragedy, pain, and suffering that a certain situation causes him and that has repercussions to give negative conclusions to it, to that extent from the role of the professional what is tried after the analysis of his story is to identify the aspects that denote characters where the victim points out strengths, this with the idea that from the retelling of the story, new alternatives can be built in the story to base an intervention strategy with a resilient and empowered guideline based on that narrative.

Representing the aforementioned, from the case of Ana Ligia, an analysis of the articulation of questions that account for the assertiveness of the professional is shown to distinguish, from the subjective focuses of the victim, resilient and empowering resources that when removed would be able to reconstruct a new story of a much more hopeful character, starting from the reality where the victim is located. In the same way, and to support this initiative, it is approached through the study of the case of Peñas Coloradas where it starts from the identification of psychosocial emergencies to understand to a large extent the subjective axes that relate the facts of this story, giving consistency to the construction of psychosocial strategies that provide resources for coping with the different situations experienced by the community in the case of peñas coloradas.

Following these same guidelines, the representation of different situations of violence that different regions of the country have suffered is taken into consideration through the exercise of photo voices, this analysis allows us to make known not only the acts of violence suffered but

also brings us closer to recognizing the strengths that can be found in each region that participated in this exercise by integrating the narrative, and the placement of the photographs on the scene allows situations or community needs to be made visible that a simple view is naturalized by others.

Keywords: Subjectivity, Resilience, Empowerment, Psychosocial.

Análisis del relato escogido.

Para adentrarnos en la complejidad de las vivencias reales por las que paso Ana Ligia, se parte reconociendo y enfatizando los acontecimientos en los que se demuestra una mayor fijación por parte de la víctima, es decir elementos desde donde se evidencia dolor, desesperanza, miedo para poder posicionar y valorar la capacidad de empoderamiento, resiliencia y afrontamiento que desarrolla la víctima en calidad de sobreviviente a través de la superación de las dificultades. En este sentido los procesos de desplazamiento forzado del que hizo parte, son un claro desajuste en la vida de una persona, pues en estos se compendie una serie de elementos que debido al desplazamiento emergen como escenarios adicionales a este hecho.

Al experimentar el desplazamiento, llega un proceso de adaptación al nuevo lugar, a los nuevos escenarios laborales y contrario a esto intentar sobreponerse a la pobreza y la decadencia económica que vivió. Por otra parte, afronta discriminación, no tiene garantizado sus derechos fundamentales como lo es la vivienda, la alimentación, la educación y protección, sin dejar de lado la parte laboral que se ve afectada al no retirar una demanda la cual buscaba restablecer sus derechos, Ana Ligia es muy vulnerable, puesto que está expuesta constantemente a factores de riesgo. Los cuales analizados desde los ámbitos psicosociales afectan seriamente la integridad física, mental y moral de esta mujer, pues se ve reflejado en las situaciones que enfrenta; la vulneración de sus derechos, el abandono por parte del estado y el impacto psicológico generado debido a tanta inestabilidad laboral y económica.

Son aspectos que revelan el desafío desde los planos subjetivos para que la víctima revaluara la situación desfavorable y se posicionara en escenarios de afrontamiento para sobreponerse a la adversidad, desarrollando aspectos resilientes que mediatizaran procesos de

empoderamiento. Como la vocación de esta mujer para apoyar a otras personas en situaciones similares a la suya, el poder aportar desde su conocimiento y experiencia, incluso llevando un proceso de vulnerabilidad, obligándose a esconder sus emociones y sentimientos marcadas por la guerra, y por quienes revictimizaron su condición y vulneraron sus derechos para dejarla en una perspectiva de desamparo.

Un hecho bien interesante que emana una posición de fortaleza ante las diversas situaciones se da al final del relato cuando menciona “que Dios me había llevado hasta allá porque realmente me necesitaban” representa no solo una mujer apasionada por ayudar a los demás sino, fortalecida por las experiencias vividas y con el deseo de enseñar a otros. Además, la poesía que es su pasión enmarca sus vivencias aprovechando sus sentimientos para escribir versos llenos de esperanza y color. También se evidencia la labor de una madre en medio de la violencia que opta por la vida, busca a sus hijos los salva y continúa con ellos, yendo más allá, se puede notar que pagó el estudio de su hija y la hizo enfermera, eso demuestra que en medio de la violencia y el conflicto, la vida muestra lo mejor de los seres humanos, y como una madre saca adelante a sus hijos sin hacer cosas malas, solo trabajando, escribiendo y estudiando, eso es esperanza, resiliencia y lucha por cambiar la historia.

Desde la reseña de este relato y teniendo en cuenta el enfoque narrativo se posibilita la idea no solo de contar historias llenas de dolor y desesperanza sino, más bien poder encontrar esos factores que permitan partir de esas realidades que vive y relata la víctima, para configurar historias más esperanzadoras y surgir desde esas vivencias

Tabla 1. Formulación de preguntas

Tipo de Pregunta	Pregunta	Justificación desde el campo Psicosocial
Circulares	¿Cuándo usted recuerda los acontecimientos en los que se desarrolló el episodio de desplazamiento, surge algún sentimiento de dolor el cual reclame venganza?	El interrogante permite identificar el grado de afectación emocional por los hechos ocurridos de desplazamiento, en donde se implica su desarrollo individual. Pone de manifiesto la reflexión personal, de sus acciones y sentimientos, colocándola en su contexto de vida actual generando una expectativa de control.
	¿En la actualidad cual es el problema que afronta para el buen desarrollo de la familia?	Se permite identificar y ubicar los conflictos que la están afectando en el presente, desligando a Ana Ligia del pasado, y haciendo que sus emociones se centren a solucionar situaciones problema, en donde se construya un nuevo sistema de creencias que modifiquen su conducta.
	¿Qué a hecho la institucionalidad (Alcaldía) para ayudarla en su condición de desplazada y amenazada?	La pregunta pretende demostrar el grado de acompañamiento institucional, en donde la victima sienta que está o no siendo revictimizada. Con una reparación efectiva e integral articulando principios de dignidad para una vida con calidad, enfocada en derechos para una equilibrada salud mental.
Reflexivas.	¿Cómo le gustaría vivir su vida de hoy en adelante?	La pregunta pretende sensibilizar desde lo emocional, la conducta para afrontar su presente hacia un proyecto de vida.
	De acuerdo a la situación vivida por el desplazamiento, ¿qué destrezas y/o habilidades de afrontamiento considera a desarrollado?	Nos permite profundizar los aspectos de resiliencia que tiene la persona, y del manejo de emociones para un buen vivir, se facilita la autocuración y de los patrones constructivos para mejorar la conducta desde las emociones.
	Si tuviera la oportunidad regresar en el tiempo, al hecho concreto de su desplazamiento ¿qué acontecimiento cambiaría o cree que a lo vivido no es necesario cambiarle nada?	Se pretende afrontar el pasado, rescatar las cosas buenas, pero también dejar de lado las malas que causan dolor. Sin embargo, todo lo vivido, incluso las vivencias más duras, la tienen en el momento actual. Entonces se cambiaría el pasado o optaría por aceptarlo y vivir un presente emocionalmente estable. Teniendo

		la capacidad de transformar las vivencias negativas en algo positivo de superación.
Estratégicas	¿Cree usted que si en la actualidad acudiera en busca de ayuda a las instituciones encargadas de los procesos para la reparación de víctimas del conflicto armado mejoraría su situación, por qué?	<p>Permite que la víctima pueda repensar nuevamente la situación por la que paso incluyendo las dificultades del tiempo presente, para reconocer y evaluar a través de la respuesta a esta pregunta sobre los procesos que se llevan a cabo de reparación a las víctimas, incurriendo en su eficiencia o ineficacia, sobre todo para con ella.</p> <p>Y desde estos ejes lograr analizar los derechos que como víctima del conflicto armado le han sido vulnerados durante el proceso de desplazamiento y asta entonces. En esa medida se incentive o no para reclamar los recursos y apoyo que el estado a través de las medidas de reparación integral de víctimas aporta, donde lo que se promueve es mitigar el dolor de las víctimas, acciones de rehabilitación tanto físicas como psicosociales, restablecer los derechos, garantizar la no repetición entre otras medidas que el gobierno a través de la ley 1448 del 20011 planteo para las víctimas del conflicto armado.</p>
	¿Ha considerado que a través de la poesía se puedan cimentar estrategias para la sanación personal y como preservación de la memoria histórica que represente a las víctimas, y por que?	Se incide desde este posicionamiento en que Ana Ligia cosidere una de sus capacidades o habilidades para potencializarla y trasformarla en un recurso no solo de empoderamiento de su persona sino, de afrontamiento y resiliencia para otras víctimas. Pues atraves de ello se promueve una mujer gestora de sus propios recursos, y con la capacidad que estos puedan servir a otras víctimas, en la medida que a través de versos puedan contar su historia, incluso para reconstruir una imagen positiva del entorno donde han vivido tanta violencia.
	Desde su posición como sobreviviente del conflicto armado, ¿cómo repensar sus habilidades, capacidades y experiencias para colocarlas al servicio	<p>El autoevaluarse, es una forma en que la persona le da valor a lo logrado pensando en sus potencialidades y crecimiento durante alguna acción.</p> <p>Por lo cual se aborda desde una postura reflexiva de Ana Ligia para analizar el proceso tan adverso por el que a pasado, para</p>

de las personas que son víctimas del conflicto?

configurarale un significado no solo negativo sino, que a través de valorar todos los logros obtenidos de esas situaciones difíciles que vivido darle énfasis a su crecimiento como persona en cuanto al aprendizaje, conocimiento y experiencia, y como desde el desarrollo de estos factores puede ayudar a otros.

Análisis del caso Peñas Coloradas.

El caso de Peñas Coloradas refleja la cruda realidad de la violencia en Colombia, dónde las víctimas que no se reducen a individuos, sino a comunidades enteras, son los principales afectados, pues, no sólo se le vulnera el inquebrantable derecho a la vida, sino que se les despoja de su dignidad como personas, violando los derechos esenciales como la vivienda, el trabajo borrando de la vida cualquier sentimiento de felicidad.

Se logra evidenciar en la situación vivida por los habitantes de Peñas Coloradas, unos emergentes psicosociales que surgen después del hostigamiento de los militares, especialmente en el desplazamiento, son despojadas de sus pertenencias, de su territorio, de su hogar que han conseguido con el fruto de su trabajo y esfuerzo, son desarraigados de su historia, de su dignidad, porque son forzados a dejar atrás toda su vida, su comunidad. Esto sin duda ocasiona una serie de problemas sociales, pierden su trabajo el medio del sustento, pierden el lugar donde viven, pierden su identidad, pierden sus derechos, pierden su dignidad y por lo tanto son obligados a invadir otros lugares, generando así una crisis social en el lugar donde llegan, porque se les vulnera todos los derechos de los que goza un colombiano por la constitución.

Otro aspecto psicosocial importante es la estigmatización de las autoridades militares hacia los pobladores de Peñas Coloradas generando una resistencia entre los militares y el pueblo, porque para las personas es claro que fueron desplazados por militares pues creyeron que eran colaboradores de las FARC.

Sin importar el daño que trae el desplazamiento, existe otro factor como la discriminación estigmatización de los habitantes de Peñas Coloradas, situación que afirmada por el relator “a veces lo abordaban a uno, le decían usted tiene cara de guerrillero, botas de guerrillero, eche pa

allá y lo capturaban”. Eran discriminados y señalados por ser de Peñas Coloradas, incluso al dirigirse al trabajo con su indumentaria podían ser llamados como “guerrilleros o colaboradores”.

Para agravar la situación los habitantes de esta población también, son perseguidos se les impedía incluso ir a limpiar sus viviendas y su comunidad, cuando se les permitía el ingreso siempre iban escoltados por militares. Eso, sin duda alguna genera rechazo de las demás personas, señalamientos.

Por tanto, esas situaciones crean un fuerte impacto en las personas, pues, son culpadas de “terrorismo”, de “milicianos” o “guerrilleros”, cuando en realidad son víctimas de vivir en el lugar equivocado, de esta en el momento erróneo, pues, a sus alrededores habitaban los guerrilleros quienes paradójicamente pusieron orden en su población y ante el olvido del gobierno ellos eran la autoridad en el poblado, aunque no seguían su ideología, no eran colaboradores, eran obligados por las amenazas de la guerrilla a seguir las reglas que imponían para crear orden, y por ello fueron estigmatizados por el abandono del estado y la presencia de la guerrilla.

Es por eso que, ante la situación de Peñas Coloradas, es necesario crear espacios para sanar ese dolor del desplazamiento, la persecución, estigmatización y el despojo de sus propiedades por parte del estado al dar el territorio a los militares, por ello es urgente recurrir a programas creados por el gobierno acciones importantes para las víctimas del conflicto armado mediante la Ley 1448 de 2011 “Por la cual se dictan medidas de atención, asistencia y reparación integral a las víctimas del conflicto armado interno y se dictan otras disposiciones”.

Por consiguiente, la reparación según la ley 1448 de 2011: “Propende por reconocer el daño causado, contribuir a la reconstrucción del proyecto de vida, devolver a la víctima su

estatus y la garantía de sus derechos, dependiendo del sufrimiento particular, de la visión del entorno y del sentido de justicia que cada una de ellas pueda tener, pero mejorando su nivel de Goce Efectivo de Derechos –GED”-.

La misma ley 1448 de 2011 afirma que la restitución: su objetivo es restituir los derechos y condiciones que las víctimas tenían antes de los hechos ocurridos, para que puedan retomar o reconstruir su proyecto de vida, con algunas acciones específicas como la restitución de tierras, empleo rural y urbana, vivienda entre otros.

Son dos acciones importantes que se deben siempre buscar su cumplimiento y garantías por medio de los entes adecuados, fundaciones, ONG y demás entes del estado que hagan cumplir las leyes.

En conclusión, el Caso de Peñas Coloradas es una historia, una vivencia que no se puede olvidar, pues, la violencia se sigue presentando, el desplazamiento es una realidad que no se aparta del presente del país, las víctimas siguen viviendo entre nosotros y continúan esperando que la sociedad haga parte del cambio de la transformación y ese proceso inicia con reconocer la historia, en escuchar las víctimas, en dar una mano y caminar con ellos hacia la reparación total, que no se presenta en el olvido, pero que se refleja en la construcción de un presente que lleve a la paz del futuro, que no radica en las firmas de acuerdos sino en la reconciliación de la sociedad, que reconoce a las víctimas como el eslabón más importante de la paz, porque ello han experimentado el dolor, sufrimiento, los muertos, el abandono y han decidido creer, han vuelto a empezar y nos ayudan a nosotros a ser testigos de la paz.

Tabla 2. Estrategias del caso Peñas Coloradas

	Nombre	Descripción fundamentada y objetivo	Fases - Tiempo	Acciones por implementar	Impacto deseado
Estrategia 1	Foto Voz (Memoria viva) es un importante recurso de pedagogía social con múltiples posibilidades dentro de la acción psicosocial, que favorecen la lectura de realidades en los diferentes contextos, así como la participación, movilización y empoderamiento de los sujetos y comunidades. en escenarios de violencia.	Se busca realizar un proceso de producción narrativa desde la imagen utilizando la herramienta de la foto voz dentro de las víctimas de desplazamiento del centro poblado de Peñas Coloradas, para que mediante el reconocimiento de la atrocidad de la violencia y el despojo de sus tierras logren contar sus experiencias y así reconstruir una historia mediante su dolor, pero proyectando la esperanza del presente hacia el futuro de la paz por las historias que ellos comentaran con imágenes.	Fase 1	1.Observación y Convocatoria: se invita a los habitantes de Peñas Coloradas al taller de foto Voz “Memoria viva”, como una estrategia de reconstrucción de la historia de Peñas Coloradas.	Se busca que la comunidad de Peñas Coloradas traiga al presente la historia de desplazamiento que vivió en el pasado y muestre por medio de las fotografías las dos caras del conflicto, la oscuridad cuando experimentaron la violencia de los militares y la esperanza después de la dolora, esa fuerza que tuvieron para volver a levantarse, tener la memoria viva para no olvidar a quienes dieron todo para volver a empezar.
			Semana 1	2.Reconstruyendo la historia: mediante la proyección de fotografías de Peñas Coloradas, se muestran algunos lugares del centro poblado donde se evidencie la barbarie de la violencia. Se les entregan distintas fotografías con espacios en blanco para que ellos les pongan nombre y en un breve espacio redacten la historia triste que sucedió en ese lugar.	
		Se espera sensibilizar a la poblacion de	Fase 2		
			Semana 2		

peñas coloradas
 a través de un
 acompañamiento que
 le permita reconstruir
 su proyecto de vida
 sobre las actividades
 que desarrollaban en
 el campo con la
 siembra y la pesca.

Crear con las víctimas
 una galería en foto
 voz de la historia de
 Peñas Coloradas, para
 que reconstruyan las
 vivencias del pasado y
 construyan un futuro
 lleno de esperanza a
 través del arte.

Fase 3
 Semana
 3

3. Resiliencia y vida:
 se proyectan
 fotografías de los
 lugares de Peñas
 Coloradas, con
 sensibilidad artística,
 belleza, vida y color y
 se les invita a
 reflexionar sobre la
 esperanza que les
 produce ver ese lugar
 como un espacio de
 resiliencia y de volver
 a empezar, se entregan
 las fotografías con
 espacio en blanco para
 que las titulen y
 escriban el símbolo de
 vida y esperanza
 reflejado en ella.

Fase 4
 Semana
 4

1. Observación y
 Convocatoria: se
 invita a los habitantes
 de Peñas Coloradas al
 taller de foto Voz
 “Memoria viva”,
 como una estrategia
 de reconstrucción de
 la historia de Peñas
 Coloradas.
 2. Reconstruyendo la
 historia: mediante la
 proyección de

fotografías de Peñas Coloradas, se muestran algunos lugares del centro poblado donde se evidencie la barbarie de la violencia. Se les entregan distintas fotografías con espacios en blanco para que ellos les pongan nombre y en un breve espacio redacten la historia triste que sucedió en ese lugar.

3. Resiliencia y vida: se proyectan fotografías de los lugares de Peñas Coloradas, con sensibilidad artística, belleza, vida y color y se les invita a reflexionar sobre la esperanza que les produce ver ese lugar como un espacio de resiliencia y de volver a empezar, se entregan las fotografías con espacio en blanco para

que la titulen y escriban el símbolo de vida y esperanza reflejado en ella.

4. Exposición de la esperanza: Se realiza una exposición de las fotografías con los nombres y las historias escritas por ellos en los dos momentos, el de barbarie y el de esperanza y se comparte con la comunidad y el mundo la historia vivida en la comunidad.

	Nombre	Descripción Fundamentada y Objetivo	Fase - Tiempo	Acciones por implementar	Impacto deseado
Estrategia 2	Resiliencia y Catarsis: Es la capacidad humana de superar circunstancia traumática logrando en sí, una liberación	Desde los marcos teóricos de la terapia narrativa, se logra tomar como base elementos que aporta este enfoque en un proceso de mitigación	Fase 1 Semana 1	Terapia Narrativa, es una herramienta en el cual visualiza la persona como la experta de su propia vida	Las víctimas se obligan a construir su imaginación y enriquece un mundo de esperanza, nosotros como profesionales, somos un ente

mental, emocional, espiritual y corporal.	del impacto de la violencia vivida por los pobladores de peñas coloradas. Se busca entonces que mediante el reconocimiento de sus relatos y la deconstrucción de los mismos, se identifique y potencialice en primera medida las fortalezas colectivas tanto en el ámbito resiliente como de afrontamiento, pues a través de la deconstrucción de los relatos se deja en descubierto los discursos dominantes, para construir historias dotadas de alternativas para la comunidad o el sujeto. En esa medida se pretende implementar una estrategia que coallude en la construcción del sujeto así mismo, integrando lo	Fase 2 Semana 2	<p>Accionar estas 4 Facetas que son importante en la vida Humana que representa salud:</p> <p>1. Espiritual:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Practicar la meditación. - Orar. <p>2. Mental:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Fijar metas. -Eliminar estresores. -Leer o tomar clases de algo. <p>3. Emocional:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Auto reflexionar sobre las experiencias. -Prácticas de perdón (hacia los demás y uno mismo). - Practicar liberación mental y emocional. <p>4. Física:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Dormir suficiente. 	<p>depositario que recibe la fuerza catártica expresada en la narrativa.</p> <p>Wihite (2002) dice que las víctimas se convierten en coautor del proceso de terapia y que de esa forma igualmente proporciona elementos relevantes al terapeuta para que pueda comprender la situación.</p> <p>La terapia narrativa es la que une el enfoque psicosocial y el enfoque diferencial.</p>
---	---	--------------------	---	--

espiritual, mental, emocional y físico. Pues partiendo de esta iniciativa se pueda configurar personas capaces de colocar a flote todo su potencial humano de forma individual y colectivo.

Diseñar herramientas que mitiguen el impacto psicológico a las víctimas del desplazamiento de Peñas Coloradas.

Realizar acompañamiento a la comunidad de peñas coloradas en la superación de procesos emocionales, superando el sufrimiento y el dolor de lo vivido.

- Preparar comida saludable, preferiblemente orgánica.
- Actividad física.

Espiritual:

Es importante que se accione diariamente para que mantengan una conexión abierta y entrar en un estado de armonía y permitir acceder a niveles más alto de energía.

Mental:

Se logra tomar decisiones equilibradas que desarrolle el potencial de las víctimas.

Emocional:

Es importante desarrollar y adoptar prácticas para tener una perspectiva positiva de la vida y así nuestro cuerpo físico estará más saludable.

Física:

Como se sabe que el estrés es un mecanismo de supervivencia que está conectado con el ADN, todo estos ocurren cuando nuestras

Nombre	Descripción Fundamentada y Objetivo	Fase - Tiempo	Acciones por implementar	Impacto deseado
“Superemos Unidos” Acción para tratar las secuelas emocionales por la violencia vivida	Las tasas de enfermedades mentales de las personas afectadas a raíz de los cambios abruptos en tejido social, disminuirlas y así generar una vida digna para dejar el dolor atrás.	Fase 1 Semanas 1 y 2	Realizar una entrevista semiestructurada en donde se recolecte información para afrontar casos particulares.	Sensibilización a la comunidad acerca de sus derechos y deberes, generando un cambio y reconstrucción de un tejido social.
Estrategia 3	Promover la salud mental en las víctimas, permitiendo que ellas expresen su malestar subjetivo y reparar en gran medida el daño ocasionado.	Fase 2 Semana 3	De manera grupal, de forma lúdico-pedagógicas, generar acciones de afrontamiento para un cambio de actitud emocional positivo	Afrontamiento para una vida digna, dejando en el pasado vivencias de dolor, con una rehabilitación integral y una salud mental estable.
		Fase 3 Semana 4	Sistematizar y evaluar el impacto generado con las acciones psicosociales realizadas, mediante un análisis de logros y resultados alcanzados.	

necesidades tanto física, mental, emocional y espiritual no se satisfacen de manera adecuada, la única forma de mitigar es ejercitar las practicas diarias.

Informe analítico y reflexivo de la estrategia de foto voz presentado en el paso tres.

Colombia un país azotado por la guerra y la violencia, lleno de incontables memorias e historia que ha marcado la trayectoria de todo un país. La foto voz como herramienta permite analizar y conocer esas realidades sociales, reflexionar acerca de ellas, pues a través del ejercicio fotográfico se logra plasmar vivencias que para muchos son invisibles o se conciben como normales, mientras que para quien realiza el ejercicio le permite ir más allá de esa fotografía tomada, se incentivan los sentidos a la toma de conciencia, reflexión, y crítica, en fin se logra mirar las realidades sociales desde otra perspectiva mucho más amplia, con la capacidad de dejarlas en manifiesto y de igual forma buscar directrices con el objetivo de solución.

Por lo cual desde distintas regiones del país y mediante la fotografía se presentan diferentes escenografías que dan fe de las situaciones problemáticas por las que comunidades o grupos como: la población desplazada del municipio de Mocoa, los desajustes laborales, educativos y sociales que se presentan en el municipio de Aguachica, las injusticias presentadas en la plaza de mercado del municipio de Pitalito (Huila) y las situaciones de violencia que se manifiestan en la localidad de san Marcos, se coloca en consideración mediante un exhaustivo análisis la presentación en primera medida las situaciones de violencia, en cada contexto de la sociedad, estudiantes, campesino, ancianos, niños, madres y profesionales, demostrando que los tentáculos de la violencia llegan a todos los rincones de la sociedad, y a cualquier región del país, evidenciando que las víctimas son una realidad y nada mejor que una imagen que habla por sí sola del dolor, el sufrimiento, la desolación, la pobreza y la ruina que dejó y sigue dejando en nuestra patria la horrible noche que siempre canta nuestro himno, por eso la foto voz narrativa es parte de la memoria histórica que la sociedad no debe olvidar, pues, demuestra que no se puede

seguir cultivando una cultura de violencia, sino que es necesario construir la paz y la reconciliación, en cada corazón, hogar, barrio, región, y en todo el país, el cual por medio de una política de paz que busque en realidad el bien común, se realice una labor psicosocial que reconstruya la sociedad y la encamine por deslumbrar una realidad sublime de la paz.

Teniendo en cuenta lo anterior, es necesario reconocer que, gracias al empoderamiento, la resiliencia, gracias a la esperanza de una vida sin violencia, en las segunda salida se evidencia una cara positiva de la sociedad en su lucha constante por construir un futuro mejor, conociendo que el camino va alimentado por valores como la reconciliación, la tolerancia, el respeto, la honradez, el trabajo y el amor, donde se permita dejar atrás los capítulos de la violencia, la guerra y el conflicto, para seguir escribiendo los capítulos de una sociedad reconciliada cuyo protagonista es la paz, y donde el final feliz se evidencia en las imágenes llenas de color, esperanza y vida, que se retrataron en cada actividad realizada por las compañeras en el foto voz, donde se nota claramente aquel dicho que dice “una imagen, vale mil palabras”.

Presentar el Wix del paso 3: <https://dismbum18.wixsite.com/fotovoz>

Referencias Bibliográficas

- Álvarez, M (2017) Estrategias participativas para la transformación psicosocial. Recuperado de <http://hdl.handle.net/10596/13094>
- 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>
- Arenas, A (2017) Intervención en crisis. Recuperado de <http://hdl.handle.net/10596/13022>
- 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 de <https://psicologosemergenciasbalears.files.wordpress.com/2017/08/04-echeburua-373-387.pdf>
- Gantiva, C. (2010). Intervención en crisis: una estrategia clínica necesaria y relevante en Colombia. En Psychologia: avances de la disciplina. Vol. 4. N.º 2.: 143-145. Recuperado de <http://www.scielo.org.co/pdf/psych/v4n2/v4n2a12.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>
- Osorio, H.; Rojas, E. (2011). La cartografía como medio investigativo y pedagógico. Revista de Arquitectura Universidad de los Andes. Bogotá Colombia. Recuperado de https://dearq.uniandes.edu.co/images/publicaciones/Dearq09/05_Dearq09_Articulos04/05_-_Dearq09_Articulos04.pdf

- 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. Catedra Martín Baró Bogotá Colombia. Recuperado de http://www.catedralibremartinbaro.org/pdfs/Libro_acompanamiento_en_clinica_psicosocial.pdf
- Parrado, B (2017) IAP cartografía y redes sociales. Recuperado de <http://hdl.handle.net/10596/13254>
- Rodríguez, M. (2020). *Michael White y Amalio Blanco en la comprensión del trauma psicosocial*. Recuperado de: <https://repository.unad.edu.co/handle/10596/36167>
- Rodríguez, M. F. (2020). *Coaliciones Comunitarias y Perspectivas Generativas en la Gestión de Conflictos Sociales*. Recuperado de: <https://repository.unad.edu.co/handle/10596/36166>
- Schnitman, D. (2010). Perspectiva generativa en la gestión de conflictos sociales. Revista de Estudios Sociales; Vol. 36 pp. 51-63. Bogotá Colombia. Recuperado de <http://www.scielo.org.co/pdf/res/n36/n36a05.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>
- 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>