

La imagen y la narrativa como herramienta para el abordaje psicosocial en escenarios de violencia. Departamentos del Cesar, Cundinamarca y Tolima.

Camargo María Consuelo, Forero Sharith Carolina, Ospino Yurainis Laineth, Ramírez Nathalia, Solano Lorena Alejandra.

Programa de Psicología, Escuela de Ciencias Sociales, Artes y Humanidades – ECSAH, Universidad Nacional Abierta y a Distancia – UNAD
Diplomado de Profundización en Psicología
Acompañamiento psicosocial en escenarios de violencia

Jorge Enrique Bejarano Briñez

6 de diciembre de 2021.

Tabla de contenido

Resumen.....	3
Abstract.....	5
Análisis de relatos de violencia “Caso 2 Camilo”	7
Preguntas.....	15
<i>Formato 1. Formulación de Preguntas</i>	15
Análisis caso de Peñas Coloradas (Comisión de la Verdad, 2019)	17
Estrategias psicosociales para el caso Peñas Coloradas.....	21
Formato 2. Formulación de Preguntas	21
Informe analítico y reflexivo de la experiencia de foto voz	24
Link de la página WIX.....	31
Conclusiones	32
Referencias bibliográficas.....	34

Resumen

En el siguiente proyecto se presentan dos relatos en los cuales se describen algunas consecuencias generadas a causa de la violencia en Colombia. Además, los protagonistas desde su contexto narran detalladamente acontecimientos que permiten al psicólogo en formación observar y analizar aspectos de gran relevancia, y desde el enfoque narrativo implementar terapias reflexivas que aporten a la solución de problemáticas psicosociales.

Para empezar, tendremos en cuenta los aportes del informe técnico realizado por el ministerio de salud en materia del conflicto armado, donde se evidencian las afectaciones en la salud mental *“Con relación a la salud mental de las personas expuestas al conflicto se observa que presentan prevalencias más elevadas de trastornos mentales en general y en particular trastornos de ansiedad; además, refirieron mayores niveles de sentimientos de angustia o depresión e infelicidad”*. El conflicto armado, es una problemática que ha estado presente en el mundo desde hace mucho tiempo y Colombia no ha sido la excepción, más de cincuenta años en conflicto interno han generado secuelas principalmente en los civiles, y a su vez, ha producido consecuencias a nivel físico y mental en los individuos afectados, causando desplazamientos forzados, la pérdida de seres queridos, violaciones y maltratos que incurren en desempleo, traumas y trastornos que alteran la calidad de vida del individuo y así mismo del núcleo familiar.

Desde la perspectiva del psicólogo se mediante el análisis narrativo se observó al sujeto desde su posición de víctima y sobreviviente dependiendo del proceso que el individuo lleve a cabo en el aquí y ahora, y para ayuda de su proceso, se tuvo en cuenta los mecanismos del enfoque narrativo donde se reflejan los aspectos que son importantes para la vida del sujeto y dan un significado al crecimiento y desarrollo del mismo, como parte de su terapia en pro de superar las

problemáticas psicosociales generadas por el desplazamiento forzado o los diferentes tipos de violencia descritos en los relatos.

Por último, se presentan algunas estrategias psicosociales con los pobladores de Peñas Coloradas que faciliten la potenciación de recursos de afrontamiento a la situación expresada que se organizaran de acuerdo a unas fases y unos tiempos pertinentes que ayuden a promover terapias en pro de la salud mental de los sujetos víctimas del conflicto armado.

Palabras clave: conflicto armado, salud mental, psicosociales.

Abstract

The following project presents two stories in which some of the consequences of violence in Colombia are described. In addition, the protagonists, from their context, narrate in detail events that allow the psychologist in training to observe and analyze aspects of great relevance, and from the narrative approach to implement reflective therapies that contribute to the solution of psychosocial problems.

To begin with, we will take into account the contributions of the technical report made by the Ministry of Health regarding the armed conflict, where the affectations in mental health are evidenced "In relation to the mental health of people exposed to the conflict, it is observed that they present higher prevalences of mental disorders in general and in particular anxiety disorders; in addition, they reported higher levels of feelings of anguish or depression and unhappiness". The armed conflict is a problem that has been present in the world for a long time and Colombia has not been the exception, more than 50 years in an internal conflict that has generated sequels mainly in civilians, and in turn, has produced consequences at physical and mental level in the affected individuals, causing forced displacements, loss of loved ones, rape and abuse that incur in unemployment, trauma and disorders that alter the quality of life of the individual and the family nucleus.

From the psychologist's perspective, through narrative analysis, the subject was observed from the position of victim and survivor depending on the process that the individual carries out in the here and now, and to help the process, the mechanisms of the narrative approach were taken into account where the aspects that are important for the subject's life are reflected and give meaning to the subject's growth and development, as part of his therapy in order to overcome the

psychosocial problems generated by the forced displacement or the different types of violence described in the stories.

Finally, some psychosocial strategies are presented with the inhabitants of Peñas Coloradas that facilitate the empowerment of coping resources to the situation expressed, which will be organized according to relevant phases and times that help to promote therapies in favor of the mental health of the victims of the armed conflict.

Keywords: armed conflict, mental health, psychosocial.

Análisis de relatos de violencia “Caso 2 Camilo”

Del Libro VOCES: relatos de violencia y esperanza en Colombia (Banco Mundial, 2009)

Resumen

Relatos tomados del libro Voces: historias de violencia y esperanza en Colombia

Relato de Camilo

Camilo un chico de piel morena, desplazado de su pueblo a causa del conflicto armado en Colombia y los grupos al margen de la ley.

En busca de oportunidades en el nuevo sitio de residencia se vinculó a una entidad religiosa que brinda apoyo a la comunidad con actividades lúdicas y recreativas.

Este por ser un pueblo pequeño , habitado en la mayoría por chicos de corta edad, era foco de reclutamiento para integrar las filas de grupos delincuenciales, Camilo al terminar la escuela no encontró oportunidad para iniciar sus estudios de antropología, le toco trabajar en un colectivo como ayudante, con tan mala suerte quedo en medio de una balacera como retaliación por la muerte de unos sujetos pertenecientes a una banda delincencial , este hecho dejo varios pasajeros heridos y otros muertos, esta situación le dejo como consecuencia una serie de afectaciones psicosociales, sumándole a esto que le toco salir huyendo por amenazas de muerte, por haber estado en el momento del atentado al colectivo, después de recorrer varias ciudades y con el constante temor por las amenazas telefónicas decide regresar a su tierra natal, donde recibió ayuda económica para contribuir a su proyecto de vida, su caso fue denunciado ante un ente gubernamental para fines de reparación y no repetición.

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

La historia de Camilo describe la situación que han vivido muchos jóvenes por el conflicto armado en Colombia en el relato se reflejan sentimientos de tristeza, angustia y dolor causados por el hecho de haber vivido situaciones de amenaza y desplazamiento. Entre los fragmentos que llamaron la atención está “salió de su tierra por amenazas de paramilitares y de milicianos de las FARC”. Se evidencia la problemática del desplazamiento forzado por parte de las familias campesinas en Colombia a raíz del conflicto armado, ellos dejan el lugar donde han nacido, su cultura, sus familias esto por miedo a las amenazas, llegando a lugares nuevos donde no encuentran apoyo, además el nuevo contexto social al que se enfrentan tiene unas costumbres y tradiciones que a veces les impide realmente relacionarse con los demás.

Otro fragmento que se destaca “pero por ser hombres jóvenes, éramos objetivo militar para reclutamiento forzado de los paras, las FARC y la Fuerza Pública” los lugares de conflicto armado y donde existen grupos en contra de la ley buscan incorporar jóvenes de las diferentes zonas de manera involuntaria para hacer parte de sus grupos obligándolos a permanecer a cambio de mantener sus familias libres de algún ataque violento, lo que obliga a los padres de estos jóvenes a sacarlos de los lugares en conflicto. Camilo expresa “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” los trastornos que presentan los individuos que se han visto involucrados en algún tipo de violencia se evidencia en su salud mental, en algunos individuos estrés postraumático, ansiedad, depresión que afecta notablemente su vida personal, familiar y social. “El caos y la violencia en sus diferentes modalidades incrementan los riesgos de trauma psicológico” (Rodríguez et al., 2002, pp. 337-338).

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

En el relato de Camilo podemos identificar como el conflicto armado ha marcado a toda la población colombiana a través del terrorismo y el uso de la violencia, en este caso en las culturas afrocolombianas que a través de la historia han sido blanco de maltrato, esclavitud, injusticias y violaciones; no obstante, ha sido un factor que ha movilizó a la comunidad a levantar su voz y exigir el respeto y cumplimiento de los derechos humano. Este relato logra captar nuestra atención porque la cultura afro descendiente se distingue por su riqueza cultural, su fuerza, creencias y convicciones, a pesar de toda la carga historia que ha tenido y que ha marcado a su comunidad. Nos es importante iniciar este análisis con una breve explicación de la cultura afrocolombiana, sobre “el término “afro”, que hace referencia a la ascendencia de una parte de la población, en Colombia y en otros países, el cual evoca las raíces africanas” (Bastide, 1969; Zapata,1989; como se cita en Córdoba, 2010). Cultura que no esta tan reconocida en el país y para empezar nos gustaría mencionar uno de los artículos que logran exponer las características históricas llamado “Aprender de la Memoria Cultural Afrocolombiana” el cual nos da a conocer como ha marcado la sociedad el racismo no solo en Colombia sino en el mundo y como en el caso de Camilo, lo han etiquetado y discriminado. No obstante, este se ha resaltado por su capacidad de resiliencia y valor para seguir adelante.

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

Voz de afectación familiar y restauración familiar: afectación en la tranquilidad mental emocional, laboralmente sin muchas posibilidades de empleos ya que lo minimizan por

su condición, desde la restauración con expectativas de ser visible en su proceso de reparación administrativa ya que se deben tomar muchas evidencias y lleva mucho tiempo, mientras tanto trabaja en lo que puede y le ayuda a su mamá con su hermano.

Una de las voces que podemos identificar en la historia de Camilo es la de su madre cabeza de hogar quien también tuvo que ser silenciada y como lo menciona el “Manejar un bajo perfil” por las amenazas y riesgos a los cuales se exponía si continuaba ejerciendo el rol de “Mujeres Afro” en la comunidad la cual empoderaba a su cultura, esto es símbolo de sumisión a una comunidad a través del maltrato psicológico y la violencia, es difícil imaginar esa historia ya que existieron muchas muertes e injusticias, como el dato de 40 heridos y 10 muertos, voces jóvenes silenciadas y apagadas, así como las miles de personas que se llevaron consigo el trauma del conflicto armado, entre ellos la llamada depresión, ansiedad y psicosis, trastornos que afectan y alteran la realidad, donde la preocupación y el terror afecta el estado físico y mental.

En Colombia es difícil ser joven ya que debes cumplir con ciertos prototipos o como lo mencionan Camilo “Por ser hombres jóvenes, éramos objetivo militar para reclutamiento forzado de los paras, las FARC y la Fuerza Pública”, la presión social es tan demandante en comunidades vulnerables que debes elegir o simplemente huir de tu hogar para que no te maten, realidades que no son dadas a conocer por los medios de comunicación, aunque cabe señalar que redes sociales han sido un medio para la socialización y divulgación de temas de conflicto, conciliación y reflexión, que dan a conocer al mundo la importancia de llegar a pactos de paz, donde todos nos comprometamos a vivir en una sociedad equitativa, con igualdad de condiciones y respeto por los derechos de las personas.

Las emociones expresadas durante el relato de la víctima indican su inconformidad con los sucesos que le ha tocado vivir, sintiendo que ha vulnerado sus derechos y el de su familia, manifiesta una injusticia, un dolor que le cuesta superar. En algunas expresiones del relato se declara la marginación y abandono a las comunidades afrocolombianos y como el hecho de pertenecer a una de ellas puede ser discriminado. Existe un agradecimiento para algunas entidades del gobierno y el apoyo de la gente para superar la crisis. Sin embargo, su personalidad se ha visto afectada por todos los acontecimientos que le ha tocado vivir y presencia, pues por la magnitud de estos, le son imposibles de olvidar, a pesar de que la víctima ha sufrido desde niño, ahora que es adulto quiere reorganizar su vida tiene un proyecto de vida claro y ha definido la función social que quiere llevar a cabo con las comunidades negras.

Martín-Baró (1990) el ciclo de la violencia permite que la cultura legitime la opción de la eliminación del contrario para dirimir los conflictos sociales; pero al mismo tiempo la violencia política y la guerra constituyen un marco de referencia que refuerza las opciones violentas para dirimir cualquier conflicto familiar, comunitario o social.

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

En Colombia las FARC, el paramilitarismo y otras fuerzas armadas en contra de la ley han provocado tanta violencia en Colombia dejando a su paso violencia, muerte, desintegración familiar, desplazamiento forzoso y cantidad de familias desplazadas por este conflicto armado. Las víctimas presentan deficiencias en su salud física y mental que algunas veces les impide llevar una vida normal además tienen que adaptarse a nuevas culturas, ser discriminados y tratar de sobreponerse creyendo que existe un futuro mejor.

Uno de los impactos que se resaltan en el relato es la discapacidad psicosocial que generó Camilo por el trauma de la masacre que vivió en Quibdó donde menciona “fue tan tenaz que no podía ver a una persona detrás de mí, porque ya el corazón se me quería salir.”, es tan real este tipo de comentario e impactante, ya que muchas personas tienen el imaginario de que una situación pasa y se continúa la vida, sin embargo, estos eventos son tan impresionantes que marcan la vida y la dividen en un antes y un después, de acuerdo con el informe técnico de salud (2017). Consecuencias del conflicto armado en la salud de Colombia. Menciona “La población afectada por el conflicto fue mayor la proporción de personas del área rural, así como quienes se identificaron como indígenas y afro descendientes.” Datos que dan cuenta del daño en la salud física y mental de la población colombiana afectada por el conflicto armado. Se comprende entonces que:

“El desplazamiento forzado como consecuencia de la violencia ejercida sobre los territorios, comunidades y líderes ha debilitado los procesos organizativos de la población afro colombiana. De igual manera, el desplazamiento ha generado un grave impacto en la identidad, la cultura y la autonomía de los pueblos afro colombianos que a su vez ha producido la pérdida del territorio de las comunidades que habitan territorios colectivos” (UNHCR, 2012)

e. En el relato, ¿se pueden reconocer apartes que revelen un posicionamiento resiliente frente a las imágenes de horror de la violencia?

Las víctimas de violencia tienen un posicionamiento resiliente frente a situaciones de sufrimiento, dolor, impotencia y abandono que les ha tocado vivir. Han aprendido a vivir con cada uno de los recuerdos que los han marcado, aceptan su realidad, han direccionado sus vidas,

piensan en hacer el bien a la sociedad y tienen metas a largo plazo, a través de estos aspectos se evidencia el proceso de resiliencia que están viviendo después de haber sido víctimas del conflicto armado.

Por medio del concepto psicosocial nos da a conocer como la conducta humana reacciona ante diversas situaciones del contexto y como nuestra mente puede reaccionar, sin embargo hay situaciones como la que relata el protagonista donde muy pocas personas pueden salir adelante por si solas, ya que la gran mayoría requiere de personas que apoyen su proceso de superación y duelo, por esto la importancia de aquellas “Manos solidarias” en el camino que son salvavidas por los cuales podemos ir soltando los problemas y sobrellevar las diversas dificultades, como lo afirma Albert Einstein.

“No es posible mantener la paz usando la fuerza: sólo puede conseguirse mediante la comprensión”.

Por ello la importancia de brindar atención a la población psicosocial desde los centros de atención psicológica, donde sean escuchados y por medio del dialogo vayan soltados sus dificultades y cargas emocionales. Así mismo donde se brinden estrategias de apoyo como actuar con calma, escucha activa, empatía, no prejuicios, acompañamiento y así mismo como el generar ambientes saludables y redes de apoyo.

Para concluir, cabe resaltar la siguiente frase de Camilo “Todo ese tipo de cosas como que a uno lo van llenando de fortalezas y le enseñan a madurar rápidamente”, es decir que en ocasiones hay que salir adelante a pesar de las adversidades de la vida y ser capaz de refugiarse en lo bueno, fortaleciendo la capacidad de resiliencia, valor y amor propio, como lo afirma la siguiente frase:

“La resiliencia es la capacidad de hacer frente a las adversidades de la vida, transformado el dolor en fuerza motora para superarse y salir fortalecido de ellas. Una persona resiliente comprende que es arquitecto de su propia alegría y su propio destino”

- Robert Louis Stevenson

Preguntas

Formato 1. Formulación de Preguntas

TIPO DE PREGUNTA	PREGUNTA	JUSTIFICACIÓN DESDE EL CAMPO PSICOSOCIAL
Estratégicas	¿Según su criterio personal, considera que el fallecimiento de su padre, afectó el curso de su vida académica y personal?	Se pretende hacer que el paciente afectado por la violencia, tome en consideración y exponga los cursos alternos que hubiese tomado su propia vida en caso de no haberse presentado en su vida los diferentes escenarios de violencia que lo pueden haber llevado a ser quien es en su presente.
	¿Cómo tomaría la noticia si el gobierno o la PCN, le otorgaran una beca para estudiar antropología?	Es motivante para la persona poder llevar a cabo su proyecto de vida y poder mejorar su calidad de vida.
	¿La ayuda que el gobierno le ha brindado como víctima era lo que usted esperaba?	Destacar como el gobierno está atendiendo a las víctimas del conflicto armado.
Circulares	¿Considera que en el evento de no haber emigrado de su antiguo lugar de residencia en el momento en que lo hizo, pudiese haber sido víctima del reclutamiento forzado por parte de los grupos paramilitares, y hubiese hecho parte de sus filas?	Es de suma importancia realizar acompañamiento psicológico a las víctimas directas e indirectas de los diferentes tipos de violencia generados por el conflicto armado, por cuanto el entorno en el que vive una persona afecta sus decisiones de vida y el curso que le da a esta, siendo factores de mucha relevancia las oportunidades laborales y el nivel educativo.
	¿Quién de su familia no ha podido superar los hechos violentos vividos por el conflicto armado?	A partir de esta pregunta se puede evaluar el contexto familiar de la víctima para evaluar la necesidad de realizar un acompañamiento psicosocial a alguno de sus integrantes.
	¿Del trabajo que adelanta con la Pastoral Afro colombiana desde el deporte y la danza, de qué manera esto impactó en los jóvenes para no pertenecer a los grupos violentos?	El trabajo con comunidades en conflicto da una perspectiva diferente de evolución al interior del grupo o individualmente.

Reflexivas	¿Considerando ese sufrimiento que usted ha tenido ¿Qué puede hacer por su comunidad afro descendiente en Quibdó?	La capacidad resiliente de la víctima para comprender que las situaciones pasadas de sufrimiento le pueden ayudar para crear planes de vida que fortalezcan su vida personal, familiar y comunitaria.
	¿Qué recursos ha obtenido después del suceso, con quien ha contado?	El acompañamiento obtenido por el PCN, (proceso se comunidades negras) fue de gran ayuda para llevar el caso hasta el ministerio del interior y así lograr un recurso para una reubicación, ha trabajado en quehaceres varios, aspira una carrera profesional y continuar con el fortalecimiento cultural afro.
	¿Desde su vivencia cómo aporta a las personas que pueden estar pasando por la misma situación?	Se pretende que las personas compartan sus experiencias de manera positiva y motivadora desde un enfoque psicosocial.
<i>Nota: preguntas planteadas en el caso</i>		

Análisis caso de Peñas Coloradas (Comisión de la Verdad, 2019)

a- En el caso de Peñas Coloradas ¿Qué emergentes psicosociales considera están latentes después de la incursión y el hostigamiento militar?

“Los emergentes psicosociales son hechos y procesos que teniendo lugar en el escenario de la vida cotidiana permiten ubicar y comprender la subjetividad como dimensión específica del proceso socio-histórico” (Fabris, 2011). Narra los acontecimientos vividos por una comunidad de campesinos que fueron abandonados por el estado, debido a que su principal actividad económica (cultivos de maíz, cultivo de plátano, la cacería, las pieles y la pesca) no generaban los ingresos necesarios para sobrevivir, así que optaron por la siembra de coca, eran una sociedad que no tenía intervención del estado y no eran reconocidos en Colombia, se regían bajo normas y reglamentos estipulados en el pueblo y los guerrilleros eran básicamente la “policía” del pueblo, se realizaron protestas para exigir condiciones que les permitiera sustituir la coca pero no hubo resultado alguno

Cuando se presentó la intervención del estado, se generaron conflictos armados que perjudicaron a los civiles. El estado requería resultados por lo cual el ejército debía presentar esos resultados, durante el conflicto hubo problemáticas de falsos positivos, desplazamientos forzados, destierro y los habitantes de Peñas Coloradas fueron etiquetados como “cómplices” de las FARC. Finalmente, el pueblo fue tomado por el ejército y ningún civil pudo regresar al pueblo.

Cabe resaltar que muchas poblaciones indígenas y campesinas deben desempeñarse en los cultivos ilícitos, problemática que afecta el desarrollo social, pero dentro de estas comunidades es una posibilidad de generar ingresos y tener un sustento familiar, cabe resaltar el cultivo de coca es

parte fundamental de la historia de Colombia Ramírez, Bernal, Serna, Gómez mencionan *“Colombia pasó de ser un país desde el cual el narcotráfico dirigía sus negocios, a convertirse en el principal país productor de coca en el planeta, con un área establecida según el Sistema de Monitoreo de Cultivos de uso ilícito (SIMCI) de 102.000 ha en 21 de los 32 departamentos, entre los cuales se encuentra incluido el Departamento de Caldas”* ya que en la actualidad continua siendo un problema para el estado, que no radica en la siembra sino en la falta de condiciones que permitan al campesino generar un sustento a través de otros cultivos Ramírez, et, al. (2003) menciona *“Así mismo, cabe destacar que miles de campesinos y colonos ubicados en regiones desprotegidas por el Estado, con bajos índices de calidad de vida, sin servicios públicos ni infraestructura, han venido integrándose a este modelo de producción”*.

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

Los posibles impactos psicosociales que se pueden presentar en las víctimas del conflicto armado, Lozano (2016) menciona:

“Los principales impactos psicosociales detectados, entre otros, fueron desintegración del núcleo familiar, pérdida de las prácticas culturales familiares, daño moral, sociocultural y comunitario, daño en la noción de justicia y las instituciones que la representan, duelo alterado e inconcluso con pérdida de la confianza entre familiares y vecinos, cambio en el proyecto de vida individual, social y comunitario con impactos transgeneracionales y pérdidas materiales”

De estos impactos psicosociales podemos evidenciar en el caso de Peñas Coloradas la pérdida de las prácticas culturales familiares, debido a que tuvieron que abandonar su pueblo y con ello debieron abandonar sus tierras, en las cuales empleaban

su principal practica cultural que era la agricultura, el daño moral se presenta en el momento que fueron etiquetados como cómplices de las FARC, daño en la noción de justicia y las instituciones que la representan porque el estado desde su percepción fueron los causantes de la situación que están viviendo, cambio de proyecto de vida individual cuando perdieron su sustento y debieron optar por otras alternativas y por supuesto las pérdidas materiales como su vivienda, sus bienes y las tierras que por mucho tiempo estuvieron trabajando. Otra situación que puede causar esta estigmatización tiene que ver con la salud mental de la población, el hecho de ser víctima de un desplazamiento forzado y padecer el señalamiento de otros puede llevar a las personas a manifestar tristeza, angustia, desmotivación lo que puede desencadenar trastornos psicológicos de ansiedad, depresión y estrés postraumático como lo afirma Campo y Herazo (2014). “En Colombia, la frecuencia de síntomas emocionales o trastornos mentales es alta entre las víctimas del conflicto armado interno en situación de desplazamiento” (p.213).

Acciones a implementar

Una acción psicosocial según González y Villa (2012) la describen como “...una acción centrada en la promoción de prácticas relacionales basadas en el reconocimiento y la valoración del ser humano en ejercicio de construcción. Todos estos elementos interactúan sistémicamente y son fundamentales a la hora de comprender y abordar lo psicosocial” (citado por Chala, 2018, p. 6). Para el caso de Peñas Coloradas se necesitan proponer acciones que permitan integrar la comunidad para mantener los valores culturales y sociales que siempre la han mantenido unida.

1. La primera acción se realiza desde un acompañamiento psicosocial donde se fortalecen los lazos afectivos y el apoyo comunitario que existían antes del desarraigo que sufrió la población de Peñas Coloradas y consiste en implementar una acción desde la expresión artística para que los habitantes a través de la pintura o el dibujo expresen aquellas emociones suscitadas por el desarraigo y que no pueden manifestar a través de las palabras. Todos los habitantes pueden participar y se realizará la exposición clasificando las representaciones artísticas por categorías, niños, jóvenes y adultos.

2. La segunda acción se realiza partiendo de redes de apoyo tipo cognitivo (intercambio de información), con el fin de construir un plan de acción y establecer estrategias que aporten a la red de apoyo, empezando por compartir los pensamientos y problemas que aquejan a la comunidad de peñas coloradas, buscando la relación de cada individuo con su entorno social, y así generar compromisos y la participación de cada uno para mejorar y hacerle frente a la necesidad psicosocial existente obteniendo unos mejores lazos de apoyo.

Estrategias psicosociales para el caso Peñas Coloradas

Formato 2. Formulación de Preguntas

Estrategia 1	Nombre	Descripción fundamentada y Objetivo	Fases - Tiempo	Acciones por implementar	Impacto deseado
	“Dónde estamos, hacia dónde vamos”	<p>El metaplan es una técnica que permite la participación de la comunidad y el grupo de apoyo psicosocial. El objetivo principal es identificar las situaciones difíciles de la población, diseñar las posibles acciones a implementar y reconocer los actores sociales que pueden ayudar a mitigar la problemática.</p>	<p>Fase 1 Identificación de las problemáticas Tiempo: Tres semanas, que corresponden a dos reuniones con los líderes de la comunidad.</p> <p>Fase 2 Diseño de acciones que lleven a las posibles soluciones. Tiempo: un mes</p> <p>Fase 3 Reconocimiento de los actores sociales que pueden apoyar el desarrollo de las acciones. Tiempo: Un mes</p>	<p>Convocar a los líderes de la comunidad de Peñas Coloradas para que identifiquen las problemáticas sociales que han surgido por el desplazamiento forzado.</p> <p>Buscar las posibles soluciones a las problemáticas encontradas contando con los recursos con que cuenta la comunidad.</p> <p>La comunidad debe reconocer las organizaciones gubernamentales y los representantes del gobierno más cercanos que les pueden colaborar en la solución de sus problemáticas sociales.</p>	<p>Al promover la participación de la comunidad se espera que la comunidad a través sus líderes identifique las problemáticas sociales que están viviendo después del desplazamiento forzado, diseñen acciones, planes o proyectos con los recursos que tienen dentro de la comunidad e identifiquen los actores sociales que desde el gobierno y la misma población los pueden apoyar en la solución a sus dificultades.</p>

	Nombre	Descripción	Fases- tiempo	Acciones por implementar	Impacto deseado
Estrategia 2	Red de apoyo social y comunitario	Fundamentada y objetivo La red de apoyo social y comunitario busca solucionar los problemas que tiene la comunidad, promoviendo el compromiso y la participación entre todos.	Duración de 1 año.	Reunir a la comunidad de peñas coloradas con el fin de socializar e identificar las necesidades existentes, y la información de cómo se va a	Compartir los pensamientos y problemas de cada persona participante, buscando la solución y construcción de
			Fase 1: intervención inicial, explicando cómo se va a trabajar la red de apoyo. Tiempo: 4 meses, socialización 2 veces al mes.	llevar a cabo la intervención.	unos con otros para obtener así un bien en toda la comunidad, promoviendo empoderamiento en toda la comunidad de peñas Coloradas.
			Fase 2: socialización de la intervención al momento e implementación de acciones a trabajar. Tiempo: 4 meses, socialización 2 veces al mes.	Hacerle frente a la necesidad psicosocial existente buscando soluciones a los problemas, el promover prácticas sociales y obtener unos mejores lazos de apoyo en la comunidad	
Fase 3: se realiza el cierre de la intervención, evaluando el impacto con los entes vinculados.	Interactuar con la población evaluando sus espacios, capacidades, estrategias, y reconocimientos evidenciados en las fases aplicadas en pro de un mejoramiento psicosocial en la comunidad.				

			Tiempo: 4 meses, socialización 2 veces al mes.		
Estrategia	Nombre	Descripción	Fases- tiempo	Acciones por implementar	Impacto deseado
3	Narrar lo sucedido	<p>Permitirles a las víctimas que cuenten como ocurrieron los hechos espontáneamente, recurriendo a su memoria histórica haciendo una interpretación de los hechos, también resaltando la capacidad de resiliencia, según White (2016) este ejercicio ayuda a las víctimas a fortalecer la capacidad de potencialidad del desarrollo individual.</p> <p>Objetivo: Reconocer la importancia y capacidad que tienen como seres humanos para superar situaciones de violencia y sufrimiento.</p>	<p>Fase 1.</p> <p>Grupo narrativo</p> <p>Fase 2.</p> <p>Descripción de los hechos</p>	<p>Dialogo, escucha y preguntas</p> <p>Contar lo recontado y reconstruir hechos</p>	<p>Incrementar y fortalecer habilidades individuales con impacto positivo en el entorno del individuo, mitigando afectaciones psicosociales que bajen el nivel de autoestima que ha logrado adquirir para adaptarse a la comunidad y sociedad.</p>

Informe analítico y reflexivo de la experiencia de foto voz

La violencia es un concepto muy amplio de abordar; por tal motivo en el siguiente análisis se darán a conocer los aspectos más importantes a través de la técnica de la foto voz (investigación acción). Los escenarios que se tendrán en cuenta son violencia y abuso sexual infantil, incursión armada y violencia física y psicológica a la mujer.

El maltrato y la violencia han sido términos que han permeado a Colombia a lo largo de su historia, debido al uso de la fuerza para conseguir un fin como someter a un individuo o imponer conductas, pensamientos, doctrinas o ideales entre otros. Estas se clasifican entre la violencia económica, física, sexual, psicológica, emocional y patrimonial, por ello el interés de analizar las consecuencias y afectaciones que esta trae; como refiere la autora Claudia C Caicedo. Afirma que "los comportamientos violentos se llegan a legitimar como herramientas útiles para educar, mantener el control, o como mecanismo válido para resolver sus conflictos" concepto erróneo con el que vivían pasadas generaciones, teniendo como referente que en la actualidad se lucha por la equidad de condiciones, una educación donde se comprendan las necesidades del niño y se apoye desde el núcleo familiar por medio del amor, la solidaridad y la paciencia, así mismo la conciencia de la equidad de identidad sexual al respetar los derechos fundamentales que nos permiten tener una vida digna, esto quiere decir que si evitamos la violencia esta no traerá más violencia contra dicho que se maneja en contextos sociales como " la violencia trae más violencia".

Cabe resaltar dentro del panorama histórico la violencia física y psicología hacia la mujer que se ha podido registrar por medio de imágenes, videos y en este caso foto voz las cuales dan a conocer su historia y su realidad por medio de un retrato y una breve descripción desgarradora, no obstante, la Ley 1761 de 2015 quien establece:

“El feminicidio como un delito autónomo cuyo objetivo principal está encaminado a la sensibilización y erradicación de todo tipo de violencia contra la mujer; o en su defecto, pretende garantizar la investigación y la sanción de los responsables de estas conductas.”

Apoya los procesos de lucha en Colombia y empoderamiento femenino donde no se permite el abuso o la violencia hacia las personas en general, pero para ser más claro a la infancia, la mujer, los adultos mayores y la población con discapacidad, quienes también tienen derecho a vivir sin miedo o abusos y donde la psicología retoma gran importancia ya que es la encargada de tomar las experiencias, dificultades, traumas y ayudar a ser seres resilientes, con amor propio, con la capacidad de solucionar problemas y ser seres reconstruidos y dispuestos a seguir adelante.

La foto voz es una técnica que permite a los sujetos que han sido víctimas de algún tipo de violencia expresar sus emociones a través de una actividad artística donde se une la fotografía con la narrativa para comunicar una historia de una manera diferente donde el sujeto al reflexionar sobre su situación puede darle un sentido diferente a su pasado doloroso a través de la resignificación. Tanto las imágenes como la narrativa metafórica hacen parte de la construcción de memoria histórica, pues ambas técnicas nos permiten comprender los sucesos vividos por las víctimas de violencia. Por medio de la imagen se habla, se expresan emociones que a veces las palabras no lo permiten, nos transportan al pasado y permite que las historia se cuenten desde otro punto de vista. Así, Boira et al “recomiendan que se incorporen planteamientos innovadores en la intervención en situaciones de violencia, se considera que la técnica de foto intervención es una herramienta que cumple con este requisito asociado a la intervención individual o grupal”. (Boira et al. 2013 citado por Rodríguez y Cantera 2016, p. 941)

En efecto, las fotografías comunican y expresan de manera creativa el entorno físico e histórico de sucesos que son narrados con palabras donde describen de manera metafórica circunstancias difíciles de expresar por la reacción que puede causar en el individuo que ha participado en aquellos eventos violentos; ellas reflejan el desespero y la tristeza, los efectos negativos en las relaciones personales, familiares y sociales. La creatividad de las fotografías tiene una memoria histórica que describen el tipo de violencia que se aborda metafóricamente, como dice Rodríguez y Cantera (2016) cuando afirman “al reconocer y recordar lo vivido; favorece un trabajo reparador y sostenedor de la resiliencia” (p.942), entonces recordar situaciones dolorosas permite al sujeto revivir las emociones sentidas para iniciar un tratamiento psicológico frente a las consecuencias dejadas por los sucesos violentos en los que tuvo que participar.

Sin duda alguna, cada una de las representaciones expresan diferentes sentimientos que no se pueden transmitir con las palabras, pero también cuentan como a través de una comunidad emocional los integrantes expresan las experiencias vividas a través de la escucha, se apoyan mutuamente y aprovechan las dificultades para mejorar sus condiciones de vida, en otras palabras, son resilientes, son fuertes, no permiten que las circunstancias los aminoren y luchan por un futuro optimista y seguro; es evidente la capacidad de las víctimas de violencia de recuperarse de volver a repensarse como seres humanos que son capaces de transformar una realidad dolorosa en el descubrimiento de aspectos positivos que le permitirán reiniciar su propósito principal en la vida. La foto voz nos permite “descubrir aspectos que no habrían visto antes” como “las cosas muy bonitas que no sabía que existían” (Sanz, 2007, citado por Rodríguez y Cantera 2016).

Efectivamente, las fotografías expresan un sufrimiento evidenciado en la postura corporal de las víctimas, su mirada que reclama justicia, el dolor y afectación emocional interna de cada ser humano, comunidad o grupo en una imagen que es subjetiva a la realidad. La comunidad que ha sido víctima de estos contextos de violencia hace parte de un sufrimiento colectivo que solo puede ser mitigado por medio del acompañamiento para evaluar, conocer e implementar acciones encaminadas a sembrar resiliencia en ellos.

A través de la narrativa se construye y re-construye historia, vivencias y experiencias que a lo largo del tiempo hacen parte de la memoria, la estrategia de la narrativa ayuda a mitigar afectaciones negativas, al momento de ser contadas, la víctima va recuperando el tejido humano perdido, un tejido de manera simbólico porque cuando es escuchado (a) recupera la dignidad e importancia de pertenecer a una sociedad que cada vez es más relevante al tema. También cabe recalcar la importancia de entes reguladores del gobierno que juegan un papel importante en la implementación de mesas de ayudas, curules dentro del congreso que exponen el tema de violencia sexual infantil a votación para que la presidencia de la república disponga de más y mejores recursos para atención a víctimas.

Al igual un amplio porcentaje de la población que rechaza la violencia y alza su voz ha logrado ser escuchados para la ejecución de programas de acompañamiento y orientación. “La construcción de estas competencias en las distintas instituciones y su personal supone, desde luego, la gran capacidad que tiene en la autocrítica, descubrir el cuestionamiento como también la capacidad para poder des aprender los esquemas de trabajo de “corazón” o simple “razón” dirigida en la comprensión de situaciones que son complejas, el trabajo en dirección del bienestar y el amparo a las víctimas” (Rodríguez, 2009, p 16). La capacidad de recuperación, resiliencia y optimismo por parte de algunas víctimas es de admirar, porque regalan sonrisas, proyectan

esperanza y comparten su experiencia desde una mirada positiva y postura de ejemplo significativo.

El papel de la familia y el entorno no podía quedar por fuera de la investigación y ponencia del tema, por que contribuyen a nivel social y emocional afrontar los sentimientos negativos adquiridos a través de la experiencia traumática.

Para manifestar algunas emociones o recuerdos negativos a veces el lenguaje oral no es el medio más efectivo para comunicar esos sentimientos de tristeza, dolor o angustia que se llevan en el corazón y en la mente, como lo dice Jimeno al afirmar: “La supuesta incapacidad del lenguaje para dar cuenta del dolor es recurrente en multitud de expresiones ordinarias en nuestras sociedades como cuando se dice “no tengo palabras para contarle” (Jimeno 2008, p. 172). Por esta razón al recurrir a otro tipo de narrativas como el ensayo visual y las narrativas metafóricas permite a las comunidades afectadas por la violencia a través de la memoria colectiva recordar y construir esas vivencias que le fueron dolorosas y que no pueden expresar a través del lenguaje oral, entonces se puede utilizar otros medios comunicativos para expresar nuestras emociones como las expresiones artísticas que nos permiten hablar, pero a través de un lenguaje diferente.

De esta manera se puede reflexionar que las actividades de la foto voz, se resalta el empoderamiento de las personas, las victimas pueden velar por sus derechos y una mejor condición de vida encontrando el camino de la restitución buscando ayuda del estado e instituciones que garantiza la solución y bienestar para mejorar la calidad de vida. Cada fotografía tomada muestra la memoria poderosa que tiene cada individuo buscando así una manera de salir adelante siendo resilientes, se puede comprender una historia que se maneja desde la narración oral como escrita, y se logra evidenciar que todas las situaciones de violencia llegan al punto de exaltar los derechos humanos, posibles soluciones y empoderamiento.

Los ensayos visuales evidencian situaciones resilientes que permiten identificar algunas características físicas, emocionales y sociales de las personas que vivieron los sucesos, así como el apoyo de la familia y la comunidad al individuo que se ha sido vulnerado. No es fácil empezar una recuperación de las personas que han sido afectadas por situaciones violentas, se necesita de una buena autoestima para direccionar aquellas emociones que le producen al recordar hechos dolorosos. “Las lecciones aprendidas están en relación con las experiencias, así como con los retos que se visualizan” (Rodríguez et al.,2002, p. 341). Se evidencia la resiliencia en los valores y aptitudes que tienen los individuos para sobreponerse y continuar con su proyecto de vida, pues, este proceso se demuestra en la perseverancia para continuar con sus metas y sueños desde una vida familiar y social, aprovechando aquellas experiencias negativas para conseguir fortaleza y optimismo.

La importancia de tomar conciencia ante el fenómeno que ha generado la violencia de género, Cantera (2010, p.929) sugiere que por medio de la fotografía se usa como instrumento para el trabajo y así ayuda a concientizar los problemas sociales que generan impacto en el uso de las fotografías como “una herramienta de denuncia social”.

En cada uno de los ensayos visuales se destacan problemáticas que afecta la salud física y mental de los sujetos que han participados en los diferentes escenarios de violencia. Desde el maltrato a menores, violencia de género, maltrato físico, hasta la incursión armada comunicando a través de las imágenes la tristeza, el dolor, la angustia o la impotencia como expresiones de sentimientos que causaron la vivencia de cada una de las problemáticas. Por medio de la técnica de foto voz con sus imágenes y narrativas literarias nos permiten entender “la consciencia más plena y activa del problema, que pasa a ser vivido también como propio y no sólo como ajeno” (Cantera, 2010 citado por Rodríguez y Cantera 2016).

En definitiva, se evidencia en la técnica de foto voz la capacidad del ser humano para sobreponerse, de ser resiliente de continuar con su proyecto de vida a pesar de los recuerdos de las experiencias vividas, es decir, el sujeto vive su propia configuración emotiva en la forma en que recuerda y expresa las experiencias de los hechos violentos a través de la fotografía y la narrativa.

Link de la página WIX

<https://danielydavid00.wixsite.com/diplomado>

Conclusiones

La violencia en Colombia es un acontecimiento que ha marcado significativamente la gran mayoría de los colombianos sean o no víctimas o sobrevivientes del conflicto armado, los actos de violencia están vigentes en cualquier ámbito y así mismo las consecuencias que estas generan. Para los psicólogos es importante enfocar los esfuerzos en el tratamiento de la salud mental de los afectados y para ello es de gran relevancia analizar desde ahora los diferentes problemas psicosociales y las posibles terapias que actúen en pro del empoderamiento y desarrollo personal e integral de las personas que sufren o han sufrido como consecuencia de la violencia en Colombia.

Para lograr una buena conexión con las personas en este ámbito del conflicto armado, es importante la forma de las preguntas y la forma en la que preguntamos, ya que todo esto es clave para poder conectar, apoyar y lograr una conexión con su historia y con sus emociones, todo esto con el fin de construir historias más esperanzadoras, logrando cambiar su historia para la reconstrucción de su identidad con una mejor capacidad, y para complementar la intervención en estos contextos de violencia, los usos adecuados de las intervenciones permiten indagar sobre las estrategias a trabajar y lograr un mejor acercamiento, afrontamiento y orientación.

El enfoque narrativo es una herramienta que nos permite analizar desde diferentes ámbitos como el socio-político el contexto de cada individuo, conociendo desde la subjetividad de la persona, las problemáticas presentes en su entorno y permite realizar una intervención terapéutica desde una perspectiva reflexiva en pro del tratamiento de dificultades psicosociales que afecten el desarrollo normal de la persona y actúen a favor del mejoramiento de su calidad de vida.

Desde la exposición de la foto voz al profesional aporta conocimientos en puesta en escena de la labor psicosocial en contextos de violencia, mostrando así unas nuevas herramientas para la comunicación, comprensión y expresión de las vivencias de esos actos violentos, en la comunidad para poder mostrar sus experiencias de una manera diferente y artística, permitiéndonos comprender los sucesos vividos por cada una de las víctimas, para la comunidad como técnica de expresión artística encontramos la foto voz, permite a cada una de las víctimas expresar sus emociones y comunicar de una manera diferente los sucesos de violencia vividos, mostrando así de manera diferente toda aquella vivencia angustiosa, por medio de la imagen se muestra las emociones y todo aquello de lo que no es fácil hablar, ayudando así individual y comunitariamente para una mejor intervención psicosocial.

A partir de los relatos del libro Voces, logramos conocer las diferentes historias de violencia dentro del marco del conflicto armado en Colombia, evidenciando violencia psicológica, miedo y sufrimiento, se tomó base el relato de Camilo donde se reconocen factores importantes para trabajar en esta actividad, desglosando cada párrafo para reconocer las afectaciones negativas como resulta de la violencia.

Cabe resaltar el relato de Peñas colorados, donde por medio del relato de las víctimas se evidencia el desplazamiento, hostigamiento y sufrimiento de las víctimas, lo que se busca en el desarrollo de este trabajo es proponer estrategias y acciones que ayuden a mitigar todas esas afectaciones que impactan a los individuos, alejando alguno de ellos de su proyecto de vida a otros por el contrario los motiva hacer resilientes.

Referencias bibliográficas

- Alto comisionado para las Naciones Unidas y los Refugiados ACNUR. (2006). La herramienta para el diagnóstico participativo en las operaciones. Ginebra Suiza. Recuperado de: <http://www.refworld.org/cgi-bin/texis/vtx/rwmain/opendocpdf.pdf?reldoc=y&docid=4c5142572>
- Caicedo, P. C. C. (s. f.). Lucha contra la violencia intrafamiliar: perspectivas desde la experiencia colombiana. *Americalatinagenera.org*. Recuperado 31 de octubre de 2021, de http://www.americalatinagenera.org/documentos/roster/ros_32_Lucha%20contra%20la%20violencia%20intrafamiliar.pdf
- Campo, A. y Herazo, E. (2014). *Estigma y salud mental en personas víctimas del conflicto armado interno colombiano en situación de desplazamiento forzado*. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 43(4) ,212-217 <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80635719006>
- Chala, M. (2018). Elementos Básicos para la Acción Psicosocial por Contextos. ORCID ID:0000-0001-7183-1723 <file:///C:/Users/USUARIO1/Downloads/biteca,+Elementos+b%C3%A1sicos+para+la+accion+psicosocial+por+contextos.pdf>
- Charry-Lozano L. (2016) Impactos psicológicos y psicosociales en víctimas sobrevivientes de masacre selectiva en el marco del conflicto en el suroccidente colombiano en el año 2011. *Colomb Forense*. 2016; 3(2):51-60. doi: <http://dx.doi.org/10.16925/cf.v3i2.1756>
- Córdoba, E. M. P., Martínez, O. H., & Martínez, M. B. (2010). Aprender de la memoria cultural afrocolombiana. *Sociedad y economía*, (18), 37-57. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/996/99618003002.pdf>

- 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
- Flores González, L. (2005). Subjetividad social y violencia. Pensamiento Educativo, Revista De Investigación Latinoamericana (PEL), 37(2), 198-212. Recuperado a partir de <http://www.redae.uc.cl/index.php/pel/article/view/26811>
- Minsalud, Instituto Nacional de Salud, ONS. (s/f). Consecuencias del conflicto armado en la salud en Colombia. COLOMBIA.Gov.co. Recuperado el 13 de noviembre de 2021, de <https://www.ins.gov.co/Direcciones/ONS/Informes/9%20Consecuencias%20del%20Conflicto%20Armado%20en%20la%20Salud%20en%20Colombia.pdf>
- Myriam Jimeno, Ángela Castillo, Daniel Varela. (2010) A los siete años de la masacre del Naya: la perspectiva de las víctimas. Anuario Antropológico: v.35 n.2, 183-205. Online publication date: 1-Dec-2010. Crossref <https://revistas.uniandes.edu.co/doi/pdf/10.7440/antipoda5.2007.08>
- Ramírez, E. C., Bernal, M. E., Serna, G. L. M., & Gómez, C. J. R. (s/f). Análisis económico del cultivo de la coca *Erythroxylum coca* Al en Colombia. Edu.co. Recuperado el 13 de noviembre de 2021, de http://vip.ucaldas.edu.co/culturaydroga/downloads/Culturaydroga10_09.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, n° 3, pp. 927 – 945. Recuperado de: <http://pepsic-bvsalud-org/pdf/tp/v24n3/v24n3a09.pdf>

Rodríguez, J., De La Torre, A., & Miranda, C. T. (2002). La salud mental en situaciones de conflicto armado. *Biomédica*, 22(Su2), 337-346. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/843/84309603.pdf>

UNHCR (2012) Situación Colombia AFRODESCENDIENTES. Recuperado de: https://www.acnur.org/fileadmin/Documentos/RefugiadosAmericas/Colombia/2013/SituacionColombia_Afrodescendientes_junio2012.pdf?view=1

Villa Gómez, J. (2014) Memoria, Historias De Vida Y Papel De La Escucha En La Transformación Subjetiva De Víctimas / Sobrevivientes Del Conflicto Armado Colombiano. *El Ágora Usb*, vol. 14, núm. 1, enero-junio, pp. 37-60 Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/4077/407736379002.pdf>