

La imagen y la narrativa como herramientas para el abordaje psicosocial en escenarios de violencia, en los municipios de Fusagasugá, Pasca, San Vicente del Caguán y Santa Marta

Ángela María Torres Rodríguez

Angie Tatiana Bautista García

Diana Marcela Montoya Gutiérrez

Huber Urbina Morales

Paula Andrea Ramírez Prada

Tutora:

Ludibia Bermeo Claros

Universidad Nacional Abierta y a Distancia - UNAD

Escuela de Ciencias Sociales Artes y Humanidades - ECSAH

Programa de Psicología

2022

Resumen

El proyecto de análisis de la imagen y la narrativa como herramientas para el abordaje psicosocial en escenarios de violencia, tiene como fin demostrar los impactos psicosociales del conflicto armado en el territorio colombiano, siendo que quienes se enfrentan a episodios traumáticos requieren de una especial atención y orientación no solo para el restablecimiento de sus derechos, sino además para forjar su proyecto de vida, el cual se ve interrumpido por situaciones circunstanciales que no le permiten desarrollarse plenamente y vivir en dignidad.

A lo anterior, se genera el análisis del caso Modesto Pacaya, desde el cual se plantean una serie de preguntas circulares, reflexivas y estratégicas, con el objetivo de que el sujeto sea capaz desde sus recursos de afrontar y superar el estado de vulneración, para consiguientemente, analizar el caso de Peñas Coloradas, una comunidad campesina que se vio obligada a abandonar su territorio a causa de la mala práctica del estado y las fuerzas militares, dando respuesta a los emergentes psicosociales propios del proceso de la expropiación de tierras, así como estrategias integrales para la mejora de estos escenarios.

Para finalmente, encontrar un informe reflexivo acerca del ejercicio foto voz, consolidado en los municipios de Fusagasugá, Pasca, San Vicente del Caguan, y la ciudad de Santa Marta, así como una página Wix, que da cuenta de una exposición de los resultados obtenidos, en miras a identificar tanto aspectos negativos como positivos de las comunidades, para solventar y mitigar desde la praxis psicológica los impactos del conflicto armado.

Palabras clave: Abordaje, Narrativa, Praxis, Psicosocial.

Abstract

The image and narrative analysis project as tools for psychosocial approach in scenarios of violence, aims to demonstrate the psychosocial impacts of the armed conflict in Colombia, whereas those facing traumatic events require special attention and guidance not only for the restoration of their rights, but also for shaping their life project, which is interrupted by circumstantial situations that do not allow it to develop fully and live in dignity.

To the foregoing, the analysis of the Modesto Pacaya case is generated, from which a series of circular, thoughtful and strategic questions are posed, with the aim of making the subject capable from his resources of confronting and overcoming the state of violation, in order to consequently, to analyze the case of Peñas Coloradas, a peasant community that was forced to leave its territory due to the bad practice of the state and the military, responding to the emerging psychosocial processes of land expropriation, as well as comprehensive strategies for improving these scenarios.

To finally find a reflective report about the exercise photo voice, consolidated in the municipalities of Fusagasuga, Pasca, San Vicente del Caguan, and the city of Santa Marta, as well as a Wix page, which gives an account of the results obtained, with a view to identifying both negative and positive aspects of the communities, to solve and mitigate the impacts of the armed conflict from the psychological praxis.

Keywords: Approach, Narrative, Praxis, Psychosocial.

Tabla de contenido

Análisis relatos de violencia y esperanza caso Modesto Pacaya.....	6
Formulación de preguntas circulares, reflexivas y estratégicas.....	12
Análisis y presentación de estrategias de abordaje psicosocial para el Caso de Peñas Coloradas.....	29
Estrategias de afrontamiento.....	34
La imagen como narrativa de los territorios, en la búsqueda de la transformación social.	43
Link de la página wix.....	49
Conclusiones.....	50
Referencias bibliográficas.....	52

Lista de tablas

Tabla 1. Preguntas circulares, reflexivas y estratégicas.....	12
Tabla 2. Estrategias psicosociales.....	34

Análisis de relato de violencia y esperanza en Colombia caso Modesto Pacaya

Modesto Pacaya es un indígena Ticuna de Puerto Nariño, Amazonas quien ha trabajado en diferentes zonas del país, como ganadero en el Meta durante 4 años, luego se trasladó para Villavicencio a trabajar como ayudante de construcción, donde un amigo le ofreció un trabajo en San José Del Guaviare sin dar una información clara sobre las funciones a realizar, de igual forma decide aceptarlo y trasladarse junto con su familia. Al llegar al lugar se da cuenta que el oficio era raspar coca y debe retirarse ya que se lastima sus manos.

Días después un comandante se acerca a preguntar su nombre y cédula ofreciendo un trabajo de meter camiones de comida y él acepta realizar unos viajes, pero luego lo obligan a hacer un curso militar amenazando en quitarle la vida si no aceptaba, por lo que decide aceptar y cómo se desarrolla de manera idónea en su cargo, lo ascienden a comandante de escuadra en el Guaviare, sin embargo esta situación poco le gustaba, ya que solo tenía un tiempo limitado para poder ver e interactuar con su familia, por lo que esto lo empieza a afectar emocionalmente y comienza a contemplar la idea de salir algún día de ese entorno, se escapa durante la noche y se desmovilizó, entregándose a las fuerzas armadas, y es trasladado a Bogotá, junto a su familia.

Donde se entera que su esposa está embarazada de una niña, por medio de la cual surge la oportunidad de reconstruir nuevamente una familia; sin embargo, estaba preocupado ya que su hija mayor también hacía parte de la guerrilla quien más adelante también se pudo desmovilizar.

Dentro de esta historia también se evidencia la búsqueda de superación, en su deseo de tener una mejor vida para él y su familia, lo cual logra, gracias a la continuidad de su educación y la obtención de su proyecto productivo con ayuda de la alta consejería para poder comprar un mini mercado, el cual nombra como su bebe en conmemoración a que considera este un evento clave para recuperar la vida con su familia.

Fragmentos relevantes

“Un día llegó la orden de un comandante que yo no conocía. Me dijo que tenía que hacer un curso militar. Yo le dije que no quería ser guerrillero, pero me dijo que, si no hacía el curso, me moría”. (Historias de violencia y esperanza en Colombia, Banco Mundial, 2009). Los grupos al margen de la ley, suelen emplear amenazas para intimidar y obligar a las personas y comunidades a hacer parte de una guerra que no les corresponde, en una ideación monopolizadora y egoísta, donde se consideran dueños de sus vidas, las de sus familias, y todo con tal de tener el control de los territorios a los cuales el estado no llega, donde se siente el olvido y la desolación, no respetan, edad, sexo, o cultura ; tal como le paso a Pacaya, lo cual deja en vista la crueldad, el poder y la autoridad de estos grupos, que aún hoy en día continúan ejerciendo, y manteniendo, aumentando las secuelas de la violencia y el maltrato.

Otro fragmento que llama la atención es cuando menciona que “A los dos años me dijeron que visitara a la familia, pero de pasadita no más. Pero me dolía porque la visita duró apenas tres horas. Entonces ahí fue cuando pensé que me tenía que salir de ahí en algún momento”. (Historias de violencia y esperanza en Colombia, Banco Mundial, 2009). Reflejándose el dolor de tener que estar lejos de su familia y que muy seguramente él podía tener “este privilegio” por ser comandante del bloque séptimo del Guaviare, donde constantemente los derechos humanos son vulnerados y muchos guerrilleros no pueden volver a ver o a saber nada de sus familias, generando afectaciones a nivel biopsicosocial, alterando el ciclo vital de los sujetos, situaciones comunes en los casos de reclutamiento forzado.

Impactos psicosociales

Modesto, durante sus años como guerrillero, atravesó una crisis psicológica, al pasar por eventos traumáticos y exponerse a escenarios de violencia durante tanto tiempo, a lo cual

estos desbordan su capacidad de actuar y de tomar decisiones, lo que afectó gravemente su locus de control, su autoestima y su auto concepto, debido a una crisis circunstancial, fruto del contexto donde se encontraba laborando, este tipo de crisis alteran la composición emocional, al encontrarse con la sensación y posibilidad de pérdida, en este caso, Modesto sentía que podía perder a su familia como efecto secundario de pertenecer a las guerrillas, esto hace que el mundo se sienta extraño, confuso, donde el sujeto no se siente parte de él, por lo cual, lo percibe como un mundo amenazante y violento, lo que lo lleva a presentar fallas en su percepción, ya que no sabe cómo percibirse a sí mismo y a quienes lo rodean, ya no se identifica como parte de un grupo, y por ende no sabe a dónde acudir, y finalmente, la memoria se conforma como un nicho de emociones negativas, recuerdos violentos y escenas traumáticas que lo llevan a una posición de degradación, pérdida de la humanidad, así como ansiedad, miedo, enfado, tristeza, depresión y desesperación por no saber qué hacer.

A nivel cognitivo desarrolla bloqueos mentales, negación, sensación de impotencia, alteraciones de alerta, a nivel comportamental, puede desarrollar alteraciones del sueño, agresividad, aislamiento, pérdida del rol social, que lo pueden llevar a adoptar conductas desadaptativas.

A lo cual, Mahecha (2020) indica que “La violencia fruto del conflicto armado, tiene como objetivo fracturar el tejido social, afectando las redes de apoyo que existen en las comunidades, así mismo, esta situación no es particular, sino que se da como resultado de una situación intencionada, que busca aislar y limitar a los individuos” (p.14), lo anterior, permite reconocer el modo en que opera el conflicto, ya que aísla al individuo y los aleja de su círculo social y familiar, en miras a tener poder y control total de su vida, puesto de manifiesto en el caso de Modesto Pacaya, donde dice “Les mandaba a mi familia platica a escondidas, porque eso estaba prohibido. entonces me empecé a sentir muy mal porque

extrañaba a mi esposa y a mis hijos.” (Historias de violencia y esperanza en Colombia, Banco Mundial, 2009).

Voces desde un posicionamiento subjetivo

Slaikeu (1996) define crisis como “un estado temporal de trastorno y desorganización, donde el individuo es incapaz de controlar situaciones cotidianas, utilizando recursos psicosociales para solventar aquello que no le permite vivir y desarrollarse en plenitud”. (p.5)

A lo anterior, se puede evidenciar que desde un posicionamiento subjetivo existen las dos veces debido a que él es víctima desde el momento en que lo obligan a hacer el curso de militar y el sin querer hacer parte de la guerrilla lo amenazan con acabar su vida en caso de no aceptar, por lo que termina accediendo; a esto sumándole que es esclavo de las normas que rigen estos grupos donde deben estar alejados de sus familias, así pues Modesto se enfrentó a una crisis social, política y económica al no poder emplear sus propios recursos para tomar una decisión acorde a sus valores, sus necesidades y su proyecto de vida, lo que lo llevó a padecer sentimientos de tristeza, soledad y opresión, perdiendo su identidad y su rol en sociedad.

Desde la subjetividad del lugar de sobreviviente, Modesto manifiesta su deseo de desmovilizarse, y de emprender una nueva vida, cuando se acercó a los militares y se entregó, descubrió que valoraba su familia sobre todas las cosas, recuperó el sentido de sí mismo, y se propuso un nuevo propósito de vida, lo que se conoce como sentido de identidad preferida, lo cual proporciona la estructura para construir y forjar una historia diferente y enriquecida. (White, 2004, p.3)

En un segundo plano, cuando se reintegró con su familia, y pasó de ser un “desconocido”, a recuperar su rol como padre, proveedor y apoyo de su núcleo primario, tuvo la posibilidad de reconstruir sus redes de apoyo y mejorar las dinámicas familiares, aportando al desarrollo de su identidad, su auto concepto y autoestima, reconociendo la catarsis del

cambio, brindando una reorientación del proyecto de vía, y una reparación integral a los sentimientos de culpa, vergüenza, y pérdida que atravesó en su tiempo de reclutamiento.

Así mismo, en un tercer momento, cuando empezó a estudiar y terminó el bachillerato inició un proceso de readaptación a la vida civil, y reintegración a la vida económica, desarrollando habilidades y competencias ciudadanas, que contribuyen a propiciar espacios para la convivencia y la reconciliación, lo que a su vez, permite una mejor calidad de vida para él, su familia y la comunidad en general, consecuentemente, cuando obtuvo su proyecto productivo, fue capaz de tener solvencia económica, esto a su vez propicia la adopción de estilos de vida saludables, fortalece el bienestar social, comunitario, y mejora su autopercepción en sociedad, siendo que “la educación influye en todos los procesos del desarrollo y por ende, en todas las funciones de la conducta” (Vigosky, 1987), donde el individuo actúa como agente de cambio, previniendo la re victimización, la estigmatización y el aislamiento.

Imágenes dominantes de la violencia e impactos naturalizados

Cuando Pacaya menciona en su relato que se tomó un tinto tranquilo para que no sospecharan que se estaba escapando y que si se encontraba con alguien decía que estaba buscando a un guerrillero que había huido, hace ver que en esta zona es muy común ver a personas de grupos armados caminando normalmente por las calles y locales.

Donde además hacen ver naturalizado también que la guerrilla ofrezca trabajo a los campesinos y a la población haciendo ver como una forma de ganarse el sustento diario, sometiéndose a abusos, peligros; donde también en muchas ocasiones cuando reclutan mujeres las usan como objetos sexuales.

Posicionamiento resiliente

Desde el momento en el que toma la decisión de huir y jugarse la vida por escapar enfrentándose a culebras, caimanes, así como su voluntad de entregarse, y recibir apoyo para

sí mismo y su familia, desde allí, demuestra la capacidad de resiliencia y ese deseo de prevalecer a pesar de las experiencias traumáticas que le tocó vivir, las cuales indican un deseo de superación y de transformación psicológica, social, emocional, que lo ayudó y le permitió acceder a una nueva etapa de su proyecto de vida, pasando de ser un guerrillero, a un ciudadano activo de la sociedad.

Por otra parte, el embarazo de su esposa y la actitud propositiva de ambos, permitió reconstruir el vínculo y las dinámicas familiares, desde una postura de reintegración, sana convivencia y consolidación de factores protectores, necesarios para superar la perspectiva de víctima, y las secuelas físicas, psicológicas y sociales del trauma, apuntando a la formación de sistemas de bienestar y desarrollo integral; además “La reintegración permite al desmovilizado acceder a los derechos de educación, trabajo, apoyo integral, y accede a fondos de emprendimiento y desarrollo productivo.” (Consejo Nacional de Política Económica y Social, 2008, p.124). Por lo que Don Pacayá puede acceder a terminar su bachillerato y a poder articular su propio negocio un Mini mercado que le ayuda a salir adelante y tener sustento económico junto con su familia. ya que “para los individuos en proceso de reintegración la educación se convierte en un instrumento para obtener recursos ciudadanos y productivos, superando el sometimiento y la dominación, en contraste, cuando no adquieren una educación y una formación para laborar, no pueden desarrollar su identidad individual, y social” (ACR, 2014, tomado de la Educación de Personas en Proceso de Reintegración un medio para la Superación de la Vulnerabilidad, citado por Frasser, 2016, p.18).

Transmitiendo el mensaje de las segundas oportunidades, de que hay una luz de esperanza para cambiar el rumbo y volver a ser un ser humano con derechos y deberes, pasando de ser víctima a sobreviviente, convirtiéndose en ejemplo de superación y motivación para personas que quizás tienen que vivir esta misma situación.

Formulación de preguntas circulares, reflexivas y estratégicas.

Tabla 1.

Preguntas circulares, reflexivas y estratégicas.

Tipo de pregunta	Pregunta	Justificación desde el campo psicosocial
Circular	¿Aparte del amor por su familia que otros elementos en su vida, lo motivaron a tomar la decisión de desmovilizarse?	El proceso de desmovilización y reintegración a la vida civil es complejo, obedece a circunstancias únicas que deben ser tenidas en cuenta en cada contexto y cada individuo, en este sentido, Modesto manifiesta que su pilar principal para desmovilizarse es su familia, sin embargo, desde la terapia narrativa se considera relevante reconocer factores protectores y recursos psicosociales de afrontamiento que lo apoyaron, más allá de su familia, para lograr tomar esta decisión, siendo que se busca promover entornos de seguridad y estabilidad, para que pueda reintegrarse de manera más fluida a la sociedad, desligando la postura asistencialista que se suele generar en estos procesos, no se trata de asistir, se trata de acompañar para que el individuo desde sus

propios recursos pueda solventar el estado de vulneración, en miras a lograr un desarrollo integral.

Esta pregunta, además, articula la realidad con el proyecto de vida, permite que el sujeto analice su situación pasada, con aquellos elementos de valor que lo motivan y lo impulsan a seguir fortaleciéndose y formándose, así pues, se tiene que un proyecto de vida es “una estructura que un sujeto emplea para lograr sus metas en su ciclo vital, dando coherencia y forma a la existencia, que a su vez, brinda parámetros a seguir en su estilo de vida, sus relaciones y su visión de los hechos” (Arboccó, 2014).

Circular

¿Cuándo usted empezó a unirse nuevamente a su familia, que sentimientos tuvo?

En los procesos de reintegración es indispensable que el individuo se apoye en su núcleo primario, ya que la reconstrucción de los vínculos familiares son una parte esencial en el capital social, que reduce la posibilidad del fracaso en el proceso de reincorporación a la

vida civil, aportando de manera significativa al desarrollo humano del individuo, así como en la consolidación de un espectro emocional fuerte y duradero, siendo que el ámbito emocional es uno de los más afectados en el marco del conflicto armado, en tal sentido, esta pregunta le permitirá al sujeto reconocer sus emociones, pasadas y presentes, en un ejercicio dinámico que le permita expresar sus emociones tal cual suceden y sucedieron en ese momento, sin la obligación de justificar o explicarlas.

Consecuentemente, la terapia narrativa es una herramienta psicosocial que permite entrever al sujeto como parte y participe de un contexto que lo rodea, en medida que este relata a partir de su experiencia, en este sentido, en el caso de Modesto Pacaya, un indígena desmovilizado, se puede evidenciar que ha pasado por una situación de crisis, debido a su reclutamiento forzado, la lejanía con su familia, la ruptura del vínculo familiar y la unidad del sistema

primario.

A lo anterior, la pregunta formulada, busca obtener información importante acerca de la familia del individuo, como elemento de valor que lo ha llevado a darle sentido a su vida, y su existencia, reconociendo recursos psicosociales, y socio afectivos, relevantes en el proceso de desmovilización y reintegración a la vida civil y económica, recuperando su identidad, su percepción del yo, y su rol dentro de su sistema familiar, social y comunitario, creando además estrategias de afrontamiento y resiliencia, para superar el estado de vulneración, forjando dinámicas saludables, que garanticen un bienestar integral y una calidad de vida holística con sus necesidades y su proyecto de vida.

Circular

¿Quién de su familia se afectó más por esta situación y cómo lo afrontaron para superarlo?

La familia de Don Pacaya es bastante numerosa ya que menciona en su relato que está compuesta por 5 hijos más su esposa, no todas las personas procesan el dolor y las situaciones del mismo modo, aunque se enfrenten a la

misma situación, por lo cual es importante saber cuál integrante de la familia estuvo más afectado.

Siendo, que la familia, es un sistema en continua construcción, que se conforma no solo por sus miembros, sino también por las dinámicas de interacción que estos desarrollan entre sí (Espinal et al., 2004, p.17), y que en la exposición a eventos traumáticos tiende a resentirse y desintegrarse, por lo cual, recuperar y construir la conectividad entre sus miembros es inalienable para garantizar un desarrollo integral, y un abordaje psicosocial idóneo y garante con las necesidades tanto del individuo, como de todo el sistema en general, ya que es importante que se articulen y se comprendan aquellos procesos que inconscientemente se generan para solventar las consecuencias del conflicto, así pues, esta pregunta, busca definir los roles, comunicación, funcionamiento, interacciones y medios de organización, que dentro del sistema

familiar se han empleado como unidad y de manera circular para generar una responsabilidad compartida necesaria para procurar el cambio, la transformación psicoemocionales, y la adaptación, en este orden de ideas, Rodríguez et al. (2002) “señalan cómo la guerra en Colombia trastorna la vida de las familias, generando desconfianza entre las personas y pobreza en la comunicación intrafamiliar” (p.4)

Lo anterior, ya que la familia al ser un sistema vivo, se encuentra en constante transformación para dar respuesta a las exigencias de su medio externo (contexto) y su medio interno (como grupo), y que por ende, permite comprender como la familia se reorganiza, cuando un miembro o varios han pertenecido a un grupo armado, siendo que esto altera el funcionamiento y accede a nuevas dinámicas relacionales, necesarias para adoptar una nueva realidad.

Reflexivas	¿Cómo perteneciente a la cultura indígena Ticuna, qué recursos sociales y comunitarios lo apoyaron para superar su visión de víctima?	<p>Los recursos sociales y comunitarios son elementos de suma importancia para el afrontamiento de situaciones traumáticas, en este sentido, cada cultura al tener una identidad distinta, tiene sus propias reglas, creencias y formas de afrontar situaciones, por lo que por medio de esta pregunta se pretende recuperar la identidad y la cultura de Modesto, quien fue desarraigado de su territorio de manera cruel y arbitraria, por ende, esta pregunta apunta al reconocimiento y valorización de la cultura y la espiritualidad como factores protectores en los procesos de desmovilización, para proyectar así, una visión positiva y propositiva hacia una nueva realidad, como sobreviviente y como parte y participe de una nueva realidad.</p> <p>Es así, que desde la pregunta planteada, y desde la perspectiva terapéutica se busca facilitar el reconocimiento de recursos biopsicosociales, para que la víctima desde su propio empoderamiento y análisis pueda darse cuenta</p>
------------	---	--

de los elementos que puede emplear para superar el trauma, en este sentido se busca que la víctima exteriorice aquello que ha reprimido, al mismo tiempo que se hace consciente de aquellos elementos que le dan valor a su vida, buscando la reconfiguración del vínculo negativo hacia uno positivo, como respuesta al trauma, no se trata de olvidarlo sino de modificarlo, extrayendo aquello importante para construir y desarrollar el sentido de sí mismo, re asociando la memoria disociada, consolidando nuevas prácticas para vivir, elementos de gran importancia, para que el sujeto reconozca y forme cimientos estables a partir de las relaciones sociales, culturales económicas y políticas, dando sentido a la existencia y la estética del vivir.

A lo anterior, y teniendo en cuenta la importancia de las minorías étnicas, en este caso la Etnia Ticuna, quienes poseen una cosmovisión propia de la vida y el conflicto, se resalta que “la

memoria es indispensable no solo para comunicar sino también para reconstruir, permite que desde lo ocurrido se pueda fortalecer la protección de la cultura, como emblema de nosotros los pueblos indígenas”. (Afirmación del pueblo Ticuna en minga de pensamiento de trabajo de campo, abril de 2013, citado por Hernández, 2012), en este sentido, el rasgo propio de pertenecer a una comunidad indígena es una herramienta para la superación del rol de víctima, hacia una perspectiva del yo como un ser valioso, siendo que la memoria sagrada, debe ser entendida como un mecanismo de reconstrucción de lo perdido, y reconfiguración de las redes sociales y comunitarias en miras a garantizar un proyecto de vida integral, y la conformación de una identidad con dignidad.

Reflexivas

¿A partir de sus experiencias, cómo se visualiza dentro de la sociedad ahora que se encuentra estable con su familia y

” La reintegración de los individuos, parte de la restauración social y familiar, necesaria para volver a la sociedad como partícipes de ella, así como ciudadanos con

por qué?

deberes y derechos, elementos necesarios para garantizar su éxito en la reinserción en los sistemas que conforman a la comunidad. (Solís, 2005).

Por tanto, esta pregunta accede a la reflexión y comprensión crítica y asertiva del proceso de reinserción no solo del excombatiente, sino también de su familia y comunidad, pretende que el individuo identifique su rol y posición en una nueva realidad alejado del conflicto, toda vez que comprende su identidad y participación activa en la transformación social, esto además limita la posibilidad de reincidencia, y permite que el sujeto valore su proceso, como un evento positivo que lo ha llevado a desarrollarse como ser humano, tal como lo demuestra Modesto al haber estudiado, y obtenido su proyecto productivo, con el objetivo de garantizar su solvencia económica y la de su familia, un factor de éxito que garantiza mejores oportunidades

laborales, mejora la autoimagen, fortalece la autoestima, mitiga la posibilidad de presentar violencia intrafamiliar, y genera dinámicas de interacción en marcadas en el dialogo, la empatía y la escucha atenta, por ende se considera de suma importancia este tipo de pregunta, donde es el sujeto quien se visualiza y se coloca en una posición de bienestar, a partir de su trabajo y deseo de salir adelante, esto permite cambiar la percepción de víctima, rompiendo la estructura asistencialista, hacia una perspectiva de empoderamiento y productividad.

Como hemos dicho antes, este proceso es relevante, ya que “la generación de capacidades que faciliten la inserción económica de los excombatientes a través de alternativas productivas sostenibles o vinculaciones laborales en el marco de la legalidad” (Tovar,2018), permite superar la dificultad, la estigmatización, el rechazo, las amenazas y la desolación.

Reflexivas

¿Si usted hablara con su hija Hillary Audrey dentro de cinco años que le gustaría que conociera de las habilidades y potencialidades que han fortalecido como familia y como están avanzando hacia este futuro?

La proyección es un instrumento de planificación y desarrollo emocional que permite a un sujeto situarse en un bosquejo de cómo será su vida si toma una determinada decisión, y así es capaz de comparar el pasado y el futuro con base en las mismas. (Soria, 2019, en Claves para proyectar cambios en tu vida y no sucumbir en el intento)

Esta pregunta se consolida para que el sujeto sea consciente de que los procesos y decisiones que está realizando tienen un impacto a futuro, así mismo, la proyección permite dar apertura a nuevas conexiones, que observen el pasado como un aprendizaje y visualicen el presente como una vida distinta, que le permite ver como desde el self, y el modo en que han nutrido y han construido herramientas para superar la experiencia traumática, donde el terapeuta apoya a la persona en el reconocimiento de aquello que tiene valor en su vida y que le acceden a transformar su historia,

		<p>desde una postura de víctima, hacia una de sobreviviente, valorando aquellos elementos psicológicos, emocionales, sociales, culturales, políticos y económicos que le han impulsado a gestionar y engranar elementos para su bienestar y el de su núcleo familiar.</p>
Estratégicas	<p>¿Cómo considera que puede mejorar las memorias generadas durante su tiempo de reclutamiento junto a su familia y que esta situación nunca más les haga daño?</p>	<p>La presente pregunta, permite que el sujeto pueda relatar desde el saber y la expresión oral y escrita, generando narrativas colectivas, que apuntan a la reparación del tejido social, cultural y económico, reconociendo las memorias del dolor, haciendo plausible la expresión artística como medio para alcanzar una mejor comprensión de la paz, en la búsqueda de la aceptación de la diversidad, la reconstrucción de la realidad y la reconciliación, siendo que el arte y la cultura son elementos inalienables en la superación del conflicto y en la conformación de estructuras psicosociales sólidas, a partir de la revolución del orden social, sin orillar al individuo a aceptar su situación de</p>

víctima, sino convirtiéndolo en un ser que desde sus propios recursos puede posicionarse en un medio crítico para transformar su sufrimiento en positivo, aportando a la mejora de los escenarios subjetivos y procurando el bienestar integral de los implicados como meta en los procesos de intervención.

En este sentido, Sierra et al (2019) “investigando en comunidades, redes de apoyo y excombatientes, encontraron que para que un ejercicio de desmovilización sea benéfico, esto depende en gran medida de las relaciones que el sujeto desarrolla con su entorno ” (p.4), especialmente en el núcleo familiar, el cual se ha visto supremamente afectado por el conflicto, pero que desde sus recursos socio afectivos, se han unificado para superar el trauma y apoyarse, en los procesos de reintegración y restitución de derechos, en miras a prevenir conflictos en las dinámicas familiares, desde la flexibilidad, el respeto, la empatía y la reciprocidad.

Estratégicas

¿Qué metas tiene proyectadas a largo plazo dentro de su proyecto de vida?

Esta pregunta se genera con el objetivo de que el sujeto plantee su proyecto de vida tanto a nivel individual como familiar, adquiriendo conocimientos y competencias necesarias para comprender su importancia en la comunidad, recuperando su identidad, generando un proyecto sostenible y sustentable, con capacidad de reflexión, crítica y análisis, que desarrolle en él, el deseo de aprender, de continuar formándose, no solo desde habilidades para el trabajo productivo, sino además para constituirse como un ser espiritual, con sentido ético, con valores y principios destinados al buen vivir, encontrado soluciones mancomunadas en la búsqueda de objetivos comunes, desde el ser como individuo, y desde el ser como parte de un sistema, en este caso su familia, y la sociedad en general.

Lo anterior, ya que se “espera que el sujeto se incorpore, a través del desarrollo social y productivo, teniendo como base sus pre saberes, para que se pueda desenvolver en

plenitud ” (Villa Gómez, 2012, p. 20).

Estratégicas	¿Qué puede aportar desde su experiencia para reducir los casos de reclutamiento forzado y apoyar a la mejora de los escenarios de violencia en su comunidad?	La pregunta estratégica planteada, busca informar a la persona con el objetivo de enriquecer su identidad, en este sentido, se pretende que el individuo a partir de su experiencia pueda reconstruir su futuro, fomentando la vinculación positiva y la transformación social, reconociendo en su historia de vida, fortalezas, habilidades, potencialidades y herramientas, así como elementos que puede aportar a la mejora de la sociedad, siendo que el liderazgo social comunitario es un recurso psicosocial de gran impacto, en la mejora de los escenarios de violencia, así pues el individuo es capaz de reconocer en su historia de vida, fortalezas, habilidades, potencialidades y herramientas, así como elementos que puede aportar a la mejora de la sociedad, siendo que el liderazgo social comunitario es inalienable en los procesos de reintegración, reinserción y no repetición de la
--------------	--	---

violencia, así pues, “el liderazgo es fundamental para fortalecer el contexto socio cultural, a través de la coordinación de procesos colectivos, los cuales dignifican, impactan, y aportan de manera significativa, en la calidad de vida de individuos y comunidades, acciones, que deben ser generadas desde la comunidad misma, para que sean apropiadas, aceptadas y ejecutadas” (Mahecha, 2020, p.111).

Así mismo, Kaplan y Neussio (2015) indican que “la participación comunitaria, es esencial en los procesos de reintegración, para augurar éxito y desarrollo de manera paulatina y provechosa”. (p.4).

Fuente: Autoría propia

Análisis y presentación de estrategias de abordaje psicosocial para el Caso de Peñas Coloradas

El olvido a manos del estado

A continuación, se expone el caso de Peñas Coloradas, en este se encuentra una comunidad de la región del Caquetá, en la narración se encuentra un testimonio que muestra diversas etapas en las que se vieron expuestos los campesinos de esta zona, donde en la búsqueda de tener una vida digna, trabajaban desde su conocimiento y aprovechando los recursos que les brindaba la tierra, para obtener el sustento diario, así pues, se dedicaron a cultivar maíz, plátano y en menor medida a la pesca.

Sin embargo, pese a todo el esfuerzo de la comunidad por sacar adelante sus emprendimientos, esto no fue posible ya que, no contaban con los recursos necesarios para comercializar sus productos.

El estado los tenía totalmente en el olvido y en este punto es donde cambian sus cultivos por la hoja de coca lo cual era lo que, sí generaba ganancias, esto les brindaba una economía estable y se fortalecieron como comunidad, sin embargo, junto a estos cultivos llegó la guerrilla los cuales les brindaron cierta seguridad, en este punto la comunidad vivía en armonía.

Con el paso de los años continuaron fortaleciéndose como comunidad lo cual los unió para realizar marchas donde solicitaban al gobierno que los apoyaran para sustituir los cultivos de coca por cultivos agrícolas, que era lo que realmente anhelaban, tener cultivos lícitos, sin embargo, no fueron escuchados ni apoyados, por el contrario, cuando el gobierno los tuvo en cuenta fue para atacarlos y llegar a esta región a acabar con todo, acusándolos de ser cómplices de la guerrilla, desde entonces se encuentran desplazados, olvidados y sin poder regresar a sus territorios.

Emergentes psicosociales

Esta problemática nace de la indiferencia estatal, en el cual el pueblo ha sido ignorado por ocho años, de ahí se desprenden todos los hechos y procesos presentes en esta situación. Inicialmente se presenta la captura de una guerrillera y con base a esto el estado afirma que el pueblo de Peñas Coloradas es de las FARC.

Dos meses después el 25 de abril del 2004, se hace un acto de presencia por parte del estado, pero más que un acto de presencia este fue un acto militar, el cual estuvo acompañado de fuego cruzado entre las FARC y los militares, dejando al pueblo en el campo de batalla, todos terminaron heridos por las esquirlas; esto dejó en claro que no venían a reconocerlos como pueblo sino a dismantelarlos como "aliados de las FARC"; esto desató en la comunidad una profunda decepción y preocupación en cuanto al futuro de su gente y su territorio; todo esto acompañado de un miedo latente de ser asesinados en cualquier momento. Junto con el dolor de ver como sus derechos son vulnerados por las Fuerzas Militares, pertenecientes al Estado, que se supone deben brindarle seguridad y protección al pueblo colombiano, así pues como emergentes psicosociales, se encuentra que su subjetividad ha sido gravemente afectada, pues su vida se había visto marcada por la sangre y la guerra, desligándolos de su cultura, de su territorio, denigrándolos como víctimas, en un proceso socio histórico que jamás debió haber sucedido, pero que en la soberbia de los poderosos, era más sencillo.

Seguidamente, en la madrugada del 26 de abril, los sacaron a todos de sus casas y los amenazaron con motosierras, en horas de la tarde ya no quedaba nada del caserío, y ahí comenzaron con los desplazamientos y amenazas por parte de los militares los cuales afirmaban que se les iba a aplicar la ley 30, obligándolos a abandonar su territorio, que durante muchos años construyeron con esfuerzo y dedicación. Acompañados del miedo a enfrentar un futuro incierto, a ser rechazados y victimizados, nuevamente, perdiendo su

trabajo, su vida, su dignidad, exponiéndolos a un nuevo entorno que no conocían, naciendo sensaciones de inseguridad, precariedad y pérdida.

Luego, se presentó una persecución militar, con los conocidos falsos positivos, en donde el estado les pedía resultados, los resultados en este caso eran capturas y torturas, sin justificación, solo por pertenecer al pueblo Peñas Coloradas, esta situación se facilitó, no solo por la marginación estatal y la opresión militar, sino además, a la vulneración que enfrentaba el pueblo, al perder su unidad, y su desarrollo en la cotidianidad, víctimas, desplazados, sin techo y con hambre, a esto se le agrega que el estado fue el principal violador de sus derechos como seres humanos, olvidando que: “A todas las personas se les deben garantizar los mismos derechos y oportunidades, deben ser tratadas con igualdad, sin estar sometidas a ningún tipo de discriminación, ya sea por su raza, género, opinión política o ideología de vida”. (Constitución Política de Colombia, 1991, Art. 13), pero que en papel quedó todo lo que lucharon, perdiendo su dignidad, su subjetividad, y resignándose a escapar para poder sobrevivir.

Sin embargo, el pueblo no se rindió y luchó diplomáticamente, acompañado de comisiones de derechos humanos, incluso acompañados de personas extranjeras, sin lograr nada ya que aún seguían siendo ignorados. En el 2009 se les quitó el territorio por 10 años. Y en el 2018 se les renovó por otros 10 años, es el contrató a las fuerzas militares, lo cual le generó a la comunidad desconsuelo, estrés, impotencia, sensación de vulnerabilidad, al ver como el Estado se apodera de su territorio y al día de hoy son ignorados, y no han podido retomar su vida con tranquilidad.

Impactos al ser estigmatizados

Ahora bien, el hecho de que esta población sea considerada un actor armado, genera impactos como: Que el estado colombiano los vea como un enemigo político, lo cual va de la mano con la muerte de muchos campesinos víctimas de los llamados falsos positivos,

violación de derechos humanos, agresión por parte de las fuerzas armadas, el desplazamiento forzado parcial o total de la comunidad; junto con esto muchas personas humildes, trabajadoras, fueron torturadas y posteriormente asesinadas, al ser consideradas cómplices de las FARC.

En cuanto a los impactos psicológicos, esta situación desató, miedo, ira, frustración, depresión, ansiedad, inseguridad e inestabilidad emocional. También fueron víctimas de acoso psicológico, violencia física y verbal, sufriendo de rechazo, estigmatización, vulneración de derechos humanos, constante intimidación por parte del estado y las fuerzas armadas, siendo ignorados y olvidados. Como consecuencia los proyectos de vida de los integrantes de la población de Peñas fueron alterados junto con su estabilidad física y emocional, y la pérdida de seres queridos, todo esto en base a la estigmatización, la opresión y la dominación.

Acciones de apoyo en situaciones de crisis

Es importante en estos casos proponer acciones de apoyo en situaciones de crisis, teniendo en cuenta la magnitud de los hechos que se presentaron en Peñas Coloradas, en este sentido, junto a su población y en compañía de un equipo psicosocial, se propondrán dos acciones de apoyo, la primera se encamina hacia la implementación de primeros auxilios psicológicos (PAP). En palabras de Ramírez (2014) se comprende como el “conjunto de estrategias que ejecuta un equipo interdisciplinario al presentarse un suceso inesperado de carácter crítico, estos tienen por objetivo disminuir las consecuencias negativas en la salud mental de las víctimas” (p.7).

Aportando calma, ayuda y regulación emocional, abordado desde dos pasos, el primero, identificar mediante un cuestionario la población víctima del conflicto armado, edad, sexo, escolaridad, entre otros. Esto nos dará una visual de la población a tratar y demostrara el interés de los expertos por comprender y acompañarlos en su pérdida, así

mismo, brinda un panorama general de cómo abordarlos y como no re victimizar a los afectados, es importante resaltar que los primeros auxilios psicológicos son indispensables ya que estos permiten comprender el nivel de tensión, reacción y afectación de las víctimas en el marco del conflicto, así como las estrategias que deben tomar para afrontar esta situación, teniendo en cuenta sus necesidades, y las etapas del ciclo vital, para recuperar sus funciones mentales, físicas, y emocionales básicas, para su debido funcionamiento como seres humanos.

En el segundo paso, será un diálogo y escucha activa a la población esto de la mano con elementos psicológicos que los ayuden a ver la posibilidad de un futuro próspero, contando con sus habilidades y fortalezas, dándoles una luz de esperanza, y medios para que desde los recursos de afrontamiento puedan superar el estado de vulneración, hacia una nueva realidad, lejos de la violencia, retomando su identidad.

Como segunda acción, constituir una red de apoyo, en donde las personas de esta comunidad, den un espacio al diálogo participativo y la reflexión, esto generará un ambiente de confianza, en donde se sientan libres de expresar lo que sienten y al mismo tiempo escuchar a los demás. Este vínculo genera fuerza en la comunidad e incluso puede aportar a la construcción de una solución en conjunto, que garantice su estabilidad emocional, manifestando tranquilidad, ya que si bien son víctimas de un conflicto, tienen la oportunidad de reconstruir su vida, controlando sus impulsos, y emociones negativas, tales como la ira, la vergüenza, la culpa, el miedo, la melancolía y la repugnancia por los hechos sucedidos, confiando en sí mismos y en sus capacidades de liderazgo y reconstrucción, tal como lo hicieron una vez en Peñas Coloradas al construir una comunidad sólida, pueden volverlo a hacer, dando apertura a nuevos procesos psicológicos, sociales, culturales, políticos y económicos, como mecanismos de defensa y desarrollo ante el trauma y la desolación.

Estrategias de afrontamiento

Tabla 2.

Estrategias psicosociales

Estrategia	Nombre	Descripción fundamentada y objetivo	Fases-tiempo	Acciones por implementar	Impacto deseado
1	Regulando mis emociones.	<p>Bisquerra (2001) expone que una emoción es “una respuesta física o mental que brinda un organismo, ante un evento externo o interno, que genera un cambio en el estado anímico del individuo” (p. 61).</p> <p>En este sentido, se entiende que regulación emocional “es la capacidad de un sujeto de poder sentir y experimentar todas sus emociones, sin necesariamente sucumbir a ellas, es decir, que tiene la oportunidad de analizar, reflexionar y decidir sobre cómo abordar sus emociones y los eventos que las desencadenan, para no generar malestar o represión en el mismo y las personas que le rodean” (García-Fernández y Giménez-Mas, 2010).</p> <p>Objetivo: Fortalecer la inteligencia emocional como recurso de afrontamiento, para</p>	<p>Primer (1) Fase.</p> <p>Identificación de la comunidad víctima del conflicto armado.</p> <p>Empleando la entrevista como técnica de recolección de datos.</p> <p>Tiempo: 3 días.</p> <p>Segunda (2) Fase.</p> <p>Implementación de la acción psicosocial. En compañía de un psicólogo experto en tres (3) secciones, hará énfasis en las emociones. En la primera (1) identificará las emociones: alegría, la tristeza, el enfado, el miedo, el asco, la admiración, la sorpresa, la curiosidad, la culpa y la seguridad.</p> <p>En la segunda (2) identificar las técnicas de regulación emocional: Respiración:</p>	<p>Acción 1:</p> <p>Identificación de la población víctima del conflicto armado y que presente inestabilidad emocional, empleando la entrevista semiestructurada, como técnica de recolección de datos. Ésta se llevará a cabo de manera individual, puerta a puerta.</p> <p>Acción 2:</p> <p>Reconocida la población víctima del conflicto armado, se reunirán las personas en el salón comunal y en compañía de un psicólogo experto, se les dará una charla, dando a conocer las emociones, tales como: la alegría, la tristeza, el</p>	<p>Impacto acción 1.</p> <p>Recolección de información detallada sobre datos sociodemográficos e identificación de factores psicosociales presentadas a causa del conflicto armado.</p> <p>Impacto acción 2. Que exista una interacción entre las víctimas del conflicto armado, generado desde la empatía y el respeto; donde puedan identificar y manejar de forma adecuada sus emociones, aprendiendo técnicas</p>

canalizar correctamente las emociones.	<p>inhala y exhala (cerebro se oxigena, ayuda a bajar la presión arterial. -Trate de recordar sus virtudes y éxitos (Erradica el pensamiento negativo). -Piensa en tu futuro inmediato (ayuda a recuperar el autocontrol). -Practicar actividades que produzcan placer (cocinar, película, leer etc.). Una tercera (3) actividad, cada participante desarrollara una técnica durante una semana y realiza un diario. Tiempo: 10 días.</p>	<p>enfado, el miedo, el asco, la admiración, la sorpresa, la curiosidad, la culpa y la seguridad. En un segundo encuentro, con las víctimas del conflicto armado, se les dará a conocer las técnicas de regulación emocional: Respiración: inhala y exhala (cerebro se oxigena, ayuda a bajar la presión arterial. -Trate de recordar sus virtudes y éxitos (Erradica el pensamiento negativo). -Piensa en tu futuro inmediato (ayuda a recuperar el autocontrol). -Practicar actividades que produzcan placer (cocinar, película, leer etc.). La importancia de aprender a regularlas y</p>	<p>de respiración, permitiendo que las personas se empoderen de actitudes y pensamientos positivos, donde se tenga la capacidad de autorreflexión y proyección hacia el futuro aumentando la motivación para la ejecución de actividades generando un autocuidado a nivel físico y mental.</p>
	<p>Tercera (3) y última Fase. El Psicólogo profesional, por medio de la técnica de análisis de contenido, analizara el impacto que generó la técnica de regulación de emociones, basado en el diario que los participantes elaboraron.</p>		

como estas contribuyen a la potenciación de recursos de afrontamiento frente a experiencias traumáticas.

Acción 3. Cada participante en casa, desarrollará una técnica durante una semana y realiza un diario, donde registre los posibles cambios percibidos durante la aplicación de la técnica.

Acción 4. El psicólogo profesional realiza una evaluación , para conocer el impacto que generó la estrategia psicosocial en la población en la cual se llevó a cabo, para tal fin, por medio de la técnica de análisis de contenido, éstos se harán de manera cualitativa.

Impacto acción 3. Aplicación de las técnicas de respiración, donde se genere un posible hábito mediante el auto-reconocimiento y autoevaluación del impacto personal a la hora de regular alguna emoción.

Impacto acción 4. Conocer la efectividad de la aplicación de la estrategia , para que pueda llegar a servir de guía o de réplica para continuar aplicándola en las comunidades víctimas del conflicto armado.

Estrategia 2	Nombre	Descripción fundamentada y objetivo	Fases-tiempo	Acciones por implementar	Impacto deseado
	Tu centro de escucha	Escuchar a las víctimas es un proceso que aporta tanto al esclarecimiento de los hechos generados durante el conflicto, como a la reconstrucción del tejido emocional y psicológico de las víctimas; esta herramienta psicosocial permite que las víctimas se sientan escuchadas y es un coadyuvante en el restablecimiento de derechos y en el camino hacia la sanación, en tanto también rompen los paradigmas del silencio impuesto por el estado y las fuerzas militares, el mismo silencio que emplearon como arma para perpetuar la guerra, y mantener el control sobre la tierra de los habitantes de Peñas Coloradas, así pues, esta situación y escenarios traumáticos pierden poder sobre las víctimas cuando estas son capaces de hablar con libertad e interactuar con otros, tanto profesionales, como con	<p>Primer (1) Fase: Estructuración del centro de escucha y búsqueda de lugar e insumos para las actividades. Tiempo 1 mes</p> <p>Segunda (2) Fase: Invitación para que las personas se incorporen al centro de escucha. Tiempo 1 semana.</p> <p>Fase 3. Se pacta con la comunidad días y fechas para la realización de las actividades.</p> <p>Cuarta (4) Fase. Realizar presentación oficial del centro de escucha, y de los profesionales en psicología y de las personas que harán parte del grupo, para el inicio de actividades.</p> <p>Tiempo: Dos días</p> <p>Quinta (5) Fase. Desarrollo de las narrativas grupales, En compañía de un psicólogo con experiencia en el manejo de víctimas del</p>	<p>Acción 1. Realizar invitación por medio de infografías informativas y poster en sitios estratégicos de la comunidad, para que las personas se vinculen y comprendan la importancia de asistir a este tipo de encuentros.</p> <p>Acción 2: Exponer a la comunidad de Peñas Coloradas el objetivo del centro de escucha generando un contexto de confianza y espacios seguros, para el manejo de la inestabilidad emocional, el miedo, la crisis de identidad y la dependencia que posee la comunidad de Peñas Coloradas, del evento traumático, para que puedan desligarse de estos procesos.</p>	<p>Impacto acción 1: Se espera que los habitantes de Peñas Coloradas cuenten con un espacio donde puedan acudir en el momento que lo requieran y reciban la ayuda pertinente de acuerdo a sus necesidades contribuyendo positivamente en su salud mental, mediante el desarrollo de la escucha.</p> <p>Impacto acción 2. Se logra generar interés por parte de la comunidad para asistir al centro de escucha.</p> <p>Impacto acción 3. Se obtiene información precisa de la</p>

<p>otras personas que han padecido lo mismo que ellos, lo que brinda una sensación de comprensión, confort y estabilidad, ayuda a dejar ir paulatinamente el dolor y permite soñar con la posibilidad de la paz y un nuevo amanecer. Saúl Franco, comisionado de la verdad, expone que, así como las heridas en el cuerpo deben desinfectarse para que puedan cicatrizar, aquellas que se llevan en el alma y en el corazón, también deben contarse para sanar. (Comisión de la verdad, escuchar a las víctimas, sanar, resistir y no repetir, 2021 https://rutasdelconflicto.com/especiales/escuchar-a-las-victimas/)</p>	<p>conflicto armado, durante dos sesiones semanales. A partir de la aplicación de las entrevistas semiestructuradas de forma individual, el equipo psicosocial procederá con talleres psicoeducativos acerca de la memoria y el vínculo, donde participantes y expertos compartirán historias y relatos ocurridos en el marco del conflicto, pero no solo esto, a su vez, los expertos guiarán los relatos de modo tal que las víctimas puedan identificar recursos psicosociales de afrontamiento, que los han apoyado durante su proceso, y como fortalecerlos para que les permita reconocer sus emociones, el vínculo que poseen y las herramientas que deben desarrollar, para continuar fortaleciéndose.</p> <p>Tiempo: Un mes</p>	<p>Acción 3. Realizar entrevistas semiestructuradas de forma individual con el fin de contar con la información pertinente referente a sus datos sociodemográficos, estado emocional y expectativas a futuro.</p> <p>Acción 4. Desarrollo de talleres grupales donde puedan interactuar con sus experiencias de vida y que han realizado para ante ponerse a las situaciones, se busca reconocer las emociones y potenciar factores protectores entorno a estas, para mitigar las secuelas del conflicto.</p> <p>Acción 5. Se hace entrega de una agenda a cada usuario con el fin de usarlo como herramienta de manejo</p>	<p>comunidad respecto a sus datos de identificación, estado emocional y planes a futuro.</p> <p>Impacto acción 4. Con el acompañamiento de los profesionales, se construye con las víctimas espacios de dialogo indispensable en los procesos de sanación, que desarrollan la catarsis se logra que la comunidad se integre desde sus experiencias fortaleciéndose como individuos y comunidad.</p> <p>Impacto acción 5. Se fortalecen en su aspecto mental y emocional, mediante la reflexión escrita donde logran comprender sus</p>
--	--	---	--

<p>salud física, que les permita desarrollar fortalecimiento emocional, escucha activa, dialogo mediado y adopción de conductas saludables, en miras a mejorar su gestión emocional, y desarrollo físico mental, para prevenir y mitigar afectaciones en su salud mental, social, física y familiar. Por medio de escenarios de dialogo, escucha, reconstrucción de la memoria, e interacción, que permite la narrativa y composición de historias sobre lo ocurrido en los escenarios de violencia, y los medios y métodos que han empleado para superar el evento traumático, para reconstruir sus vidas y salir adelante con sus familias.</p>	<p>Sexta (6) Fase: Primera Etapa: Auto registro emocional, trata de que los participantes lleven un registro detallado de sus emociones, situaciones que vivencian cotidianamente y como abordan dicha situación, es una herramienta ideal en el fortalecimiento emocional y el desarrollo mental de los individuos. Segunda (2) etapa: Charla psicoeducativa tips de resiliencia y autocuidado. Tiempo: Dos meses Séptima (7) Fase: Evaluación del impacto. Tiempo: Un mes.</p>	<p>de emociones donde plasmara lo que siente, que genera esta emoción, que reacciones tiene en dicho momento y las consecuencias. Lo anterior con la finalidad de reconocer las emociones y gestionarlas de una manera edificante. Acción 6. Exposición de Tips de resiliencia y autocuidado como: Alimentación saludable, ejercicio y técnicas de meditación, a cargo de los especialistas en cuidado físico, y los psicólogos.</p>	<p>emociones y gestionarlas de manera edificante y constructiva.</p> <p>Impacto acción 6. Los profesionales en salud física y mental brindan Tratamiento mediante técnicas de autocuidado que se pueden realizar desde sus espacios y la cotidianidad, fomentados hábitos saludables de alimentación, ejercicios físicos higiene del sueño entre otros.</p> <p>Impacto acción 7. Se realiza análisis cuantitativo y cualitativo. Se logra la consolidación de entornos seguros para evitar el asistencialismo, la</p>
---	--	--	---

Estrategia 3	Nombre	Descripción fundamentada y objetivo	Fases-tiempo	Acciones por implementar	Impacto deseado
		resiliente.			dominación, la re victimización y la repetición de los hechos.
	Proyecta un nuevo horizonte	El proyecto de vida es “una estructura que un sujeto emplea para lograr sus metas en su ciclo vital, dando coherencia y forma a la existencia, que a su vez, brinda parámetros a seguir en su estilo de vida, sus relaciones y su visión de los hechos” (Arboccó, 2014), en este sentido, la presente estrategia se consolida para poder fortalecer recursos psicosociales de afrontamiento en torno al proyecto de vida, como el máximo exponente de superación en escenarios de violencia, puesto que este permite que desde el empoderamiento, los sujetos sean dueños de sus vidas, puedan tomar decisiones, y emplear sus propios recursos en la adopción de conocimientos necesarios para la vida, que permitan a su vez, la	<p>Primer (1) Fase: Ubicación y consolidación del lugar donde se va a desarrollar las estrategias, así como alistamiento de insumos para la realización de las actividades Tiempo: 1 mes</p> <p>Segunda (2) Fase: Invitación e inscripción de las personas para participar de las actividades, en los tiempo y días planteados, se contará con dos horarios, uno en la mañana y otro en la tarde. Tiempo 1 semana.</p> <p>Tercera (3) Fase: Presentación del personal a cargo de las acciones, un psicólogo con experiencia en</p>	<p>Acción 1: Invitación a la comunidad a participar, por medio de posters colocados en los lugares más concurridos de la comunidad y plegables entregados puerta a puerta, con los horarios y objetivos del programa.</p> <p>Acción 2: Entrevista semiestructurada grupal, que permita el intercambio de narrativas y sentires, se busca desentrañar las emociones del duelo inconcluso y encaminar a los participantes hacia el logro en la</p>	<p>Impacto acción 1: Generar acercamiento con la comunidad, facilitar la realización de actividades y ampliación de la población que se desea abordar.</p> <p>Impacto acción 2: Acompañar e intervenir desde el dialogo mutuo, para el desarrollo de recursos de afrontamiento, obedeciendo a la diversidad de género, edad, grupos étnicos, entre otros, propios de</p>

<p>formación integral, social, emocional y física, necesaria para acceder a educación, a una vida digna y a el crecimiento en entorno y ambientes sanos, para prever protección, y prevención en la adopción de conductas de riesgo, tales como drogadicción, deserción escolar, violencia intrafamiliar, embarazos adolescentes, entre otros. Esta estrategia se generará en apoyo de un equipo psicosocial conformado por psicólogos y trabajadores sociales, quienes tendrán la responsabilidad durante cuatro meses de escuchar a las víctimas, apoyándolas en la superación del duelo, la pérdida de identidad, de sus territorios, y la puesta en marcha de metas, en su proyecto de vida, con la finalidad de aportar a la consolidación de escenarios comunitarios positivos y benéficos, que aporten al restablecimiento de derechos, la no re victimización, la integración</p>	<p>derechos humanos, manejo emocional y terapia Gestalt. Un trabajador social, con experiencia en manejo de víctimas en escenarios del conflicto armado. Tiempo: Dos semanas. Cuarta (4) Fase: Inicio de las acciones, primera acción aplicación de entrevista semiestructurada, El psicólogo experto junto a la trabajadora social, procederán a dar definición del duelo, etapas y procesos de asociación, durante dos sesiones semanales, durante un mes. Luego hablaran sobre la superación de la perdida, como continuar su vida luego de la perdida, como hacer la transición del campo a la ciudad, reconocimiento de las etapas del duelo, emociones encontradas, como lidiar en familia, como cambian las dinámicas familiares, los</p>	<p>identificación de sus emociones y la correcta canalización emocionales. Acción 3: Identificar las etapas del duelo, negación; del porque me pasa a mí, ira las causas, negociación mejorando los objetivos, depresión si se mantiene en vacío y tristeza, aceptación o rechazo, definición del cambio con sus consecuencias. Acción 4: Desarrollo del taller psicoeducativo proyecto de vida, iniciando con una explicación sobre el autoconocimiento, la importancia de</p>	<p>comunidades que se han visto desprotegidas y vulneradas en el marco del conflicto armado. Impacto acción 3: Fortalecer el desarrollo emocional que conduzca a la adaptación, mitigando los efectos del dolor, propios de la exposición a escenarios de violencia Impacto acción 4: Se busca restituir a través de la enseñanza, el empoderamiento, y la toma de decisiones, y la motivación, en miras a mejorar la calidad de vida de la comunidad, con el objetivo de disminuir la posibilidad</p>
---	--	---	--

<p>social comunitaria, y el empoderamiento individual y colectivo, para garantizar una atención total.</p>	<p>roles e identidades, entorno a las culturas y contextos, se realizarán, dos sesiones semanales durante el siguiente mes.</p>	<p>conocerse, los gustos, los disgustos, las habilidades, para que somos buenos, para que somos malos, la importancia de ingresar al sistema educativo y de continuar con un proyecto de vida, definición, características, metas a corto, mediano y largo plazo, relevancia del proyecto de vida, como los puede apoyar a superar la estigmatización, el rechazo, la opresión del estado, como pueden ser dueños y tomar las riendas de su destino.</p>	<p>de presentar maltrato. De este modo: “Los derechos son los medios para la realización de la vida con dignidad mientras el proyecto de vida incorpora los fines que el sujeto busca realizar en su entorno social. Sin estos fines, la vida carece de sentido y los derechos mismos pierden su función” (Corte Interamericana de Derechos Humanos, 1999, p.49).</p>
<p>Objetivo: Promover el desarrollo humano integral, a través del proyecto de vida, la mejora de los vínculos y la superación del duelo como pérdida de la identidad y los territorios.</p>	<p>(Dos meses.) Quinta (5) Fase: Reconstrucción de proyectos de vida con un taller donde se fomente los autocuidados con la meditación y dibujando sobre una tarjeta a mano en forma de cámara donde dibuja cada suceso reflejando el pasado el presente y como verse en el futuro, sus potencialidades, habilidades, gustos, disgustos. Tiempo: Dos meses. Sexta (6) fase: Cierre y análisis de resultados.</p>		

Fuente: Autoría propia

La imagen como narrativa de los territorios, en la búsqueda de la transformación social.

El ejercicio foto voz es una herramienta inalienable en los procesos de acompañamiento e intervención psicosocial, en tanto permiten un abordaje subjetivo y metafísico de la realidad, sin dejar de lado la comprensión situacional y el diagnóstico contextual que acompaña a las problemáticas existentes en una comunidad, en este sentido, y atendiendo a la diversidad del país, desde las composiciones de los estudiantes, emergieron distintos enfoques frente a las sintonías y enlaces expresivos que subsisten, en las distintas regiones y municipios del entramado colombiano. Un ejemplo claro de esto, ocurre entre la plaza de mercado del municipio de Fusagasugá, donde la principal problemática es la informalidad, en contraste en el municipio de Pasca donde esta situación es una ventaja, teniendo en cuenta que a partir de las labores agrícolas y pecuarias que se desarrollan las comunidades han podido subsistir y se han apoyado como colectivo para salvaguardar su integridad.

En este sentido, reconocer las formas de narrar y metaforizar la violencia desde una mirada contextual, permite una comprensión de lo psicosocial desde la subjetividad y accede al reconocimiento del otro como ser social, dentro de un entramado histórico cultural, por tanto, desde las fotografías consolidadas, es importante resaltar esta acotación, debido a que, como profesionales al plasmar y perpetrar el desarrollo de una comunidad, se debe ser cuidadoso en mantener la integridad del sistema, siendo, que desde los principios de la acción psicosocial, se debe velar por la dignidad y la solidaridad, bajo un enfoque de derechos y de género, que prevea los insumos necesarios para asegurar un bienestar integral, así como un desarrollo holístico en torno a la salud mental.

Ahora bien, teniendo en cuenta lo antepuesto, se tiene que para las comunidades de Pasca, San Vicente del Caguan, Santa Marta, y Fusagasugá, el territorio es un elemento inalienable en su composición histórico cultural, ya que este más que una división geopolítica

les concede la oportunidad de obtener alimento, vivienda, trabajo y educación; a partir del cual han construido una identidad propia en un contexto rural y urbano cuyas principales actividades socioeconómicas se dirigen a la agricultura, porcicultura, el comercio, el turismo, y en menor escala a la ganadería, entramados simbólicos que a través de las imágenes tomadas se expresan en los valles y montañas de verde vida, en el puente que todos emplean para cruzar el municipio, en las casas desoladas por la guerra, en los niños, niñas y adolescentes que visten uniformes muy grandes para sus hombros, y muy largos para sus piernas, en el rostro del coterero que desea desesperadamente un día más para descansar, en las lánguidas estructuras de falso bienestar, pero que también se hacen presente en el deseo colectivo de plantar jardines que evocan la esperanza, en las calles llenas de flores, en el sol que nace cada mañana, en la unión y en el deseo de transformar los escenarios de la guerra, elementos que les han permitido construir un proyecto de vida ecológico, que desde la subjetividad han unificado un vínculo positivo con el laborar las tierras, con la visita al mar, con las risas en la plaza, con caminar tranquilos por las calles; conformando así un conglomerado de conocimientos ancestrales, creencias predominantemente patriarcales, hábitos y vestimentas específicos, que han contribuido significativamente a la mitigación de los escenarios de violencia, así como la cultura del autocuidado, la preservación ecológica, la autogestión, la planeación, organización, y locus de control.

En este orden de ideas, el territorio y el contexto como medios de interacción y elementos que rodean y se establecen en las diversas etapas de desarrollo de los individuos y comunidades han reunido las condiciones y características físicas, biológicas, sociales, políticas, económicas y culturales necesarias para la supervivencia, la producción, la distribución, el consumo e intercambio de bienes y servicios, que en cada imagen avanza desde un sentir emocional y psicológico, a una realidad palpable, tangible e interdependiente

entre las memorias del conflicto armado, y el deseo de la comunidad de formarse desde y para la paz.

Por otra parte, desde lo simbólico y la subjetividad, se puede evidenciar que las comunidades del municipio de Pasca y de San Vicente del Caguan han tendido a interiorizar y normalizar la violencia en sus relaciones inter e intrapersonales, esto no sólo debido al espectro cultural que permea a la comunidad, sino además al legado histórico cultural fruto de la exposición continua a escenarios de violencia que se vivió y se vive aún en sectores del territorio, en este sentido, en los cultivos, en los caminos, bailes y actuaciones de la comunidad; plasmadas en las fotografías se logra metaforizar la violencia en el olvido del estado, en las consecuencias ambientales del conflicto, en las praderas verdes pero desoladas, así como en la narrativa de la población sobre la crianza y desarrollo de la infancia, la adolescencia, y la adultez, casos similares a lo que ocurre en el municipio de Fusagasugá y el Sector la Masinga de Santa Marta, donde el desplazamiento forzoso, la migración, y el trabajo informal han disminuido las oportunidades y han sesgado la consecución del proyecto de vida, así pues en torno a la comprensión psicosocial de los valores simbólicos y subjetivos que como individuos y comunidades se han consolidado se tiene a seres profundamente heridos, con carencias afectivo emocionales, psicológicas, y físicas, que se han intentado subsanar y mejorar por medio de la recuperación del afecto familiar, el apoyo comunitario y el apoyo interinstitucional, como potenciadores del cambio, mejorando el dialogo, el respeto, la unión, la reciprocidad, la tolerancia, la solidaridad, el desarrollo de la autoestima, el auto concepto y la autoimagen, pero que siguen inestables ante la inmensidad de la violencia.

De esta manera, la fotografía como medio de narración visual accede no solo construir, sino además de construir las barreras simbólicas, hacia la conformación de memorias históricas en positivo, en este sentido, las fotografías permiten evidenciar un entramado contextual crudo y marcado por la violencia, sin embargo, no se desliga de

aquellos recursos psicosociales que se han gestado para evidenciar cómo fue ese pasado y cómo se proyectan hacia el futuro inmediato, así pues este ejercicio hace énfasis en los procesos de transformación que los individuos empoderados de su comunidad y desde sus experiencias, han aportado a la reflexión y la crítica social, para mejorar la vida cotidiana, brindando nuevos significados, no solo a los elementos que componen los municipios y departamentos como territorio político, sino también como habitantes y pertenecientes a una cultura y hábitat específico, trascendiendo desde la fotografía hacia dimensiones subjetivas de resiliencia, apoyo y valoración desde la socio praxis en la construcción de medios y métodos garantes e idóneos para fortalecer y superar los estados de vulneración social comunitaria, permitiendo además que la comunidad se apropie y visualice su propio desarrollo desde lo negativo hacia lo positivo, empleando como herramientas de formación la educación formal en las instituciones educativas e informal desde el actuar colectivo, y la unión familiar como pilares en la transformación social y la consolidación de memorias vivas. No obstante, la fotografía por sí sola no consciente llegar a extractos más profundos de la comunidad, siendo que son ellos quienes deben superar el estado de vulnerabilidad, desde el empoderamiento, la autogestión, la motivación al logro, el diseño del proyecto de vida, la toma de decisiones y la resolución de conflictos. De aquí, que sean necesarios los recursos de afrontamiento, los cuales en palabras de Zeidner y Hammer (1992) se comprenden como “todas aquellas variables personales y sociales que permiten que las personas manejen las situaciones estresantes de manera más eficiente, lo cual se debe a que experimenten pocos o ningún síntoma al exponerse a un estresor o que se recuperen rápidamente de su exposición” (p.9).

De acuerdo a lo anterior, las comunidades fotografiadas como entramado psicosocial cuentan con recursos de afrontamiento suficientes para superar el estado de vulneración, toda vez que como colectivo las personas que habitan en los diversos municipios y departamentos, han fomentado la unión comunitaria desde la fortaleza personal como un recurso de

resistencia ante la exposición a eventos estresantes, como se ha evidenciado en el ejercicio foto voz, han empleado la educación parental como un pilar en la transformación social desde los hogares, en la búsqueda de factores protectores como mitigadores de los escenarios de violencia, tales como el afecto, el diálogo, la canalización emocional y la contención, por otra parte, como comunidad se ha tomado mayor relevancia a la cultura como medio potenciador de seguridad, resolución de conflictos y expresión artística, empleando la danza como una herramienta de crítica social para relatar la violencia y la superación de la misma, mostrando una postura crítica y asertiva, desde la responsabilidad ciudadana y la acción participativa, que tanto individuos como colectivos está brindando para demostrar resiliencia y poderío, puesto de manifiesto a través de las imágenes presentadas, tanto en el sector urbano como rural.

Finalmente, el ejercicio foto voz permite al profesional articular su perspectiva desde una postura de humildad, introspección y análisis crítico reflexivo, en tanto se reconoce el valor emancipador de los lenguajes propios de la comunidad en los diferentes territorios, ya que si bien se encuentran en distintos contextos, todos como seres humano requieren de un bienestar elemental para poder lograr vivir en dignidad, así mismo, este insumo, permite vislumbrar que el camino al perdón también se encuentra en el arte, donde por medio de la danza, la jardinería y la recuperación de espacios de recreación y ocio, se puede aportar a la disminución de la violencia en sus diversas formas, mediante metas y objetivos comunes en torno al fortalecimiento y potenciación de los recursos de afrontamiento desde la prevención, la orientación y la vocación.

Así mismo, desde el quehacer profesional y con base en un visión política de la situación, se accede a nuevas perspectivas de análisis y comprensión situacional del hábitat, del territorio, la ecología y el desarrollo de una comunidad, ya no solo como ubicación geográfica y herramienta para procurar el desarrollo socioeconómico del municipio y

departamento, sino además como elementos histórico culturales, que permiten un abordaje holístico de la realidad, ya que no se limita al objeto como un ser inanimado, sino que se va más allá; debido a que gracias a esta actividad es posible identificar que el apoyo comunitario juega un rol inalienable en las relaciones dialógicas de los individuos, ya que se evidencia que desde el trabajo mancomunado se aporta de manera significativa hacia la co-construcción de memorias colectivas, capaces de catalizar desde lenguajes alternativos, diferentes aportes a la mitigación, la no repetición y la prevención de violencias sociales, donde la educación es la base del cambio y la ventana a un nuevo mundo, que a través de las narrativas visuales nos guía a no quedarnos en lo negativo y los lastres de la guerra, sino que nos invita a evidenciar lo positivo, y los recursos que como comunidad e individuos poseemos para aportar a la mejora de nuestra sociedad, además de limitar el actuar profesional desde una postura de igualdad, para prevenir la dominación y la intervención errada de la supremacía académica. Ya que en este ejercicio no habla el profesional, habla la comunidad y desde la subjetividad se aporta a la formación y reestructuración de tejidos sociales solidarios y participativos, indispensables para formar desde el pasado, empoderándose de su identidad, su rol y desempeño hacia un futuro prometedor y digno, que garantice una calidad de vida optima y garante para con la colectividad, sin olvidar lo sucedido, pero resignificando aquellos eventos negativos, en la búsqueda del bienestar social comunitario.

Link página wix: <https://angelatrj52.wixsite.com/fotovida>

Conclusiones

La imagen y la narrativa es una herramienta que permitió estructurar y trabajar sobre los impactos psicosociales en el país a causa del conflicto armado, llegando a tener una visual clara de las afectaciones que genera la violencia a nivel individual, familiar y socio-comunitario; donde desde la mirada del psicológico se proponen recursos de afrontamiento y movilización desde un posicionamiento resiliente, brindando herramientas que contribuyan al abandono de rol de víctima, hacia una postura de sobreviviente y ciudadano parte y participe de una sociedad.

Así mismo, y como resultado de las diferentes herramientas que se tuvieron en cuenta en el desarrollo del análisis del ejercicio de foto voz y los relatos que ahonda en la violencia que se vive en diferentes regiones del territorio colombiano, se logró evidenciar los tipos de violencia que se viven en los contextos que van desde la violencia cotidiana, la violencia intrafamiliar y la violencia política, esta última lleva al conflicto armado el cual lleva más de cincuenta años y con ella miles de víctimas a lo largo del territorio nacional.

Mediante la técnica de foto voz a modo de investigación e intervención psicosocial, permiten un abordaje subjetivo en donde participan comunidades desde sus contextos y vidas, esta herramienta participativa permite expresar situaciones de la vida cotidiana a modo de narración he imagen, con lo cual se pudo evidenciar que la violencia se presenta de diversas maneras y se muestra cierta normalización a tal punto que se refleja en el modo de comunicación y expresiones violentas naturalizadas en el diario vivir; Con lo anterior se logra comprender las situaciones y los diversos ambientes contextuales que conduce a las problemáticas existentes en una comunidad.

Seguido se analizaron relatos de víctimas del conflicto armado colombiano, como fue el reto de Modesto Pacaya indígena Ticuna de Puerto Nariño y el caso de Peñas Coloradas, en estos dos relatos se narra la crueldad a la que se ven expuestos los pobladores de las

regiones apartadas y olvidadas por el estado colombiano, lo cual le da fuerza a los grupos armados como se menciona en los relatos, teniendo presente estas historias se realizaron análisis profundos donde se analizaron las afectaciones psicosociales que les produjo estas experiencia traumática.

En consecuencia, las afectaciones psicosociales más notables fueron la separación de las familias, pérdida de sus modos de vida, comunidades desintegradas, daño moral, sociocultural, estigmatización, discriminación y duelos inconclusos, de aquí cobra gran importancia el accionar de los profesionales en salud, en estos casos las acciones deben abordarse de manera integral con el fin de contribuir a recobrar sus vidas desde la resiliencia que muestran las víctimas de estos relatos, las acciones desde lo psicosocial se enfocaron en la reconstrucción de cada individuo y así avanzar en los tejidos sociales y comunitarios.

A modo de cierre como profesionales en psicología tenemos un llamado a contribuir en la reconstrucción de las comunidades víctimas del conflicto, fortaleciendo los recursos que poseen las personas desde sus conocimientos y habilidades, brindándoles desde nuestros conocimientos estrategias de afrontamiento que consoliden la autonomía y aportación de las víctimas como sujetos de derechos.

Referencias bibliográficas

- Acero Rodríguez. P. D. (junio, 2009). Resiliencia y tendencia criminal: factores protectores de comportamiento antisocial. *Criminalidad*, 51(1), 131-145.
http://www.policia.gov.co/imagenes_ponal/dijin/revista_criminalidad/vol51_1/05resiliencia.pdf
- ACITAM (2008). Plan de vida de la Asociación de Cabildos Indígenas del Trapecio Amazónico, Programa Amazónico. Amazonas: CODEBA, Editorial Alta Voz Comunicaciones.
- Alto Comisionado para las Naciones Unidas y los Refugiados ACNUR. (2006). La herramienta para el diagnóstico participativo en las operaciones. Ginebra Suiza.
<http://www.refworld.org/cgi-bin/texis/vtx/rwmain/opendocpdf.pdf?reldoc=y&docid=4c5142572>
- Amarís Macías, M., Paternina Marín, A., & Vargas Cantillo, K. (2004). Relaciones familiares en familias desplazadas por la violencia ubicadas en "la cangrejera" (corregimiento de Barranquilla, Colombia). *Psicología desde el Caribe*, (14), 91-124.
<https://www.redalyc.org/pdf/213/21301405.pdf>
- Ballesteros González, I. N., Becerra Ríos, J. N., Hurtado Velandia, C. Y., & Zuluaga Gómez, N. A. (2016). Proceso de atención psicosocial a excombatientes. Retos en el escenario de un eventual acuerdo de paz entre el gobierno y las FARC-EP.
https://ciencia.lasalle.edu.co/trabajo_social/91
- Cantera, L. (2009). La foto intervención como herramienta docente. En *Revista de Enseñanza de la Psicología: Teoría y Experiencia* Vol. 5

https://www.researchgate.net/publication/37808070_La_fotointervencion_como_herramienta_docente

Constitución Política de Colombia (1991), art 13. Título II De Los Derechos, Las Garantías Y Los Deberes Capitulo 1 De Los Derechos Fundamentales (p.2)

<https://pdba.georgetown.edu/Constitutions/Colombia/colombia91.pdf>

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

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

García, D. M., Duque, L. M., Álvarez, J. N. y Vanegas, J. H. (2022). Excombatientes del conflicto armado colombiano: desafíos psicosociales. *Revista Eleuthera*, 24(1), 109-137. <http://doi.org/10.17151/elev.2022.24.1.6>

Macías, María Amarís, & Madariaga Orozco, Camilo, & Valle Amarís, Marcela, &

Zambrano, Javier (2013). Estrategias de afrontamiento individual y familiar frente a situaciones de estrés psicológico. *Psicología desde el Caribe*, 30(1),123-145. [fecha de Consulta 27 de octubre de 2022]. ISSN: 0123-417X.

<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=21328600007>

Pórtela, A. (2015) El proyecto de vida en la Re dignificación y reintegración, en víctimas del reclutamiento forzado. [Tesis de maestría, Pontificia Universidad Javeriana]

Repositorio institucional Javeriana.

[https://www.reincorporacion.gov.co/es/la-reintegracion/centro-de-](https://www.reincorporacion.gov.co/es/la-reintegracion/centro-de-documentacion/Documentos/El%20proyecto%20de%20vida%20en%20la%20redignificaci%C3%B3n.pdf)

[documentacion/Documentos/El%20proyecto%20de%20vida%20en%20la%20redignificaci%C3%B3n.pdf](https://www.reincorporacion.gov.co/es/la-reintegracion/centro-de-documentacion/Documentos/El%20proyecto%20de%20vida%20en%20la%20redignificaci%C3%B3n.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. <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/tp/v24n3/v24n3a09.pdf>

Saguar, Beatriz G.; Viola Nevado, Guadalupe Reflexión. Mediación: Toma de Decisiones ante Cambios Familiares Anuario de Psicología Jurídica, vol. 21, 2011, pp. 115-123 Colegio Oficial de Psicólogos de Madrid Madrid, España.

Sánchez Gómez, R, Díaz, S y Avendaño, A. (2021) Comisión de la verdad, escuchar a las víctimas, sanar, resistir y no repetir. Mesa nacional de participación efectiva de las víctimas. <https://rutasdelconflicto.com/especiales/escuchar-a-las-victimas/>

Soría, C. (2019) Claves para proyectar cambios en tu vida y no sucumbir en el intento. <https://www.hola.com/estar-bien/20190918148142/como-proyectar-cambios-vida-cs/#:~:text=La%20proyecci%C3%B3n%20es%20un%20mecanismo,el%20antes%20y%20el%20despu%C3%A9s.>

Velasco Salamanca, Ruth Marcela, & Londoño Pérez, Constanza. (2011). Calidad de vida objetiva, optimismo y variables socio-jurídicas, predictivos de la calidad de vida subjetiva en colombianos desmovilizados. *Avances en Psicología Latinoamericana* , 29 (1), 114-128. [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1794-47242011000100009&lng=en&tlng=es.](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1794-47242011000100009&lng=en&tlng=es)