

Acompañamiento psicosocial en contextos de violencia sociopolítica

C O R P O R A C I O N
V P N C U L O S

Con el apoyo de:



Acompañamiento psicosocial en contextos de violencia sociopolítica

Autor:

**C O R P O R A C I O N
V Í N C U L O S**

Myriam Judith Penagos Pinzón
Eduardo Martínez López
Liz Arévalo Naranjo

Diseño y diagramación:

Marcela Otero

Impresión:

Ediciones Antropos

ISBN: 978-958-98533-1-3

Impreso en Bogotá D.C., Colombia, 2009

Corporación Vínculos

Carrera 18 N° 60-52

Tel.:(571) 3492820 - 2119149

corporacionvinculos@gmail.com

Esta publicación fue financiada por



*El contenido de este libro refleja las opiniones del autor y
no representa necesariamente la opinión de la entidad financiadora.*



Queremos hacer un especial reconocimiento a las copartes de Tierra de Hombres Alemania, quienes aportaron sus inquietudes, experiencias y conocimiento sobre el acompañamiento psicosocial a víctimas de las diferentes expresiones de la violencia. Dichas organizaciones participaron, durante el año 2005, en el proceso de formación y acompañamiento psicosocial orientado por la Corporación Vínculos.

Organizaciones participantes:

- Corporación Mujeres que Crean (Medellín)**
- Corporación Cultural Simón Bolívar (Medellín)**
- Centro de Integración Comunitaria, CIC (Medellín)**
- Fundación para el Fomento de la Educación Popular, FEPI (Medellín)**
- Corporación Red Juvenil (Medellín)**
- Corporación Convivamos (Medellín)**
- Fundación Esperanza (Bogotá)**
- Corporación Cactus (Bogotá)**
- Corporación Sembrar (Bogotá)**
- Fundación para la Educación y el Desarrollo, FEDES (Bogotá)**
- Fundación Creciendo Unidos (Bogotá)**
- Fundación Sol y Serpiente (Bogotá)**
- Corporación Servicio de la Defensa de la Niñez, SEDEN (Bogotá)**
- Corporación Jurídica Humanidad Vigente (Bogotá)**
- Comisión Intereclesial Justicia y Paz (Bogotá)**
- Asociación Cultural Casa del Niño (Villarrica- Cauca)**
- Consejo Regional Indígena del Cauca, CRIC (Popayán)**
- Taller Abierto (Cali)**
- Centro Comunitario Las Colinas, CECUCOL (Cali)**
- Aso Comunal Despertar Vegueño Fundespertar (Cauca)**
- Pastoral Social La Concordia (Putumayo)**
- Consejo Regional Indígena del Tolima, CRIT (Coyaima)**
- Consejo Regional del Cauca -Maestros Resguardo Las Delicias - (Cauca)**
- Centro de Desarrollo Solidario, CDS (Cartagena)**
- Equipo Tierra de Hombres Alemania (Bogotá)**

Manifestamos nuestro agradecimiento a Tierra de Hombres Alemania, en particular a Diana Castillo y Diana Salamanca, quienes impulsaron el proyecto de acompañamiento con las copartes y en especial a Silvia Galán por su apoyo y colaboración permanente al desarrollo del mismo.

A Martha Bello, por sus valiosos aportes al tema de la violencia política y el trabajo psicosocial en Colombia.

Para todos un abrazo fraternal, nuestra gratitud y admiración por la labor que realizan a favor de las personas, familias y comunidades víctimas de la violencia.

Contenido



Introducción	7
--------------------	---

1 Ideas para la comprensión de la violencia

Eduardo Martínez López - Liz Arévalo Naranjo

Generalidades	11
Particularidades de la violencia sociopolítica	14

Violencia política en Colombia y trabajo psicosocial: aportes conceptuales y metodológicos	<i>Martha Bello</i> 16
---	---------------------------

2 Acompañamiento psicosocial en contextos de violencia sociopolítica

Liz Arévalo Naranjo

Entendimiento sobre el acompañamiento psicosocial	29
Reflexiones y dilemas desde la experiencia	30
Ámbitos para la implementación del acompañamiento psicosocial	33

3 Afectación emocional en contextos de violencia sociopolítica

Corporación Vínculos

Afectación emocional de las poblaciones y personas en contextos de violencia sociopolítica	39
Herramienta para la caracterización psicosocial de la población víctima de la violencia sociopolítica: el calidoscopio	44



4 Herramientas generales para el acompañamiento psicosocial

Myriam Judith Penagos Pinzón

La postura del facilitador: la principal herramienta para el acompañamiento psicosocial	55
La pregunta como herramienta de intervención	61
Los rituales como una forma de sanar emociones	64
Las redes como herramienta para la construcción de tejido social	69

5 Herramientas específicas para el acompañamiento psicosocial

Myriam Judith Penagos Pinzón

El acompañamiento psicosocial en situaciones de duelo	77
El acompañamiento en situaciones de miedo	82
El manejo del conflicto en el acompañamiento psicosocial	87

6 Afectación emocional de los agentes sociales y herramientas para su cuidado emocional

Eduardo Martínez López

Efectos emocionales, de carácter individual, familiar, social, profesional y político de los miembros de organizaciones que acompañan a víctimas de la violencia	93
Herramientas para el cuidado emocional de miembros de organizaciones que trabajan con víctimas de la violencia	94
Referencias bibliográficas	105



Introducción

A partir de noviembre de 2004 y durante 2005, la Corporación Vínculos adelantó un proceso de formación y acompañamiento psicosocial con las copartes de Tierra de Hombres Alemania en Colombia, el cual contempló tanto su cualificación en el campo del acompañamiento psicosocial a víctimas de la violencia sociopolítica como la atención para el cuidado emocional de los equipos de profesionales que se ven enfrentados a contextos violentos.

Desde un inicio se vislumbró que dicho proceso reportaría aprendizajes en el campo de la atención psicosocial y la posibilidad de escribir y publicar un material con los avances logrados. Avances que, a manera de guía o modelo para la atención psicosocial, permitirán que, además de los agentes sociales participantes en el proceso de formación, otros conozcan el material y cuenten con herramientas de apoyo conceptual y metodológico. Este libro se constituye, entonces, en un material de consulta que, dentro del marco de la atención psicosocial, expone dos aspectos complementarios: el que se orienta a la población (comunidad, familias e individuos) o a quienes se apoya y el de la atención al agente social que desarrolla la intervención, proceso que se conoce como

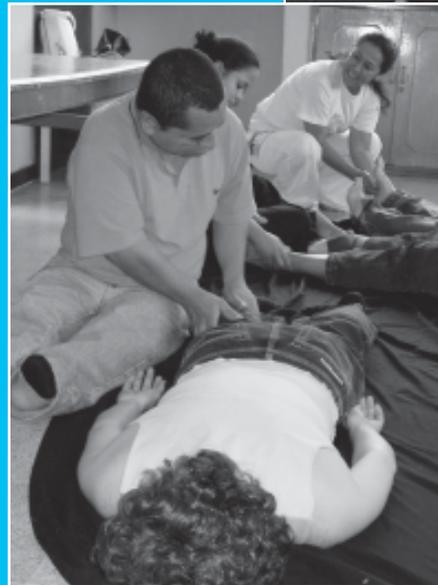
“ayuda al que ayuda”. Desde la experiencia de la Corporación Vínculos, estos dos aspectos van de la mano, dado que el cuidado emocional del agente social promueve y favorece el apoyo emocional de quienes han sido víctimas de la violencia en cualquiera de sus formas.

En esta publicación, el lector encontrará un primer capítulo, donde se abordan ideas para la comprensión de la violencia y se analiza la complejidad del trabajo psicosocial en el contexto del conflicto armado interno en Colombia. Este capítulo incluye un aporte de Martha Nubia Bello, profesora del Departamento de Trabajo Social de la Universidad Nacional. En el segundo capítulo, la Corporación Vínculos puntualiza su comprensión sobre la perspectiva y el acompañamiento psicosocial. El tercer capítulo plantea un análisis sobre la afectación psicosocial de las personas víctimas de la violencia social y política y presenta el calidoscopio como herramienta de caracterización. En los capítulos IV y V se describen herramientas psicosociales para el acompañamiento, y por último, en el capítulo VI se aborda la afectación emocional de los agentes sociales y se dan a conocer herramientas para el cuidado emocional. ■



1

Ideas para la
comprensión de
las **violencias**



Autores:*Eduardo Martínez López**Liz Arévalo Naranjo*

Ideas para la comprensión de las violencias

En este capítulo se hace una invitación inicial a nuestros lectores para que se pregunten por aquello que enunciamos cotidianamente y en algunos casos de manera rutinaria como “violencia”. Parece una obviedad para quienes trabajamos con población víctima de las violencias, no obstante, la comprensión desde un marco reflexivo nos permite dar un lugar y sentido a implicaciones y afectaciones emocionales y sociales de las víctimas de la violencia. Se establece, entonces, un punto de partida para los siguientes capítulos, los cuales se basan en el acompañamiento psicosocial y sus herramientas.

Para ello retomaremos algunos conceptos y tipologías que se han planteado en torno a la violencia, para, posteriormente, establecer una comprensión sobre la violencia sociopolítica.

Generalidades

Iniciamos retomando el concepto de Rodríguez (1990) en su artículo “La violencia intrafamiliar en relación con la violencia social”, quien define la violencia como “una condición eminentemente humana y por ende cultural, vinculada en una íntima relación con la agresividad innata pulsional del ser humano” (Pag. 117).

Dicha definición connaturaliza la violencia, sin embargo, Urra Portillo (1997) plantea que la violencia es “una fuerza injusta que atropella la libertad, la vida y el ser, en la cual la víctima es compelida mediante la intimidación o la agresión casi siempre física experi-

mentando un profundo e indeleble miedo e indefensión. Es la manifestación desnuda, burda, definitiva de la agresión, que se conforma por la emoción del sentimiento y la voluntad. Es exclusivamente humana, se caracteriza por ser monótona y repetitiva” (Pag. 1). Así refuerza la idea de humanidad que requiere la violencia, en trascendencia de aquello instintivo.

En la misma línea, el artículo “Un aporte psicoanalítico en la comprensión de la violencia en Colombia”, escrito por Jiménez (1997), expresa:

Quando las situaciones humanas denotan una agresividad no mitigada, entonces aparecen las conductas violentas. Es decir, la violencia tiene un protagonista principal, que es el hombre y, dentro de la estructura psicológica de éste, existe el mecanismo de la agresión como respuesta a todos aquellos estímulos externos, entre los que se cuenta la defensa de sus derechos, la supervivencia. Dentro de este marco ha de considerarse que la agresividad va a estar ahí, solo se ve mediatizada por el establecimiento de normas ético-morales y religiosas en los actos humanos. (Pag. 101)

Ello denota dos condiciones particulares de la violencia: un mecanismo de control para reprimirla y la necesidad de medios para ejercerla, por lo cual Deas y Gaitán (1995) indican:

La violencia humana se distingue de la agresión entre animales de la misma especie, puesto que los seres humanos se caracterizan por usar instrumentos, es decir, emplean armas. Violencia es hacer daño físico mediante el uso de instrumentos o en evidente superioridad física, cuando ese acto no es necesario para la estricta supervivencia. (Pag. 184)

Por su parte, Humberto Maturana (1997) presenta una mirada sobre la violencia en la que nos invita a reflexionar sobre el espacio relacional y cultural donde esta surge, abriendo posibilidades de transformación desde el reconocimiento de lo humano. Considera que la violencia no es una condición natural de los seres humanos, sino, por el contrario, una forma de relación que se aprende en la convivencia, la cual se caracteriza por la negación del otro como legítimo y en la que se privilegian valores y creencias propios de una cultura patriarcal.

Desde su perspectiva, los seres vivos en general y los seres humanos en particular surgimos al vivir en la confianza de encontrarnos acogidos, amados y respetados. Sin embargo, este punto de partida no especifica un futuro porque el vivir y el convivir transcurren como una continua transformación, por lo cual no estamos predeterminados genéticamente a ser ninguna clase particular de ser humano y todos podemos llegar a “ser” cualquier clase de ser humano según el convivir que vivamos.

El maltrato y la violencia traicionan la legitimidad de todo convivir, no solo porque niegan el amar y la confianza, sino también porque enseñan, cultivan y conservan el vivir en el maltrato y la violencia. Por lo anterior, Maturana concluye que todo acto que niega física o psíquicamente a otro se vive como maltrato, acciones que intenta o de hecho obliga a otro física o psíquicamente a hacer lo que no quiere, se vive como violencia y se hieren el cuerpo y el alma.

De otra parte, Galtung (2006) presenta un análisis sistémico de la violencia cuando afirma: “La violencia es un acto que tiene como consecuencia la no realización de la satisfacción de las necesidades efectivas, somáticas y mentales del individuo por causa de otro”. Galtung identifica la violencia como la imposibilidad o impedimento de la persona de su realización por una serie de fenómenos “evitables” dentro de una sociedad. Según este enfoque, esa carencia de elementos para su realización induce a que, en algunas ocasiones, esa persona entre a formar parte del grupo generador de actos violentos que impedirán la realización de otros, desarrollando así una cadena interminable, una violencia en escala, tanto ascendente como descendente y vertical-bidireccional y lateral-horizontal y entre pares.

Este autor plantea las siguientes tipologías de la violencia: violencia directa es la violencia material, física o verbal, la más evidente y visible y es a la que nos referimos cuando habitualmente hablamos de violencia. Violencia estructural es aquella que surge de los fallos y los problemas estructurales de una sociedad, de los errores de su composición; hay violencia estructural en una comunidad cuando se dificulta o se imposibilita adoptar soluciones pacíficas y civilizadas y fomenta el conflicto, debido a injusticias, desigualdades y desequilibrios, entre otros, la violencia encuentra un terreno favorable. Violencia cultural es el conjunto de actitudes, creencias, opiniones, convicciones, prejuicios, patrones de conducta e hitos históricos, entre otros, que una determinada población comparte y que la hacen proclive a las soluciones violentas, donde la violencia directa se acepta como opción válida y legítima a los ojos de dicha población.

Retomando la voz de Galtung, podemos concluir: “La violencia directa o material es consecuencia de la violencia estructural y de la cultural, que le proporcionan motivos; la violencia directa realimenta, a su vez, las violencias estructural y cultural, que van extremando sus posturas y reafirmando sus argumentos; éstas, lógicamente, reproducen la violencia material si es que ha llegado a cesar, o la empeoran si persiste”.

Para complementar la visión de Galtung, la Organización Mundial de la Salud (OMS) ha categorizado tres tipos de violencia. **Autoinferida:** comportamientos deliberados y agresivos, dirigidos hacia la propia persona, que pueden culminar en el suicidio. **Interpersonal:** comportamiento violento entre personas conocidas o desconocidas que puede caracterizarse como una relación entre agredido y agresor. **Organizada:** consiste en comportamientos agresivos llevados a la práctica por grupos sociales o políticos, motivados por objetivos específicos de carácter político, económico o social. En esta lógica y más en pro de una postura de Noviolencia, se considera que todas las formas de violencia, ya sea autoinferida o entre personas o Estados, atentan contra los Derechos Humanos.

De esta forma, la violencia puede estar categorizada según el nivel de interacción que implica la violencia o el nivel de permeabilidad y complejidad a la que puede asociarse.

Desde nuestra perspectiva, la violencia es un fenómeno complejo que reúne aspectos tanto individuales como sociales. La violencia no es una herencia genética de la raza humana sino, por el contrario, cultural; es construida en las relaciones sociales, económicas y políticas en un marco de creencias y escenarios emocionales pautados culturalmente y de relación que la hacen posible.

Contempla, además, aspectos individuales, dado que es encarnada en sujetos que, con diferentes argumentos “racionales”, realizan o planean acciones que niegan al otro como legítimo otro, en la convivencia (Maturana 1997) ya sea de forma física o psicológica, generando sufrimiento, dolor, impotencia, miedo y rabia en las víctimas.

Para comprender la violencia es necesario, entonces, tener una mirada relacional y cultural para preguntarse por:

- Las pautas y narrativas del contexto donde se construye la relación víctima-victimario.
- El contexto cultural y el mundo social que mantiene la violencia.

- Las particularidades, motivaciones y sistemas de creencias de la persona que toma el papel de agresor.
- La situación de la víctima en el contexto de la violencia de la cual es objeto.

El panorama comprensivo, arriba descrito, plantea tensiones generales que, si bien son propuestas desde un nivel conceptual, se plasman en nuestro quehacer diario y resquebrajan nuestra manera de comprender la violencia.

La primera tensión tiene que ver con la comprensión de la violencia como una, cuando en la realidad colombiana se observa una superposición constante de las diversas violencias; hablamos, entonces, de la presencia simultánea de múltiples violencias, donde, por ejemplo, en un escenario de violencia sociopolítica permanente se presentan constantes eventos de violencia intrafamiliar o situaciones de abuso sexual, entre otras.

Producto de la anterior observación se genera una segunda tensión, en la cual encontramos una concatenación de las violencias de manera evolutiva. De esta forma se indica que la violencia intrafamiliar genera a largo plazo que los niños que usan la violencia para resolver conflictos o ser reconocidos por otros vislumbren como posibilidad integrarse a grupos armados, aumentando la violencia organizada. Sin embargo, resulta paradójico que se presenten eventos de reducción temporal de los indicadores de violencia común ante la desmovilización de un actor armado que forma parte de la violencia política. Este tipo de tensión se distingue de la anterior en que, en la primera, las violencias se dan de manera simultánea y en la segunda, una es factor de generación de la otra.

Una tercera tensión emergente de las definiciones tiene que ver con la humanidad y el aspecto racional de la violencia; es decir, es un acto humano revestido de argumentos que la hacen posible: “Es imprescindible utilizar el secuestro como estrategia de guerra para ganar la guerra y llegar al poder para favorecer a los pobres”

o “Debemos acabar con el terrorismo y por eso estamos obligados a invadir este país para defender la democracia”. En este sentido, la violencia es un acto racional que rompe aquello que denominamos humanidad como un marco aspirativo de bienestar. De hecho, la guerra, como una de las formas de violencia más exacerbadas y complejas, muestra una paradoja: el grado de inhumanidad que genera al sustentarse en lo que también podemos considerar como característico de lo humano: la razón.

Otra de las tensiones tiene que ver con la personalización de la violencia; es decir, se le da a la violencia el carácter de sujeto. De esta forma puede parecer “la violencia” como un sujeto animado que toma decisiones, que se moviliza, que invade y que permea, logrando así una invisibilización de los responsables de los actos de agresión, por ejemplo: “Cuando la violencia arrasó con el pueblo” o “Un día la violencia llegó y ya nada es igual”.

Finalmente, resulta llamativo como a la violencia se le han asignado diversos apellidos, aunque la lógica sea una: la agresión; de esta forma, la nominamos de acuerdo con el nivel de equidad en el uso de la fuerza o el poder, la privacidad o generalidad de la violencia y los derechos que puedan ser afectados durante la agresión. Algunos ejemplos de ello son: violencia intrafamiliar, violencia sociopolítica, violencia común, violencia armada organizada y violencia estructural, entre otras.

Para nuestro caso, y de acuerdo con nuestra posibilidad de aportar en la construcción de comprensiones y metodologías de atención, profundizaremos en la denominada violencia sociopolítica.

Particularidades de la violencia sociopolítica¹

Analizando el concepto de violencia desde el cual se suscitan algunas tensiones, observamos que cada forma de violencia tiene rasgos que la hacen particular con relación a otra. De esta forma no

podemos ubicar en el mismo escenario reflexivo las implicaciones de la violencia intrafamiliar y la violencia sociopolítica, por cuanto las condiciones que las generan y los escenarios en las cuales se desarrollan son distintos.

Carlos Sluzki (1994) plantea que la violencia política, en cualquiera de sus muchas variantes, tiene un efecto devastador y de largo alcance en quienes han sido sus víctimas. La violencia física y emocional es perpetrada, precisamente, por quienes tienen la responsabilidad social y legal de cuidar a los ciudadanos, de mantener el orden en su mundo. Esta situación genera en las personas una incoherencia en términos de que quienes deberían proteger se convierten en victimarios. El Estado que no garantiza los derechos de sus ciudadanos, que, en lugar de proteger, guiar y formar, se convierte en un espacio hostil para sus miembros.

Cuando la violencia se utiliza como ejercicio para mantener el poder en las relaciones humanas, lleva un propósito que consiste en mantener el control sobre los demás y, al darse de forma permanente, va creando marcos valorativos que a su vez se legitiman y garantizan una práctica cotidiana; es decir, se valida la violencia aludiendo a que se incurre en ella por el bien del otro o porque el otro se lo ha buscado.

Por su parte, Zubero (2003) establece características propias de la violencia denominada política, la cual afirma es ejecutada con intencionalidad política, cuyo referente de sentido es otorgado por una determinada visión o aprehensión subjetiva de la realidad, visión que construye el problema y en el marco de la cual la violencia aparece como la única reacción posible. Este autor define visión como conjuntos articulados de creencias acerca del mundo, las personas y la sociedad. Las visiones son una forma de causación que no dependen de los hechos, por ello se mantienen a pesar de los hechos y hasta en contra de los mismos.

1 Tomado de: Corporación Vínculos (2007). Módulo Reflexivo. Bogotá. Corporación Vínculos, ICBF, OIM.

Para ilustrar lo anterior, Zubero (2003) señala que el recurso de la violencia política genera una situación como la del lago de la sangre:

Retroceder tras el primer asesinato, volver a la orilla que nunca se debió abandonar, es posible, pero al precio de reconocer la vaciedad política del acto: de nada ha servido el dolor causado. ¿Cómo enfrentarse entonces a la sangre derramada? De ahí la tentación de adentrarse en las enrojecidas aguas buscando otra orilla. La violencia ciega, la violencia psicópata, la violencia cuyo objetivo se agota con la destrucción física de la víctima, con su explotación, con su abuso, no debe cargar con demasiadas preocupaciones. Pero cuando el victimario enarbola objetivos políticos, para justificar su violencia, cae en el espiral siempre descendente. ¿Por qué matas? Porque es necesario para alcanzar objetivos políticos. ¿Por qué sigues matando? Porque hasta ahora no les he alcanzado, y sí, ahora dejar de hacerlo no sería distinto de un asesino vulgar. Pero no hay otra orilla en el lago de la sangre: nunca el asesinato zanja todas las consecuencias, ni sirve para saltar al futuro; simplemente nos ata a un pasado sangriento (Pag. 1).

Lo avasallador y característico de la violencia sociopolítica es, precisamente, que el ser humano de manera intencional decide crear un “lago de la sangre”, rompiendo la premisa básica de convivencia, la confianza, y pasa al horror, donde el victimario, a partir de su visión -argumentos que validan la violencia- y acciones violentas, ostenta un poder que lo alucina y engeuece y que le ha sido posible lograr gracias a la ausencia y complicidad de un Estado, el cual permite que la violencia alcance tal magnitud.

Retomando a Elizabeth Lira (1991), es en este contexto anormal donde resulta pertinente cuestionar las premisas sobre salud mental para comprender los efectos emocionales y sociales en las víctimas y en la sociedad. En sus palabras afirma:



...es relevante recordar que, no obstante las manifestaciones y consecuencias psicopatológicas, no se tratan únicamente de cuadros o síndromes, sino, al mismo tiempo, de expresiones concretas del conflicto social y político desarrollado en una sociedad determinada, que se manifiesta tanto en el psiquismo individual, como en la subjetividad social (Lira en Lira y Becker, 1989, Pags. 22-29).

Comprender la violencia sociopolítica brinda la posibilidad de entender los efectos de la misma, de lo contrario podemos caer en un ejercicio de patologización, además de privatizar el daño y negar la responsabilidad del victimario, de la estructura social y estatal. Para Elizabeth Lira (Lira y Becker, 1989), comprender el contexto implica

Acompañamiento psicosocial en contextos de violencia sociopolítica

reconocer el uso del sufrimiento, el miedo, la impotencia, el horror y el poder, para regular la conducta política de la población y alcanzar unos intereses concretos; la diferencia central radica en que un “loco” se enfrenta a sus “demonios privados”, mientras que, en la violencia política, el demonio adquiere una dimensión real y su violencia es un mensaje para el conjunto de la sociedad.

Visto lo anterior, queremos ahora retomar la presentación realizada por Martha Bello (2005), a fin de observar en términos concretos el grado de afectación y las implicaciones de la violencia política para el caso colombiano.

Violencia política en Colombia y trabajo psicosocial: aportes conceptuales y metodológicos²

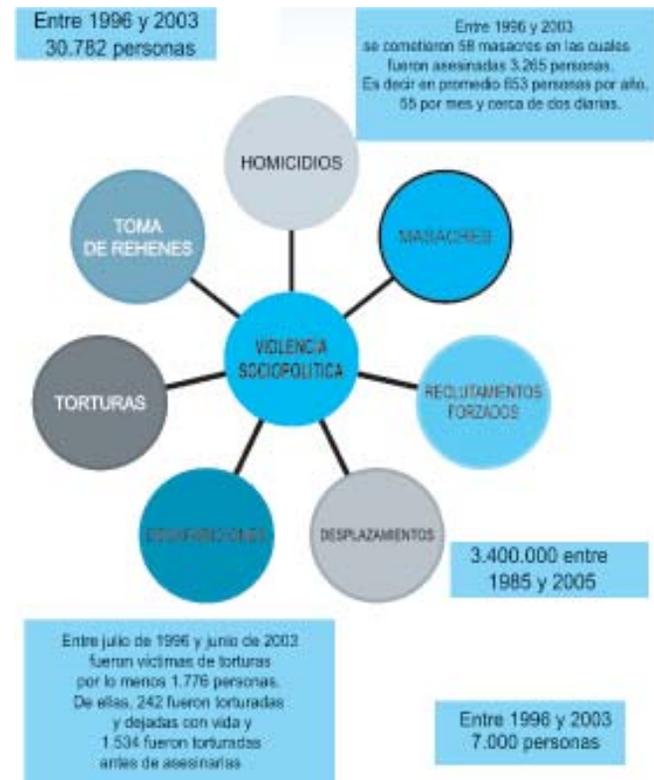
En Colombia afrontamos un conflicto armado interno de más de cinco décadas. Si bien sus orígenes han sido explicados por aspectos estructurales relacionados de manera particular con la inequidad y la exclusión política, económica y cultural, las dinámicas internacionales y nacionales inscritas en los nuevos ordenamientos y ajustes demandados por los procesos de neoliberalización y de globalización, sumados al auge y proliferación de actividades ilícitas vinculadas con el narcotráfico, dan como resultado un conflicto complejo y degradado que dista de las definiciones de una guerra convencional.

El conflicto armado colombiano ha configurado la vida política, social y económica del país, lo que conlleva consecuencias profundas en sus víctimas (individuos y colectividades) y en la sociedad en su conjunto, consecuencias que a su vez van construyendo subjetividades, realidades, lenguajes y prácticas sociales, que a la postre adquieren “dinámica” propia y pasan a formar parte de

las características del ámbito social y comunitario en el cual se inscribe el trabajo psicosocial.

La proximidad del conflicto armado se palpa histórica y cotidianamente mediante diversas modalidades de violencia política en nuestro país (ver gráfica 1).

Gráfica 1
Modalidades de violencia sociopolítica en Colombia



2 Este documento interno de trabajo de la Corporación Vínculos, elaborado por Martha Bello (docente del Departamento de Trabajo Social de la Universidad Nacional de Colombia), ha sido retomado en este espacio debido a la pertinencia y los aportes que brinda para la comprensión propuesta en este libro.

Los distintos eventos de violencia producen profundas secuelas no solo en sus víctimas directas, sino además en sus grupos y comunidades de referencia; se constituyen en métodos que lesionan la dignidad, la identidad y que, desde una perspectiva más amplia, atentan contra las posibilidades de convivencia social y, por ende, de paz social.

Para analizar los impactos, es necesario considerar no sólo el tipo de modalidad de violencia, sino la intencionalidad con que se acometen; esto es los intereses que movilizan tales prácticas. Así podríamos mencionar por ejemplo:

Con respecto a las masacres, Franco (2001) nos ilustra:

...han ido progresando en elaboración y crueldad. Generalmente, se lleva lista escrita de las víctimas seleccionadas, de su familia o de su grupo, (...) se someten a torturas antes de asesinarlas. Se les aparta de sus familias o de su grupo. Se utilizan instrumentos como sierras eléctricas, macetas, armas blancas. Se ha llegado a desollar a las víctimas, a descuartizarlas y a quemarlas. Además del objetivo de la eliminación física y colectiva de los contrarios, las masacres buscan tener un efecto alocucionador, de advertencia, de amenaza inminente para el resto. Producen en los sobrevivientes sentimientos de impotencia, desespero y terror. Y, a nivel político, una corrosiva sensación de desprotección, de inseguridad de la existencia individual y colectiva, de ausencia -cuando no de complicidad- del Estado, cuya tarea mínima, se supone, es la garantía de la vida.

Las masacres pueden ser perpetuadas por causas políticas -cuando se efectúan por diferencias con el pensamiento de los atacantes hacia las víctimas- o económicas -para expulsar a los campesinos y apropiarse de la tierra y sus recursos-. Estos hechos inhiben la libertad de las personas y generan desconfianza. Por otro lado,

las masacres provocan en las personas vecinas, amigas o familiares, crisis de sentido sobre su existencia y su seguridad. Se pone en duda todo el sistema valorativo de una comunidad y se favorece la desconfianza entre los miembros del grupo social, especialmente, cuando la masacre es selectiva. ¿Quién de la comunidad dio información para que mataran a unos? ¿Qué información? ¿Qué hicieron para ser asesinados? ¿Qué sabían? ¿Qué tan inocentes o culpables eran?

También se evidencian nuevas maneras de autodefinición y de identidad de la comunidad en función de la muerte y del hecho violento. Muchos municipios empiezan a ser conocidos, a ser visibles y a ser objeto de atención por parte del Estado sólo a partir de la muerte.

Con las prácticas de tortura, es evidente como se busca lesionar la identidad y la dignidad de las víctimas. Pues se trata no solo de obtener información y para ello presionar con daños físicos a ellos o a sus familiares, sino además de dejar mensajes atemorizantes y sobre todo “ejemplarizantes” para sus grupos sociales de referencia, en particular si estos expresan ideologías políticas de oposición.

La tortura es una práctica aberrante, que además se “perfecciona” con el tiempo, a fin de dejar menos huellas físicas y destruir de manera efectiva la voluntad y dignidad del torturado. En dicha práctica se conjugan técnicas de lesiones sobre el cuerpo, pero también de seducción, confusión e indefensión, apelando a la absoluta inermidad de su víctima. Por lo tanto, una sociedad en donde la tortura forma parte de sus métodos político-militares deja ver la precariedad de sus principios éticos básicos en torno al valor de la vida humana y a sus principios de dignidad y libertad.

La desaparición forzada constituye, desde luego, otra de las prácticas más crueles y aberrantes, pues pone a los familiares y allegados de las víctimas en una situación de incertidumbre y angustia interminables. La ausencia de certezas acerca del destino del desaparecido altera y en ocasiones detiene gravemente los proyectos

Además de reconocer la existencia del conflicto armado, es necesario advertir que éste es un problema de larga duración y de dinámicas que lo hacen, además, complejo, intenso y profundamente degradado, que aumenta y profundiza las secuelas en las víctimas y en la sociedad en general.

individuales, familiares y comunitarios. La impunidad con que suelen acompañarse estos actos genera recriminaciones y culpas entre los familiares y sus organizaciones, quienes, ante la ausencia de un responsable o culpable, intentan dar sentido a lo ocurrido, trasladando la responsabilidad hacia ellos mismos. Con todo y lo condenable que resulta la desaparición forzada como método de acción política, resulta aún más condenable e inaudito que los familiares agrupados y organizados como víctimas en la búsqueda de la verdad y de la justicia se constituyan en nuestro país en nuevas víctimas de la desaparición. Así, en un hecho inédito en Colombia, son amenazados y en efecto desaparecidos los familiares de los desaparecidos.

A estas prácticas se suma el desplazamiento forzado, comprendido en este caso no como la consecuencia del conflicto, sino como una estrategia mediante la cual se pretenden controlar bastos territorios del país para dominarlos económica y políticamente. Al respecto, la situación de Colombia aparece como una de las más

críticas del mundo. Según datos de la Red de Solidaridad Social (RSS)³, Colombia ocupa el tercer lugar en cantidad de personas desplazadas en el mundo después de Sudán y la República Democrática del Congo y según datos de la Consultoría para los Derechos Humanos y el Desplazamiento (CODHES), el segundo lugar.

Estos datos indican que, entre 2,2 (según el gobierno en el período 1997-2007) y 3,7 millones de personas (según CODHES, 1985-2005) han sido desplazadas en los últimos años y se han visto obligadas a dejar sus propiedades, estilos de vida y prácticas, para huir en precarias condiciones y salvaguardar así su vida. El desplazamiento de personas, familias y comunidades enteras implica una pérdida de medios de subsistencia, afecta abruptamente las relaciones de las personas y su vida cotidiana y lesiona los proyectos de vida individuales y colectivos.

Estas dolorosas pérdidas se unen a la barbarie con que se cometen los actos amenazantes, los cuales generan incalculables daños emocionales en las víctimas y ocasionan desconfianza, rabia, resentimientos y deseos de venganza, lesionando de esta manera seriamente las bases requeridas para la convivencia social. Las masacres, las incursiones armadas, las pérdidas de caseríos enteros, las violaciones de las mujeres y el ataque indiscriminado a la población civil causan horror y efectos psicosociales en las víctimas.

La dimensión de los eventos mencionados ratifica la existencia de un conflicto armado. De hecho, la situación que afronta Colombia se inscribe claramente en las definiciones que internacionalmente se han construido para calificar dicha situación en determinado país y liberarla, en consecuencia, del intento de ocultamiento o exacerbación por determinados grupos de poder. Cuando el conflicto es de carácter interno, éste es definido en el artículo I del Protocolo II adicional a los Convenios de Ginebra, como

3 Programa gubernamental dedicado a atender las necesidades apremiantes de los grupos de poblaciones pobres y vulnerables del país. A partir del año 2005, dicho programa fue reasignado como Acción Social.

un conflicto que tiene lugar en el territorio de un Estado entre sus fuerzas armadas y fuerzas armadas disidentes o grupos armados organizados que, bajo la dirección de un mando responsable, ejerzan sobre una parte de dicho territorio un control tal que les permita realizar operaciones militares sostenidas y concertadas.

Además de reconocer la existencia del conflicto armado, es necesario advertir que éste es un problema de larga duración y de dinámicas que lo hacen, además, complejo, intenso y profundamente degradado, que aumenta y profundiza las secuelas en las víctimas y en la sociedad en general, veamos:

a. La complejidad de la violencia y del conflicto armado en Colombia radica en la diversidad de actores e intereses comprometidos, en sus fracturas internas y en la heterogeneidad regional de sus dinámicas. Estas características hacen que el conflicto no se exprese de la misma manera en un mismo territorio. Las alianzas y enfrentamientos entre los actores armados o entre sectores de dichas organizaciones, sus distintas modalidades de acción para el alcance de sus metas y las diferencias en la topografía y recursos de explotación que posee una zona marcan evidentes distancias en la expresión de la violencia política entre las regiones en conflicto. Los actores armados se comportan de manera desigual y actúan diferencialmente en cada región y localidad. Además, el cruce de roles y estrategias enrarecen el panorama: actores políticos que se valen de la delincuencia y delincuentes que buscan un estatus político.

El conflicto en Colombia es cada vez más complejo en la medida que

se combinan viejos y nuevos actores, la guerra pierde la racionalidad de medio político para convertirse en una mezcla inextricable de protagonistas declarados y ejecutantes oficiosos que combinan objetivos políticos y militares con fines económicos y sociales, lo mismo que iniciativas individuales con acciones colectivas y luchas en el ámbito nacional con enfrentamientos de carácter regional y local (González en Arocha, 1998).

Obviamente, en esta intensificación y degradación del conflicto no hay consideración de los derechos de las víctimas o de los costos económicos y sociales del delito político, “la voz de la víctima se silencia, o se pone en sordina, al convertírsela sea en recurso para obtener la integración, sea en sacrificio necesario para los objetivos del bien común” (Gutiérrez en Arocha, 1998). Así se configura y consolida la impunidad no solo como hecho jurídico sino cultural. Los culpables de las muertes son “sus propios errores -de las víctimas-, su incapacidad de aprender, no hubo ni agente ni víctima”. Los grupos armados “limpian y enseñan no a alguien externo sino a la propia base social que aún no sabe comportarse” (Gutiérrez en Arocha, 1998).

Esta complejidad es aprovechada para introducir una serie de “disruptores conceptuales”⁴ mediante los cuales se busca legitimar y deslegitimar acciones violentas y arbitrarias en nombre de la segu-

4 “Lo que vamos a llamar disruptores conceptuales tiene un efecto sobre un código o discurso determinado de tal modo que alteran el campo semántico y pragmático de estos. El disruptor conceptual modifica la función semántica sin por ello modificar el significado expreso del término, se limita a introducir confusión y perversión en la función pragmática del discurso. El disruptor conceptual actúa siempre en el interior de un discurso y nunca aisladamente. Por la vía de la multiplicación de la capacidad de reproducción nemética de un significado determinado acaba produciendo transformaciones en el discurso de tal modo que el uso pragmático es perverso -contrario al deseado o previsto expresamente” Garrido, F. (2005).

ridad, la democracia y el orden social. De igual manera, los discursos internacionales permean los nacionales y al unísono, como voz y consenso universal y de la mano de campañas mediáticas, se ganan cada vez más adeptos del autoritarismo y las carreras armamentistas, con el eslogan de las guerras justas. En este contexto es comprensible la continua alusión al terrorismo, el cual “define la violencia de tal modo que deja fuera de la misma a la acción violenta de los Estados dominantes. Y reproduce hasta el infinito la asociación entre violencia y contestación social, entre violencia y pobreza, violencia y debilidad” (Garrido, 2005).

b. La intensidad del conflicto en Colombia se manifiesta en varios elementos: el aumento progresivo de la cantidad y recurrencia de los hechos violentos por parte de los diferentes grupos armados; el incremento del pie de fuerza de los grupos armados, quienes, gracias a los recursos del narcotráfico y las fuertes partidas presupuestales, han ampliado su capacidad bélica -no sólo tecnificando su armamento, también ampliando el número de hombres en sus filas-; una mayor proporción del territorio nacional afectado por enfrentamientos y acciones armadas.

Al respecto, es notoria la urbanización del conflicto, el cual hasta hace unos años era eminentemente rural. La presencia urbana del conflicto se expresa en varios aspectos como la proliferación de actores armados pertenecientes a estructuras paramilitares, a milicias urbanas⁵, a bandas de delincuencia común y a las mismas fuerzas institucionales del orden, que despliegan métodos de intimidación para el reclutamiento “forzado” o “engañoso” de niños y jóvenes a fin de engrosar sus filas; el cobro de “vacunas” e im-

puestos a personas y empresas que realizan actividades económicas lícitas e ilícitas so pena de no gozar de su protección; la incorporación de líderes y de habitantes a las redes de informantes y el control de recursos de inversión o de carácter humanitario destinados a algunos sectores. Estas dinámicas han generado un clima en los barrios y ciudades en donde priman las relaciones basadas en la fuerza, la desconfianza y el miedo⁶.

La degradación del conflicto, por su parte, se expresa en la violación de normas del Derecho Internacional Humanitario por parte de todos los actores armados y el empleo sistemático de la violencia excesiva contra los miembros de la población civil -sevicia, masacres, torturas, desapariciones, desplazamientos y confinamientos-. A diferencia de lo que acontece en una guerra convencional, en Colombia, la población civil pone la mayor parte de las víctimas, esto en razón de su uso como instrumento para restar poder a los grupos opositores o de la puesta en marcha de estrategias que la comprometen directa o indirectamente en el conflicto, negándosele su derecho a mantener posiciones neutrales y, en consecuencia, su marcada diferencia con respecto a los combatientes.

La degradación se evidencia también en el tipo de prácticas de los grupos armados, las cuales no se guían con el fin último de “causar bajas” o eliminar al enemigo, sino de humillarlo y despojarlo de sus atributos, dejándolo, por tanto, desprovisto de sus rasgos de humanidad.

La evidencia “objetiva” del conflicto y la complejidad, intensidad y barbarie nos permiten afirmar, en consecuencia, que

5 En algunos casos, las milicias urbanas forman parte del grupo armado al margen de la ley y, en otras ocasiones, los grupos armados retoman las estructuras preexistentes como las bandas delincuenciales o parches juveniles, entrenándolos y reconvirtiéndolos en función del grupo armado.

6 La presencia y las pretensiones de control son dadas a conocer a las comunidades y a sus líderes con la ayuda de diversos recursos: circulación de panfletos en donde se definen las prácticas aceptadas y las condenadas, como el establecimiento de horas de circulación pública o las maneras de vestir; inscripciones y grafitos que anuncian el nombre y la llegada de grupos; rondas nocturnas de encapuchados; visitas de toma de cuentas a líderes y funcionarios locales y asesinatos selectivos de jóvenes.

las violaciones del Derecho Internacional Humanitario no son conceptos abstractos en Colombia, sino la cruda realidad de la vida diaria. La guerra irrumpe en las actividades cotidianas de una finca, una aldea, un autobús público o una escuela al ritmo de la llegada de combatientes armados por un sendero o en un vehículo todo terreno. A veces, los hombres armados eligen con cuidado a sus víctimas en listas. Otros asesinan sencillamente a los que tienen más a mano, para sembrar terror. De hecho, la disposición a cometer atrocidades es una de las características más estremecedoras de la guerra colombiana (Human Rights Watch, 1998).

El carácter dinámico del conflicto armado

El conflicto armado interno es un proceso dinámico y cambiante. Las estrategias de guerra, los intereses en disputa, los actores protagónicos e incluso los discursos para referirse a él no permanecen inmóviles, por lo que es preciso caracterizarlo constantemente. Este carácter dinámico se aprecia, por ejemplo, en el tipo de manejos y trámites que desde el Estado se le da al mismo. Hasta hace algunos años, el lenguaje, los documentos y las políticas gubernamentales daban cuenta de la existencia de un conflicto, incluso de la existencia de una guerra, que permitió justificar el diseño de estrategias económicas, jurídicas y de relaciones internacionales acordes con este diagnóstico. Entre tanto, en los últimos años, el conflicto ha empezado a ser negado e invisibilizado y todos los términos para referirse a él han sido transformados para hacerlo "significar" algo distinto.

En este orden de ideas, negar o desconocer el conflicto y aludir, en cambio, a una "amenaza terrorista", implica negar las causas que le dieron lugar y, en el mismo sentido, las dinámicas que lo mantienen y alimentan. Toda acción subversiva y de oposición, incluso toda movilización social, desde esta nueva perspectiva, es



asimilada a atentados contra el desarrollo y la democracia, cometidos ya no por grupos subversivos, guerrilleros o críticos e inconformes, sino por narcoterroristas y delincuentes, dando un lugar a la discusión que se refiere al reconocimiento o no del estatus de beligerancia de los grupos armados al margen de la ley.

Es claro que, debido al cruce e interacción de factores históricos con los coyunturales, de dinámicas nacionales con las internacionales, de motivaciones económicas con las políticas y las socioculturales, se complejizan y desdibujan los bordes y los límites entre violencia política y delincuencia común, entre móviles económicos y móviles políticos, entre fines colectivos e intereses privados. En el contexto actual, por ejemplo, las dinámicas del conflicto no pueden comprenderse sin su estrecha relación con los procesos de "desarrollo", modernización y globalización. Los territorios objeto de disputas y de enfrentamientos armados coinciden con los territorios de realización de megaproyectos ricos en recursos y con valor geopolítico-estratégico. También coinciden con los lugares de cultivos de uso ilícito, lo cual permite afirmar que todos los grupos armados y enfrentados se articulan alrededor, o persiguen, como medio o como fin, el control de poderes económicos, lo cual, en ocasiones, desfigura, confunde o pervierte los llamados fines e ideales políticos.

Con la negación del conflicto en Colombia, se pretende desconocer que este se origina por

... la desigualdad, las trabas a que todos los ciudadanos tengan igualdad de oportunidades, la pobreza, la corrupción, el clientelismo, la violación de los derechos humanos, la represión de las élites sobre otros sectores, la falta de vigencia de la justicia, el uso negligente de los recursos naturales y el papel distorsionado de los poderes externos aliados con los poderes locales” (Osorio y Aguirre, 2000).

Por lo tanto, su superación supone un largo y complejo camino de transformaciones, negociaciones y reconstrucciones.

Curiosamente en Colombia, desde la perspectiva oficial, se pasó del conflicto al pos sin que hubiesen mediado los mencionados cambios y negociaciones. Parece que, por efecto de las acciones represivas y militares, un puñado de bandidos que atentan contra un orden democrático han desaparecido o están por la senda del exterminio, dando paso a la normalidad. Así, sin que las condiciones que dieron lugar al conflicto se hayan modificado o transformado. De manera simplista se asume que hay que proceder con leyes de perdón y olvido o verdad, justicia y reparación, a la incorporación de unos sujetos extraviados a la senda de la “vida civil” y al orden democrático sin que éste exista.

Esta nueva “mentira institucionalizada”⁷ empobrece la reflexión y la construcción colectiva y distorsiona a tal punto la realidad que los victimarios son convertidos en víctimas; las víctimas, en su búsqueda de justicia, son presentadas y expuestas como portadoras

del odio y de la venganza; el autoritarismo, la mano dura y la restricción de las libertades se exponen como banderas democráticas; las organizaciones de derechos humanos figuran como las perturbadoras de la paz y los críticos, como antipatriotas.

En aras de acabar y de combatir la guerra, se ganan cada vez más adeptos, los cuales no se restringen a los gobiernos o a los militantes, sino al conglomerado social. En nombre de la paz, del orden y de la seguridad, se militariza la vida social, lo mismo que las mentes; se renuncia a la libertad y a la autonomía. La democracia y sus preceptos pueden ser sacrificados o aplazados a favor de la estabilidad y la seguridad requeridas para el “desarrollo” asumido como ingresos, empleo y crecimiento, entre otros o en nombre de la tranquilidad -movilizarse por las carreteras, salir de noche sin ser perturbados por los delincuentes, los cuales deben permanecer en un mundo aparte o ser eliminados-.

Aunque el término conflicto armado se elimine de los discursos, documentos y programas oficiales, es inocultable la existencia de las víctimas causadas por él. El conflicto armado en Colombia afecta fundamentalmente a la población civil, entre los miles de muertos, desaparecidos, torturados, asilados, se cuentan la población campesina e indígena, trabajadores y habitantes de sectores populares. Estos civiles son en su mayoría población de escasos recursos económicos, por lo que también se manifiesta que la guerra afecta a los grupos sociales tradicionalmente excluidos y vulnerados.

Aun sin reconocimiento oficial, las dinámicas de la guerra, los desplazamientos forzados, las masacres, los atentados terroristas, las desapariciones, las retenciones y secuestros y los reclutamientos forzados inundan las noticias cotidianas. Los líderes de los distintos grupos armados llenan páginas como héroes o villanos, de

7 El término mentira institucionalizada es utilizado por Martín Baró para referirse al ocultamiento sistemático de la realidad que se refleja en cuatro aspectos: la creación de una versión oficial que distorsiona la realidad, la imposición de un silencio encubridor que busca ocultar y relegar los hechos que contradicen la versión oficial, la calificación como acto subversivo de todo aquello que amenace con derrumbar la verdad oficial y la corrupción. Martín Baró, (1990).

manera que ningún colombiano puede situarse al margen de ella, bien en su calidad de victimario o de víctima, real o potencial.

Las estrategias para enfrentar la guerra, para construir la paz -las salidas negociadas o militares - dividen y polarizan a la opinión pública y se convierten en temas centrales de campañas y de agendas públicas, a punto que podríamos afirmar que la nacionalidad, la memoria y las perspectivas de futuro están atravesadas por la guerra y el conflicto y que, en consecuencia, nos definimos, nos caracterizamos, nos relacionamos, en buena medida, a partir de ellas.

La guerra, como plantea Ibáñez (2000), es un “fenómeno que afecta a todos y cada uno de los elementos que constituyen la vida de un país, región, Estado o territorio. Al cambiar radicalmente las condiciones objetivas de la gente, se transforman sus relaciones, sus sentimientos, sus formas de entender el mundo y, por supuesto, sus conductas. La guerra constituye un orden social implícito”. Diversos autores señalan entre las consecuencias de la guerra, tanto las de orden cognitivo y comportamental, que afectan las capacidades del ser humano pensamiento, capacidad de comunicarse, sensibilidad, esperanza-, como las referidas a las sensaciones de vulnerabilidad estado exacerbado de alerta, sentimientos de impotencia y alteración del sentido de la realidad y miedo- (Martín Baró, 1990).

La guerra exige una serie de conductas y relaciones que surgen como mecanismos adaptativos para vivir en ella. En particular, autores como Samoyao (1990) destacan dentro de las principales conductas las siguientes: la desatención selectiva y el aferramiento a prejuicios; la absolutización, idealización y rigidez ideológica; el escepticismo evasivo; la defensa paranoide y los sentimientos de odio y venganza.

En contextos de guerra, las relaciones y vínculos sociales se estructuran en función de sus lógicas. Los opositores y disidentes son enemigos; los “otros” son extraños amenazantes o agresores potenciales; las propuestas alternativas son estratagemas y las opi-

En aras de acabar y de combatir la guerra, se ganan cada vez más adeptos, los cuales no se restringen a los gobiernos o a los militantes, sino al conglomerado social. En nombre de la paz, del orden y de la seguridad, se militariza la vida social, lo mismo que las mentes; se renuncia a la libertad y a la autonomía.

niones son verdades o mentiras. En contextos de guerra, la mentira, el miedo, el silencio, el rumor y la venganza median las relaciones sociales y por lo mismo simplifican y empobrecen la vida social (Ibáñez, 2000). Paradójicamente, los contextos de guerra también dan lugar a la solidaridad, la cohesión, la formación política y la afirmación de identidad, entre otras.

Además, cuando los conflictos son prolongados y se mantienen indefinidamente en el tiempo, los acontecimientos derivados de ellos -las masacres, los asesinatos, la crueldad, la sevicia- se van naturalizando. Cada evento va perdiendo dramatismo y capacidad de impacto y conmoción en la población. La sociedad pierde capacidad para indignarse e incluso para horrorizarse frente a la barbarie que, al ser cotidiana, se vuelve normal.

La prolongación del conflicto también crea una sensación de impotencia, inseguridad y pérdida de confianza en el futuro. Para la sociedad colombiana, cada día parece una afrenta al riesgo y un desafío a la amenaza; las seguridades -las creencias y certezas- mínimas para habitar el mundo son frágiles; el presente es vivido con angustia y desasosiego y el futuro, con incertidumbre y pesimismo.



El conflicto y las víctimas

Alojar el mal en la secuela, en los confines de un alma atormentada, en los laberintos intrapsíquicos de la víctima desatiende el hecho de que en la epidemia lo que importa no es solo aislar y tratar a los enfermos, sino ver como el mal se difunde y se contagia. La tortura y el genocidio son una pandemia, de origen humano, cuyos efectos son racional y científicamente calculados, que enferma no sólo a los individuos sino que afecta la calidad y textura del tejido social y de los vínculos y nexos que allí se tejen. (Marcelo Villar).

Si bien hasta aquí se han destacado los efectos del conflicto y sus dinámicas en el ámbito de las relaciones sociales, es importante preguntar también por las víctimas directas y lo que acontece con

sus vidas. De hecho, el estatus de víctima ha sido reconocido por los tratados y acuerdos internacionales, en los cuales se define como:

Toda persona que haya sufrido daños individual o colectivamente, incluidas lesiones físicas o mentales, sufrimiento emocional, pérdidas económicas o menoscabo sustancial de sus derechos fundamentales, como consecuencia de acciones u omisiones que constituyan una violación manifiesta de las normas internacionales de derechos humanos o una violación grave del Derecho Internacional Humanitario. Asimismo, cuando corresponda, y en conformidad con el derecho interno, también se comprende en el término “víctima” a la familia inmediata o las personas a cargo de la víctima directa y a las personas que hayan sufrido daños al intervenir para prestar asistencia a víctimas en peligro o para impedir la victimización (Joyner, 2000).

El reconocimiento del estatus de víctimas las hace merecedoras de una serie de derechos, cuyos estándares también son precisados por estos organismos, de tal suerte que su visibilización y ejercicio se constituyen en condición indispensable para cualquier proceso de reconstrucción social y de búsqueda de la paz. Contrario a este propósito, las víctimas de la violencia en nuestro país no solo han sido invisibilizadas, sino también estigmatizadas y culpabilizadas por lo que les aconteció a sus familiares, cuando no, por impedir procesos de reconciliación debido a sus exigencias, estimadas como “desmedidas” de verdad, justicia y reparación.

Cuando su condición jurídica es reconocida, la atención brindada las sitúa como sujetos enfermos, traumatizados, que en la mayoría de los casos deben superar su enfermedad a partir de procesos clínicos -terapia y medicalización- sin tener en cuenta el contexto que dio lugar a su situación y el entorno actual que por lo general se vuelve adverso y amenazante.

Un enfoque psicosocial debe, por tanto, considerar las situaciones concretas que ponen a la persona en determinada situación -tristeza, depresión, desinterés, dependencia, agresividad- y tratarla en el marco del contexto social, comunitario, familiar y personal que se valora en función de los riesgos, oportunidades, protecciones y vínculos que pueden afectar tanto positiva como negativamente la vivencia particular.

Es importante superar las miradas individualizantes y descontextualizadas y reconocer aquellas condiciones y factores que les impiden a las personas el despliegue de capacidades y habilidades en función del propio desarrollo al poner a miles de individuos en situación de dependencia, indignidad, sufrimiento y enfermedad.

Apoyo a la construcción y reconocimiento del estatus de víctimas

El reconocimiento de esta condición supone la identificación de agresores, con intencionalidades e intereses; implica la calificación de su situación de agredidos y vulnerados, condición necesaria para desinstalar la culpa de sí mismos y sus otros próximos, para desprenderse de las causalidades construidas por los agresores y en consecuencia exigir reparación (Martín Baró, 1990). "Así la desconfianza, la vergüenza, la culpa, la autodeprecación dejan lugar al restablecimiento de la autoestima y mediante la indignación a la recuperación de la dignidad" (Sluzki, 1994).

Construir una identidad de víctima implica abonar el camino para la reivindicación política. Abrir la posibilidad para indignarse y por esta vía recuperar la dignidad. Es la opción para reconocerse como sujeto de derecho y, por tanto, para asumirse en calidad de ciudadanos. En sus explicaciones de los hechos, su situación dependerá ya no solo de su responsabilidad, sino también de la asunción por parte del Estado de sus obligaciones constitucionales; por lo tanto, sobrevivir, levantarse y reiniciar tampoco dependerá exclusivamente de sí mismas.

El reconocimiento de las capacidades y la construcción de sujetos

El reconocimiento del estatus de víctima debe estar acompañado de la construcción de discursos y prácticas que destaquen la capacidad de "agencia" de las personas, lo cual supone que desplieguen sus recursos con el fin de asumir nuevamente el control de sus vidas, de incidir en ellas y de esta manera no caen en la dependencia y en la "victimización".

La construcción de agencia sugiere que las personas

... puedan recuperar su capacidad, sentirla y puedan iniciar acciones competentes por sí mismas; "si bien la elaboración de una narrativa coherente permite identificar la responsabilidad de 'los otros' (agresores y entidades). Es necesario construir una narrativa que posibilite el establecimiento de las propias responsabilidades y compromisos y la capacidad de control sobre nuestras vidas, lo cual requiere liberar... a la víctima de los efectos destructivos de la semantización misticante... y restaurar el sentido de la agencia" (Sluzki, 1994).

Hacia la construcción de víctimas no victimizadas

El cambio decisivo en un tratamiento psicoterapéutico ocurre en el momento en que la víctima del terror reconoce que, a pesar de las experiencias de infinita indefensión e impotencia ante la crueldad y la arbitrariedad, está en condiciones de deponer el rol de inferioridad, de sólo sufriente y avasallado. En extremo reconfortante es para él la experiencia de estar en condiciones de entregar algo a otros seres, tal vez incluso con base en las experiencias hechas. En esto consiste la dimensión decisiva de la superación del trauma (Stoffels, 1995).

El acompañamiento psicosocial se debe traducir, en consecuencia, en un proceso en el cual las personas se reconocen como víctimas sin caer en la victimización. Ello implica que les reivindicar derechos pero, al mismo tiempo, despliegan todos los recursos, individuales, familiares y comunitarios, a su alcance en pro de sus proyectos de vida.

La finalidad del trabajo psicosocial: la libertad y la dignidad

La dignidad humana corresponde al estar y permanecer vivo, que el ser humano sea considerado como un fin en sí mismo y que no sea utilizado como medio o sea instrumentalizado. Guarda correspondencia con los derechos humanos fundamentales: el derecho a la vida y el derecho a la salud, a la educación, al trabajo creativo, a la participación política, etc.

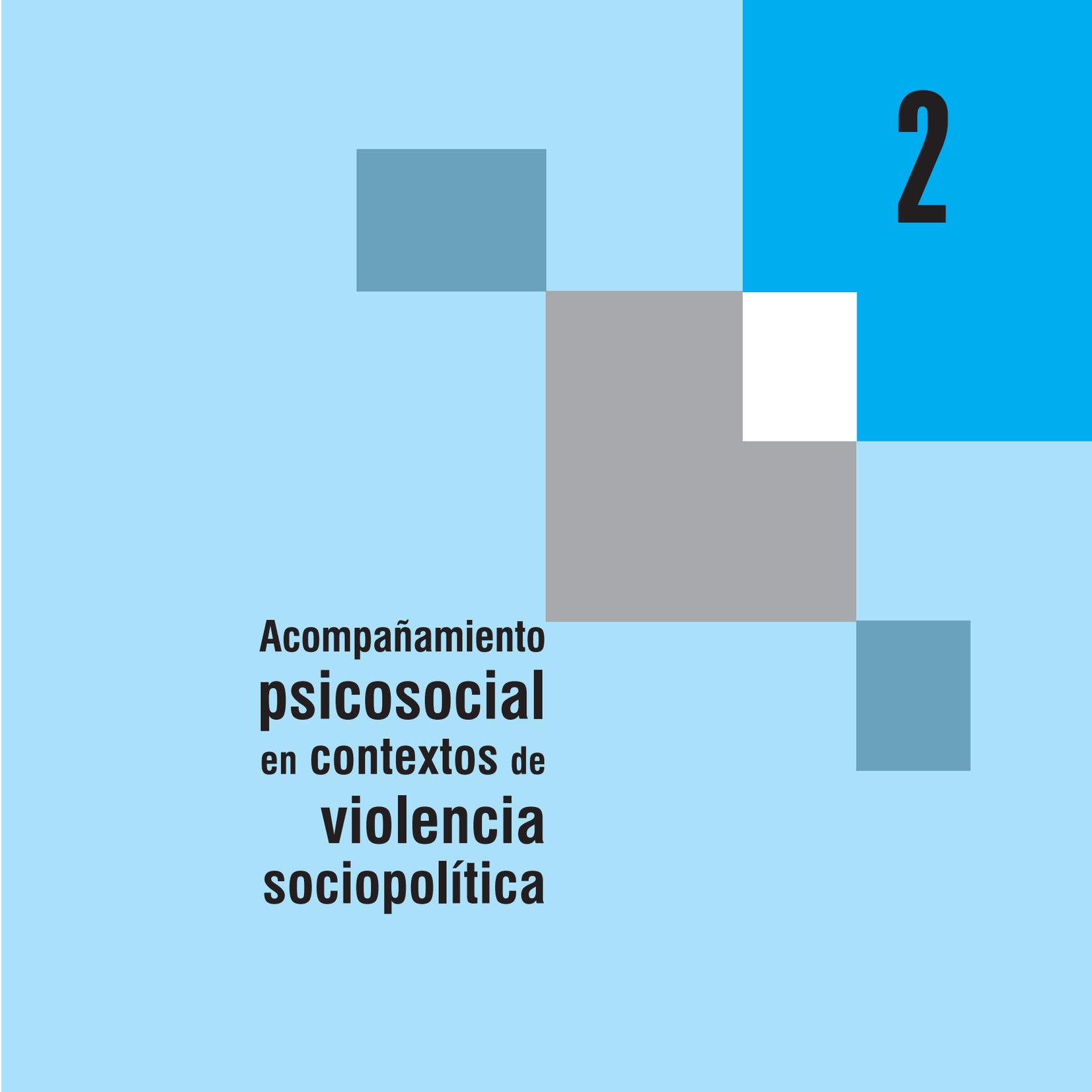
La libertad, inicialmente, significa capacidad de actuar, de ejercer la autonomía y como mínimo estar a cargo de nuestra propia vida para elegir el tipo de existencia que queremos.

Trabajar en la perspectiva de la libertad y de la dignidad implica reconocer, con las comunidades y los individuos, los recursos despojados y expropiados y también los que se han podido mantener y los que están por desplegar. Implica reconocer, redefinir y reconstruir los proyectos truncados, en un ejercicio que permita el rescate y la emergencia de lenguajes que den cuenta de la capacidad, de la responsabilidad, del recurso y en donde las categorías de “afectados”, “traumatizados”, “enfermos y desvalidos” sólo sean válidos para reivindicar los derechos a la reparación, restitución y para reconocer a través de ellos a los actores e intereses que dieron lugar a la vulneración.

En consecuencia, la autodependencia, la autonomía y la capacidad de agencia no se “entregan” en paquetes de alimentos, capitales “semilla”, bienes y servicios; se permiten, se hacen posibles, se dejan ser y se potencian en la medida en que comunidades e individuos se autorreconocen y son reconocidos por los otros,

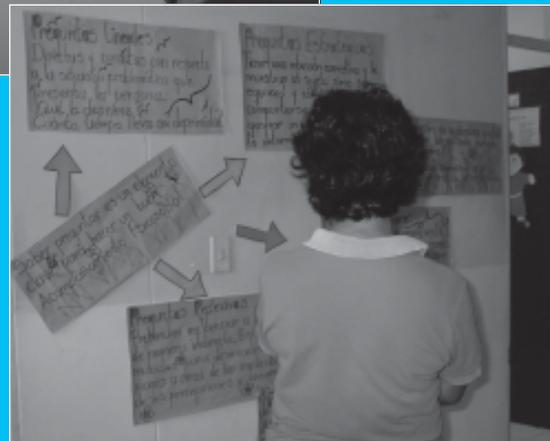
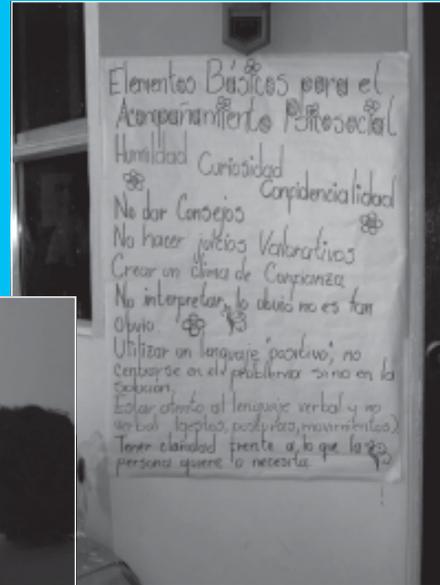
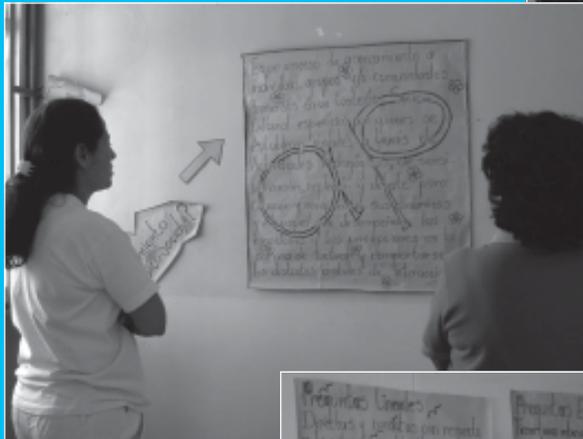
como sujetos afectados por la acción de la guerra, pero habilitados para determinar tanto el daño como el proceso de recuperación. En la medida en que se reconstruyen y establecen nuevos vínculos que hacen posible la protección y la seguridad para habitar el mundo. En la medida en que se transforman las situaciones y dinámicas que permiten que, a nombre del “desarrollo” o la “seguridad”, se rompan relaciones; se desestructuren vínculos y se impongan reglas, actividades, necesidades y consumos que violentan valores, costumbres y proyectos.

Desde la perspectiva psicosocial se trata de comprender que las víctimas no existen por su “incapacidad”, por sus características “subjetivas”. El trabajo, en consecuencia, debe ser un aporte para que se identifiquen las condiciones que los ponen en dicha situación. Este reconocimiento implica un rechazo a la caridad y a la asistencia (que ve en el otro el desvalido), a la imposición de modelos de otros contextos y épocas, a la determinación a priori y desde fuera (por otros) del daño y de la salida. Implica también un trabajo por ubicar y reconstruir las identidades a partir de las responsabilidades propias y de los otros, lo cual supone desplegar y potenciar recursos y exigir derechos. ■



2

**Acompañamiento
psicosocial
en contextos de
violencia
sociopolítica**



Autora:
Liz Arévalo Naranjo

Acompañamiento psicosocial en contextos de violencia sociopolítica

A continuación queremos compartir algunos aprendizajes sobre acompañamiento psicosocial, afectación emocional de las víctimas y ámbitos para el trabajo psicosocial.

Entendimiento sobre acompañamiento psicosocial

Desde la mirada de la Corporación Vínculos, lo psicosocial como enfoque es irreverente frente a procesos de atención puramente psicológicos y focalizados en los individuos, e invita a adelantar acciones tendientes a integrar lo emocional y relacional con una comprensión desde el contexto. La perspectiva psicosocial favorece la comprensión de la particularidad de la población víctima de la violencia sociopolítica y el reconocimiento de sus múltiples contextos sociales, culturales y políticos como ámbitos en los que se construye y deconstruye la identidad, el mundo emocional, experiencial y explicativo, los cuales son constituyentes de la realidad que se vive y es susceptible de transformarse permanentemente.

La perspectiva psicosocial ubica el foco de análisis en la relación individuo-contexto y de este modo privilegia la idea de que como individuos construimos los problemas, los sueños, las posibilidades en la interacción con otros y que es allí donde tenemos un campo amplio de acción para transformar o mantener el mundo social y personal que habitamos. Por ello, una consecuencia fundamental de la perspectiva psicosocial es la despatologización de

los individuos gracias a su visión hacia los contextos, la cual también amplía las alternativas de acción en ámbitos comunitarios de apoyo al romper la idea clásica de la atención psicológica o psiquiátrica de consultorio, cerrada al mundo cotidiano. De lo anterior se deriva el siguiente objetivo para el acompañamiento psicosocial:

Construir un proceso reflexivo entre la población víctima, su red social y los acompañantes, que contribuya a la superación de los efectos sociales y emocionales de la violencia mediante la resignificación de la identidad y del reconocimiento de recursos personales y sociales, en el marco de la categoría de sujeto de derechos.

Este objetivo destaca aspectos que consideramos imprescindibles del acompañamiento: el primero, la relación entre el acompañante y las personas víctimas de la violencia, la cual debe ser visible por parte de los participantes dado que es el motor y la brújula del proceso mismo. Una relación extremadamente "técnica", o basada en la victimización o la dependencia, genera obstáculos para la superación de los efectos de la violencia. De otra parte, en el objetivo sobresale la identidad como referente de análisis de la población sobre su situación emocional y relacional a partir de la experiencia violenta, lo cual permite reconocerse en el cambio abrupto que esta experiencia generó y proyectarse con nuevas

explicaciones o miradas hacia el futuro. Y, por último, el objetivo destaca que el desarrollo del acompañamiento psicosocial se da en el marco de un sujeto que se considera garante de derechos, autónomo y, por lo tanto, con la capacidad y dignidad para exigir sus derechos, la búsqueda de la reparación integral y la capacidad de promover cambios en su vida.

Reflexiones y dilemas desde la experiencia

Esbozados algunos elementos para la comprensión del acompañamiento psicosocial, vemos ahora pertinente compartir algunas reflexiones frente a las implicaciones actuales del mismo teniendo en cuenta los presentes escenarios del conflicto social y político en Colombia.

El acompañamiento psicosocial se da dentro de una condición constructiva, nunca detenida en el tiempo ni en los espacios y, como en cualquier relación social, parte de considerar unas demandas. Ello nos lleva a plantearnos: ¿qué pedidos están presentes en este acompañamiento?, ¿cómo comprendemos las necesidades e intereses de los participantes? Desde nuestra perspectiva, las demandas están sujetas a nuestra interpretación de la realidad, la cual se convierte en los lentes comprensivos de la experiencia institucional, reflejados en los prejuicios, creencias profesionales y personales de los miembros del equipo de trabajo psicosocial. Por lo tanto, la lectura de las demandas responde a nuestra lectura de los efectos de la violencia sociopolítica y expresa una realidad, no la realidad.

Entonces, la demanda depende de quien expresa o identifica una necesidad o una dificultad, y en este sentido existen variadas demandas como historias que explican la coyuntura actual del país. En un país que parecería “psicótico” coexisten varias realidades desde las que se cuentan historias de posguerra y de reconciliación que niegan el conflicto armado y otras que describen la permanencia de la guerra, la revictimización y un escenario negativo frente a la terminación de la confrontación armada. Estas historias

son contadas por diferentes actores con intereses particulares frente al papel que debe cumplir el acompañamiento psicosocial; por lo tanto, cuando se presenta una demanda de atención, las “verdades” de cada historia expresan expectativas frente a las acciones y resultados del acompañamiento.

Por consiguiente, reflexionar sobre ¿qué intereses nos sujetan frente a los proyectos de atención psicosocial? es una prioridad. Por ello plantear dilemas y análisis críticos es, desde nuestra perspectiva, una apertura para mantener una postura ética en nuestra labor.

Una herramienta que consideramos útil para mostrar la complejidad de una demanda de atención psicosocial es el modelo margarita, propuesto por Barnnet Pearce (2007), teórico de la comunicación. Esta herramienta permite visualizar el mundo social que estamos proclives a construir al responder al pedido de acompañamiento, dependiendo de los intereses y necesidades de los diferentes actores que participan en un proceso de atención psicosocial.

¿Cuáles son las conversaciones presentes sobre las demandas del acompañamiento psicosocial?; ¿cuáles son las expectativas de los diferentes participantes del proceso?

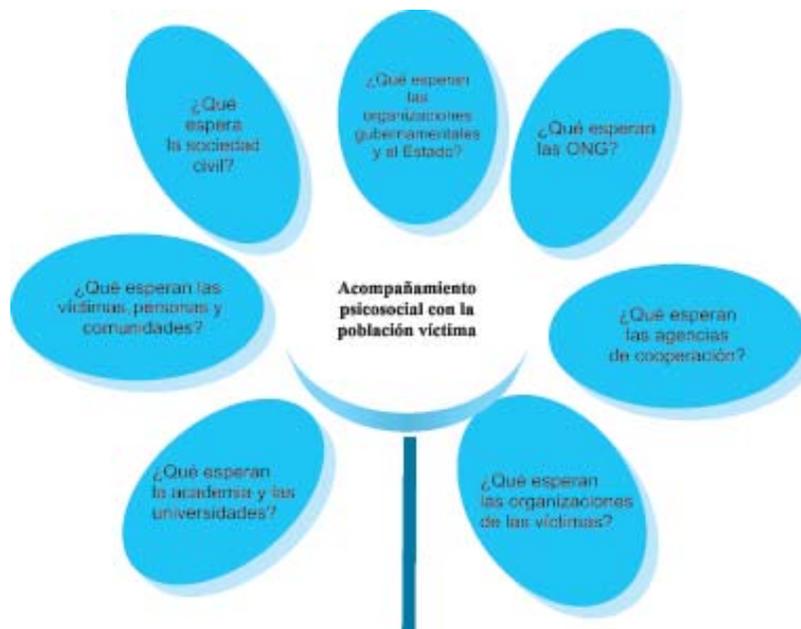
Hablamos de dilemas del acompañamiento, en tanto, desde la experiencia con víctimas y agentes sociales-, se presentan contradicciones que reevalúan nuestro lugar como personas y profesionales y cuestionan el lugar de lo humano en nuestra interacción con los otros. Estos dilemas generan claramente tensiones, lo que implica una postura reflexiva y comprensiva sobre ellos:

El papel de la terapia en el acompañamiento psicosocial: las personas esperan ser escuchadas y valoran poder “desahogarse”, pero ¿es esto suficiente?, ¿qué objetivos debe plantearse el acompañante que trabaja desde una perspectiva psicosocial?, ¿realizar actividades terapéuticas o vislumbrar el papel político que tiene? Hemos observado que, ante la adversidad que viven las personas, nos vemos motivados a ayudar y escuchar. La gente lo agradece,

Gráfica 2

Modelo Margarita propuesto por Barnet Pearce (2007)

Algunos de nuestros propios dilemas sobre las demandas de acompañamiento psicosocial



pues expresa que se siente mejor. No obstante un tiempo después estas personas nos llaman y nos indican que han vuelto a estar mal. Encontramos que se sienten culpables por no estar bien y las invitamos nuevamente a hablar. Hemos analizado lo que les pasa, encontramos explicaciones, las compartimos y las personas se sienten escuchadas. Sin embargo, permanecen la miseria y la violación de sus derechos. Sin quererlo podemos crear la idea de que una cosa no tiene que ver con la otra.

Una voz importante en este proceso de reflexión ha sido la de Waldegrave (2001) y otros agentes sociales, quienes han denominado su trabajo terapia justa. Ellos destacan la necesidad de analizar las implicaciones políticas de las formas de intervención centradas en lo terapéutico, pues éstas replican la violencia al silen-

ciar a las personas y confinar su relato al espacio privado de la terapia, donde se tranquilizan y posiblemente renuncian a la búsqueda de cambios en su contexto social.

El trabajo desde cada disciplina: de nuevo se convierte en tensión, el extremo contrario, en el cual se dejan de lado las implicaciones emocionales y el agente social se centra exclusivamente en explicaciones estructurales de la organización social donde ocurre la violencia. Aspectos como pobreza, impunidad, corrupción, guerra -con su dinámica y actores- se convierten en el único terreno sobre el cual actuar y transformar. Esta mirada tiene como consecuencia instalar la impotencia en la población y en los agentes sociales, genera parálisis al sentirse abrumados por estructuras macro que no pueden cambiar, y pierden la perspectiva de lo que sí se puede hacer

Nos volvemos expertos en las consecuencias que genera la guerra y resulta difícil tener una mirada crítica sobre como participamos en el mantenimiento de la misma al no crear estrategias preventivas y menos inmediatistas que es lo que la realidad nos exige.

desde su rol y la misión de la institución de la que forman parte. Aún nos hace falta en la práctica hacer evidente tal complejidad.

Algunas organizaciones traducen la integralidad en tener profesionales especializados en uno u otro aspecto del apoyo, lo cual no asegura que la población reflexione sobre las conexiones existentes entre su situación emocional, jurídica, económica y cultural, entre otras. El reto es generar diálogos entre las diferentes especialidades de los profesionales para lograr una mirada compleja sobre la situación de la población y desde allí elaborar -con estos- formas de apoyo integrales. La demanda por un acompañamiento interdisciplinario, por ejemplo, la exigencia de procesos judiciales que conduzcan a la búsqueda de la verdad, la justicia y la reparación conlleva a que los abogados contemplen la dimensión emocional de las personas víctimas y que a su vez los acompañantes psicosociales aborden lo jurídico, donde se procure la capacidad de agenciamiento de las víctimas y se tenga presente que su acompañamiento se da desde una postura por los derechos humanos.

La postura política: conectado con la reflexión anterior, los planteamientos de Marcelo Packman (2007) sobre lo que él denomina los aspectos micropolíticos de la terapia resultan pertinentes para

el acompañamiento psicosocial y en particular para dimensionar el papel político de las respuestas que desarrollamos en los procesos de acompañamiento psicosocial.

Packman define los aspectos micropolíticos como “todos aquellos que tienen que ver con definir realidades de un modo diferente en el campo en que los actores, familias y redes sociales, con las que trabajamos están actuando”. Se parte de la idea sistémica de considerar que en ocasiones lo que se constituye como mental se trata de cuestiones sociales y políticas que tienen que ver con definiciones de la realidad sobre las cuales hay que operar de algún modo. Por lo tanto, este aspecto micropolítico es un intento de legitimar que las acciones psicosociales deben asumir el reto de promover cambios en las realidades de las personas, lo cual implica trabajar, además de lo emocional, en su realidad social. En este sentido, las acciones son micropolíticas, si por política se entiende la actualización del poder, en tanto, oportunidad para definir nuevas realidades. Esta forma de comprensión lleva a los acompañantes y a la población a reflexionar de manera crítica sobre como las fuerzas contextuales presentes relaciones de género, situaciones de pobreza, confrontación entre actores políticos, violencia sociopolítica y sistema de creencias de los participantes- están dando forma a las elecciones que van tomando e influyen en sus rutas de vida. Es decir, poner los fenómenos sociales como texto para analizar los procesos de acompañamiento psicosocial le plantea al agente social que tome conciencia de que su trabajo es una práctica social crítica mediante la cual se revisan los mecanismos de sujeción al ser así posible desplegar prácticas generadoras o creativas de cambio sobre su realidad.

La naturalización de la guerra: otro dilema tiene que ver con el frágil límite que percibimos entre la atención a las víctimas y la naturalización de la guerra. Esto puede llevar a que se desestimen las consecuencias que tiene la violencia en la forma como las personas se relacionan consigo mismas y con los otros en medio de la permanencia del conflicto armado. Nos volvemos expertos en las consecuencias que genera la guerra y resulta difícil tener una

mirada crítica sobre como participamos en el mantenimiento de la misma al no crear estrategias preventivas y menos inmediatistas que es lo que la realidad nos exige. Por ejemplo, resulta preocupante que, en un contexto de exclusión y desigualdad social para la gente como lo es el colombiano, las identidades que construye el conflicto armado como víctima o victimario resultan ser los escenarios en los que por fin se es reconocido como sujeto de derechos o como merecedor de beneficios para el caso de los victimarios. En este sentido, podríamos establecer como hipótesis que en Colombia se han construido referentes de identidad desde la guerra misma, con las cuales se es reconocido de algún modo por parte del Estado y por la sociedad en general. Por ejemplo, en Barrancabermeja, es visible que los jóvenes que no participaron como combatientes en la guerra no tienen oportunidades y quien formó parte de un grupo armado paramilitar percibe oportunidades para la educación y para el trabajo. Otra situación que ilustra la naturalización de la guerra se presenta en el marco de la atención a los niños desvinculados del conflicto armado, en el cual algunos profesionales afirman que el grupo armado al que perteneció el niño hizo las veces del grupo familiar de éste por los lazos tan importantes que estableció. Además, en este contexto se corre el riesgo de privilegiar la experticia que se ha logrado en la atención de esta población, sin exigir la misma experticia o dedicación a crear estrategias de prevención a la vinculación.

Atención psicosocial a victimarios: se suma a los cuestionamientos anteriores una tensión de la actual coyuntura en Colombia (proceso de desmovilización de las Autodefensas Unidas de Colombia, tras el acuerdo del gobierno de Álvaro Uribe Vélez y los grupos paramilitares para la entrega de armas durante el período 2004–2006), que nos exige una postura frente a la atención psicosocial a los victimarios, la cual es necesaria para avanzar en un proceso hacia la terminación de la guerra y la construcción de una sociedad democrática y justa. Sin embargo, en el marco de la Ley de Justicia y Paz, observamos cómo quienes han hecho daño reciben un tratamiento preferencial frente a las víctimas. Esto genera impunidad y revictimización. Lo anterior evidencia la siguiente con-

tradición: la importancia de involucrar a victimarios en procesos terapéuticos y sociales para favorecer una reestructuración ética y el costo de hacerlo en medio de un contexto que favorece la impunidad y la invisibilización de las víctimas y que por lo tanto resulta en un engaño no solo para los victimarios, sino también para el proceso social más amplio que busca la paz. Por lo anterior, consideramos importante plantear que la atención psicosocial de los victimarios debe incorporar procesos reflexivos sobre la responsabilidad no solo jurídica sino ante todo social y moral y que ésta se debe dar en un contexto que promueva la verdad, la justicia y la reparación de las víctimas; sin esto, el proceso de acompañamiento psicosocial a victimarios tiende a fracasar. En esta perspectiva, consideramos que forzar una reconciliación, cuando los victimarios ni siquiera reconocen el daño causado a la sociedad y no asumen el compromiso frente al proceso de inserción a la vida civil, es una nueva ofensa para las víctimas y un grave antecedente en la construcción de lo psicosocial ya que los actuales espacios con la población desmovilizada desvirtúan el contexto social, político e histórico.

Ámbitos para la implementación del acompañamiento psicosocial

A partir de nuestra interpretación de la realidad y de nuestros dilemas éticos, hemos establecido los siguientes ámbitos de trabajo de lo psicosocial:

Ámbito para reconstruir la dignidad

Tener como marco de la labor del acompañante que la relación con la población afectada por la violencia es desde su lugar como sujeto de derechos y reconocer el lugar de víctima tiene todo que ver con participar en la reconstrucción de la dignidad. Desde esta perspectiva, abordar los derechos humanos contribuye a superar los efectos emocionales y sociales que ha generado la presencia de la violencia en sus vidas. Estas posturas construyen, como diría Elizabeth Lira (1989), un vínculo comprometido, el cual “implica

una actitud éticamente no neutral frente al sufrimiento del otro y supone comprender que su situación emocional es el resultado de una experiencia traumática, infligida deliberadamente, una acción creada por otros” (Pag. 22-29).

Por lo tanto, en este ámbito planteamos dos preguntas guía del acompañante y de la población: ¿Cómo las acciones de orden jurídico, de conocimiento sobre los derechos humanos y lo organizativo contribuyen a recrear una nueva identidad (la de sobreviviente) y a superar las dificultades emocionales que ha generado el hecho violento del cual fue víctima? y ¿la forma como estamos proponiendo la organización legal, económica y de reconstrucción del tejido social contribuye a la construcción de un sujeto de derechos o mantiene la victimización?

La manera convencional de entender y asumir la violación de los derechos humanos ha sido, desde el marco jurídico, donde el discurso es básicamente racional, en el cual se argumenta que las personas que han sido violentadas deben conocer el marco de los derechos humanos con el supuesto que, haciéndolo, contarán con las herramientas para exigir la reivindicación de los mismos. Sin desmeritar esta labor, creemos que, para acceder o incorporar este conocimiento, es necesario reconocer los sentires y significados de las personas víctima de la violencia y así identificar sus necesidades y establecer de qué manera la reparación cobra sentido desde su mundo subjetivo. Estas acciones hacen, entonces, que las personas comprendan, accedan y se sientan empoderadas y promotoras del discurso racional y universal de los derechos humanos.

Retomando los planteamientos de Lira (1989) y Berinstain (1989), desde una lectura psicosocial, los procesos de reparación implican devolver la dignidad de las personas y sus familias; prevenir las causas para que no se repitan los hechos violentos; reconstruir los lazos familiares y vecinales; proporcionar seguridad y confianza; restablecer la conciencia moral de la sociedad y rehacer los proyectos de vida (individuales y colectivos).

Por último, presentamos algunas acciones que forman parte de este ámbito:

- Talleres y conversatorios reflexivos sobre la contribución de las acciones legales y organizativas en la superación de los efectos de la violencia.
- Promoción de la participación y la autonomía fundada en una relación consigo mismo y con el otro como sujeto de derechos.
- Análisis político y social del contexto de la violencia sociopolítica en Colombia.
- Conocimiento de los derechos humanos y la propuesta que plantean como forma de relación cotidiana.
- Promover y apoyar procesos de reparación: participación y construcción de eventos simbólicos de reparación en los que las víctimas sean protagonistas; contención y apoyo en declaraciones judiciales para la búsqueda de la verdad; reconstrucción de la memoria individual y colectiva, acciones para involucrar a los victimarios en la reparación, entre otros.
- Procesos sociales para reconstruir el tejido social, sensibilización frente a la situación de las víctimas y sobre el papel de los ciudadanos en la construcción de un país democrático.
- Espacios para resignificar la categoría de víctima hacia la de sobreviviente, evitando la victimización.

Ámbito para configurar o fortalecer una red social

Este ámbito orienta la labor del acompañante hacia el fortalecimiento o construcción de relaciones que soportan y posibilitan el proceso de superación de los efectos emocionales y sociales de la violencia, apoyándose en la idea de que la identidad se construye en proceso de coautoría entre el sujeto y los otros en conversación. Lo anterior dimensiona el papel de la red en el acompaña-

miento psicosocial, la cual, como lo afirma Marcelo Packman (1995), es una metáfora que señala atributos como tejido, relaciones, contención y apoyo, entre otros.

Este ámbito orienta acciones psicosociales desde el reconocimiento que las comunidades afectadas por la violencia forman parte de un contexto social más amplio al cual les corresponde, desde sus diversos niveles de responsabilidad, proveer las condiciones necesarias para que sea posible reconstruir el futuro. Los agentes sociales deben favorecer la construcciones de redes de apoyo, desde lo legal, organizativo, productivo y comunitario, así como con las organizaciones gubernamentales (salud, educación, etc.), para tejer de nuevo las relaciones sociales lesionadas por la violencia. En esta lógica, cualquier proyecto, ya sea organizativo, educativo o de salud, debe crear espacios para que las personas manifiesten el sentido que provee la red a su identidad individual y colectiva en el tránsito del acompañamiento mismo.

Las acciones que caracterizan este ámbito son todas aquellas que buscan crear o fortalecer redes sociales:

- Construir o fortalecer la red de la población tanto de los sectores salud y educación, entre otros, que deben garantizar los derechos de las víctimas.
- Grupos de pares o movimientos de víctimas, en los que compartan su experiencia y las dificultades que viven y se identifiquen recursos a alternativas comunes que construyan una forma de apoyo orientado desde ellos y para ellos.
- Encuentros con la familia o en su ausencia con otros significativos de su red personal para identificar necesidades y fortalezas en su proceso de reconstrucción del proyecto de vida de la población.
- Conversatorios reflexivos con maestros, compañeros de clase, vecinos y nuevos amigos entre otros que, como “testigos”, amplíen la visión de la población afectada sobre sus recursos.



Ámbitos para fortalecer y recrear la identidad

La afectación emocional que sufren las personas víctima de la violencia tiene una importante huella en la forma como se ven a sí mismas y a los otros, donde lo que antes parecía seguro ahora es incierto, y es difícil reconocerse como la persona que era antes del hecho violento; no reconocen su voz y privilegian la del victimario, quien con sus acciones ha transgredido los referentes para verse como parte de una sociedad segura y ética que promete un futuro alentador. El miedo, la culpa, la venganza, la ansiedad y la depresión (duelos), entre otros, son escenarios emocionales en los que habitan las personas víctima.

De manera puntual en este ámbito se incluyen todas aquellas actividades que favorecen el apoyo emocional y la reflexión en torno a la identidad de la población; por lo tanto, los efectos emocionales de la violencia y de otras experiencias son tópicos para tener en cuenta en el propósito de desarrollar los procesos de acompañamiento psicosocial.

Las actividades que caracterizan este ámbito son las siguientes:

- **Talleres, conversatorios reflexivos o grupos de apoyo con acciones orientadas a recrear la identidad.** De manera intencional se pretende provocar otras miradas o reflexiones sobre temas nodales referidos a la experiencia violenta, contrastándola en el tiempo subjetivo: ¿cómo me veía antes; cómo me veo hoy y cómo me gustaría verme en el futuro?
- **Acciones o conversaciones psicosociales informales.** Estas actividades implican un mirada psicosocial transversal y permanente y se orientan a alimentar la curiosidad del agente social y de las personas sobre ¿cómo las nuevas experiencias, a partir de actividades, hechos o relaciones (formales e informales), recrean una nueva identidad y promueven la superación de los efectos sociales y emocionales de la violencia? Traer estas reflexiones a la conversación permite, por un lado, identificarlas o recogerlas y, por otro, incorporarlas a nuevas versiones de las personas sobre sí mismas.
- **Procesos terapéuticos de carácter familiar, individual o de grupo.** Todas las acciones deben favorecer escenarios para la superación de los efectos emocionales del hecho violento; sin embargo, es pertinente identificar una actividad psicosocial que de manera particular se caracteriza por crear espacios formales, privados y ritualizados que se centran en apoyar el cambio en situaciones que las personas afectadas por la violencia definen como problemáticos.

La paranoia, las pesadillas y la desconexión con la realidad pueden requerir de una atención psiquiátrica, sumada a un acompañamiento terapéutico que promueva el análisis de los efectos a la luz del contexto de la violencia, por cuanto la paranoia, la ansiedad o el miedo, entre otros, son una respuesta acorde a un contexto anormal (por ejemplo, la paranoia es útil en la dinámica de la guerra para proteger la vida).

La diferencia entre las otras acciones descritas en este ámbito es que en el terapéutico se ritualiza el proceso y se considera que las personas han aceptado la invitación a revisar aquello que “no soportan de su experiencia”, que les genera sufrimiento en un espacio privado. Sin embargo, todas las acciones que se desarrollan, desde una perspectiva psicosocial, tienen la intención de generar cambios emocionales y sociales; es decir, pretenden efectos terapéuticos.

Ámbito para la reflexividad institucional y del acompañante

Los imaginarios y representaciones que los acompañantes y las instituciones a las que pertenecen han construido sobre la violencia, sus posturas políticas y teóricas están presentes en la relación que establecen con la población que acompañan. Sus prejuicios supeditan el quehacer cotidiano del acompañamiento y se suman a su marco valorativo. Por consiguiente, el ejercicio de la autorreflexión se vuelve prioritario para reconocer que estamos implicados en el proceso de acompañamiento.

Este ámbito está compuesto por todas aquellas actividades que promuevan una mirada reflexiva, del agente social y de la institución gubernamental y no gubernamental que brinda la atención, sobre su quehacer y las premisas desde la cual delinean la relación que construyen con la población que atienden. Incluimos este ámbito como parte del enfoque psicosocial, para destacar el papel del acompañante y del contexto institucional en los procesos de acompañamiento. El cuidado debe cubrir varios niveles: la propia capacidad para percibir los límites y los síntomas del desgaste emocional; la responsabilidad de la institución se refiere a buscar un tipo de liderazgo y de trabajo en equipo basados en la colaboración y la existencia de espacios de “vaciamiento o decompresión” y la creación de redes interinstitucionales para remitir casos y compartir aprendizajes y dificultades frente a la labor de apoyo que se realiza. ■



3

Afectación
emocional
en contextos de
violencia
sociopolítica



Autor:
Corporación Vínculos

Afectación emocional en contextos de violencia sociopolítica

Afectación emocional de las poblaciones y personas en contextos de violencia sociopolítica⁸

Con miras a brindar una mayor claridad sobre nuestro planteamiento del acompañamiento psicosocial (Corporación Vínculos, 2004), a continuación haremos una breve descripción de la afectación emocional de la población víctima de la violencia sociopolítica:

- Silenciamiento de la propia voz y desdibujamiento de la autonomía: el referente desde el cual las personas describen y explican sus experiencias es el del actor armado, lo que ellas hicieron, como actuaron, sus palabras, lo que imaginan que piensan se vuelve el foco desde el cual actúan y toman decisiones. El actor armado se vuelve omnipresente conoce todos los movimientos del otro. La identidad y la conciencia de la civilidad se desvanecen.
- Los patrones de relación basados en mostrar quién es el más fuerte y quién domina o tiene el poder en la relación. El actor armado domina a la población; dentro de ella, los hombres a las mujeres, las mujeres a los niños, los maestros a los niños y entre ellos el que se muestre más “agresivo” o fuerte. Si bien estos patrones forman parte de la cultura patriarcal, hemos

observado que se exacerban en los contextos donde el conflicto armado está presente, aumentando la percepción negativa que tienen las personas sobre sí mismas y la sociedad que las rodea.

- La situación emocional individual cuando se es víctima directa de un hecho violento se caracteriza por ansiedad permanente, miedo, confusión, dificultad por mantener la atención, rabia y sensación temporal de estancamiento, parálisis e impotencia. Este escenario emocional es recreado por los hechos, las conversaciones y la incertidumbre de no saber qué va a pasar y sobre todo al observar que los referentes básicos de su identidad individual y colectiva han cambiado drásticamente.
- La situación emocional colectiva se caracteriza por la desconfianza y en las conversaciones las personas reafirman la imposibilidad de actuar o de hacer algo para evitar la acción del actor armado. Las familias y las personas se aíslan de sus contextos.
- Vivir permanentemente en medio de los hechos violentos, la impunidad y la ausencia del Estado genera en la mayoría de las personas explicaciones en las que se argumenta que lo que sucede es “por no tener una mano dura con la gente” y no tener quien controle, por lo cual es legítima la defensa propia.

Acompañamiento psicosocial en contextos de violencia sociopolítica

Esta lógica, a la postre, valida la presencia del actor armado en la comunidad. La contradicción es evidente; se rechaza la guerra, pero al mismo tiempo se valida la existencia de la misma.

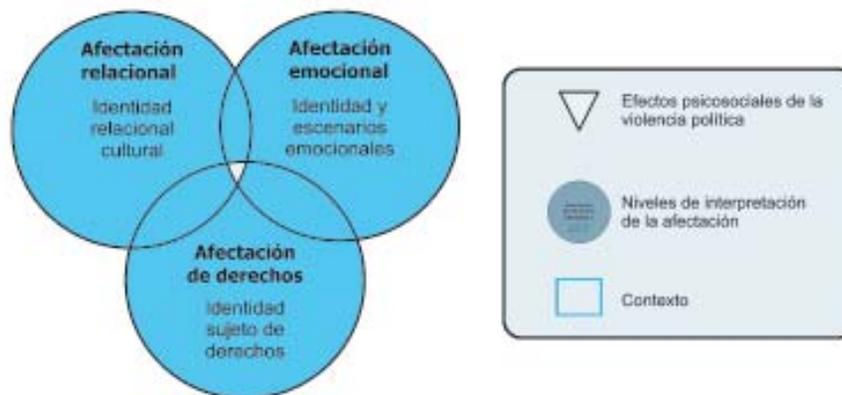
- Los niños y jóvenes visualizan su futuro como parte de los actores armados, ya sea regulares o irregulares. La idealización del arma -y del poder que ésta impone- los seduce como posibilidad de futuro. La identidad se recrea desde la posición que otorga la guerra; es decir, la identidad de guerrero.
- Estar en medio de la ocurrencia de hechos violentos aleja a las personas de sus valores y creencias. Según Sluzki (1994), ocurre un “lavado de cerebro” en el que incluso se justifica la acción del actor armado, legal o ilegal. En consulta y en los grupos, escuchamos frecuentemente frases como “él se lo buscó” o “algo debía”, que refleja, como de manera no consciente, la justificación de la violencia.
- Limitación para observar las propias capacidades. Las personas afectadas directa o indirectamente cuentan con habilidades y capacidades para afrontar los efectos de la confrontación armada. Estos provienen tanto de sus historias y antecedentes personales y familiares como de recursos culturales –creencias

y ritos-; sin embargo, ante lo abrumador que puede resultar la experiencia de vivir en medio de la guerra, las personas no se ven a sí mismas; sus capacidades de afrontamiento pasan inadvertidas y no son foco de análisis o reflexión.

Adicionalmente, resulta fundamental comprender las consecuencias emocionales y sociales de las víctimas, de manera diferencial; tener en cuenta categorías como género, ciclo vital, hecho violento experimentado y cultura ayuda a que, como agentes sociales, acompañemos procesos de las personas a diferencia de controlar o conducirlas desde nuestras percepciones profesionales y personales. Para concretar esta propuesta, lo invitamos a observar los siguientes elementos que nos pueden acercar a la comprensión de la afectación de las personas víctima de la violencia sociopolítica:

La categoría identidad es el hilo conductor del proceso de acompañamiento psicosocial y la definimos como las versiones o las “teorías” que construimos sobre el “sí mismo”. Shotter (1996) se refiere particularmente al “sí mismo” como a “un conjunto de estrategias, un modo o un grupo característico de modos de responder a los otros alrededor nuestro”. Estas versiones muestran la disposición emocional para interactuar con el mundo, ya que cuando hablamos de quiénes somos indicamos la emoción en la

Gráfica 3
Efectos psicosociales de las víctimas de la violencia política



que nos encontramos y el contexto relacional donde la hemos construido con otros.

Otro aspecto de la identidad es que cambia de acuerdo con la etapa vital (niñez, juventud, adultez) y con las situaciones particulares y contextos de relación en los que nos encontramos; por ello, la identidad es socialmente construida; es decir, los otros son coautores de la misma, “no es una esencia, un atributo o una propiedad intrínseca del sujeto, sino que tiene un carácter relacional (...). En suma, la identidad de un actor social emerge y se afirma sólo en la confrontación con otras identidades en el proceso de interacción social, la cual frecuentemente implica relación desigual y, por ende, luchas y contradicciones” (Giménez, G. 2002, pag. 22).

Según Gilberto Giménez, la identidad tiene tres funciones:

- Estructurar unas coordenadas para moverse en el espacio social; es decir, saber quién soy y qué posición ocupo determina cómo me relaciono en los diferentes contextos de mi experiencia vital.
- Apoyar la construcción de sistemas de preferencias: “Si yo soy de esta manera, realizo actividades que no lo contradigan”.
- Permitir entrelazar las experiencias del pasado con las del presente en una unidad biográfica, aunque cambien con el tiempo: “Yo soy yo”.

El cambio permanente de los contextos de relación de los sujetos sugiere que la identidad es multidimensional. Osea, es posible ser víctima del conflicto armado, el hijo mayor de una familia, estudiante del colegio y desvinculado. En este sentido, hablar desde una dimensión no necesariamente significa que prime sobre las demás ni que las olvide mientras se responde desde la dimensión interrogada.

Generalmente es “natural” saber quienes somos; sin embargo, hay acontecimientos que lo ponen en duda. Las situaciones que

desencadenan las preguntas acerca de la propia identidad se refieren a lo siguiente:

- Aquellos eventos importantes e impactantes emocionalmente, tanto positivos como negativos.
- El tránsito por periodos como la juventud y la edad madura, que sugieren un cambio de posición social.
- Poseer características que son tratadas como estigma: forma parte de una historia en la que sistemáticamente no somos tratados como sujetos legítimos en la convivencia, sino como problema, amenaza e instrumento, entre otros.
- Conocer gente extraña cuyo mundo es tan distinto al nuestro que empezamos a preguntarnos acerca de nuestro propio mundo.

Ser víctima de un hecho de violencia es una de las situaciones que desconcierta de una forma extrema a las personas, dado que el hecho mismo irrumpe en las creencias que tienen las personas sobre quiénes son, cómo las ven los demás y qué pueden esperar de su entorno social. Las víctimas se preguntan ¿por qué a mí?, ¿cómo me ven los demás? o ¿qué puedo esperar ahora de los otros? El escenario emocional se caracteriza por el miedo y la ansiedad, además del sufrimiento que genera la muerte, la desaparición y el desplazamiento mismo.

La identidad es un referente importante para identificar los cambios y las emociones que un hecho violento o experiencia extrema generan en los individuos y comunidades.

A partir de la comprensión de estos aspectos de la identidad, esta categoría adquiere un sentido privilegiado para la definición del acompañamiento psicosocial, dado que, como apuesta conceptual, permite desarrollar una mirada compleja de las personas víctimas de la violencia, donde la dimensión emocional y relacional (contextos culturales comunales y propios de la ciudadanía) se integran para dar cuenta de un sí mismo en construcción.

El primer elemento que se debe tener en cuenta es la afectación emocional, la cual ha de contemplar los escenarios emocionales en los que se encuentra la persona que ha sido víctima y las narrativas o historias que tienen las personas o comunidades sobre sí mismas a partir del hecho violento.

Cambios	Aspectos para considerar	Cambios que se pueden identificar en cada aspecto
Identidad	Versión personal de la identidad	La recomposición en la historia que la persona hace de sí misma a partir del hecho violento.
	Emociones y narrativas sobre la experiencia vivida	La emoción más significativa y las historias que las personas se cuentan sobre lo sucedido.
	Versión virtual de la identidad	Los cambios sobre como creen que otras personas las ven a partir del hecho violento
	Versión colectiva de la identidad	Los cambios en el valor y significado de pertenencia a un grupo social - teniendo en cuenta elementos como arraigo, territorio y sentido del nosotros

El segundo elemento tiene que ver con la afectación relacional, la cual contempla una comprensión en los cambios, en las relaciones y en el ámbito cultural. Veamos a continuación de manera más concreta:

Cambios	Aspectos para considerar	Cambios que se pueden identificar en cada aspecto
Identidad relacional	Relaciones familiares	Cambios en las relaciones familiares ⁹ a partir del hecho o proceso de violencia vivido.
	Redes sociales	Los cambios en las redes sociales el conjunto de seres con quienes interactúa y conversa de manera regular instituciones, vecinos, amigos y pobladores.
Identidad cultural	Relaciones de género	Los cambios en las cosmovisiones frente al ser hombre y el ser mujer, en las relaciones de poder, roles, significados, símbolos y las acciones.
	Rituales	Transformaciones que genera el hecho violento en las formas culturalmente creadas para expresar transiciones o cambios del devenir humano.
	Patrones culturales	Los cambios en los tipos de situaciones, prácticas y las formas aprendidas de interactuar a partir de la experiencia del hecho violento.

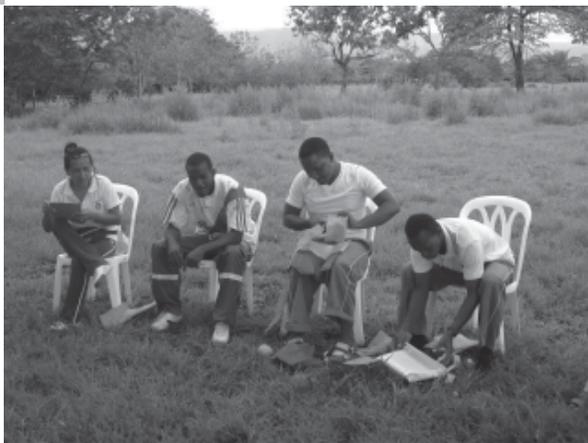
9 Comprendido hacia las relaciones de familiaridad, donde acudimos a los otros significativos más allá del grado de consanguinidad.

Como tercer elemento, proponemos que se realice una comprensión de la afectación de los derechos. De esta forma es posible identificar la construcción cultural y política que la persona como sujeto de derechos realiza sobre sí misma y su rol como titular de derechos, autonomía y responsabilidad frente a sí misma y los otros.

Cambios	Aspectos para considerar	Cambios que se pueden identificar en cada aspecto
Identidad sujeto de derechos	Conocimiento de las personas sobre sus derechos	Nivel de claridad e interiorización de las personas sobre su calidad como sujeto de derechos (antes, durante y después del hecho violento). Los derechos que se han vulnerado a partir del hecho violento, así como las historias que tienen las personas sobre quién es responsable dada la tendencia a la autculpabilización de lo sucedido.
	Situaciones donde se da la revictimización	Relaciones o contextos donde la población víctima esta siendo nuevamente vulnerada debido a la ausencia del Estado o de nuevas amenazas o hechos violentos para buscar redes de apoyo legales.
	Acciones de reparación o de reivindicar la memoria sobre lo sucedido	Indaga sobre las condiciones propicias para apoyar un proceso de reparación con otras organizaciones sociales o gubernamentales y contribuir a un proceso de recuperación emocional
	Acompañamiento en casos de denuncia, de exigibilidad de derechos y documentación de casos sobre la vulneración de sus derechos	Indaga sobre la situación emocional de las víctimas en situaciones de denuncia en las cuales debe recordar y describir la experiencia violenta vivida.

La revisión de la afectación emocional, relacional y de derechos, desde la categoría de identidad, nos brinda la posibilidad de obtener una mirada compleja sobre los efectos psicosociales que observamos en una persona y una comunidad, siempre y cuando se tenga en cuenta el contexto y el tipo de hecho violento del cual fue víctima.

A continuación se les presenta una herramienta a los agentes sociales, que brinda la posibilidad de conocer la situación inicial de la población con la cual se realizará el acompañamiento y registrará los avances, resignificaciones y perspectivas en torno a los tiempos del antes, durante y después del hecho de violencia.



Herramienta para la caracterización psicosocial de la población víctima de la violencia sociopolítica: El calidoscopio¹⁰

El calidoscopio es un tubo que contiene varios espejos en un ángulo y pedacitos de cristal irregular; al mirar por uno de sus extremos se ven combinaciones armónicas que varían cuando se gira el tubo. Del mismo modo, en el ámbito de lo humano, cada giro representa un contexto distinto en el cual se han construido múltiples relaciones y significados. Esto nos invita a no tener una única mirada sino a ampliar la observación para facilitar un análisis que reconozca sus particularidades.

Como herramienta, el calidoscopio permite caracterizar personas y grupos mediante la exploración y reconocimiento de su identidad, atendiendo a los significados construidos en diferentes contextos, experiencias y relaciones, para recoger información que

posibilite identificar necesidades y recursos específicos de la población y adelantar el proceso de acompañamiento psicosocial.

El calidoscopio presenta cinco órbitas: individual, familiar, social, cultural y política, que están enmarcadas desde dos niveles: aprendizajes y dificultades de la situación violenta o problema. En estos se incluye la categoría del tiempo en relación con el antes violento, durante y después de ocurrido el hecho. Esta categoría del tiempo es especialmente importante cuando el acompañamiento psicosocial se hace con personas, familias o comunidades que han sido afectadas por hechos violentos o situaciones muy dolorosas, ya que tener en cuenta las emociones y significados en estas tres dimensiones: antes, durante y después, facilita una mayor comprensión de los tiempos subjetivos y del grado de afectación emocional para construir las posibles rutas que faciliten el acompañamiento.

Órbitas del calidoscopio

Observaremos a continuación los contenidos de cada una de las órbitas:

Órbita identidad mundo emocional

Se refiere a la relación de la persona consigo misma; es decir, a la percepción sobre su mundo emocional y las motivaciones personales que movilizan sus decisiones.

Tiene que ver con los significados que le han dado sentido a la historia que nos contamos de nosotros mismos, de nuestros sueños, valores y de todas aquellas características que nos atribuimos como propias y que nos diferencian de los demás. Así, tenemos formas de comportarnos que responden a la descripción que hacemos de nosotros mismos: alegre, extrovertido, fuerte, entre otras.

¹⁰ Este instrumento fue creado por la Corporación Vínculos para trabajar con niños y jóvenes desvinculados del conflicto armado en el marco del proyecto con la Organización Internacional para las Migraciones y el Instituto Colombiano de Bienestar Familiar. En este documento ha sido adaptado para el acompañamiento psicosocial a víctimas de la violencia social y política.

¿Cómo explorar la órbita identidad-mundo emocional?

Es importante destacar que, para explorar esta órbita, el acompañante debe diseñar talleres, conversatorios o conversaciones reflexivas con las personas, que les permita identificar la forma como se ven a sí mismas y sus emociones, en conexión con el hecho violento vivido o con la situación problemática. ¿Cómo se perciben las personas?, ¿cómo han cambiado a partir del hecho violento?, ¿cuáles emociones experimentaron en todo el proceso (durante y después) que han vivido?, ¿cuál emoción permanece y que identifican como problemática?, ¿qué imagen tienen de sus capacidades y de sus limitaciones? En conclusión, esta órbita permite identificar la historia que tiene la persona sobre sí misma, para identificar la afectación emocional y en la relación consigo misma a partir de la situación violenta o problemática que está viviendo.

Órbita relacional familiar

Hace referencia a los significados construidos en las relaciones de familiaridad: puede ser con los padres, abuelos, hermanos, tíos, hijos y compañeros afectivos o con otras personas que, sin ser de la familia, cumplan su papel.

Incluye, además, aquellos valores, mitos, creencias y patrones familiares que son referentes de sentido de las experiencias, decisiones y emociones que expresan las personas. Esta órbita contribuye a identificar con la persona la afectación relacional.

Órbita relacional social

Lo social hace referencia al entorno, a aquello que nos rodea: los vecinos, el grupo de amigos, el colegio, la comunidad y las instituciones.

¿Cómo explorar la órbita familiar?

Realizar talleres, conversatorios y conversaciones reflexivas para explorar con las personas sobre cómo el hecho violento ha cambiado el significado y las relaciones familiares. La curiosidad del agente social es indagar sobre las creencias, valores y prejuicios que la familia de la víctima o la familia víctima tiene sobre la situación problemática e identificar las oportunidades y recursos que esto trae a la superación de los efectos sociales y emocionales de la violencia. Por ejemplo, ¿se culpabilizan unos a otros?, ¿qué explicaciones tiene como familia de lo que sucedió?, ¿cómo era la familia antes, qué paso durante el hecho violento en la familia y cómo ha cambiado la familia después de...?, ¿tiene algún mito o creencia que brinda fortaleza?, ¿con qué recursos cuenta esta familia, qué aprendizajes y dificultades muestran o identifican sus miembros?

¿Cómo explorar la órbita social?

Realizar talleres para construir el mapa de la red social de las personas y los grupos, conversatorios y conversaciones reflexivas para explorar con ellas sobre cómo el hecho violento ha cambiado el significado y las relaciones sociales. Cómo se visualizan las víctimas en el entorno social, qué significados tiene sobre el papel de su red en la superación de su situación, así como reconocer aquellas relaciones que brindan sostén y apoyo emocional para fortalecerlas y ampliarlas. Implica también conocer cómo la sociedad recibe a la víctima y si es necesario realizar acciones de sensibilización con ésta para que asuma una corresponsabilidad en el proceso.

También se relaciona con los significados que construimos sobre nuestro lugar en el mundo, lo que se espera en nuestras relaciones sociales y sobre el papel de los otros cercanos, significativos y necesarios en nuestra vida. Esta órbita, igualmente, contribuye a identificar con la persona la afectación relacional.

Órbita relacional cultural

Lo cultural hace referencia a aquellos significados sobre el ser hombre o mujer, sobre el valor de la labor social que desempeña cada quien, sobre los significados de la familia e instituciones y los que históricamente construimos del mundo que nos rodea y le dan sentido a nuestra vida. Se relaciona con las transiciones o cambios del devenir humano, como los rituales y con el sistema de creencias espirituales que guían la relación de las personas con el mundo.

¿Cómo explorar la órbita cultural?

Realizar talleres, conversatorios y conversaciones reflexivas para explorar con las personas sobre los referentes culturales y cómo estos se afectan, o no, a partir del hecho violento. El acompañante debe ser curioso por el género, el sitio de origen, las costumbres, las formas de hacer, los rituales propios, las creencias religiosas, los modos de pensar la vida y la muerte, a fin de comprender cómo las personas han enfrentado el hecho violento o la situación problemática.

Esta órbita permite identificar aprendizajes y dificultades desde una perspectiva cultural.

Órbita sujeto de derechos o política

Se refiere al contexto donde se delimita y promueve la capacidad de autonomía y participación. También hace referencia a la vivencia de la democracia, a la construcción particular frente al conflicto armado, en relación con explicaciones, posturas y decisiones. Igualmen-

te alude a los significados sobre el papel del Estado en la vida personal, familiar y social y, por ende, en la identificación como ciudadano. Esta órbita contribuye a explorar la afectación de derechos.

¿Cómo explorar la órbita sujeto de derechos?

Realizar talleres, conversatorios y conversaciones reflexivas para explorar con las personas sobre el contexto donde surge la violencia e indagar sobre el conocimiento que tienen de sus derechos, las explicaciones y posturas políticas y la manera como esto incide en su proceso de superación de los efectos de la violencia. Esta órbita indaga sobre el lugar de la denuncia de la víctimas, de la exigencia de derechos de los ciudadanos y del posicionamiento de la persona y las comunidades como sujetos de derecho, con el fin de orientar nuestras posibilidades de incidencia y limitaciones en el acompañamiento. Asimismo, facilita la identificación de una ruta para procesos de reparación.

Uso del calidoscopio

Ya que esta herramienta permite caracterizar grupos o personas, sugerimos usarla como instrumento de análisis antes de iniciar un proceso de acompañamiento porque puede permitir la construcción de posibles rutas por seguir. Para ello debe tener en cuenta las diferentes órbitas, construyendo preguntas que desde cada una faciliten partir de los significados y den cuenta de las necesidades de las personas.

Registro del punto de partida para el proceso de seguimiento individual

El calidoscopio individual es un punto de partida para conocer las necesidades de cada participante y así tener esta herramienta analítica como elemento base para la construcción de una ruta de

acompañamiento. Para ello es necesario recoger la información suficiente de cada órbita y consignarla en el registro anexo.

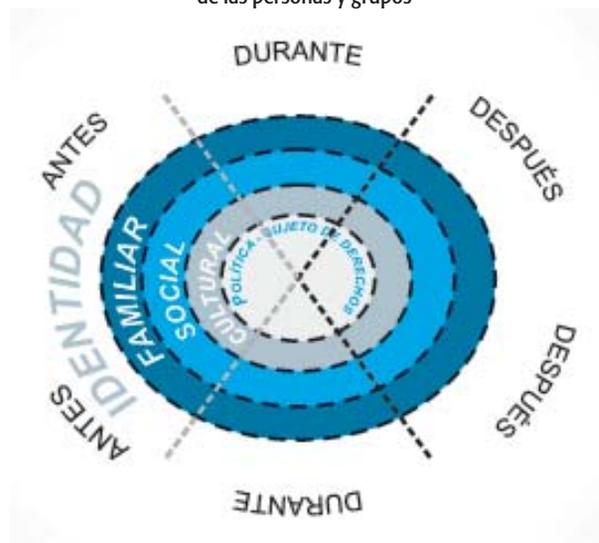
Es importante que la recolección de la información sea progresiva y permanente; por tanto, no es una herramienta que pueda concretarse en un solo encuentro.

Organice la información que le brinda cada órbita: individual, familiar, social, cultural y política, teniendo en cuenta tanto los aprendizajes como las dificultades antes, durante y después de la situación particular que marcó la necesidad del acompañamiento psicosocial.

Recuerde que toda la información debe construirse en conjunto con la persona. Para esto, la tabla de registro tiene una casilla donde anotar sus observaciones y otra para las de él.

Gráfica 4

Calidoscopio, herramienta para la caracterización de las personas y grupos



Lo cultural se relaciona con las transiciones o cambios del devenir humano, como los rituales, y con el sistema de creencias espirituales que guían la relación de las personas con el mundo.

En este primer registro, usted recogerá información sobre los tres tiempos que plantea el calidoscopio (antes, durante y después de la situación). Esto le permitirá tener un panorama lo suficientemente amplio.

Registro del punto de partida para el seguimiento colectivo

Para construir este registro, desarrolle los siguientes pasos:

- Defina los talleres y conversatorios por medio de los cuales recogerá la información del grupo.
- Construya una descripción global del grupo a partir de información recogida por medio de conversatorios, entrevistas o talleres reflexivos que aborden las temáticas a la que invita cada órbita.
- Analice la información del registro con el grupo y defina una ruta para el acompañamiento psicosocial.
- Construya acuerdos con el equipo de trabajo y la población para determinar el tiempo en que desarrollará el proceso, así como los momentos en los que se reunirán para reflexionar y hacer el registro de seguimiento.
- Es importante recordar que usted puede realizar de manera paralela el seguimiento individual y colectivo. ■

Formato de registro punto de partida individual: calidoscopio (Formato para fotocopiar)

Nombre: _____

Tipo de hecho violento: _____

Fecha de realización de la caracterización: _____

Nombre del acompañante psicosocial que realiza la caracterización: _____

CARACTERIZACIÓN PSICOSOCIAL ANTES DEL HECHO VIOLENTO EN CADA UNA DE LAS ÓRBITAS		
ÓRBITA IDENTIDAD- MUNDO EMOCIONAL	ÓRBITA RELACIONAL: FAMILIAR, SOCIAL Y CULTURAL	ÓRBITA SUJETO DE DERECHOS O POLÍTICA

CARACTERIZACIÓN DE LA AFECTACIÓN PSICOSOCIAL (DURANTE Y DESPUÉS) DEL HECHO VIOLENTO EN CADA UNA DE LAS ÓRBITAS		
ÓRBITA IDENTIDAD- MUNDO EMOCIONAL	ÓRBITA RELACIONAL: FAMILIAR, SOCIAL Y CULTURAL	ÓRBITA SUJETO DE DERECHOS O POLÍTICA

Con estas observaciones, describa las necesidades y fortalezas para el proceso de acompañamiento psicosocial, incluidas las observaciones y demandas que exprese la persona víctima:

Describa la ruta que se propone para el acompañamiento, contemplando cada una de las órbitas. Incluya el tipo de actividad que se va a realizar (ver ámbitos del acompañamiento psicosocial).

**ÓRBITA IDENTIDAD-
MUNDO EMOCIONAL**

**ÓRBITA RELACIONAL:
FAMILIAR, SOCIAL Y CULTURAL**

**ÓRBITA SUJETO DE
DERECHOS O POLÍTICA**

Formato de registro del punto de partida para la caracterización colectiva: calidoscopio
(Formato para fotocopiar)

Nombre del grupo: _____

Tipo de hecho violento: _____

Fecha de realización de la caracterización: _____

Nombre del acompañante psicosocial que realiza la caracterización: _____

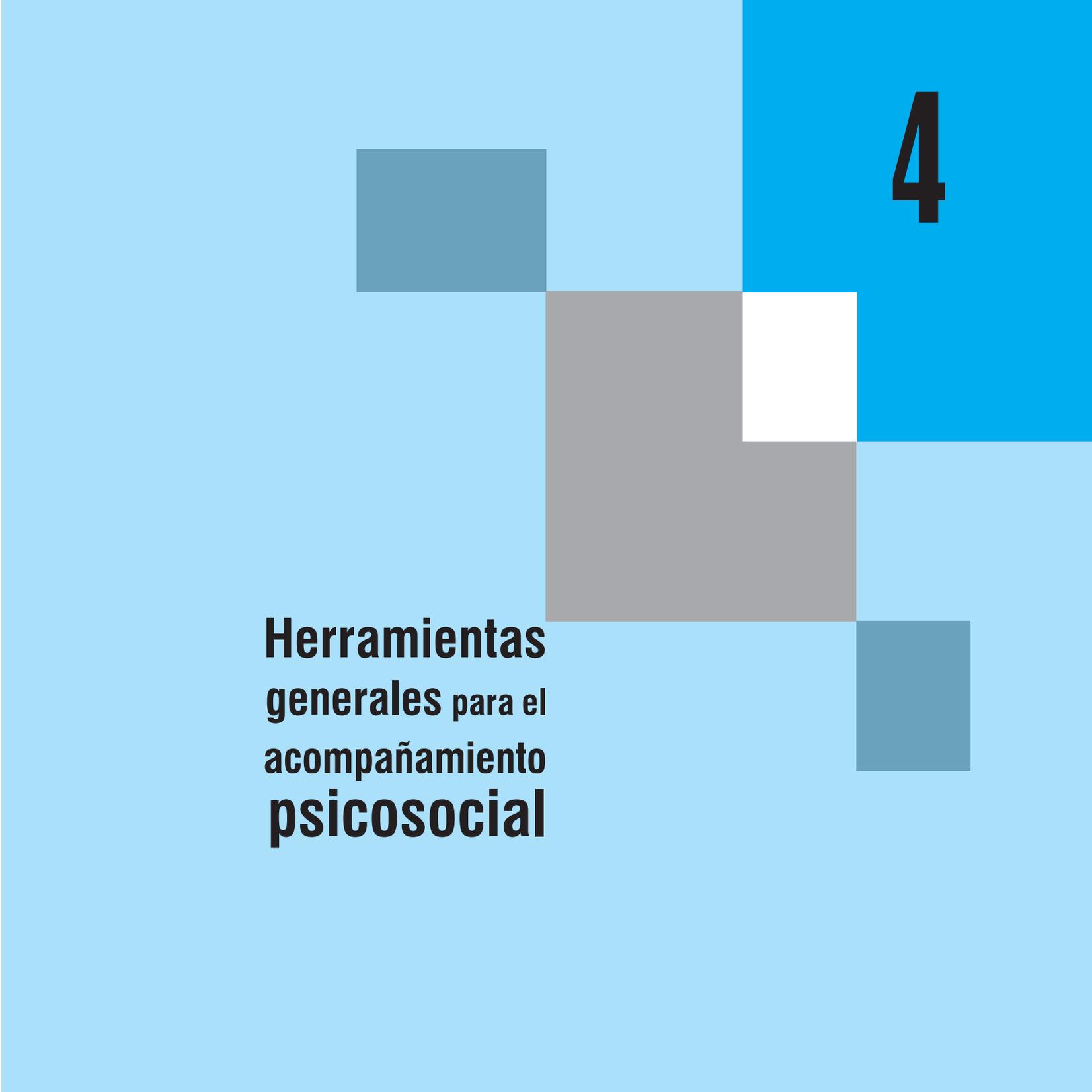
CARACTERIZACIÓN PSICOSOCIAL ANTES DEL HECHO VIOLENTO EN CADA UNA DE LAS ÓRBITAS		
ÓRBITA IDENTIDAD- MUNDO EMOCIONAL ¿Cómo se describirían antes del hecho violento?	ÓRBITA RELACIONAL: FAMILIAR, SOCIAL Y CULTURAL ¿Cómo eran las relaciones en estos contextos de conexión?	ÓRBITA SUJETO DE DERECHOS O POLÍTICA ¿Cómo describirían su relación con su identidad como sujetos de derechos?

CARACTERIZACIÓN DE LA AFECTACIÓN PSICOSOCIAL (DURANTE Y DESPUÉS) DEL HECHO VIOLENTO EN CADA UNA DE LAS ÓRBITAS		
ÓRBITA IDENTIDAD- MUNDO EMOCIONAL	ÓRBITA RELACIONAL: FAMILIAR, SOCIAL Y CULTURAL	ÓRBITA SUJETO DE DERECHOS O POLÍTICA

Con estas observaciones, describa las necesidades y fortalezas para el proceso de acompañamiento psicosocial, incluidas las observaciones y demandas que exprese el grupo o la comunidad:

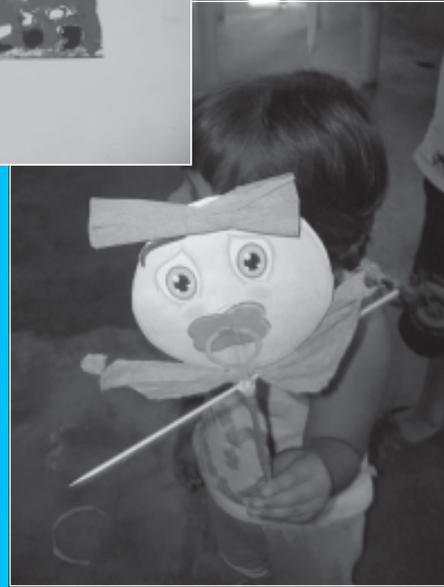
Describa la ruta que se propone para el acompañamiento psicosocial contemplando cada una de las órbitas. Incluya el tipo de actividad que se va a realizar (ver ámbitos del acompañamiento psicosocial).

ÓRBITA IDENTIDAD- MUNDO EMOCIONAL	ÓRBITA RELACIONAL: FAMILIAR, SOCIAL Y CULTURAL	ÓRBITA SUJETO DE DERECHOS O POLÍTICA



4

**Herramientas
generales** para el
acompañamiento
psicosocial



Autora:

Myriam Judith Penagos Pinzón

Herramientas generales para el acompañamiento psicosocial

En el capítulo anterior se describió el calidoscopio, herramienta de caracterización psicosocial. Éste es el punto de partida para el acompañamiento psicosocial, por cuanto esboza la ruta para su proceso con la población.

En este capítulo, presentamos cuatro herramientas que consideramos importantes en cualquier acompañamiento psicosocial para población afectada por la violencia social y política. La primera invita a la construcción de una relación de acompañamiento que facilite el diálogo y promueva el cambio. La segunda aporta elementos básicos sobre el uso de la pregunta. La tercera presenta los rituales como vía para la recuperación emocional y la última hace referencia al uso de las redes para la reconstrucción o fortalecimiento del tejido social.

Cada herramienta aquí presentada se esboza con dos contenidos. En primer lugar, se hace un planteamiento desde los aportes conceptuales y, en segundo lugar, se proponen guías y metodologías que permiten desarrollarlas.

Esperamos que estas ideas, con las guías de aplicación que se encuentran al final de cada herramienta, puedan aportar tanto conceptual como metodológicamente a su quehacer como acom-

pañante psicosocial en beneficio de las comunidades, familias y personas con las cuales realiza este acompañamiento.

La postura del facilitador: la principal herramienta para el acompañamiento psicosocial

Esta herramienta es, ante todo, una invitación a revisar la manera como habitualmente cada uno de nosotros como acompañante psicosocial se relaciona con la población que apoya. En la primera parte encontrará algunos aspectos orientadores que le pueden ayudar a fortalecer o implementar una postura que propicie el diálogo, la construcción de soluciones y una herramienta para visibilizar recursos en las personas, el respeto por su experiencia y su contexto; en la segunda parte, hallará una guía de preguntas que pueden ayudarlo a dar cuenta de los cambios y logros alcanzados y un mapa que le facilitará la orientación en la construcción de conversaciones con la población para buscar recursos y alternativas.

Aspectos orientadores de la postura del facilitador

La humildad como forma de relación

Este elemento se basa en la idea que los acompañantes facilitamos oportunidades de diálogo y procesos donde los recursos de

las personas y los nuestros se combinan, para construir así relaciones horizontales de respeto y participación. Como afirma Anderson (1997), “el no saber implica humildad acerca de lo que uno sabe... se está más interesado en aprender lo que un cliente tiene que decir que en buscar, exponer, validar o promover su propio conocimiento o intereses” (Pag. 188).

Cuando se tiene una postura de humildad, nos interesamos por lo que le pasa a la gente, por tratar de entender sus preocupaciones y por aprender sin creer que sabemos las respuestas de sus problemas o que le vamos a “dar” soluciones.

Curiosidad y aprendizaje de los otros

Estas dos ideas hacen referencia a la capacidad de preguntar e interesarnos por entender y valorar el conocimiento, la experiencia y el dolor de las personas. La curiosidad nos invita a no suponer nada, a indagar mucho, a evitar malos entendidos, a ayudar a que la gente vea en su historia cosas que hasta ahora no había tenido en cuenta y que le puede ayudar a construir nuevas formas de comprender y actuar frente a las dificultades. Motiva a hacer muchas preguntas, además de los hechos en sí -dónde, cómo fue, cuántas personas había-, sobre lo que significa para ellos lo sucedido, sobre cómo se ven frente a la situación y cómo la están entendiendo.

Al dar las cosas por sentado -hechos, emociones, ideas-, nos perdemos la oportunidad de aprender; de acuerdo con Cecchin (1989), “cuando suponemos que ya tenemos una explicación, a menudo dejamos de buscar otras descripciones. Así, renunciamos a una postura de curiosidad porque creemos haber 'descubierto' una descripción que 'encaja'” (Pag. 10).

Harlene Anderson (1997) nos invita a escuchar la voz de las personas desde la postura del no saber. Al narrar su experiencia, esta autora dice:

“... le presto atención a lo que dicen los clientes, he aprendido que ellos saben sobre su vida más de lo que yo sé, o puedo llegar a saber, y que mi saber puede estorbar sus narrativas y la movilización de sus propios recursos. Por eso he puesto la voz de las personas en el centro del escenario (...) si siempre oímos y escuchamos de la misma manera, no podemos ver ni oír lo diferente y lo único” (Pag. 184).

En efecto, muchas veces las personas no han terminado de hablar y ya estamos pensando qué decirles o qué sugerir, tenemos las respuestas como fórmulas para lo que les pasa. Al respecto hay que ser muy cuidadosos y cuestionar lo que sabemos o suponemos, procurando valorar más el conocimiento de las personas, familias o comunidades que el nuestro. Generalmente “lo obvio no es tan obvio”; por lo tanto, sugerimos ser curiosos, preguntar y estar atentos para aprender de las personas; cada quien es un mundo distinto y, aunque las situaciones puedan parecer similares, hasta no escuchar, explorar y preguntar, no es posible comprender o entender a esa persona o comunidad. Volviendo a Harlene Anderson (1997): se debe “ser un experto en no basar sus comprensiones, explicaciones e interpretaciones en experiencias, conocimientos y verdades previos. Para ello atiende al desarrollo natural de la historia (...) aprendiendo y tratando de entender las preocupaciones, los puntos de vista y las expectativas” (Pag. 189).

El lugar del consejo

Hay una tendencia generalizada a sugerirles a las personas que acompañamos lo que pensamos que deben hacer. Esta tendencia se basa en nuestras creencias y experiencia sobre cómo resolver problemas o cómo actuar ante determinada circunstancia. La invitación que hacemos pretende que, en lugar de “aconsejar”, se formulen preguntas para facilitar que las personas encuentren, desde su vivencia, sus recursos, sus creencias y su historia, lo que

puede servir para mejorar su situación o fortalecer los recursos personales. Aconsejar es estar en una posición que dice: "Yo sé lo que se debe hacer". Esto les resta responsabilidad a las personas y no les permite explorar sus recursos personales y sus propias ideas. De manera adicional, cuando los resultados no son óptimos, la responsabilidad puede recaer sobre quien dio el consejo.

Tener en cuenta los prejuicios

Compartimos la idea de Gianfranco Cecchin (1994) para quien los prejuicios son "toda la serie de fantasías, ideas, hechos aceptados históricamente, verdades aceptadas, corazonadas, sesgos, nociones, hipótesis, modelos, teorías, sentimientos personales, estados de ánimo, lealtades no reconocidas, en efecto, cualquier pensamiento preexistente que contribuya a una propia visión". De acuerdo con la anterior idea, los prejuicios forman parte de nuestra vida y, por lo tanto, influyen en lo que decimos y lo que hacemos. Así, en el acompañamiento psicossocial es muy importante tener en cuenta qué prejuicios nos generan las personas o las situaciones que nos cuentan y también reflexionar sobre qué prejuicios vemos en ellas para así tener una mirada que nos permita ampliar el entendimiento y evitar los juicios valorativos que puedan limitar las oportunidades de cambio y apoyo psicossocial. Una manera es mostrándose curioso y haciendo muchas preguntas o aportando nuevas explicaciones y significados, tanto para ellas como para nosotros mismos.

Buscar el momento adecuado

Esta idea se basa en los planteamientos de Luigi Boscolo y Paolo Bertrando (1996a), quienes han desarrollado un interesante trabajo sobre el tiempo en la terapia. Esta habilidad ayuda a encontrar y destacar en determinados momentos temas clave que son oportunos ahí, ni antes ni después; es poder buscar el espacio adecuado para hacer determinadas preguntas, intervenciones o para tener en cuenta las emociones que se estén presentando en

el momento y que pueden generar cambios o reflexiones importantes. Si no estamos atentos a esta idea, es posible que se creen distanciamientos o la gente no se sienta comprendida; por ejemplo, una persona puede estar hablando de algo que le parece importante y de pronto nosotros hacemos una pregunta que la desvía del tema. Esto puede hacer que no se sienta escuchada y genere distanciamiento. También es posible que la persona esté llorando y, en lugar de conectarnos con su llanto o su dolor, le sigamos haciendo preguntas o hablando como si nada estuviera pasando. El momento pide hacer una pausa y hablar de lo que está sucediendo en ese instante.

Hay temas de los cuales no es fácil hablar por lo dolorosos o lo conflictivos que pueden ser. Se requiere para ello crear un clima propicio donde haya la confianza y seguridad necesarias para poderlos explorar. Para esto es necesario tiempo y nuestra habilidad a fin de construir un espacio apropiado. Boscolo y Bertrando plantean: "El hecho de introducir demasiado precozmente un contenido determinado puede crear resistencia, así como pasar por alto un argumento significativo puede disminuir el interés de la persona y la tensión del diálogo" (1996b, Pag. 158).

Construir un clima de confianza

Este elemento permite que las personas y los grupos se sientan seguros y cómodos para hablar; por lo tanto, es necesario buscar un sitio adecuado, preferiblemente lejos del ruido y las interrupciones, y construir confianza desde nuestra actitud, forma de preguntar, acogida, respeto a su experiencia, curiosidad, humildad, disposición y búsqueda del momento oportuno.

La confianza no se da aisladamente, se construye en el tiempo y en la relación. Como facilitadores debemos propiciar un espacio seguro para hablar de cosas a las que no se suele hacer referencia; un espacio para llorar, soñar, construir, ver lo que no se ve, oír lo que no se está oyendo, aprender, reflexionar y cambiar. Así lo propone Harlene Anderson (1997):

El interés y la intención consisten en establecer una oportunidad para el diálogo, y, a través del diálogo, en crear oportunidades de autodeterminación, libertad y posibilidades únicas para cada persona y su situación, en cuya invención o perfeccionamiento éste participa (...) en otras palabras, el cambio ocurre conforme el diálogo fluye (Pag. 136).

En esta misma lógica, la confidencialidad es un principio ético en el acompañamiento psicosocial. Las personas depositan en nosotros su confianza y, por lo tanto, lo que nos cuentan y comparten debe quedar entre ellas y nosotros. Cuando trabajamos en equipos y se hace necesario conversar, y compartir información para crear estrategias de ayuda, es necesario consultarles antes para que nos autoricen a compartir la información que nos han dado y acordar con el equipo estrategias con el propósito de mantener la información igualmente confidencial.

Sin embargo es importante resaltar que hay momentos y circunstancias en las que se debe acudir a otras personas o instituciones tales como cuando: esta en riesgo la propia vida y la de otros; cuando se ha presentado violencia sexual hacia niños o niñas; cuando persistan en el tiempo afectaciones como la alteración del sueño cambios bruscos de estado de ánimo o de comportamiento que en conjunto impiden seguir con la vida cotidiana. En tales casos es importante buscar remisiones hacia terapeutas, médicos, defensores de Derechos Humanos, organizaciones no gubernamentales o gubernamentales según lo requiera el caso.

Clarificar el pedido o la expectativa

Es muy importante preguntar y entender cuál es el problema o la ayuda que la persona o el grupo solicitan. Si no se aclara desde el comienzo, es posible hacer suposiciones sobre lo que creemos les pasa. Aquí es necesario preguntarles a todas las personas, ya

que lo que alguien percibe como problema puede no serlo para otros que pueden estar viendo un asunto diferente. Hacer estas aclaraciones desde el comienzo facilitará el acompañamiento y no generará falsas expectativas en la gente, pues, si son situaciones que se salen de sus manos, es mejor ser claros y decirles hasta donde va el alcance del apoyo.

Boscolo y Bertrando (1996b) plantean la importancia de clarificar los objetivos teniendo en cuenta más el interés y la situación de las personas que el nuestro. Además invitan a que, a medida que avanza la relación en el tiempo, se indaguen y construyan otros objetivos, ya que es posible que las necesidades vayan cambiando o estén sucediendo cosas que en el tiempo hagan cambiar el interés de las personas.

Herramientas de aplicación

Presentados los aspectos que posibilitan tener en cuenta nuestra postura como acompañantes psicosociales, lo invitamos a aplicar una guía de revisión personal y a observar la ruta que plantea el mapa facilitador de conversaciones, a fin de concretar los elementos planteados al inicio de esta herramienta.

Esta guía le ayuda a observarse, desde una revisión de la manera como habitualmente desarrolla el acompañamiento psicosocial, ya sea para fortalecer los recursos con que cuenta o para hacer cambios y, así, incorporar las anteriores ideas sobre la postura del observador a la forma como comúnmente se relaciona con las personas que acompaña.

Para contestarla, lo invitamos a considerar su forma habitual de hacer el acompañamiento, tomando como referente, en especial, su experiencia durante los dos últimos meses.

Luego de contestar las siguientes preguntas, lo invitamos a que anote las reflexiones que ellas le generen, a partir de las fortalezas y retos que haya identificado.

Guía de revisión personal (para fotocopiar)

- Si alguien les preguntara a las personas con las que adelanto un proceso de acompañamiento psicosocial, sobre mi interés por tratar de entender lo que les pasa, ¿qué sería lo que podrían contestar? _____

- ¿Generalmente tomo tiempo para reflexionar sobre lo que la gente está diciendo y así evito llegar a conclusiones rápidas? _____
- ¿Qué tan curioso soy cuando las personas me cuentan sus dificultades? _____
- ¿Cuando alguien me pide ayuda, por lo general, doy consejos? _____
- ¿Cuáles son los prejuicios que he identificado, que surgen en mí, al escuchar lo que me cuentan las personas? _____

- ¿Pregunto al comienzo el motivo por el cual buscan mi ayuda y aclaro así el pedido de la gente? _____
- ¿Cómo estoy creando un clima de confianza para conversar sobre temas difíciles? _____

- ¿Planteo preguntas para conversar sobre los significados, efectos emocionales, reflexiones e implicaciones en la vida de las personas? _____
- ¿Qué podrían decir las personas que acompaño sobre mi prudencia y mi habilidad para tocar ciertos temas en el momento oportuno? _____

- ¿Por lo general utilizo “fórmulas” o ideas que se aplican a muchos casos y situaciones? Si la respuesta es afirmativa, ¿qué cosas puedo hacer para ser más curioso y no entender tan rápido? _____

- ¿Cuáles de los aspectos orientadores planteados sobre la postura del facilitador forman parte de mis fortalezas como acompañante? _____

- ¿Cuáles de los anteriores aspectos orientadores necesito trabajar más para incorporarlos en mis acompañamientos y cómo voy a comenzar a hacerlo? _____

Sugerimos que vuelva a hacer esta revisión personal pasado un tiempo prudencial en el que nuevamente se pueda observar de manera reflexiva en la práctica. Así podrá enriquecer y valorar aún más sus fortalezas en el acompañamiento psicosocial.

Finalmente, lo invitamos a copiar esta guía y usarla como herramienta de análisis con su equipo de trabajo.

Mapa para explorar fortalezas y recursos¹¹

En la Gráfica 5 encontrará una ruta para construir conversaciones que propicien la reflexión, potencialicen recursos y procuren el apoyo emocional de las personas víctima de la violencia social o política con las cuales realiza el acompañamiento psicosocial.

La pregunta como herramienta de intervención

La postura de acompañante que proponemos en la herramienta anterior invita a conversar y para ello la pregunta es fundamental. Como afirma Martín Payne (2000), las preguntas “son consideradas como formas de mostrar interés por la situación de la persona, por comprender los dilemas que afronta, una expresión de ‘curiosidad’ bien entendida” (Pag. 126).

Así, preguntar se convierte en parte esencial del acompañamiento. Es un arte que requiere aprenderse ya que, de acuerdo con lo que se pregunte y cómo se haga, permite abrir o cerrar reflexiones; reafirmar ideas, creencias y prejuicios o invitar al cambio, a explorar posibilidades, hacer conexiones, imaginar futuros posibles y soñar.

Diferentes autores se han interesado en profundizar en este campo, explorando distintas formas de preguntar según la intención

que se tenga al hacerlas y los efectos que generan. Karl Tomm (1987) es uno de los más importantes exponentes que presenta una categorización donde se diferencian principalmente dos estilos en la pregunta: el lineal y el circular. Con el primero se genera una conexión de causa efecto, que va en una sola vía. El segundo invita a explorar las relaciones y los contextos.

Tipos de preguntas

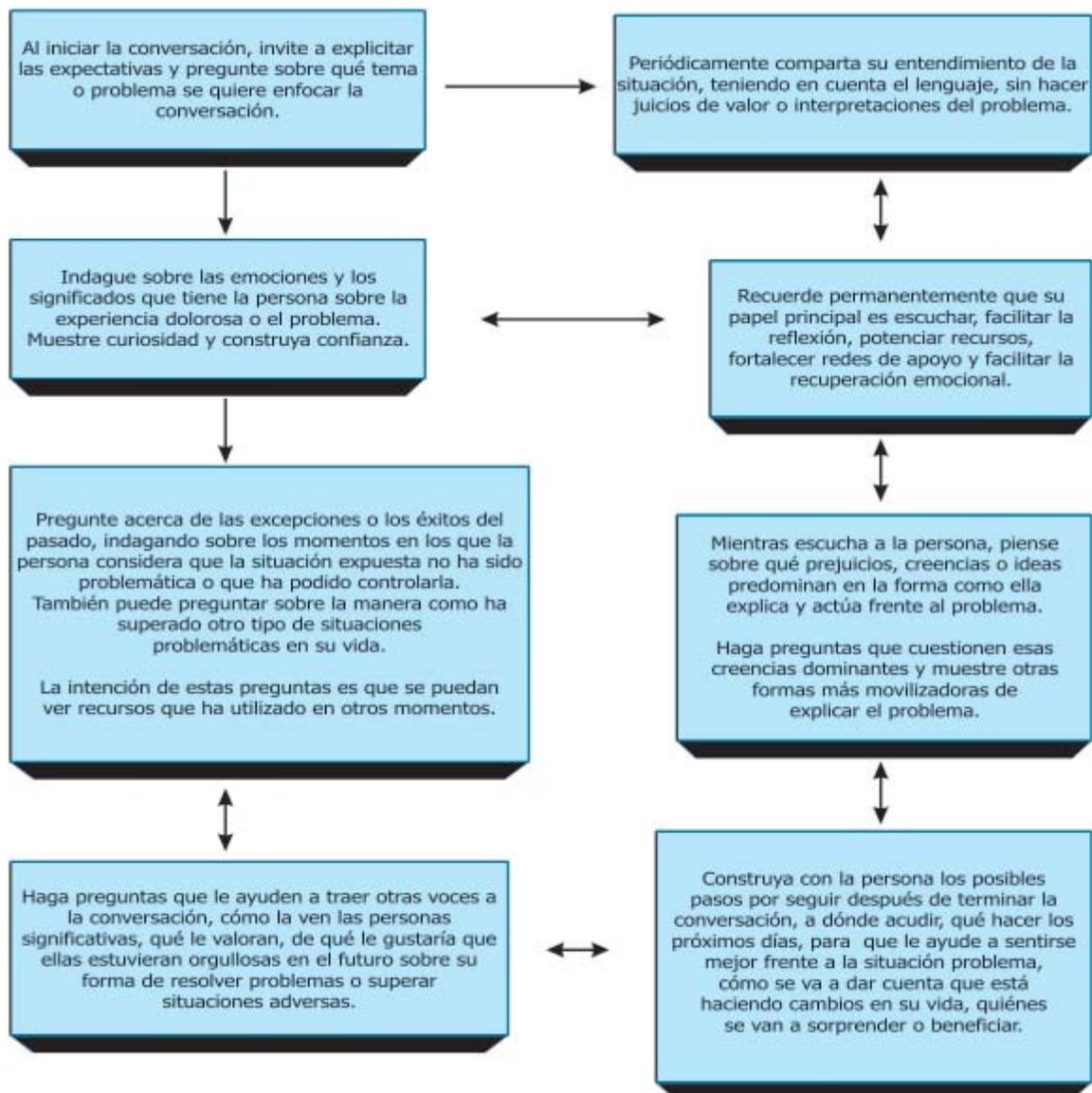
A continuación y basados en Karl Tomm (1987), presentamos cuatro tipos de preguntas que él propone y que hemos adaptado al acompañamiento psicosocial. Las dos primeras lineales y estratégicas son de ascendencia lineal; las dos últimas -circulares y reflexivas- tienen una lógica circular. Esta categorización facilita diferenciar su intencionalidad, características y posibles efectos que generan en las personas. Lo invitamos a conocerlas, estudiarlas y aplicarlas para que, poco a poco, las vaya incluyendo en sus conversaciones y acompañamientos. Sólo desde la práctica permanente es posible el desarrollo de esta habilidad que consideramos fundamental en lo psicosocial.

Preguntas lineales

Este tipo de preguntas invita, generalmente, a una respuesta concreta, ya que va en una sola dirección y de esta manera es muy sencillo asociar una idea con la otra y dar una respuesta que no implica mayor elaboración y permite al acompañante conocer datos básicos de la persona. Por ejemplo: ¿cuál es su nombre?, ¿qué edad tiene?, ¿dónde vive?, ¿en qué trabaja?, ¿tiene información sobre cuáles son sus derechos y cuáles se le han vulnerado?, ¿qué organizaciones gubernamentales y no gubernamentales han apoyado?, ¿ha instaurado alguna denuncia sobre lo sucedido?, ¿tiene apoyo de su familia o comunidad?, ¿qué sucedió, cuándo ocurrió, qué efectos ha tenido en usted, en su familia o en su comunidad?, ¿de qué región viene?, ¿dónde y con quién vive?, ¿quiénes van a formar parte del

11 Tomado de: Corporación Vínculos (2004). Módulos para el acompañamiento psicosocial para niños, niñas y jóvenes desvinculados. Módulo 5. Bogotá. Corporación Vínculos, ICBF, OIM.

Gráfica 5
Ruta para construir conversaciones



proceso de acompañamiento?, ¿cuál es su expectativa sobre el apoyo que busca con nosotros o de este proceso de acompañamiento?

Karl Tomm (1987) indica que el propósito de estas preguntas es básicamente investigador. Consideramos que son fundamentales para obtener información básica, más no para usarlas exclusivamente para comprender una situación, ya que, de esta manera, el acompañante se puede, convertir en un detective que intenta descubrir un enigma al llevar a que las respuestas generen explicaciones de causa efecto donde se identifican los problemas en las personas como si algo dentro de ellas estuviera mal. Esto genera culpa, vergüenza o enjuiciamientos; por lo tanto, no ayudan a que la gente amplíe el entendimiento de la situación o construya alternativas de cambio. Más ejemplos pueden ser: ¿por qué grita a su hijo?, ¿por qué lo lleva a tomar tanto licor?, ¿por qué no quiere perdonar a su hermana?, ¿por qué está triste?, ¿por qué tiene rabia?, ¿por qué no pidió ayuda antes?, ¿cuáles son sus síntomas?, ¿por qué sigue al lado de su esposo?, ¿por qué no huyó antes de la región, si estaba amenazado?, ¿por qué su familia fue desplazada?

Preguntas estratégicas

Son de naturaleza lineal ya que orientan hacia una respuesta específica de causa-efecto, inducida por quien hace las preguntas. En otras palabras, llevan implícitas ideas que tienen una intención correctiva. Quien hace la pregunta cree saber que algo está mal e influye para que la persona piense, se comporte de una manera determinada o se sienta responsable por alguna situación.

Creemos que pueden ser útiles cuando la persona o los grupos no han encontrado alternativas o se han radicalizado en posturas o no ha sido posible que amplíen su mirada de la situación y consideramos pertinente dar ideas, confrontar o hacer sugerencias para que las examinen y propicien cambios. Desde esta forma de preguntar, según Karl Tomm (1987), el acompañante se comporta como instructor o juez; por lo tanto, recomendamos ser muy cuidadosos en su uso.

Estos pueden ser algunos ejemplos:

¿Hasta cuándo va a permitir que esta situación le siga haciendo daño?, ¿qué pasaría si se organizara con otras personas para exigir sus derechos en lugar de quedarse callado?, ¿cómo cambiaría la manera de enfrentar la situación que está viviendo sino no se culpa más?, ¿se da cuenta de cómo sus hijos se afectan cuando usted grita?, ¿siempre que se le pregunta al niño usted contesta por él? y si se tomaran un tiempo separados, antes de decidir ¿qué podría suceder?, ¿se da cuenta de que su estilo de decir las cosas aleja e indispone a sus compañeros de grupo?, ¿cómo cree que ella reaccionaría si le pidiera el informe de manera más amable?

Preguntas circulares

El propósito de estas preguntas es explorar información que ayude a generar o modificar la comprensión de la situación al establecer conexiones. Así, es posible identificar formas de relacionamiento o pautas que conectan personas, objetos, acciones, percepciones, ideas, emociones, eventos y contextos entre otros (Karl Tomm 1987).

Se diferencian de las estratégicas en que se orientan más por la curiosidad de encontrar conexiones. De esta manera facilitan que las personas amplíen su mirada, establezcan relaciones con otros elementos que no se habían considerado o incluyan la percepción de otros individuos significativos, facilitando así nuevas comprensiones frente a lo que están viviendo.

Los siguientes son ejemplos de este tipo de preguntas:

¿Quién cree usted que siente más miedo?, ¿quién se alegraría más por los cambios que usted ha logrado?, ¿cuál de los niños se angustia más cuando pasan helicópteros cerca?, ¿cuál es la idea más importante que conserva de los líderes comunitarios de su región?, ¿cómo han cambiado las relaciones entre ustedes a partir del desplazamiento?, ¿cuáles son las emociones más presentes desde que ocurrió el secuestro?, ¿cómo se ha reorganizado la fa-

milia después de las amenazas a papá?, ¿quién es el más afectado de la familia, alguien se siente culpable por lo que pasó (hecho violento)?, ¿de todo lo sucedido (situación problemática) qué es lo que más lo afectó a usted a diferencia de su familia o de su comunidad?, ¿qué explicaciones se ha dado sobre la situación que vive?, ¿cuál es la que más lo llena de angustia?, si estuviera aquí su mejor amigo, ¿cómo describiría la forma como usted ha enfrentado esta situación difícil?, de todas las acciones que se han adelantado para apoyarlo (después del hecho violento) ¿cuál es la que más le ha ayudado y cuál la que menos?, de todas las necesidades actuales que vive su familia, haga un listado de las más apremiantes a las menos: ¿tener pesadillas, miedo o paranoia es producto del contexto (violencia sociopolítica) o forma parte de su manera de ser y comportarse?, ¿de todo lo sucedido hay algo en particular que lo hace sentir culpable (hecho violento)?

Preguntas reflexivas

Estas preguntas son de naturaleza circular. Tienen como intención promover la auto observación para generar cambios, facilitar que la persona revise sus creencias y prejuicios o que pueda visibilizar sus fortalezas y recursos personales para que los use en determinada situación o contexto. El acompañante anima y motiva a que las personas potencialicen y desarrollen las habilidades que necesitan y encuentren nuevas posibilidades. La pregunta reflexiva genera un cambio que lleva a la construcción de nuevos significados más liberadores y, por tanto, a relacionamientos distintos consigo mismo y con los otros (Karl Tomm 1987).

Algunos ejemplos de este tipo de preguntas pueden ser los siguientes:

¿De qué habilidades se sorprende y la hacen sentir orgullosa sobre cómo logró superar esta dificultad?, ¿cómo se imagina en tres años, qué sueños desea realizar?, ¿qué significa para usted el matrimonio y cómo cree que debe ser su papel como esposo, cómo aprendió esto?, ¿usted ha cambiado desde lo que sucedió, cómo era antes, qué aspectos le gustaría recuperar de sí mismo y cuáles le agradaría

Es importante conectarse con las personas de tal forma que se puedan llevar a una postura más reflexiva donde tengan la posibilidad de reconocer las cosas que les son valiosas de sí mismas y de los otros.

dejar en el pasado?, ¿qué significado ha tenido para usted desarrollar esta actividad productiva, lo ha cambiado?, ¿ha descubierto nuevas habilidades en usted?, si estuviera aquí (persona fallecida o ausente) ¿qué resaltaría de usted y qué consejo le daría sobre cómo sobrellevar esta situación?, participar en este ritual de reparación ¿qué efecto tiene en su situación emocional, qué significado tiene en su vida?, si ocurriera un milagro mañana, ¿cómo sería su vida?

Si la llamada de atención la hubiese hecho un hombre, ¿cómo cree que hubiera reaccionado?, o a una persona que tiene la creencia de que nadie la valora: ¿qué cree que ve en usted esa persona para que lo haya escogido como su mejor amigo?, ¿qué significa para usted ser un sujeto de derechos, esto es nuevo?, ¿qué diferencias encuentra entre esto y la forma como usted se veía a sí mismo y a los otros?, ¿qué significado tiene para usted el hecho de ser considerado víctima de la violencia sociopolítica, qué preguntas tiene sobre esto, qué efecto tiene en su vida?, ¿cómo se ve usted en medio de la situación, cuáles son sus posibilidades y recursos para reconstruir su vida y a qué instancias debe recurrir para que asuman una corresponsabilidad sobre lo que pasó y cómo pueden apoyarlo?, imagine que han pasado dos años, ¿cómo se ve?

Algunas consideraciones sobre la pregunta como herramienta

- Es importante conectarse con las personas de tal forma que se puedan llevar a una postura más reflexiva donde tengan la po-

sibilidad de reconocer las cosas que les son valiosas de sí mismas y de los otros.

- Déjese guiar por lo que va sucediendo en la conversación, pues de ésta deben surgir las preguntas. Esté muy atento al efecto de las preguntas en el grupo, la familia o la persona. Esto es lo que define su utilidad. Al final de la conversación puede pedir retroalimentación para saber cuáles les parecieron más interesantes, cuáles les hicieron pensar o conectar con asuntos que no habían pensado, cuáles les pudieron parecer imprudentes o difíciles. Ésta es una manera de ir afinando la herramienta y desarrollando la habilidad de preguntar en el acompañamiento psicosocial.
- Recuerde que la intención que se tenga al hacer la pregunta no garantiza el efecto que pueda tener; sin embargo, como dice Karl Tomm, un efecto generativo nunca puede ser predicho con certeza y en algunos casos ni siquiera se sabrá qué ocurrió, es imposible hacer una pregunta sin tener un efecto. En muchos casos las preguntas tienen efectos con el tiempo, ya que es posible que las personas se vayan pensando en éstas y sea después cuando se generen los cambios.
- Preguntar debe formar parte de la conversación y de la postura que proponemos en el acompañante. Si se hacen sólo preguntas estilo interrogatorio, la persona se sentirá incómoda. Conversar es como una danza, en la cual las preguntas forman parte de algunos pasos y en donde se combinan los movimientos de los danzantes con los sonidos, las emociones, el ritmo y la magia para transformarla en una bella obra de arte.

Lo invitamos a revisar nuevamente el mapa para explorar recursos, ya que éste puede ayudar a direccionar u orientar las preguntas y a tener en cuenta algunas ideas de la postura en el acompañamiento. Recuerde que no hay fórmulas mágicas; cada persona y cada grupo es un mundo distinto, cada conversación es única y puede tomar rumbos inesperados. Por ello debe estar atento para ir facilitando

una conversación que les ayude a las personas a reflexionar, mirarse relacionalmente, analizar el contexto y revisar la forma de ver lo que le pasa para así construir alternativas de cambio.

Los rituales como una forma de sanar emociones

En el marco de la violencia sociopolítica, los rituales cobran gran importancia por las posibilidades terapéuticas de sanación emocional o disminución de los impactos causados por hechos de violencia, más cuando, por la situación exacerbada del conflicto armado en Colombia y la debilidad de la justicia, no se ha dado hasta el momento un proceso de reparación integral de las víctimas.

Si bien es cierto que el ritual no se constituye en sí mismo en un proceso de reparación, sí posibilita en el campo de lo emocional resignificar, elaborar o sanar las experiencias vividas y disponerse a emprender otros caminos que permitan la exigibilidad de sus derechos, la recuperación de la memoria y la visibilización del daño.

Debemos tener en cuenta que en algunos casos la naturalización de la violencia ha pasado también por actos rituales del ejercicio de la crueldad y la barbarie, por lo cual es importante observar qué eventos han sido significativos en la experiencia de las personas y comunidades víctimas y cómo plantear de manera útil rituales de sanación.

Pero ¿qué son en sí los rituales en el acompañamiento psicosocial? Para ello hemos retomado la definición puesta por Janine Roberts (1991) quien afirma:

Los rituales son actos simbólicos coevolutivos que incluyen no solo los aspectos ceremoniales de la presentación real del ritual, sino también su proceso de preparación, pueden o no tener palabras pero contienen partes abiertas y cerradas unidas por una metáfora orientadora.

¿Para qué nos pueden servir?

Se han encontrado muchas funciones en relación con los rituales, especialmente en contextos de violencia sociopolítica, ya que permiten una conexión con lo emocional que facilita la sanación y el fortalecimiento necesario para superar las adversidades; además, se conectan con las creencias, la historia personal, familiar y social y con las nuevas construcciones culturales, generando un sinnúmero de posibilidades para la resignificación de la vida en estos contextos. Las siguientes son algunas funciones específicas que desde nuestra experiencia hemos encontrado:

- Ayudan a recrear la identidad individual y colectiva en los participantes.
- Ponen tiempo, lugar y espacio al dolor, al llanto y a otras emociones para irlos dosificando.
- Favorecen procesos de reconciliación y perdón.
- Ayudan a hacer el cierre de situaciones difíciles.
- Brindan apoyo y contención ante emociones intensas.
- Facilitan la expresión de las emociones.
- Crean sentimientos de solidaridad entre las personas y comunidades.
- Generan sentido de pertenencia.
- Permiten honrar la memoria de seres queridos que ya no están.
- Pueden producir nuevas conductas, acciones y significados.
- Ayudan a describir lo que no se puede expresar con palabras.

- Permiten transformar la estructura social y establecer nuevas normas y tradiciones al crear espacios para dignificar a las víctimas y repudiar el hecho violento o a los responsables.
- Ayudan a marcar el transcurso del tiempo.
- Permiten celebrar o canalizar la experiencia de acontecimientos significativos de los miembros de un grupo.
- Ofrecen la oportunidad de crear nuevos paradigmas y nuevas metáforas culturales o revivir viejas tradiciones culturales.
- Permiten mantener al mismo tiempo los dos aspectos de una contradicción (bien/mal, vida/muerte, entre otros).
- Facilitan la coordinación social entre individuos, familias y comunidades y entre el pasado, el presente y el futuro.
- Ayudan a sostener múltiples puntos de vista ante una misma situación.

Antes de proponer rituales, es importante que, como agente social, explore con las personas o grupos la relación que han tenido con estos y lo que han significado. Lo anterior puede ayudarle a entenderlos más y le dará pistas sobre el uso de esta herramienta para que tenga sentido y sirva de apoyo en el proceso de acompañamiento psicosocial.

Roberts (1991) propone dos distinciones importantes: una, teniendo en cuenta los estilos que van tomando los rituales según como los viven las personas y, la otra, la clase de ritual según el acontecimiento que enmarque. Estas diferencias pueden servir de guía para hacer preguntas, comprender a las personas y tenerlas en cuenta en el momento de planear rituales para ser más cuidadosos tanto en la preparación como en el ritual mismo.

Estilos de rituales

- **Rituales minimizados:** son aquellos que empiezan a perder importancia y se celebran sin la misma significación que tuvo en otros momentos. En este grupo se encuentran las personas que no celebran ni se preocupan por reunirse para rituales.
- **Rituales interrumpidos:** un hecho ajeno al ritual no permite que se realice o que se concluya a veces por cambios súbitos inesperados (enfermedad, muerte) o estresantes culturalmente (guerra, desplazamientos).
- **Rituales rígidos:** contienen elementos únicos, propios para ese ritual y siempre se usan de la misma manera.
- **Rituales obligatorios:** se participa en ellos sin querer hacerlo. Las personas los sienten vacíos; son, con frecuencia, estresantes. Las personas pueden sentirse ansiosas y sienten que son desleales si intentan cambiar el ritual.
- **Rituales desbalanceados:** los eventos o los actos ritualísticos son marcados generalmente por un solo lado de la familia u organización; se reconoce una tradición religiosa o cultural sobre otra en un mismo grupo, lo que genera desigualdad entre los miembros.
- **Rituales flexibles:** son los que se crean de manera colectiva, donde se evidencian más elementos abiertos que cerrados. Los elementos abiertos son aquellos que se usan en el ritual de manera flexible y no siempre son los mismos; la realización de rituales debe ser significativa para quienes lo hacen, con elementos acordados que los diferencian de otros.
- **Rituales vacíos:** son aquellos en los cuales la gente participa por obligación y no hay significado ni en la preparación ni en el ritual mismo. Puede ocurrir cuando el ritual es muy cerrado o genera tensión entre quienes participan en él.

Clases de rituales

Vida cotidiana que ha sido ritualizada: hace referencia a eventos de la vida diaria que se caracterizan por ir acompañados de actos simbólicos adicionales como, por ejemplo, a la hora de la comida reunirse y sacralizar los alimentos según las creencias de la familia o la comunidad, al salir de la casa despedirse de alguna manera tradicional o al terminar el baño diario hacer determinados movimientos o ejercicios para cargarse de energía.

- **Rituales del calendario “interior”:** son los establecidos por cada pareja, familia o comunidad, como la celebración de cumpleaños, aniversarios, día del barrio, las bodas, bautismos, graduaciones. Son distintos y sólo para el grupo cercano tienen significado e importancia. Aquí se incluyen las tradiciones familiares u organizacionales como el pasar un objeto significativo de generación en generación o el asado de todos los años en una fecha especial o los “bautizos” que realizan algunos grupos al incluir un miembro nuevo y las celebraciones que tienen que ver con el ciclo vital o sea las que marcan cambios en el paso del tiempo; por ejemplo, la fiesta de quince años, la llegada del período menstrual en niñas de algunas comunidades, el grado del colegio, las bodas de plata de una pareja. Resulta interesante observar como algunos grupos indígenas del Amazonas celebran el rito del yuruparí. Mediante los sonidos de especies de flautas y trompetas del yuruparí -que sólo pueden ser vistas e interpretadas por hombres-, borran la separación entre pasado y presente, entre muertos y vivos, entre ancestros y descendientes, para encarnar el mito que dio origen a su existencia en el mundo. Es también el momento en que quienes están a punto de entrar a la adultez reciben los conocimientos de su pueblo. Este rito integra a la comunidad en torno a sus mitos, religión, tradiciones orales y relación con la naturaleza.
- **Rituales del calendario “exterior”:** son actos que tienen sentido en contextos más amplios (fiestas patrias, día de la madre, amor y amistad, día de la mujer, entre otras). Algunas celebra-

ciones de calendario interior van tomando fuerza y se convierten en conmemoraciones que se van institucionalizando.

A medida que se pueda conversar más ampliamente con las personas sobre la vivencia de rituales en sus vidas, es posible ir creando las bases para proponer la construcción de rituales nuevos o la recuperación de algunos que tengan sentido y significado o la implementación de algunos cambios donde las personas puedan participar desde la preparación, ya que esto resulta sanador tanto como el ritual mismo.

Motivos en los rituales

Imber-Black (1991) propone seis motivos que ayudan a orientar al agente social para la planificación y puesta en práctica de rituales con individuos, parejas, familias o comunidades. Cualquier ritual puede incluir uno o más motivos:

Pertenencia

Tiene que ver con las personas como miembros de grupos, familia o comunidad. Los rituales de pertenencia son importantes especialmente cuando alguien se siente excluido o las relaciones en su interior no son claras frente a la entrada o salida de alguna persona; por ejemplo la inclusión de un padrastro en la familia, el cambio de cargo de una persona en una organización, la llegada de una familia nueva a una comunidad de personas en situación de desplazamiento.

Curación

Estos rituales permiten la expresión del dolor y de las pérdidas de modo que simultáneamente facilitan la idea de que la vida continúa. Se pueden construir actos simbólicos que ayuden a manejar estas pérdidas, al involucrar las personas en su construcción.



Identidad

Cada uno tenemos varias identidades que vamos construyendo a través del tiempo (identidad como hijos, hermanos, amigos, líderes comunitarios y padres, entre otras). Cuando alguna de ellas es vista como negativa, estigmatizada o restringida por diferentes motivos, los rituales pueden ayudar a modificarlas para redefinirlas; por ejemplo, para la eliminación de rótulos que constituyen un estigma o para la diferenciación de una persona con un familiar que haya sido asesinado.

Negociación de creencias

Estos rituales son especialmente útiles cuando se presentan conflictos por creencias distintas, permiten escucharse sin censuras, al crear un ambiente y un espacio propicio para conversar o poner en práctica acciones distintas a las que las personas están acostumbradas. Ayudan a cuestionar creencias rígidas y a incluir elementos abiertos para que los participantes puedan aportar cambios donde se sientan más a gusto y puedan entender la postura de los otros para llegar a acuerdos o para ceder en puntos de vista.

La idea de red invita a mirar hacia arriba y encontrar una serie de “cuerdas” que representan a los amigos, familiares, vecinos, personas significativas de la comunidad, instituciones y hasta nosotros mismos que estamos allí como posibilidad de sostén para la recuperación emocional.

Reconciliación y reparación

Facilitan la reconciliación entre las personas y los miembros de una sociedad (conmemoración o rituales de reparación). En el contexto de la violencia sociopolítica, permiten visibilizar el arrepentimiento de los victimarios o el reconocimiento del dolor causado a las víctimas. Este tipo de rituales facilita que las sociedades elaboren y cierren episodios o momentos históricos que han dejado huella por su abrumadora presencia, como las guerras. Asimismo, ayudaría a que la sociedad y el Estado reconozcan los hechos violentos y de forma simbólica expresen su decisión de hacer cambios estructurales para la no repetición de los mismos.

Cabe anotar que en el proceso que vive el país aún no se han creado las condiciones políticas que permitan la reconciliación y procesos reales de reparación integral; sin embargo, algunas comunidades y organizaciones han promocionado actos simbólicos que les han permitido organizarse, visibilizar el daño y hacer una elaboración emocional frente a la violencia vivida.

Celebración

Estos rituales, además de hacer referencia a festejos, también tienen que ver con actos más solemnes y sagrados; generalmente incluyen comidas, bebidas, música y vestidos especiales, además de regalos. En el acompañamiento pueden crearse estos rituales, por ejemplo, para señalar logros, festejar la vida o marcar cambios importantes. Cuando hay pérdidas significativas, especialmente por muerte o separación, pueden servir tanto para elaborar la pérdida como para experimentar el apoyo y la conexión con otras personas.

Elementos para tener en cuenta en la elaboración de rituales en el acompañamiento psicosocial

Para el desarrollo de estos elementos hemos retomado las pautas propuestas por Richard Whiting (1991, Cap. III):

Símbolos

Son la base del proceso de elaboración. Es importante que como agente social ayude a incluir objetos o palabras que faciliten modificar creencias, relaciones o significados y que tengan sentido y conexión para las personas con el sentido del ritual.

Aspectos abiertos y cerrados

Se deben determinar cuáles son los aspectos necesarios (cerrados) dentro del ritual; es decir, aquellos que en ningún momento pueden ser obviados o modificados y, a su vez, especificar cuáles son los aspectos que se pueden dejar a la espontaneidad (abiertos) y es posible cambiar de acuerdo con las necesidades del grupo.

Tiempo y espacio

Es importante señalar la experiencia como algo distinto y diferente de las actividades habituales de la vida cotidiana. El ritual se realiza en un tiempo y espacio específico, en el que las personas se conectan con el pasado, el presente y el futuro.

Otros elementos

En la elaboración de los rituales para sanar emociones, consideramos útil señalar algunos elementos que pueden servir para darle mayor sentido, de acuerdo con el significado que les brinden los participantes y facilitar la inclusión a las personas en la preparación del mismo:

Esencias, fuego, agua, bebidas, alimentos, vestuario, decoración, música, sonidos o cantos, espacio y tiempo determinados, obsequios, ofrendas, coordinador o persona que preside el acto, testigos, palabras, expectativas, danzas o movimientos específicos y flores.

Realización del ritual

Un ritual es funcional en la medida en que lo que en él se haga esté lleno de sentido y significado para los participantes, que haya sido construido con ellos, que no sea obligatorio y contenga una carga emocional que permita por medio de ella sanar, unir, generar cambios y abrir espacios de expresión simbólica, entre otros.

El ritual se propone marcar cambios ante situaciones que estén generando daño o malestar. Igualmente busca fortalecer los recursos personales que ya se tienen y motivar la incorporación o construcción de aspectos nuevos para la recuperación emocional individual, familiar o grupal.

El agente social puede facilitar la distribución de funciones para que no sea un ritual vacío u obligatorio y todos los participantes tengan un rol dentro del mismo. Puede a su vez motivar el uso de canciones, movimientos o palabras que conecten a las personas y que les permitan encontrarle un sentido a lo que van a hacer.

Previamente al ritual, es necesario indagar desde la comprensión sociocultural y una lectura del contexto para determinar los símbolos que ordenan las formas de comprensión de las personas que

acompañamos. De manera adicional resulta importante desarrollar una actividad de sensibilización en la cual se construya una comprensión colectiva sobre los símbolos y el objetivo del ritual.

Las redes como herramienta para la construcción de tejido social

Esta herramienta hace referencia a las diferentes relaciones que apoyan o pueden permitir la recuperación emocional de las personas que acompañamos, especialmente en casos de violencia sociopolítica donde el daño, más allá de lo personal, resquebraja el tejido social, desarticulando procesos y afectando familias, comunidades y sociedades.

Muchas veces las personas, ante las dificultades fuertes y el dolor, suelen no encontrar, salida y sentirse como entre un “hueco”, sin alternativas ni posibilidades. La idea de red invita a mirar hacia arriba y encontrar una serie de “cuerdas” que representan a los amigos, familiares, vecinos, personas significativas de la comunidad, instituciones y hasta nosotros mismos que estamos allí como posibilidad de sostén para la recuperación emocional. Así, en una red, cada hilo, cada relación, va formando parte de un entramado que permite soportar, acoger, sostener y unir.

Según Elina Dabas (1993), las redes sociales son:

Sistemas abiertos que, mediante un intercambio dinámico entre sus integrantes y los de otros grupos sociales, posibilitan la potenciación de los recursos que poseen. Cada miembro de una familia, de un grupo o de una institución, se enriquece con las múltiples relaciones que cada uno de los otros desarrolla. Los diversos aprendizajes que una persona realiza se potencian cuando son socialmente compartidos en procura de solucionar un problema común (Pag. 21).

De acuerdo con estas ideas, el efecto de red es la creación permanente de respuestas novedosas y creativas, para satisfacer las necesidades e intereses de los miembros de una comunidad, de forma solidaria y autogestora.

La red social personal

Hace referencia a...

Ese conjunto de seres con quienes interactuamos de manera regular, con quienes conversamos, con quienes intercambiamos señales que nos corporizan, que nos hacen reales. De hecho, esa experiencia coherente en el tiempo y espacio que constituye nuestra identidad se construye y reconstruye constantemente en el curso de nuestras vidas sobre la base de nuestra interacción con los otros familiares, amigos y enemigos, conocidos, compañeros, cofeligreses, todos aquellos con quienes interactuamos (Sluzki, 1997 Pag. 13)

A continuación describimos algunas estrategias propuestas por Sluzki (1997), que pueden ayudar a dar uso a la herramienta, ya que permiten discriminar y pormenorizar elementos clave para facilitar su construcción:

La red social personal puede registrarse en forma de mapa mínimo que incluye a todas las personas con las que se interactúa. El mapa puede ser organizado en cuatro cuadrantes, a saber:

- Familia.
- Amistades.
- Relaciones laborales o escolares compañeros de trabajo o estudio.

- Relaciones comunitarias de servicio -por ejemplo, servicios de salud- o de credo.

Sobre cada cuadrante se inscriben tres áreas:

- Un círculo interior de relaciones íntimas -tales como familiares directos con contacto cotidiano y amigos cercanos-.
- Un círculo intermedio de relaciones personales con menor grado de compromiso como relaciones sociales o profesionales con contacto personal pero sin intimidad, "amistades sociales" y familiares intermedios-.
- Un círculo externo de conocidos y relaciones ocasionales -conocidos de escuela o trabajo, buenos vecinos, familiares lejanos o cofeligreses-.

Se requiere especificar los criterios de inclusión por tener en cuenta para formar parte de la red social. Algunas preguntas que como acompañante social puede hacer son:

- ¿Quiénes son las personas importantes de su vida?
- ¿Con quiénes ha hablado o se ha visto esta última semana?
- Cuando tiene ganas de divertirse, ¿a quién llama?
- ¿Quién es o podría ser su consuelo en momentos de tristeza?
- ¿Con quién se ve regularmente?
- ¿Qué instituciones de servicios u otras forman parte de su vida?

Se pueden hacer preguntas sobre quiénes están incluidos en nuestra red, quiénes forman parte de nuestra identidad, qué tanto los reconocemos y cómo nutrimos la relación.

Es importante hacer otras preguntas para entender el grado de cercanía y afectividad en esas relaciones permanentes o para ayudar a observar los cambios que se estén generando, por ejemplo: ¿en qué dirección cree que se está moviendo su relación con _____ hacia un aumento de _____ (la intimidad, confianza, cercanía, entre otros), hacia una reducción de _____ (dolor, agresiones, indiferencia, entre otros) o sin cambios previsibles?

Cuando se acompañan personas en situación de desplazamiento, por ejemplo, se puede ir generando un nuevo mapa que contenga relaciones que permanecen de la red anterior, aquellos miembros de la red que se reubican juntos que frecuentemente está compuesta por la familia nuclear y los nuevos vínculos que se van incorporando en la actual experiencia de vida, además de las organizaciones gubernamentales y no gubernamentales que deben contribuir a la restitución de sus derechos y, por ende, de su proyecto de vida.

Elementos para tener en cuenta en el análisis de redes

Características estructurales

Según los elementos mencionados, a continuación es posible hacer preguntas que faciliten tanto la comprensión de las relaciones como la construcción de una ruta para el fortalecimiento de vínculos entre las personas.

- Tamaño: número de personas que integran la red.
- Densidad: conexiones entre los diferentes miembros independientemente de la persona que se acompaña -amigos míos que son amigos entre sí, por ejemplo-.
- Dispersión: hace referencia a la distancia geográfica entre los miembros. Este elemento afecta la sensibilidad de la red en

cuanto su eficacia y velocidad de respuesta a las situaciones de crisis -facilidad de contacto-.

- Homogeneidad o heterogeneidad: sexo, edad, cultura y nivel socioeconómico.
- Atributos de vínculos específicos: intensidad de la relación, durabilidad, historia en común.
- Tipo de funciones cumplidas por cada vínculo y por la red.

Funciones de la red

Una red social puede cumplir muchas funciones que, por su riqueza, complejidad e idiosincrasia, trascienden las que se enumeran a continuación, como acompañantes. Es importante tenerlas en cuenta por cuanto son imprescindibles para la recuperación emocional.

- Compañía social: realización de actividades conjuntas o sencillamente estar juntos.
- Apoyo emocional: comprensión, simpatía, empatía, estímulo y apoyo. Es el tipo de función característica de las amistades íntimas y las relaciones familiares cercanas.
- Regulación social: hace referencia a aquellas interacciones que recuerdan y reafirman responsabilidades y roles. También favorecen la resolución de conflictos. La red puede contribuir a controlar o cuestionar algunos comportamientos.
- Ayuda material y de servicios o de exigibilidad de derechos.
- Acceso a nuevos contactos: se pueden generar conexiones con personas y redes a partir de un miembro de la propia red que facilita que "se abra esa puerta".

- Comenzar a pensar en términos de red nos ayudaba a reconstruir nuestra propia trama social dañada, a crear dispositivos que nos permitiera elaborar nuestros miedos y ayudar a los demás a hacerlo, a desalojar la desconfianza como modo básico de relacionarnos (Sluzki, 1996, Pag. 16).

Proceso de construcción colectiva de la red

Es importante tener en cuenta que la construcción de la red es un proceso colectivo e individual permanente, ya que las funciones de la red se van modificando. La red social personal es un sistema dinámico que evoluciona con el tiempo y las circunstancias. “Como precondition para la construcción de una red de solidaridad, tratamos de que los miembros de la red se compenetren de la manera en que el problema de un individuo es el de un grupo atrapado en las mismas contradicciones” (Elkaim en Dabas, 1991, Pag. 78).

A continuación se describen algunos objetivos, tomados de la propuesta de Elina Dabas, que pueden orientar el trabajo del acompañante, y algunos criterios que facilitarían el desarrollo de la herramienta:

Objetivos

Potenciar los niveles de relación existentes en un grupo o equipo de trabajo.

Optimizar los recursos existentes en cada lugar, así como valorizar las acciones concretas emprendidas, utilizando los errores como elementos de aprendizaje.

Colaborar en el proceso de descentralización del lugar del experto, contribuyendo a horizontalizar su participación y a valorizarla como una contribución de la cual el grupo debe hacer una apropiación crítica, para poder decidir acciones futuras.

Tender hacia la visualización de la comunidad como un sistema donde cada subsistema escuelas, familias, organizaciones inter-

medias, autoridades- se acopla sin perder su singularidad, potenciando su accionar conjunto.

Maximizar los procesos de socialización de la información, democratización del poder y accionar solidario.

Abordaje

Una estrategia útil y práctica para la construcción de redes es la realización de talleres, ya que permiten partir de las acciones concretas que los grupos desarrollan y estimulan el “animarse a hacer con otros”, al valorizar las metas mínimas que toman en cuenta el consenso de la comunidad antes que grandes propósitos elaborados por otros.

Algunos criterios básicos para tener en cuenta:

- Partir de los logros de los equipos de trabajo y de cada una de las personas.
- Dar prioridad a las experiencias concretas de las comunidades y el análisis crítico que el grupo de pares puede realizar.
- Privilegiar la vía de entrada temática que el grupo plantee, para desde ahí abordar el proyecto integral generando sus alternativas de abordaje.
- Favorecer la revisión crítica de las experiencias.
- Promover la redacción de experiencias que se puedan implementar como documentos educativos de construcción colectiva.

Guía de aplicación

Objetivo

Identificar la estructura de la red social de los participantes para visibilizar los vínculos y fortalecer un marco de apoyo a partir de estos.

Materiales

- Papel periódico en pliegos.
- Marcadores.

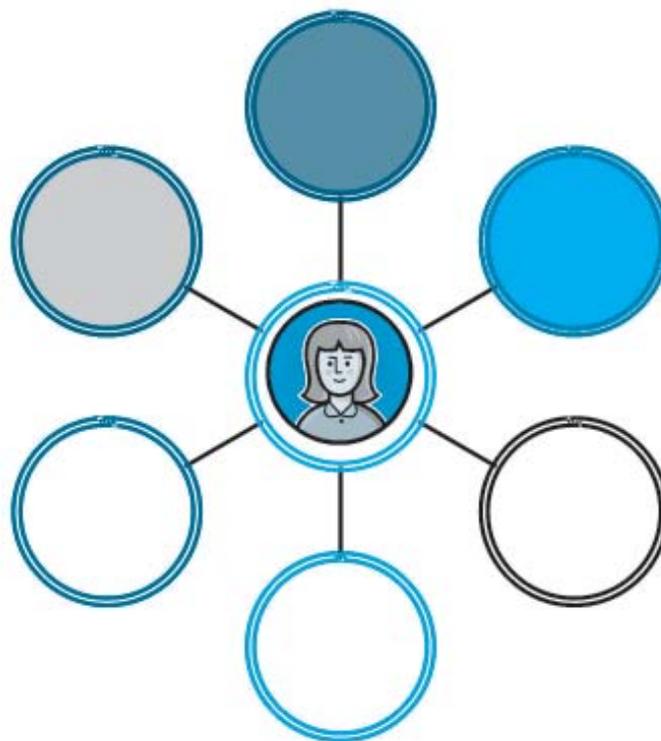
Descripción

1- Se distribuye a cada participante un pliego de papel periódico y algunos marcadores con la indicación de que se dibuje en el centro del papel.

2- Cuando estén todos los dibujos listos, se invita a que, por cada pregunta, tracen una línea que conecte del dibujo hacia fuera y escriban el nombre de la persona, personas o el grupo que mejor se ajuste a la frase:

- Cuando me siento triste, me gusta hablar con...
- La persona más importante en mi vida es...
- En caso de necesitar ayuda económica, sé que cuento con...
- Aunque casi no nos vemos, sé que... está ahí para apoyarme.
- Me divierto mucho en compañía de...
- Cuando me enfermo quien más se preocupa por mi salud es...
- Me gusta participar de las reuniones que hace...
- La institución u organización a la que puedo acudir para divertirme, aprender, orar o compartir es... -si son varias se invita a trazar una línea por cada una-
- La institución a la que puedo acudir para conocer mis derechos y exigirlos es...
- La institución que me puede orientar para resolver conflictos familiares o comunitarios es...

Gráfica 6
Red social personal

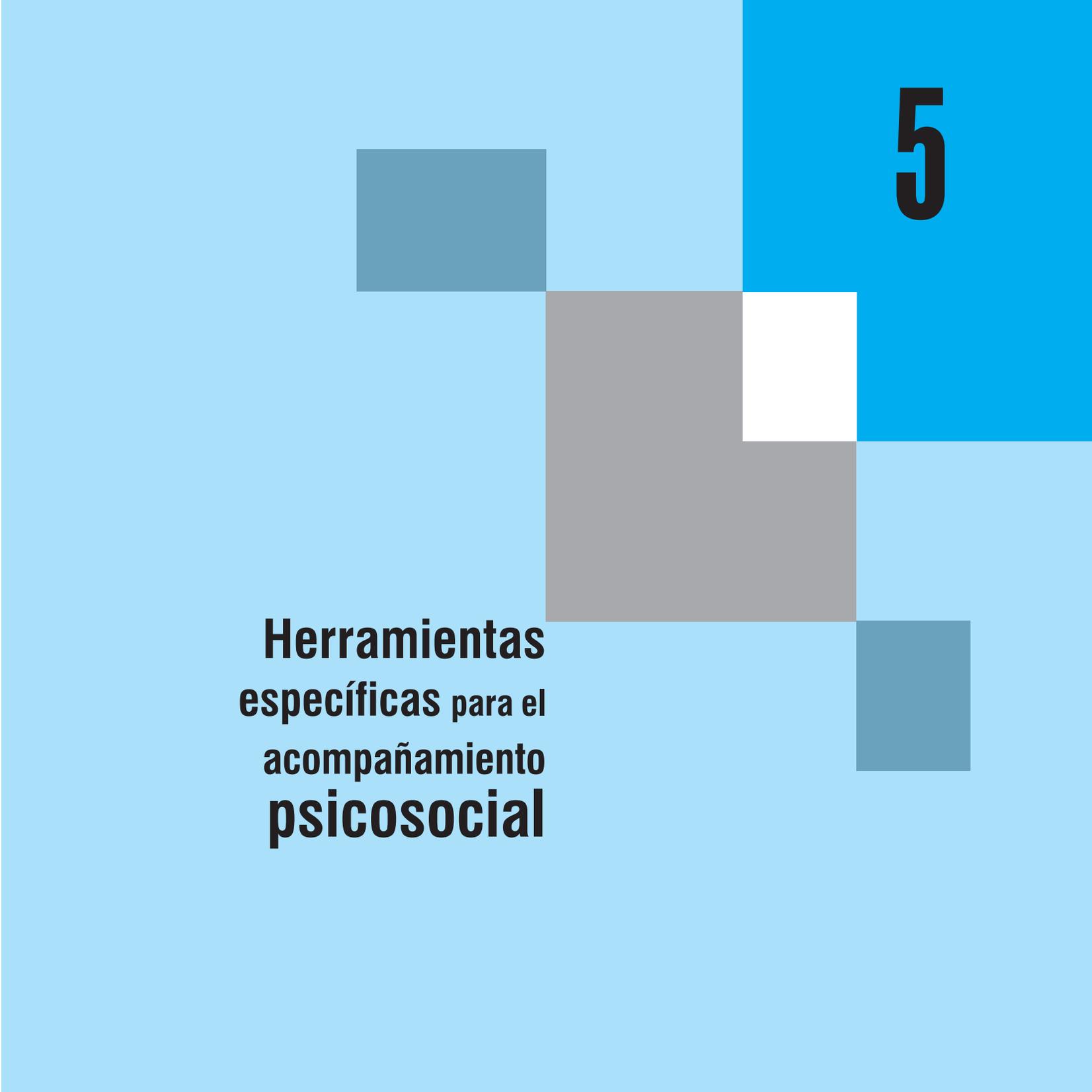


3- Motive a cada participante para que presente su dibujo a los demás, compartiendo ideas, recuerdos o experiencias importantes en su relación con las personas u organizaciones que relacionó en las diferentes preguntas. Si el grupo es muy numeroso, divídalo en subgrupos para que cada quien tenga el tiempo suficiente de compartir y hablar de las relaciones que identificó.

4- En plenaria, invite a compartir ideas sobre cómo se sintieron al recordar a cada persona u organización significativa; pregunte

por cuál- según creen ellos- es la importancia de estas relaciones en sus vidas y por las cosas que pueden hacer para fortalecer los vínculos con esas personas u organizaciones. Además, motive a que cada participante presente su dibujo a los demás, compartiendo ideas, recuerdos o experiencias importantes en su relación con las personas u organizaciones que relacionó en las diferentes preguntas. Si el grupo es muy numeroso, divídalo en subgrupos para que cada quien tenga el tiempo suficiente de compartir y hablar de las relaciones que identificó.

- 5- Proponga hacerles un homenaje especial a aquellas personas, pues forman parte de nuestras fortalezas, vínculos y motivaciones. Este homenaje puede ser ponerse de pie y con un caluroso aplauso expresar el agradecimiento y afecto. Si surgen más ideas, seleccione las que sean más significativas y faciliten la expresión de sentimientos -elaborar una carta para alguna de ellas, planear una reunión personal, ofrecer una ceremonia religiosa en su honor, entre otras-.
- 6- Por último, invite al grupo a identificar instituciones, personas o grupos que podrían fortalecer la red social de los participantes del taller.
- 7- Establezca un plan de acción para fortalecer la red de apoyo, tanto para el grupo como para usted como acompañante, pues su labor es servir de puente para contactar nuevos puntos de red para el grupo, ampliándola o fortaleciéndola. ■



5

**Herramientas
específicas para el
acompañamiento
psicosocial**



Autora:

Myriam Judith Penagos Pinzón

Herramientas generales para el acompañamiento psicosocial

En el capítulo anterior observamos las herramientas generales que nos brindan oportunidades para mejorar el proceso de acompañamiento que realizamos a las personas y comunidades víctima de la violencia sociopolítica. Las herramientas que presentamos a continuación hacen referencia a tres temas que consideramos importantes para desarrollar el acompañamiento psicosocial. Estos fueron elegidos por ser reiterativos en el pedido de las comunidades afectadas por la violencia. Los temas son: el duelo, el miedo y el manejo de conflictos. Cada uno se presenta con un marco conceptual y metodológico que le permite al acompañante psicosocial tener un contexto amplio para su abordaje específico.

Pare ello, en primer lugar, aportaremos algunas ideas frente a la manera de acompañar situaciones de duelo tanto en personas adultas como en población infantil; en segundo lugar presentaremos herramientas para el manejo del miedo, donde se invita a facilitar una relación distinta con éste, para que las personas puedan poner en práctica sus recursos personales y retomar el control de sus vidas, creando estrategias para “dominarlo”. A su vez se propone asumir una postura crítica frente a la estrategia del miedo como forma de poder en el marco de la violencia sociopolítica. En tercer lugar, el manejo de conflictos que proponemos para el acompañamiento psicosocial es presentado desde una mirada de colaboración en donde se pretende el desarrollo de habilidades para crear un espacio seguro que permita a las partes

en conflicto flexibilizarse, logrando así encontrar necesidades conjuntas y alternativas para asumir sus diferencias.

Sugerimos tener en cuenta las herramientas presentadas en el capítulo IV como complemento necesario para el desarrollo de las aquí planteadas.

El acompañamiento psicosocial en situaciones de duelo

Entendemos el duelo como el proceso de elaboración del dolor que causa una pérdida de algo o alguien muy significativo. Es un proceso porque requiere tiempo y, en él, algunas acciones que lo faciliten. Generalmente las personas, dependiendo del grado de afectación, de cercanía y de los recursos personales, familiares y socioculturales de que disponga para superarlo, suelen pasar por diferentes momentos, desde la negación de la pérdida, rabia, dolor extremo, sentimientos de culpa, hasta la aceptación y el recuerdo afectuoso sin dolor, cuando ya lo han superado.

Los siguientes planteamientos se basan en la propuesta de Michael White (1997), quien invita a que, en lugar de intentar que las personas se despidan o se olviden de esa relación iniciando una nueva vida en la que quede atrás la persona fallecida o que se fue, logren crear una historia basada en la percepción que ésta tenía sobre el doliente.

Si las personas están culpabilizadas, es necesario desarrollar una conversación para contextualizar los hechos y ubicar las responsabilidades de lo ocurrido en los victimarios y otros responsables y no en ellas, que son víctimas. Después de explorar lo anterior, es pertinente desarrollar el acompañamiento en el proceso de duelo.

De esta manera, a partir de preguntas que inviten a identificar experiencias, ideas, apreciaciones, valoraciones que podrían expresarse, sentirse o pensarse por quien ya no está, se van tejiendo nuevos relatos que buscan construir un camino con recursos que le aporta esa apreciación. De allí la invitación que hace el autor a usar la metáfora de decir de nuevo: ¡hola! en lugar o después de “decir adiós”, según sea el caso: “Al concentrarme en la metáfora de decir ‘hola’ no tomo partido contra la metáfora de decir ‘adiós’. Hay muchas cosas a las que hay que decir adiós, incluso a la realidad material y a muchas esperanzas y expectativas, entre otras. Por mi parte, creo que el proceso de la aflicción es un fenómeno en el que hay que decir adiós y luego decir hola” (White, 1997, Pág. 68).

En el proceso para el fortalecimiento de la historia emergente se requiere que la persona pueda compartir y poner en acción la nueva versión de sí misma. Esto genera la necesidad de ponerla

en circulación en las redes cercanas de tal manera que se pueda retroalimentar y así se reafirme la narración que se está creando. Como muestra el siguiente ejemplo, aclaramos que se propone una serie de preguntas con el fin de que usted tenga varias posibilidades para abarcar la situación. No tiene que hacerlas todas si no es pertinente para el caso. Es importante que tenga en cuenta ir las tejiendo en la conversación, pues, si se hace una tras otra, se pueden convertir en un interrogatorio que lo desconecta de las personas. Debemos señalar que, para los casos de duelo a causa de la violencia sociopolítica, es importante saber si la persona se culpabiliza de lo sucedido, en tanto es frecuente que, ante lo absurdo de la experiencia, busque algún sentido, incluso culpándose. Si las personas están culpabilizadas, es necesario desarrollar una conversación para contextualizar los hechos y ubicar las responsabilidades de lo ocurrido en los victimarios y otros responsables y no en ellas, que son víctimas. Después de explorar lo anterior, es pertinente desarrollar el acompañamiento en el proceso de duelo.

Ejemplo de aplicación

Martha y Juan¹², padres de dos niños, llevaban 20 años de casados. Esta pareja siempre se caracterizó en su región por el liderazgo y la capacidad organizativa. Hace tres años fueron víctimas de amenazas y persecución por parte de un grupo armado ilegal. Juan, finalmente, fue asesinado, y las amenazas continuaron hacia Martha, razón por la cual se vio obligada a desplazarse junto con sus hijos, iniciando un nuevo período de su vida con algunas dificultades económicas y el apoyo de una organización comunitaria. Martha no ha podido reponerse de la pérdida de su esposo: llora constantemente, dice que lo extraña mucho, ha descuidado sus hijos, está incumpliendo con el trabajo que tiene en casa de familia y ha dejado de asistir a los talleres en los que participaba con la organización que la apoya. Además, extraña su tierra y a

12 Nombres ficticios para proteger la confidencialidad.

sus antiguos amigos. Una persona de la organización comunitaria que la está ayudando se acerca preocupada: le ofrece acompañamiento. De esta manera se inicia un proceso, en el que primero se validan sus emociones de dolor, al conectarse con su sufrimiento, los sentimientos que se han generado por sus pérdidas -tanto la muerte de Juan como de todas aquellas personas que implicó su desplazamiento-. Lo que siente que más le afecta es la falta de su esposo, para lo cual se le hacen preguntas como las siguientes con el fin de facilitarle elementos que la ayuden a seguir adelante:

Para explorar la percepción de quien murió:

- ¿Qué cosas cree son las que Juan más valoraba de usted?
- ¿Qué sería lo que Juan apreciaba de usted cuando tuvo que ausentarse tres meses para buscar trabajo y se quedó sola con los niños?
- ¿Cómo sabía él que podía confiar en usted?
- ¿Qué era lo que a Juan más le gustaba de su compromiso comunitario?
- ¿Qué es lo que Juan aportó a su vida y que la muerte de él no le puede arrebatar?

Para ayudar a construir cambios y fortalecer en la acción:

- ¿Qué cosas está haciendo ahora que podrían ratificar la idea que tenía Juan sobre su capacidad para superar dificultades?
- Si Juan estuviera aquí, ¿qué le aconsejaría para salir adelante?
- ¿Qué cambiaría ahora si valorara lo que él apreciaba de usted?
- ¿Qué podría hacer ahora para fortalecer esas cosas gratas que Juan conocía de usted?

- ¿En qué cambiarían sus relaciones si llevara consigo esa percepción que él tenía de usted?
- ¿Qué cambios notarían sus hijos? -amigos, jefes, vecinos-.
- ¿Qué podría hacer para comunicarles a los otros esta nueva imagen que está teniendo de sí misma como persona?
- ¿Cómo puede influir lo que ahora sabe de usted misma en su vida? (con invitación a relacionarlo con sus hijos, amigo, trabajo y actividades comunitarias)

Ahora que Martha está encontrando un nuevo sentido a partir de las reflexiones que se generaron con la conversación y las preguntas, se continúa el apoyo al facilitarle el fortalecimiento de sus redes cercanas: hijos, amigas, el grupo comunitario al cual había estado vinculada, instituciones que tienen acompañamiento con población en desplazamiento y que le pueden orientar frente a sus derechos, entre otras.

En todo este proceso se fueron incluyendo elementos rituales en relación con otras pérdidas que también eran significativas con relación a su territorio, entre ellas volver a celebrar ritos religiosos tradicionales que se habían perdido desde el desplazamiento y que le ayudaban a mantener una conexión con su historia y sus tradiciones.

Algunas consideraciones importantes para contextos de violencia sociopolítica

En contextos de violencia sociopolítica, la elaboración del duelo tiene variantes significativas, ya que los victimarios desarrollan un sinnúmero de acciones violentas que van desde la desaparición o mutilación de los cuerpos, la prohibición de participar en funerales y demás ritos religiosos significativos para los familiares y la comunidad hasta la amenaza con el consecuente desplazamiento forzado haciendo que la gente abandone a sus muertos. Éstas

son, entre otras muchas, acciones que pretenden mantener el miedo, el sometimiento, la desarticulación del tejido social y el control del territorio.

En este contexto, el trabajo de acompañamiento en el duelo debe favorecer acciones que propendan principalmente por la recuperación emocional individual y colectiva en espacios que procuren el fortalecimiento de redes y la elaboración de rituales que incluyan actos que favorezcan la reconstrucción de la memoria como mecanismo para contrarrestar la impunidad. Este proceso debe favorecer, además, la dignificación y la reivindicación de los derechos en el marco de acciones reparadoras. Cabe resaltar lo que afirma al respecto el grupo de trabajo Pro Reparación Integral (2006):

En sociedades como la colombiana, con una larga trayectoria de violencia sociopolítica y conflicto armado interno, uno de los efectos causados por los intentos de olvido y por la manipulación de la memoria histórica es la impunidad. Este fenómeno se presenta cuando se toleran las injusticias cometidas, no se aclara la verdad de los hechos, se justifican los daños sufridos y no se castiga ni juzga a los responsables de los actos que atentan contra la vida y la dignidad de las personas. Quienes están interesados en mantener la impunidad buscan que la sociedad escoja el camino del olvido, para esconder la verdad e impedir que se haga justicia y se repare a las víctimas (Pag. 17).

Para ello sugerimos que se tengan en cuenta las herramientas relacionadas con la construcción de rituales y el fortalecimiento de redes individuales y sociales, presentadas en el capítulo IV.

De otra parte, en muchos casos, frente a la muerte de un ser querido, se generan sentimientos de culpa, especialmente en el contexto de violencia política: isi no lo hubiera dejado salir tan

tarde!, iyo lo presentí y no le dije nada!, iyo podría haber estado con él ese día!, isi le hubiera insistido más para que nos fuéramos!, entre otras expresiones que logran acrecentar el dolor y la desesperanza. En tales circunstancias se hace necesario facilitar una comprensión crítica del contexto que le permita a la persona entender lo sucedido como parte de una estrategia de los victimarios, donde la culpa forma parte de la desarticulación individual y colectiva que pretenden y en la cual ellos son los únicos responsables.

En algunos casos, las personas se lamentan por no haber dicho algo que creen debieron manifestar o por no haber expresado suficientemente su afecto a quien falleció y estos aspectos no les permiten iniciar un camino de recuperación emocional. Sugerimos en tales casos propiciar actos ritualísticos que estén conectados con las creencias de las personas y que favorezcan la expresión de sentimientos como, por ejemplo, la elaboración de cartas con la recomendación de que las escriban como si el fallecido las fuera a leer, la celebración de misas conmemorativas o encuentros familiares que permitan honrar la memoria de quien murió, recordando hechos significativos que se vivieron con esa persona para así favorecer la delimitación de espacios para el dolor y el recuerdo.

Las siguientes son algunas ideas sencillas que esperamos complementen la herramienta planteada.

¿Qué hacer en caso de duelo?

- Escuchar.
- Dar tiempo para vivenciar su dolor.
- Observar en cuánto tiempo reestablece sus actividades cotidianas, para, si no lo hace en un lapso prudencial, brindar ayuda.
- Reparar las pérdidas a partir de preguntas acerca de los aprendizajes que esta nueva situación le servirían a otros si vivieran la misma situación.

- Remitir a personas especializadas casos en los que no se pueda brindar ayuda o en aquellos en que la persona muestre comportamientos como insomnio, desconexión con la realidad, ensimismamiento extremo, alucinaciones o cambios extremos de estados de ánimo.
- Si el caso lo permite, propiciar reflexiones sobre los recursos de las personas cuando antes ha superado situaciones similares.
- Omitir preguntas sobre detalles del hecho violento.

¿Qué no hacer?

- Mostrar una actitud compasiva frente a la persona.
- Ser imprudente haciendo preguntas innecesarias.
- Forzar el proceso de duelo, pues cada persona lo vive de una forma diferente, según su marco cultural.
- Confrontar con situaciones tristes.
- Dar por obvio sentimientos.
- Contextualizar el dolor con juicios de valor.
- No generalizar sobre como las personas asumen el duelo; cada cultura plantea una forma distinta, no hay criterios de normalidad.

Guía de aplicación

Objetivo

Generar un espacio que permita la expresión de las emociones y la recuperación por las pérdidas, a partir del fortalecimiento de recursos personales.



Descripción

1. Facilite una conversación que le permita a la persona contar su historia frente a la pérdida, teniendo en cuenta que se debe indagar sobre las emociones que allí están involucradas y sobre los significados que esas emociones tienen en su vida. Para ello apóyese en preguntas como las siguientes:
 - ¿Cuál es la historia frente a lo que pasó con su esposo, su hermana, etc.?
 - ¿Qué es lo que más recuerda de él o ella?
 - ¿Cómo se está sintiendo ahora frente a...-conectando con lo que le ha contado que sea significativo-?
 - En relación con esa emoción -dolor, rabia, culpa...- para indagar los significados, por ejemplo, se puede preguntar: ¿qué genera esa culpa en su vida?, ¿qué significa esa rabia?, ¿qué es lo que más le duele?

2. Invite a que describa cómo era esa persona y la relación que tenían.
3. Haga preguntas que faciliten la construcción de nuevas ideas, basadas en la percepción de quien murió, haciendo que imagine lo que él (o ella) diría si estuviera presente o si le quisiera enviar un mensaje. Puede usar algunas del ejemplo expuesto anteriormente (Martha y Juan). Tenga en cuenta que deben ser preguntas que inviten a resaltar lo que admiraba, valoraba o le gustaba de quien murió a la persona que acompañamos.
4. Haga preguntas que inviten a ejecutar acciones que fortalezcan, mantengan o revivan esa imagen. Puede usar las presentadas en el ejemplo arriba señalado.
5. Invite a revisar cuáles son los nuevos aprendizajes o ideas que se han generado a partir de la conversación y pregunte en qué cosas concretas se daría cuenta que está llevando a la práctica esos aprendizajes.
6. Si la situación lo requiere, puede proponer la construcción de un ritual; por ejemplo, que ayude a la persona a fortalecer la nueva imagen que está teniendo de sí misma y dejar atrás lo que quiere cambiar o la construcción de un altar que le facilite al mismo tiempo guardar la memoria de quien ya no está y tener presente la percepción que él o ella tenían y que ahora le está facilitando la recuperación emocional.

Elementos para tener en cuenta

- Recuerde que en una conversación es muy importante conectarnos con lo que nos están contando y con las emociones y significados que van surgiendo conforme avanza el diálogo; por lo tanto, es posible que los anteriores pasos no se desarrollen en secuencia, pues no se puede prever el rumbo de la conversación; sin embargo, téngalos presentes como una guía o posible ruta por seguir.

- Tenga en cuenta incluir elementos de las otras herramientas, especialmente los rituales y las redes de apoyo que esta persona puede tener, para facilitarle su recuperación con el apoyo de otros.
- Cuando sienta que el nivel de afectación o impacto emocional supera su capacidad de acompañamiento, le sugerimos buscar apoyo especializado, pues hay situaciones que así lo requieren.

El acompañamiento en situaciones de miedo

Según la terapeuta chilena Elizabeth Lira (1991), el miedo se refiere a vivencias desencadenadas por la percepción de un peligro cierto o impreciso, actual o probable en el futuro, que provienen del mundo interno del individuo o de su ámbito circundante. La objetivación del peligro puede llevar al sujeto a experimentarlo como un riesgo de amenaza vital. La certeza o alta probabilidad de que dicha amenaza ocurrirá transforma la inseguridad en miedo. La percepción de la amenaza como inminente puede transformar el miedo en terror o pánico. Se habla de pánico cuando un acontecimiento peligroso causa una reacción espontánea y desorganizadora en el individuo o en la comunidad (Pag. 61).

La herramienta que proponemos para el acompañamiento en este tema se denomina externalización y es propuesta por Michael White (1998) como una forma de abordaje que permite que los problemas se “separen” de las personas y se personifiquen convirtiéndose en algo distinto a ellas, diferente a la identidad personal. Como el autor lo propone, esta herramienta puede ser útil en variadas problemáticas y la hemos encontrado especialmente importante como ayuda para reconocer, entender e identificar la relación que tenemos con nuestros miedos, el poder que les hemos dado sobre nuestras vidas, los momentos y recursos con los cuales en algún momento hemos podido “controlarlos”, para así in-

ternalizar -hacer propia- la capacidad de elegir y decidir y ser un agente activo para actuar e influir en el miedo.

Ventajas de esta herramienta

- Contrarresta la sensación de fracaso, ya que facilita estrategias para que las personas encuentren formas de “dominar” el miedo.
- Abre posibilidades para que las personas se den cuenta de la influencia que el problema tiene en sus vidas y de las formas como han podido influir en él en algunos momentos con recursos personales.
- Permite afrontar problemas que han sido dolorosos y difíciles de manera lúdica y menos tensa.

La imaginación desempeña un papel central en el uso de esta herramienta, tanto para el agente social como para las personas que se quieren acompañar. Ésta permite que se creen las condiciones necesarias para la identificación del miedo y de los recursos para su control.

Pasos para el uso de la herramienta

Invitar a nombrarlo

Es importante que las personas le pongan un nombre o describan su miedo a lo que sienten. Debe aclarárseles que los nombres no deben estar relacionados con personas, animales, lugares concretos, sino lo que internamente generan. Invite a que se imaginen si ese miedo tuviera rostro y cuerpo cómo sería. De esta manera se les ayudará a describirlo y separarlo.

Dibujarlo

Al ponerlo como algo fuera de él ya se ha iniciado el proceso de separación. Puede ayudar para que la persona lo plasme en un dibujo. Hacer preguntas relacionadas con qué forma tiene, de qué tamaño es, qué colores y características lo identifican.

Preguntar sobre la influencia del miedo en su vida y sus relaciones

De esta manera, la persona puede identificar cómo ese miedo la afecta en lo emocional, lo físico y lo interaccional. Puede invitarla a que lo escriba, como una manera de precisar la fuerza que éste ha tenido. Además, este paso del proceso permite que la persona se dé cuenta de que ella es ella y el miedo es otro que invade su vida, que lo ha desenmascarado. Así se desculpabiliza, ya que es el miedo el que le hace daño y no es algo constitutivo y permanente que lo caracteriza.

Hay una diferencia en el uso del lenguaje en el que se debe tener cuidado especial cuando se use esta herramienta y es que el acompañante psicosocial debe ir cambiando en la conversación el miedo como calificativo, “cuando usted es miedoso”, por el miedo como sustantivo, “el miedo hace o logra o lo domina o lo ayuda ...”.

Una forma de hacerlo es ayudar a las personas con preguntas y comentarios que les permitan ver el miedo como algo externo, con cierta vida propia que ejerce poder o dominio. Estos pueden ser algunos ejemplos de preguntas:

- ¿De qué forma le está afectando este miedo?
- ¿Ha llegado el miedo a interponerse entre usted y su comunidad?
- Cuando el miedo aparece, ¿qué logra que usted haga (o deje de hacer)?
- ¿De qué manera le gusta al miedo meterlo en problemas?
- ¿Qué logra el miedo en su familia, en su economía, en su salud?
- ¿En qué ha afectado el miedo su trabajo de liderazgo comunitario?
- ¿Quiénes se benefician de que el miedo ronde en su vida?

Comentarios como los siguientes:

- Parece que este miedo es bastante fuerte, logra...
- Como que a ese miedo le gusta que discuta y se aleje de...

Preguntar sobre las capacidades de las personas para "controlar" el miedo

Esta parte es muy importante, ya que les ayuda a identificar los momentos en los que han podido "ganarle" o "dominar" el miedo, identificando su competencia y recursos ante la adversidad.

Puede hacer preguntas sobre momentos únicos en donde el miedo no ha estado presente o ha sacado recursos -valentía, fe, confianza, fuerza interior y resistencia, entre otros- que le han ayudado a vencerlo. La identificación de esos valores, habilidades o cualidades de las que no había sido consciente facilitan que cambie la relación que ha tenido con el miedo, haciendo evidente recursos que ya tiene y que puede mantener y acrecentar.

Algunos ejemplos de preguntas en este sentido pueden ser:

- ¿Hubo ocasiones en que pudo ganarle al miedo y ser capaz de...?
- ¿Cómo logró desafiar al miedo en ese momento?
- ¿Qué lo hace descubrir de usted mismo, de su capacidad, para ganarle al miedo?
- ¿Hay momentos en que el miedo se aleja o sencillamente no está, qué cree que usted hace o siente que le ayuda a mantenerlo lejos?
- ¿En qué cualidades, valores y habilidades se apoya cuando le gana al miedo y usted tiene el control?

- ¿De qué cosas se da cuenta ahora que no le gustan al miedo, porque se siente dominado o sale huyendo?
- ¿Qué personas le han ayudado a dominarlo o mantenerlo alejado?
- ¿En qué contextos no le gusta manifestarse el miedo?
- ¿Con qué personas se siente seguro porque el miedo no aparece cuando ellas están?

Preguntar sobre los recursos y cómo agenciarlos

Este paso ayuda a identificar la resistencia que las personas les pueden hacer a los efectos del miedo. Él ha generado una relación de dependencia, cuanto más conscientes puedan ser de su capacidad de asumir otra relación con el miedo, lo están debilitando y restringiendo el sometimiento que éste ejercía sobre sus vidas. Son útiles las preguntas relacionadas con qué tendrían que hacer para que esos recursos crezcan, las acompañen permanentemente y se hagan más fuertes, de tal manera que desarrollen ideas sobre qué hacer para influir sobre el miedo.

Para ayudar a que la nueva relación con el miedo se mantenga y sea la persona la que tenga el control, es necesario que se construyan estrategias sobre qué hacer con éste. Si queda suelto, puede seguir ejerciendo su influencia en la vida de la persona. Con el ejercicio no desaparece (no es el objetivo), ya que muchas veces el miedo puede salvarle la vida o prevenirlo de un riesgo o un peligro. Así que la persona puede recurrir a estrategias como amarrarlo o encerrarlo, volverlo su amigo, jugar con él, hacerle guardia, entre otras. Es importante que estas estrategias nazcan de la persona no del acompañante. Esto garantiza mucho más su efectividad.

Algunas posibles preguntas al respecto podrían ser:

- Si continúa apoyándose en valentía, fuerza interior, confianza, alegría, amor, compañía, paciencia y fe, entre otros posibles recursos propios que la persona haya identificado, ¿qué diferencias cree que existirán en su relación con el miedo de ahora en adelante?
- ¿Cómo se va a dar cuenta de que le ha ganado al miedo y que él ha perdido poder sobre usted?
- ¿Cómo puede usar al miedo para que le ayude en momentos en que pueda estar en peligro, sin perder el control o el poder sobre él?
- ¿Cómo podría alimentar la _____ (valentía, confianza, amor, fe) para que se hagan más fuertes y para que estén con usted de manera permanente?
- ¿Cómo se va a dar cuenta que le está ganando al miedo?, ¿en qué cosas concretas lo va a notar?
- ¿Quiénes serían los primeros en darse cuenta de esos cambios?, ¿qué le dirían?

Algunas consideraciones importantes

Aclaremos que hay que tener especial cuidado ante situaciones de violencia y prácticas de opresión, ya que, si se externalizan, se puede estar fomentando o manteniendo esta relación dominante, cuando se planteen miedos de este tipo. Sugerimos, como lo propone White (1998), “fomentar la externalización de las actitudes y creencias que parecen imponer la violencia, así como las estrategias que mantienen subyugadas a las personas, por ejemplo la imposición del secreto y del aislamiento” (Pag. 63). Consideramos contraproducente asumir con un victimario el punto de vista de que la violencia es algo separado de él, que a veces puede

controlar y a veces no; por lo tanto, no recomendamos esta herramienta para esos casos.

En contextos de violencia sociopolítica, los victimarios usan estrategias que buscan mantener el miedo y el aislamiento, como lo ilustran algunos autores:

“Si la libertad exige el riesgo de vida, la opresión requiere también el miedo a la muerte física. Es axiomático que la opresión no puede ser impuesta o mantenida sin ejercer la amenaza de violencia: (...) así, más que disponer de armas superiores, el opresor debe su poder al miedo a la muerte. Ésta es una de las razones posibles de la dimensión psicológica de la opresión que es muy significativa. Si el oprimido logra superar este miedo, las armas superiores y la violencia del opresor pierden su potencia”, Bulhan (1985) citado por Lira (1991, Pag. 24, 25).

“La acción psicológica del terrorismo de Estado es definida como una forma de guerra presente en el campo de la política, cuyo objetivo es el tradicional: alcanzar el dominio de la voluntad del otro. Para lograrlo, acude a medios habitualmente no calificados de guerreros: la dominación del espíritu. Su acción consiste entonces en transformar la subjetividad de cada ciudadano, considerando como blanco, en el lugar ocupado como propio por el enemigo. El recurso para lograrlo va desde la astucia para llevarlo a que acepte las ideas ajenas y contrarias como propias, hasta la implantación del terror como sujeción rendida al enemigo”, Rozitchner (1990) citado por Lira (1991, Pag. 33).

Desde este marco, el trabajo de acompañamiento psicosocial debe tener en cuenta que la recuperación emocional no depende únicamente de los recursos personales, sino que se hace necesario

Como agentes sociales debemos contar con herramientas que promuevan formas alternativas para solucionar las diferencias en las cuales medien el diálogo, el reconocimiento y la valoración de las personas para resolver de manera colaborativa los conflictos, mejorar las relaciones, disminuir la violencia y aumentar la capacidad de agencia de las comunidades y organizaciones.

facilitar el fortalecimiento de redes de apoyo, personales, sociales e institucionales que aporten a la construcción de recursos personales, sociales, políticos y culturales. Además, el acompañante debe incluir dentro de las estrategias de apoyo, de velar, la intención política del victimario de usar el miedo como medio para controlar la población.

Guía de aplicación

Objetivo

Facilitar herramientas que permitan el desarrollo de habilidades para manejar y afrontar el miedo desde una comprensión en donde el miedo es el miedo y la persona es la persona.

Materiales

- Hojas
- Marcadores

Esta actividad se puede desarrollar de manera individual o colectiva. Sugerimos que, si es colectiva, se integren grupos pequeños, ya que se requiere estar conectando con cada persona, pues los miedos son distintos. Además, es importante que todos puedan hablar en los momentos de plenaria. La siguiente guía se planeó para desarrollarla de manera grupal.

Descripción

- Comparta con el grupo el objetivo de la actividad, motivando a cada participante a que “desenmascare” sus miedos para verles la cara y poder así construir ideas a fin de que estos no dominen más sus vidas, sino, al contrario que sean las personas quienes tengan el control frente a los miedos. Establezca un contexto para comprender el miedo en entornos de violencia sociopolítica, destacando que éste es creado de manera intencional y que tener miedo es una reacción normal en un contexto “anormal” como es la guerra.
- Indique que, por parejas, compartan experiencias donde hayan sentido miedo. Haga énfasis en que se trata de miedos que estén afectando actualmente sus vidas, sus relaciones, su tranquilidad, sus actividades cotidianas...
- Invite a que las parejas compartan con el grupo algunas experiencias significativas, ayudándoles a identificar el miedo. Este paso es importante en la medida en que debe ser claro que el miedo hace referencia a lo que la persona está sintiendo que es lo que puede transformar, no a lo externo que lo causa.
- Siga los pasos propuestos en la herramienta, dando el suficiente tiempo entre cada uno para que ninguna persona se atrase y para que puedan hacer el ejercicio completo. Cuando hayan desarrollado cada paso, es importante que haga una ronda donde todos puedan hablar y usted haga las preguntas y siga las recomendaciones sugeridas en la herramienta. Esto le per-

mitirá identificar el proceso individual y fortalecer la nueva relación con el miedo. Le recordamos el proceso:

- Invitar a nombrarlo.
 - Dibujarlo.
 - Preguntar por la influencia del miedo en su vida y en sus relaciones.
 - Preguntar por la influencia de las personas en el miedo.
 - Identificar y describir los recursos para interiorizarlo.
 - Preguntar por los recursos y cómo agenciarlos.
- e. Preguntar a cada participante qué quiere hacer con el miedo. Algunas personas pueden decir que eliminarlo. Sugerimos que las invite a reconsiderarlo, ya que en algunos momentos el miedo les puede ser útil para alertarlas frente a peligros. Así que motive a que propongan acciones donde lo puedan tener bajo control y vigilancia.
- f. Puede cerrar el ejercicio con un ritual u otra actividad que ayude a fortalecer lo trabajado. Es posible que en el transcurso del ejercicio se hayan generado tensiones; así que proponga alguna actividad lúdica que facilite la descarga de emociones y una actitud relajada en los participantes.

El manejo del conflicto en el acompañamiento psicosocial

En el marco de la violencia sociopolítica que atraviesa nuestro país, se hace necesario que como agentes sociales contemos con herramientas que promuevan formas alternativas para solucionar las diferencias en las cuales medien el diálogo, el reconocimiento y la valoración de las personas para resolver de manera colaborativa los

conflictos, mejorar las relaciones, disminuir la violencia y aumentar la capacidad de agencia de las comunidades y organizaciones.

Los conflictos entre personas pueden percibirse desde dos caminos diferentes: por un lado, como problemas o vivencias indeseables y, por el otro, como oportunidades para, con la ayuda de ellas, aprender y desarrollarse. Desde el acompañamiento psicosocial, lo invitamos a considerar la segunda opción, para facilitar posibilidades creativas, como lo plantea Dora Fried Schnitman (2000):

Opciones creativas para acuerdos, posibilidades de ganar conjuntamente, construir colaborativamente, descubrir salidas inesperadas o diferenciarse y acordar sobre aquellas áreas en las que se puede y en las que es preciso coordinar, coexistir en la diferencia, aparecen todos como parte de un nuevo espectro de caminos viables, creativos y amplios hacia el futuro. Estos caminos se concretan en la diversidad de estrategias que incorporan y abordan la contradicción y el conflicto de maneras diversas. En algunos casos, tales estrategias buscan un compromiso. En otras, trabajan pragmáticamente las diferencias, las transforman, constriñen, celebran o construyen posibilidades inéditas. Frente al conflicto, se elaboran así estrategias de acción comprometidas con la diversidad (Pag. 24).

A continuación relacionamos algunas ideas y sugerencias, con base en esta autora, que invitan al desarrollo de habilidades para el reconocimiento de la singularidad de los participantes, la construcción de soluciones efectivas que legitiman la participación de todos los sectores involucrados y para resolver colaborativamente los conflictos, promoviendo el cambio mediante la búsqueda de soluciones consensuadas. Lo que resulte del acompañamiento debe formar parte de una construcción colectiva; hay una responsabilidad compartida de la cual todos participemos.

Elementos para tener en cuenta como acompañante psicosocial en el manejo de conflictos

Se requiere que las dos partes estén dispuestas a reconocer el conflicto, a mediar y a mirar las opciones para encontrar un camino de soluciones.

Se deben hacer acuerdos mínimos iniciales para conversar: respetar el turno para la palabra, usar un lenguaje no agresivo, permanecer presentes todo el tiempo que dure el acompañamiento, entre otras recomendaciones que los participantes consideren importantes para facilitar el diálogo .

Tener presente que el papel del acompañante es ayudar a ver lo que no han visto y a escuchar lo que no se quiere escuchar; por lo tanto, es necesario hacer preguntas que les ayuden a ampliar su comprensión, ponerse en el lugar de la otra persona, reflexionar sobre sus prejuicios, flexibilizar puntos de vista rotuladores y apreciar lo útil, importante y válido de la opinión de la otra persona. Son útiles las preguntas circulares y reflexivas porque las personas generalmente acuden con ideas lineales de causa y efecto. (Ver herramienta: la pregunta)

Estar pendiente de promover en el diálogo qué ideales tienen, qué puntos de acuerdo, qué sueños las motivan, facilitando que hablen de lo que las une como seres humanos.

Mediante las preguntas, ayudar a entender el conflicto que las trae y explorar qué alternativas se van proponiendo. Use preguntas orientadas al futuro como, por ejemplo:

- ¿Qué pasaría si se tuviera en cuenta esta idea...?
- ¿Cómo se imagina que sería la situación en seis meses si...?
- ¿De qué les gustaría sentirse orgullosas en un año sobre la forma como han aprendido a resolver este conflicto?

- Si se diera la oportunidad de considerar esta alternativa, ¿qué le complementarían para que los dos se fueran satisfechos?

Es importante estar en conexión con la gente. Procure usar un lenguaje esperanzador en términos apreciativos, ayudando a resaltar las cosas que están funcionando y permitiendo que fluya la comunicación y la flexibilización de posturas rígidas. Motive la construcción de alternativas en que se sientan validadas.

Si hace alguna observación o apreciación frente a alguna persona, debe procurararlo con las demás en algún momento. Para ello, tenga en cuenta sus prejuicios y los de los participantes a fin de no crear alianzas que no ayuden a movilizar los recursos. De esta manera evita que pierdan la confianza en el proceso y facilita que usted no se parcialice hacia alguna de las partes. Le sugerimos que revise la herramienta sobre la postura del facilitador, especialmente en lo referente a la curiosidad.

Busque y destaque los puntos de acuerdo y centre la conversación en construir entendimientos del problema a partir de ellos. Si es posible, propicie la construcción de soluciones, aunque recuerde que el papel del agente social es facilitar la mediación del conflicto y no necesariamente llegar a ellas. Hay que ayudar a facilitar la expresión y la construcción de alternativas posibles; sin embargo, es más importante que las personas aprendan a movilizar posturas rígidas e inflexibles, encontrando nuevas formas de verse en las que se validen mutuamente. Hay puntos de vista irreconciliables; una habilidad es aprender a valorar a las personas desde sus diferencias.

Facilite que se escuchen unos y otros. Es muy importante darles voz a los que no tienen voz y traer al que esté callado, silenciado, a la conversación. Para ello haga preguntas a quien menos habla, equilibrando la participación de manera equitativa.

En un proceso de construcción de acuerdos se pretende buscar que las dos partes puedan ser escuchadas y queden satisfechas

con las decisiones a que lleguen. En esto es importante entender las necesidades de cada una y que aprendan a sostener una posición reconociendo la postura de los demás.

Para facilitar que las personas cambien sus posturas polarizadas, haga preguntas que inviten a que hablen por ellas mismas, respondan de manera no intimidatoria, busquen comprender cosas nuevas que antes no habían contemplado, expresen inquietudes compartidas, exploren dudas e incertidumbres y contemplen posibles desenlaces a su situación.

Ayude a que los participantes ataquen el problema y no a las personas. Cuando alguien está muy enojado, suele decir cosas que hieren los sentimientos de los otros. En ese caso, es importante no pasarlo por alto y hacer preguntas que visibilicen lo que eso está causando, por ejemplo: ¿Cómo se siente cuando _____ habla de esa manera?, ¿si no estuviera tan enojado cómo cree que le estaría diciendo eso que quiere que él sepa?, ¿en qué creen que afecta esta conversación la forma como han comenzado a expresar lo que sienten?, si pensarán en cuidar sus emociones para no herirse mutuamente, ¿en qué creen que ayudaría para este problema?

Evite que los participantes defiendan posturas permanentemente. Esto puede indicar que siguen polarizados y pretenden tener la razón, que no están comprendiendo la necesidad que hay en la otra persona o que no están facilitando la construcción de nuevas alternativas.

Finalmente, enfatizamos que nuestro acompañamiento debe buscar la generación de momentos para conversar, para conectarse desde las emociones y para lograr un entendimiento más que una solución entre las partes. Como dice Humberto Maturana en el Forum Barcelona 2004: “No se trata de generar teorías seguras que resuelvan los problemas de la gente, sino en generar espacios de apertura a la reflexión en los que podamos reunirnos con nuestras emociones... es encontrar, más allá de la razón, un espacio en el corazón del otro”.



Guía de aplicación

Objetivo

Identificar elementos que promuevan el trabajo en equipo para la solución de conflictos y la consecución de objetivos comunes y facilitar la comprensión de los participantes frente a la responsabilidad en la construcción tanto de problemas como de alternativas de solución.

Materiales

- Plastilina de diferentes colores (una caja por cada cinco participantes)

Desarrollo

El ejercicio consiste en que por grupos elaboren con plastilina un objeto que usted denominará “Paquesau”, sin brindar ninguna explicación adicional, dando por hecho que ellos deben conocer lo que es y que usted solicita que muestren con la plastilina. Se

espera que cada grupo construya algo distinto a partir de las ideas que vayan surgiendo en sus conversaciones. “Paquesau” es una palabra que nos inventamos. Si desea puede cambiarla por una que no relacionen fácilmente con cosas, lugares, personas, animales o eventos, para incentivar la creatividad del grupo al darle significados.

Distribuya a los participantes en grupos. Cuando ya estén organizados, aclare que usted va a dar una única indicación a partir de la cual deben hacer una construcción con la plastilina y con los elementos que deseen adicionarle y encuentren a la mano.

- Luego de generar expectativa, indique que deben elaborar un “PAQUESAU”. Seguramente no van a entender a qué hace referencia. Repita la indicación sin agregar información adicional, simulando gestualmente que es algo muy conocido, que ellos deben identificar. Dé un tiempo prudencial de media hora para la elaboración.
- Pase por los diferentes grupos, observando las conversaciones y las relaciones que se generan (si alguien lidera, cómo se ponen de acuerdo, qué hacen cuando hay opiniones diferentes, quiénes participan menos o más) para ir entendiendo cómo construyen significado.
- Cuando todos los grupos hayan terminado, invite a que presenten el Paquesau, haciendo preguntas como las siguientes:

¿Para qué sirve?

¿Cómo funciona?

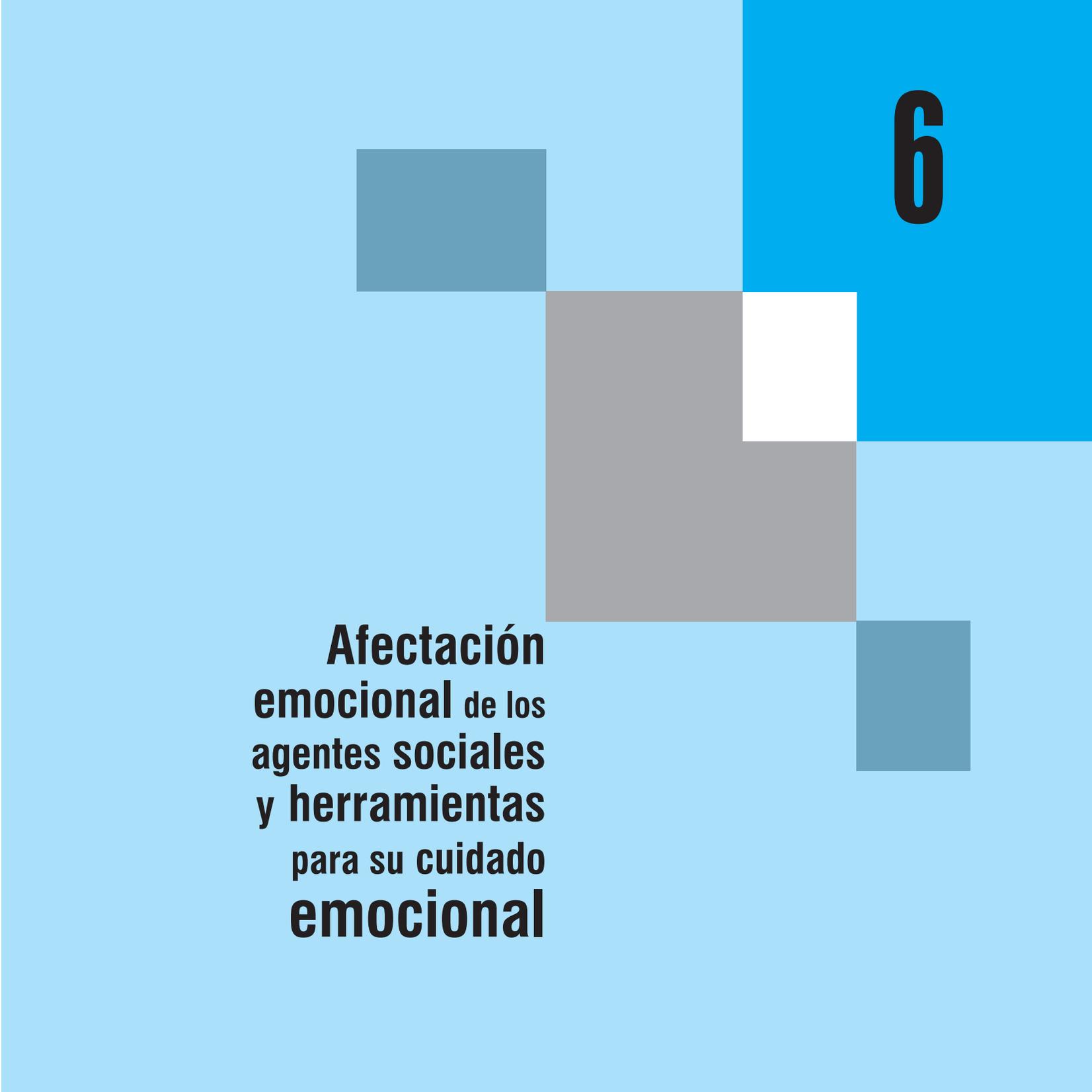
¿De qué se alimenta? (si es un ser vivo)

- A este paso puede hacerle una variación, invitando a que, antes de que se presente cada Paquesau, los demás digan lo que creen que es. De esta manera, en plenaria, puede tener más elementos para la reflexión sobre el ejercicio.

Plenaria

Luego de que todos los grupos hayan hecho sus exposiciones, invítelos a compartir la experiencia de la construcción, haciendo preguntas que les ayuden a revisar el proceso: ¿cómo se pusieron de acuerdo?, ¿quien lideró?, ¿quién es el responsable de esa construcción?, entre otras, de tal manera que se generen ideas que les ayuden a comprender la importancia de trabajar conjuntamente en búsqueda de soluciones y del manejo de conflictos de acuerdo con las ideas planteadas como herramienta.

- Pregunte por los aprendizajes y reflexiones generados a partir del ejercicio. ■



6

**Afectación
emocional** de los
agentes sociales
y herramientas
para su cuidado
emocional



Autor:
Eduardo Martínez López

Afectación emocional de los agentes sociales y herramientas para su cuidado emocional

Hasta el momento hemos observado herramientas para el apoyo psicosocial a las víctimas, sobre las cuales los agentes sociales pueden habilitarse para brindar el acompañamiento a las personas y comunidades. Ahora presentaremos, en un primer aparte, algunas ideas sobre la afectación emocional de los agentes sociales en su proceso de atención a víctimas y, en un segundo, las herramientas que son útiles para el cuidado emocional de los mismos ante la afectación.

La labor de apoyo a comunidades y grupos en contextos violentos tiene características diferentes a las de cualquier otro trabajo, por cuanto supone una relación permanente con el drama humano. Ser testigos de las graves consecuencias que genera el conflicto armado y otras expresiones de la violencia en nuestra población no es, desde luego, una tarea fácil y no pasa inerte por la vida de quienes optan por tener esperanza en el cambio al apoyar a la población. Esto sin dimensionar que algunos de los profesionales de los equipos han sido víctimas directas de la violencia, han sido amenazados y perseguidos por grupos armados. Otros, como es el caso de la mayoría de la regiones de nuestro país, viven en medio de la violencia sociopolítica.

Algunas veces el trabajo en equipo se dificulta, presenta tensión y se hace evidente la falta de comunicación sobre la manera como son afectados por la labor que desarrollan. Desde nuestra experiencia, no hablar sobre la propia afectación emocional restringe

la mirada crítica sobre como las diferentes posturas personales (sistemas de creencias, emociones y prejuicios) y profesionales son oportunidades u obstáculos para la misma población en su proyecto de recuperación psicosocial. Adoptar papeles mesiánicos, heroicos o de acompañamiento en la relación con las comunidades depende en gran parte de qué tanto se hace consciente la situación emocional de quien apoya.

El silenciamiento sobre la propia afectación no es ajeno a las organizaciones sociales y se manifiesta en decisiones tales como reducir el perfil del trabajo, modificar el lenguaje y suspender o cancelar algún proyecto. No solo por la presión y amenazas de los actores armados, sino también por la misma polarización política, agenciada desde el gobierno con declaraciones tendenciosas hacia el trabajo por los derechos humanos que lacera de esta manera el acompañamiento psicosocial a las personas y comunidades víctima.

Efectos emocionales de los miembros de organizaciones que acompañan a víctimas de la violencia

Después de realizar una exploración reflexiva con miembros de organizaciones que trabajan con personas o comunidades que han sido afectadas por la violencia, fue posible identificar que la afectación emocional de los agentes sociales como consecuencia

de la labor desarrollada, en la mayoría de los casos, ha sido “invisible” y “normalizada”, convirtiéndose en parte de lo cotidiano; en este sentido, el cuidado emocional de los miembros de los equipos de trabajo no se contempla dentro de las necesidades o las planeaciones institucionales.

En el aspecto **individual**, la afectación emocional de los miembros de los equipos de las organizaciones se expresa con tristeza, rabia, angustia, ansiedad, miedo, dolor, culpa y frustración, como resultado del acompañamiento y de trabajar con el drama humano. Todas estas emociones y su dificultad de darles trámite conllevan a situaciones de irritabilidad, rivalidades con compañeros, estrés por el exceso de actividades que generan malestares físicos, impotencia por la situación de las personas con las que trabajan y a veces se siente que no se hace lo suficiente; hay desmotivación y desesperanza por la situación del país y la no evidencia a corto plazo del impacto de las acciones institucionales.

En el contexto **familiar**, lo que más les afecta a los acompañantes es que casi no queda tiempo para compartir con sus familias. Las relaciones se tornan distantes e incluso se generan rompimientos con algunos de los miembros. Se llevan las tensiones y angustias del trabajo para la casa o a veces por la cantidad de ocupaciones o falta de organización en las mismas se lleva trabajo al hogar; los hijos reclaman tiempo y atención de sus padres.

Una situación que afecta a los familiares de las personas que trabajan en la defensa de los derechos humanos es el temor permanente por el trabajo que se realiza y porque algo pueda llegar a ocurrirles.

En lo **social** se dejan atrás las relaciones con los amigos, con los que antes se compartía, principalmente por motivos de seguridad y desconfianza generada por posturas políticas. Esta situación lleva a que las personas se vuelvan selectivas en la escogencia de los amigos. El trabajo en organizaciones sociales a veces torna monotématicas las conversaciones o discursos y no se tienen espacios de diversión. Algunas personas expresan que lo prioritario es la

dedicación a las comunidades, tanto que no se busca tiempo para la propia recreación y, por el exceso de trabajo, se pierde el interés en otras actividades.

En el ámbito **profesional**, en ocasiones, se presenta un estancamiento en la posibilidad de continuar estudiando o capacitándose por el activismo y el exceso de trabajo. Igualmente se presenta un alejamiento de otros intereses y del perfil profesional o de la carrera en la cual se formaron. Además, existe un sentimiento de inestabilidad laboral porque se trabaja por proyectos y cuando estos se terminan se culminan los contratos.

La afectación en el ámbito **político** se expresa en las dificultades las relaciones personales, familiares, sociales y con otras organizaciones por posturas y formas de pensar frente al Estado y en general con todo lo que tiene que ver con las desigualdades sociales.

De otra parte, es importante destacar que algunas organizaciones han venido construyendo espacios de expresión de las emociones, que han ayudado a oxigenar la labor que desarrollan. Esto contribuye a recobrar la motivación y la esperanza para continuar acompañando a personas, grupos o comunidades que han sido víctimas de algún tipo de violencia o se les han vulnerado sus derechos. Cada vez más las organizaciones posibilitan espacios para revisar las misiones y objetivos institucionales, a fin de delimitar las acciones de la organización y de esta manera disminuir la sensación de impotencia generada por el desborde de demandas realizadas por la población y desde allí construir redes de apoyo interinstitucionales.

Herramientas para el cuidado emocional de miembros de organizaciones que trabajan con víctimas de la violencia

A partir de la caracterización arriba descrita, presentamos algunas estrategias y herramientas que pueden ser utilizadas para el cuidado emocional de los agentes sociales que acompañan a perso-

nas, grupos o comunidades víctimas de la violencia. Estas herramientas son el resultado del trabajo de la Corporación Vínculos y de las experiencias construidas con las organizaciones coparte de Tierra de Hombres Alemania, con las cuales se desarrolló, durante el año 2005, un proceso de formación y acompañamiento psico-social.

Los agentes sociales que apoyan a la población víctima de las diferentes expresiones de la violencia, con el tiempo y sin darse cuenta, empiezan a presentar un nivel de desgaste que puede llegar al agotamiento profesional, que reemplaza el compromiso social y el carisma de ayudar a otros.

Este desgaste emocional es conocido como “síndrome de agotamiento profesional” o “burnout”, que fue descrito por Herbert Freudenberg (en Aron y Llanos, 2004) como un estado de fatiga o frustración que aparece como resultado de la devoción a una causa, a un estilo de vida o a una relación que no produce las recompensas esperadas.

Este fenómeno, según Aron y Llanos, es atribuido frecuentemente por los coordinadores o directores de las organizaciones a un déficit personal; es decir, se mira al colaborador del equipo como alguien que no cuenta con las habilidades y capacidades necesarias para desarrollar la labor encomendada.

Se manifiesta de diferentes maneras; las más habituales son las siguientes:

- **Psicosomáticas:** fatiga crónica, trastornos del sueño, úlceras y desórdenes gástricos, tensión muscular.
- **De conducta:** llegadas tarde o ausentismo laboral, adicciones (tabaco, alcohol, drogas).
- **Emocionales:** irritabilidad, incapacidad de concentración, distanciamiento afectivo.

- **Laborales:** menor capacidad en el trabajo, acciones hostiles y conflictos.

Estas manifestaciones empiezan a hacerse evidentes porque la afectación emocional de los profesionales a veces se oculta tras un ritmo intenso de trabajo, donde no existen límites entre la vida familiar y laboral; la comunidad llega a ser el centro de la vida más allá de los anhelos y metas personales y de las emociones propias. Los miedos, la impotencia y la rabia que sienten las comunidades se vuelven propios y la mirada externa y analítica sobre el contexto se desdibuja. Este tema del desgaste o agotamiento emocional supone la construcción de escenarios laborales y personales que posibiliten el cuidado emocional y que ayuden a disminuir los efectos que produce la exposición permanente, cuando se apoya a personas que han sido víctimas de la violencia, así como a tomar precauciones para no asumir riesgos innecesarios.

Estrategias para el cuidado emocional individual

Con base en los planteamientos de Ana María Aron y María Teresa Llanos, a continuación proponemos algunas acciones individuales e institucionales que pueden ser útiles en el cuidado emocional para los miembros de organizaciones que trabajan con víctimas de la violencia.

Vaciamiento

Como su nombre lo indica, es poder vaciar, expresar o conversar con alguien sobre esas situaciones que se viven en el trabajo, que se convierten en cargas o que por su intensidad resultan agobiantes, llegando, incluso, a impedir que se desempeñe de manera adecuada.

Hablar de lo que se está sintiendo se constituye en un elemento fundamental para descontaminarse de las narrativas, historias o vivencias de las personas a las que se acompaña. Tener espacios de vaciamiento no significa necesariamente asistir a terapia, sino

Liderazgo democrático es el que promueve el reconocimiento y la retroalimentación, demuestra interés por las necesidades de sus equipos, es sensible y flexible con los temas familiares, tiene la capacidad de reconocer aspectos positivos y retroalimenta los negativos de manera constructiva, confía en sus colaboradores y se los hace saber.

tener la posibilidad de conversar con alguien para descomprimir toda esa información acumulada que puede llegar a afectar las relaciones consigo mismo y con los demás.

Es importante tener en cuenta que con quienes se haga el vaciamiento, preferiblemente, sean personas que conozcan sobre el tema como, por ejemplo, los compañeros de trabajo, ya que podría cargarse de responsabilidades a personas que no sepan qué hacer con la información que se les está comentando (por ejemplo, familiares o amigos).

Separar los espacios personales de los laborales

Esto significa poder realizar actividades distintas a las laborales en los tiempos libres o de descanso, lo cual permite oxigenarse y nutrirse para recuperar las energías que generan el exceso de trabajo y la exposición a temáticas emocionalmente contaminantes. Pueden ser actividades recreativas, deportivas o culturales que lleven a la desconexión con lo que habitualmente se hace en el trabajo. Es importante evitar la contaminación de los espacios de

ocio con temas relacionados con la violencia, como ver películas o leer libros sobre el tema. Esto equivale a agregar una carga más y a continuar trabajando en los espacios de descanso.

Evitar contaminar las redes personales

Como ya se ha mencionado, una característica que suele aparecer en los agentes sociales que trabajan con víctimas de la violencia es que en la mayoría de los espacios se habla de temas relacionados con el trabajo. Esto incluye a la familia y a los amigos. Si bien es cierto, estos últimos pueden constituirse en un factor de protección y de soporte emocional fundamental, no es útil saturarlos con informaciones relacionadas con lo laboral; se puede correr el riesgo de generar distanciamientos y perder las redes de apoyo.

Capacitación y formación

Este elemento es fundamental cuando se trabaja con poblaciones víctima de la violencia. Recibir formación en temas relacionados con el acompañamiento psicosocial ayuda a incorporar herramientas para apoyar a personas que se encuentran en situaciones difíciles en el campo emocional, al disminuir en los agentes sociales la sensación de impotencia cuando no se sabe qué hacer en determinada situación.

Estrategias para el cuidado emocional institucional

Facilitar espacios cotidianos de vaciamiento

Esto supone la posibilidad de “descomprimirse” con la ayuda de un compañero durante de las horas de trabajo, sobre los temas, casos o problemáticas atendidas ese día o días anteriores.

Organizar y estructurar espacios sistemáticos de vaciamiento

Aquí se sugiere asegurar espacios para que todo el equipo tenga la oportunidad de vaciar los contenidos que generan carga o malestar, relacionados con el trabajo que realizan con sus grupos

meta o de las relaciones dentro de la organización; puede hacerse, en reuniones de equipo, en encuentros para estudio de caso o espacios destinados para hablar estrictamente de eventos estresantes en el trabajo. Se recomienda, si es necesario, crear un plan de acción que permita llevar a soluciones en caso de acuerdos o propuestas, para que este espacio no sea únicamente de descarga, sino que posibilite encontrar alternativas que favorezcan la solución o el mejoramiento de las situaciones planteadas.

Construir relaciones de confianza en el equipo de trabajo

Para que se pueda conversar con compañeros, o en reuniones, sobre lo que afecta a los miembros del equipo, se requiere que haya un clima de confianza que así lo favorezca; por lo tanto, se hace necesario procurar espacios grupales de distensión que permitan relacionarse de manera más libre y construir cercanía y mayor conocimiento del equipo más allá de lo estrictamente laboral. Por ejemplo, se pueden organizar paseos, fiestas, celebraciones de cumpleaños y fechas especiales, entre otros.

Establecimiento de liderazgos democráticos

Cuando los liderazgos se establecen de manera autoritaria, generalmente, reproducen dinámicas de abuso dentro de las instituciones e invitan a silenciar los conflictos. Un estilo de liderazgo democrático es el que promueve el reconocimiento y la retroalimentación; además, demuestra interés por las necesidades de sus equipos, es sensible y flexible con los temas familiares, tiene la capacidad de reconocer aspectos positivos y retroalimenta los negativos de manera constructiva, confía en sus colaboradores y se los hace saber; está disponible cuando se le necesita y genera confianza en todos los miembros de la organización.

Apoyo institucional para la formación continua

Se refiere a promover acciones de capacitación en los miembros del equipo para mejorar la calidad del trabajo y la formación hu-

mana de los mismos. Esto aporta a la construcción de marcos teóricos que sustentan la labor que se desarrolla.

Rituales de incorporación y de despedida

Hacer un reconocimiento colectivo de los aportes que puede hacerle a la organización un nuevo miembro, así como visibilizar los aportes hechos por una persona que sale. Contribuye a mantener los climas laborales sanos. Además, estos rituales permiten que se dé un lugar a los nuevos integrantes, para que se integren de manera más fácil y cómoda. Se sugiere hacer simultáneamente procesos de inducción para que incorporen la filosofía institucional, objetivos o misiones, y su labor esté más ajustada a los requerimientos institucionales.

Metodologías para el cuidado emocional de miembros de organizaciones

A continuación describimos algunas herramientas utilizadas por el equipo de la Corporación Vínculos en el acompañamiento para el cuidado emocional de los miembros de las organizaciones coparte de Tierra de Hombres Alemania, realizado durante el año 2005.

A partir del análisis y las necesidades encontradas en cada organización, se construyó una metodología que permitiera, en el proceso de acompañamiento, generar reflexiones frente a la forma como se relacionan los miembros de los equipos de trabajo en cada una de las organizaciones, propiciar herramientas para ampliar la comprensión y el entendimiento entre ellos e invitar a crear nuevas relaciones o fortalecer las que ya tenían, que facilitaran la dinámica grupal en el trabajo y el cuidado emocional personal y organizacional. Para ello usamos la metáfora de un viaje que invitaba a recorrer diferentes lugares y en ellos aventurarse a encuentros y reflexiones personales.

Dadas las necesidades particulares de cada institución, por su dinámica interna, su historia, su contexto geográfico, social y políti-

co, esta metáfora y el recorrido por diferentes temas puede particularizarse y adaptarse a las temáticas que se haya decidido trabajar. Así, cada viaje es distinto, pues varían las necesidades y las reflexiones generadas en cada organización.

Primera guía de aplicación: El viaje

Objetivo

Invitar a los participantes a realizar un viaje imaginario, en barco, por diferentes lugares (islas), que responda a las necesidades de cada organización, tanto en temáticas puntuales como en dificultades vistas por ellos como pertinentes para trabajar.

Descripción

Esta metáfora posibilita crear un contexto que aleja a las personas de su cotidianidad y de la forma como normalmente vivencian sus problemas y relaciones y los transporta a un espacio donde es posible crear, imaginar, soñar, reflexionar y construir sobre cambios que conlleven a mejorar su forma de verse, sus relaciones y su estado emocional.

- a. Invite a los participantes a imaginarse que están en un puerto junto la mar y que van a realizar un viaje en barco.
- b. Para iniciar el viaje, puede pedirles que expresen sus expectativas frente al mismo, de acuerdo con los temas por desarrollar. Cada tema puede ser referenciado como una isla por la que se va a pasar en algún momento del recorrido. Los temas deben seleccionarse previamente para desarrollar durante el encuentro.
- c. Después de haber desarrollado los temas propuestos, invite a los participantes a regresar al puerto del que inicialmente se partió, para hacer una reflexión general sobre los aprendizajes: qué fue lo que más les gustó y qué cosas les gustaría hacer en sus próximos viajes.

A continuación describimos algunas de las islas y elementos para el viaje (temáticas) por las que se puede hacer la travesía en barco y que, desde nuestra experiencia, hemos encontrado útiles para el cuidado emocional.

Segunda guía de aplicación: La maleta de viaje

La intención es relacionar ideas, pensamientos, creencias y recuerdos, entre otros, que puedan estar convirtiéndose en una "carga" y afectando a cada persona, ya que acompañan de manera permanente, y pueden influir en la forma de relacionarse o reaccionar ante determinadas situaciones o personas, interfiriendo especialmente en su trabajo como agente social, ya que éste implica una relación desde las emociones y un contacto con los problemas y sufrimientos de las personas y comunidades que participan de los procesos de cada organización.

Esta revisión personal ayuda a tomar cada vez más conciencia de la necesidad de generar estrategias de cuidado emocional para que los problemas propios y de las otras personas (comunidad o población meta) se manejen de una forma que disminuya la afectación en la salud mental y física de los agentes sociales y, por lo tanto, no generen desgaste emocional en las instituciones, evitando las repercusiones que ello tiene en la comunicación, la capacidad para manejar el conflicto y la calidad en las relaciones con los compañeros de trabajo, entre otras.

Objetivo

Generar una reflexión personal en torno a creencias, emociones, historias y otros elementos personales que puedan afectar o crear malestar individual o relacional.

Descripción

- a. Invite a los participantes a construir su propia maleta de viaje con diferentes materiales y de la forma como cada uno quiera,

de manera que se sientan identificados con lo que van a construir (como es una metáfora, el tamaño no importa; así que se pueden incluir en los materiales bolsas de papel, sobres u hojas como base para la construcción).

- b. Motive a que incluyan, como parte del equipaje que llevarán en la maleta, ideas, pensamientos, creencias, emociones (tristezas, rabias y alegrías, entre otras). Invite a que cada quien se conecte con lo que le pesa y que está cargando cotidianamente y lo escriba o dibuje de manera que lo pueda incluir simbólicamente.
- c. Después de que cada participante ha construido su maleta, proponga que converse con otro compañero del grupo sobre las motivaciones que lo llevaron a construirla de esa manera, compartiendo, además, cuál es el significado que tiene para él y lo que representa cargar con el equipaje que contiene, con las consecuencias que ha generado en sí mismo y en sus relaciones.
- d. A continuación puede guiar la conversación del grupo a partir de las siguientes preguntas:

¿Qué ideas o creencias pueden estar afectando su relación consigo mismo o con su trabajo?

¿Qué le gustaría cambiar de lo que lleva en su maleta?

¿Qué le gustaría conservar?

¿Cómo le puede ayudar el grupo para lograrlo?

¿Qué eventos o situaciones relacionadas con el trabajo o con su vida personal siente que actualmente son una carga?

¿Qué cosas ha intentado hacer para liberarse de ellas?

¿Cómo sería su vida si no tuviera que llevar esas cargas?

¿Qué ha significado para usted tomar los problemas o dificultades de otros como si fueran propios (en caso de que esto haya salido en la conversación grupal)?

¿Qué pasaría si dejara que cada quien asumiera sus propias cargas?

- e. Luego de las reflexiones generadas a partir de las preguntas, proponga al grupo construir estrategias colectivas que favorezcan llevar un equipaje liviano o con elementos que les permitan sentirse más descargados emocionalmente en el trabajo en lugar de...
- f. Cierre. Los participantes comparten la utilidad y los aprendizajes de la actividad.

Materiales

- Papel silueta
- Tijeras
- Papel crepé
- Pegante
- Cinta de enmascarar
- Marcadores

Tercera guía de aplicación: La isla del pasado

Somos lo que somos a partir de las relaciones y los significados que hemos construido a través del tiempo; por lo tanto, la historia personal que nos contamos sobre por qué nos relacionamos como lo hacemos facilita una mejor comprensión de nosotros mismos y los otros, un mayor cuidado para evitar juicios de valoración y rótulos que afectan la convivencia y abre, además, la posibilidad de revisión personal para generar cambios.

La herramienta consiste en compartir la historia personal con los demás. De esta manera se amplía la mirada que se tiene de cada



uno en el trabajo, se comprenden ciertas actitudes y se propician relaciones distintas a partir de la aceptación de la diferencia.

Objetivo

Reflexionar sobre la historia personal haciendo conexiones sobre la forma como aprendieron a relacionarse.

Descripción

1. Para modelar en los participantes una forma de hacerlo, comience a contar su propia historia de por qué cree que se relaciona de tal manera. Explique que lo que nos pasa puede tener una base en las relaciones de la infancia y la adolescencia, con los padres u otros familiares; también de las relaciones o experiencias vividas en la escuela, colegio, universidad o en los contextos que cada uno de los participantes considere que han sido significativos y que han marcado su vida.
2. Posteriormente pida a los participantes que, individualmente, escriban en una hoja la historia donde expliquen porque creen que se relacionan así (15 a 20 minutos).

3. Luego, en plenaria, cada uno de los participantes contará su historia. Los demás pueden hacer preguntas para ampliar o entender mejor lo que cuente su compañero.
4. Después de que todos los asistentes hayan narrado sus historias, pregunte sobre la utilidad del ejercicio: para qué le sirvió a cada uno y qué aprendizaje les genera haber escuchado las historias de sus compañeros. Su papel como facilitador es propiciar que la actividad permita el mayor conocimiento entre los participantes, entendiendo formas de ser y de reaccionar ante determinadas situaciones o personas, así como la reflexión sobre la importancia de valorar la historia personal y la revisión individual de la forma de relacionarse a partir de la historia de vida.

Nota

Si el grupo es muy amplio, sugerimos formar subgrupos para que todos tengan la oportunidad de contar su historia con tiempo. En tal caso, en plenaria, pregunte por los elementos significativos que les llamaron la atención de las historias en los subgrupos: historias parecidas, reflexiones a las que llegaron, entre otras ideas que se puedan compartir con todo el grupo sin volver a repetir cada historia por cuestiones de tiempo.

Recuerde que, en tal caso, no importa que todos conozcan todas las historias. Lo importante es, al final, reflexionar sobre las conexiones que los participantes hagan sobre sí mismos y los compañeros.

Este ejercicio puede llegar a generar una alta carga emocional; por lo tanto, sugerimos, al final, cerrar con una dinámica de relajación o una actividad lúdica que cambie de emoción al grupo .

Materiales

- Hojas de papel
- Esferos

Cuarta guía de aplicación: La isla de las relaciones interpersonales para el trabajo en equipo

El trabajo en equipo es vital para el éxito de la creación colectiva. En éste convergen elementos como el liderazgo, la responsabilidad relacional, la concertación, la toma de decisiones, las relaciones de poder y la comunicación, entre otras.

Es, además, una necesidad inevitable para actuar en una realidad social compleja donde confluyen múltiples factores. Esta actuación no se puede hacer si no es por la acción conjunta, mediante la convergencia de diferentes actividades, habilidades y conocimientos.

Objetivo

Reflexionar sobre la participación de los miembros del grupo en la elaboración de una tarea colectiva.

Descripción

A continuación se plantea un ejercicio grupal para la construcción de un invento en el cual lo importante no es el resultado como tal, sino el proceso para su elaboración.

1. Divida al grupo en subgrupos de 4 a 6 personas e indique que deben construir un invento que sea funcional, con una serie de materiales aportados por usted. Se sugiere que, si el grupo lo ve pertinente, se usen otros materiales que estén en el medio, que sirvan para la construcción; incluso los integrantes del grupo pueden formar parte de su invento.
2. Señale la importancia de concebir primero la idea de lo que quieren construir para que posteriormente puedan elegir los materiales necesarios (15 minutos).
3. Cuando ya tengan claridad de lo que van a construir, ponga, en el centro del salón o el espacio donde se esté trabajando,

todos los materiales para que cada subgrupo tome los que necesite para hacer su trabajo. (Poner los materiales en el centro es una estrategia que sirve para observar si cada subgrupo piensa en los otros o toma todos los materiales sin pensar en los demás). Si se acordó incluir materiales del medio, los participantes deben recolectarlos en esta parte del ejercicio.

4. Cuando todos los participantes estén nuevamente en el salón, trabajará durante 30 minutos en la labor encomendada.
5. Después de que todos los subgrupos hayan terminado su invento, pídale que lo expongan al resto del grupo. Todos, lo mismo que usted, pueden hacer preguntas sobre su funcionalidad, propósito, utilidad, público al cual está dirigido, entre otras.
6. Cuando todos hayan terminado su exposición, invítelos a reflexionar sobre el proceso de cada grupo en la construcción del invento. Apóyese en las siguientes preguntas:

¿Cómo fue el proceso de construcción de la idea?

¿Quién o quiénes decidieron que fuera ese invento y no otro?

¿Cómo llegaron a esa idea?

¿Cómo se pusieron de acuerdo?

¿Cómo se organizaron para la construcción del invento?

¿Alguno o algunos lideraron el proceso?

¿Se presentaron dificultades en la construcción de la idea o del invento?

¿Cómo las resolvieron?

7. Cierre. Pregunte al grupo por la utilidad de hacer este ejercicio y por el aporte a la dinámica grupal buscando conectar la construcción del invento con el trabajo institucional.

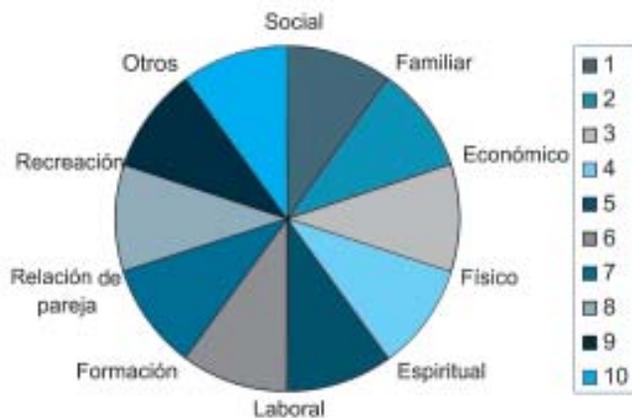
Materiales

- Cajas de cartón
- Papel silueta de diferentes colores
- Pliegos de papel periódico
- Palos o tablas
- Pegante
- Cinta de enmascarar
- Vinilos de diferente color
- Pinceles
- Marcadores

Quinta guía de aplicación: la Isla de los espejos

Aquí se hace una invitación para que, de manera individual, cada participante se revise a partir de los diferentes aspectos que integran su vida: familiar, social, económico, físico, espiritual, laboral, capacitación, relaciones de pareja, recreación y aquellos otros que formen parte de su proyecto personal, analizando el grado de realización, satisfacción personal y cuidado emocional que se pro-

Gráfica 7
Revisión personal



vee para que cada uno de estos elementos marche como se quiere, facilitando así una relación armónica consigo mismo y con los demás. Este ejercicio invita a fortalecer aquellos aspectos que se tienen descuidados o que no están generando satisfacción. También ayuda a plantearse metas concretas en lo cotidiano a corto, mediano y largo plazo.

Objetivo

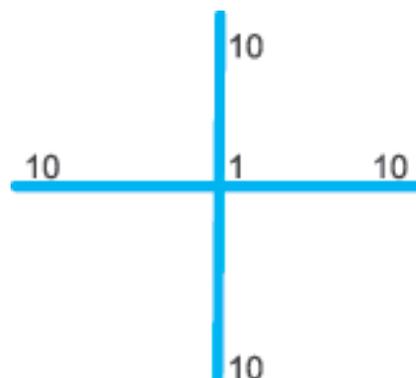
Hacer una revisión de los diferentes aspectos que componen el proyecto de vida, analizando el grado de realización y satisfacción personal en cada uno de ellos.

Descripción

1. Teniendo en cuenta la gráfica anterior, pida a los participantes que la dibujen en una hoja. Explíqueles que cada uno de los contextos es una línea o radio de la rueda, que sale desde el punto central, el cual tiene una calificación de 1 y el final de 10. De esta manera, se les ayudará a identificar cómo rueda su vida.

10 = totalmente realizado o satisfecho.

1 = no realizado o insatisfecho.



2. Cada uno de los asistentes puede tomar, para hacer el ejercicio, los aspectos que se sugieren. También tienen la posibilidad de quitar o agregar otros que tengan sentido y significado en su proyecto vital.
3. Motive a los asistentes para que individualmente reflexionen sobre cada uno de esos aspectos que integran su proyecto vital: en qué punto están en cuanto a satisfacción y cuál es la razón para que esté en ese número. Así pueden ir marcando cada aspecto y dándole una calificación entre 1 y 10 según crean que está el nivel de realización del mismo.
4. Cuando hayan terminado de revisar cada uno de los aspectos y anotado el punto en el lugar que corresponde, pídale a los asistentes que los unan con una línea.
5. Una vez efectuado el procedimiento, señale que, teniendo en cuenta que ésta es una metáfora de la rueda de la vida, entre más cercanos e iguales a 10 estén todos los puntos, la rueda girará de mejor manera. Pregunte qué tendrían que hacer para que esa rueda pueda girar de una manera armónica; es decir, qué deben hacer para que en cada uno de esos aspectos haya un mayor nivel de realización. Pida que lo escriban en el reverso de la hoja.
6. Invite a los participantes para que se propongan objetivos a corto, mediano y largo plazo con el propósito de que logren un nivel de satisfacción y realización personal en cada uno de los aspectos analizados.
7. Cierre. Pregunteles a los participantes sobre la utilidad del ejercicio en sus vidas.

Materiales

- Octavos de cartulina
- Marcadores delgados

Sexta guía de aplicación: la isla del futuro

En este espacio, se hace un viaje imaginario tres años más adelante, donde el participante se verá como una persona que ha realizado sus objetivos de crecimiento personal en los diferentes aspectos de su vida. Y allí, desde el futuro, cada uno se escribirá una carta como si ésta pudiese viajar en el tiempo tres años atrás para que él autor, ahora, la reciba y tenga en cuenta las sugerencias, ideas y reflexiones en ella escritas. Este viaje permite hacer conexiones, mirarse en relación y entender que cada uno con lo que hace y dice crea realidades y que éstas pueden cambiar en la medida en que se organicen estrategias de cuidado emocional en sus diferentes contextos.

Objetivo

Realizar un ejercicio de reflexión sobre los sueños, los deseos y propósitos que cada uno tiene hacia el futuro y sobre las cosas que podrían hacerse para cumplirlos.

Descripción

1. Invite al grupo a realizar un viaje imaginario al futuro, tres años adelante. Ejemplo: el facilitador dice estamos en el año 2009 y nos vamos a imaginar que vivimos en el 2012.
2. Para esto, pídale a cada miembro del grupo que cierre los ojos y se pongan lo más cómodo posible en sus sillas. Señale que están en el futuro y dígame a cada participante que se imagine qué está haciendo, qué cosas ha conseguido hasta ahora en su vida, en lo personal y familiar y en el trabajo, también en el estudio, incluso en lo material, y cómo ha hecho para lograr todo eso. (Se puede dar un tiempo entre 3 y 5 minutos para que cada uno pueda imaginarse los logros).
3. Luego solicítele a cada uno de los participantes que abra los ojos y escriba una carta en el año real (es decir, a ellos mismos

en el presente), donde se cuenten cómo están y todas las cosas que han logrado hacer en sus vidas y que incluyan al final de la carta los objetivos y los pasos que tuvieron que plantearse para lograrlo.

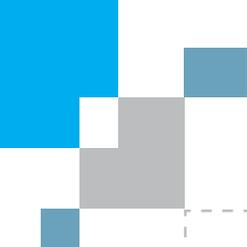
4. Cuando todos hayan acabado de escribir su carta, pídale que la marquen a quien vaya dirigida, señalando, además, el remitente, porque ya viene el empleado de la oficina de correo (el facilitador) a recogerlas y se encargará de hacerlas llegar a sus destinatarios.
5. Recoja todas las cartas. Haga un pare que puede ser una dinámica de integración para cambiar de contexto y ubíquelos otra vez en el presente.
6. Ahora indíqueles a los participantes que están nuevamente en el presente. Cuénteles que les tiene a todos una sorpresa, ya que les ha llegado una carta por correo desde el futuro. Reparta las cartas e invítelos a que las lean individualmente.
7. Después de que todos hayan leído su carta, pregunte si alguien desea compartir el contenido o algún elemento significativo que les haya llamado la atención. Indague, además, por las emociones que generó el ejercicio.
8. Cierre. Pregunte sobre la utilidad del ejercicio.

Materiales

- Hojas blancas
- Sobres
- Esferos ■

Referencias bibliográficas

- Anderson, H. (1997) "La voz de los clientes: consejos prácticos de los expertos para crear conversaciones dialógicas y relaciones colaborativas". En *Conversación, lenguaje y posibilidades*. Buenos Aires, Ed. Amorrortu.
- Arocha, J. Cubides, F. y Jimeno, M. (1998) *Las violencias: inclusión creciente*. Facultad de Ciencias Humanas. Colección CES. Universidad Nacional de Colombia.
- Aron, A. y Llanos, M. (2004) "Cuidar a los que cuidan; desgaste profesional y cuidado de los equipos que trabajan con violencia". En *Sistemas Familiares*. Año 20 N° 1-2.
- Batenson, G. (1993). "Los hombres son hierba: la metáfora y el mundo del proceso mental". En *Una unidad sagrada*. Edición de Donaldson, Rodney. Barcelona. Gedisa (Pag. 141-164).
- Bello, M. (2000) "Narrativas alternativas: rutas para reconstruir la identidad". En *Efectos psicosociales y culturales del desplazamiento*. Universidad Nacional de Colombia. Unibiblos (Pag. 141-164).
- Beristain, C. (2004) "Reflexiones sobre los enfoques y modelos en el trabajo psicosocial". En *Enfoque y métodos de atención psicosocial en el contexto del conflicto socio político colombiano*. Bogotá Terre des hommes Italia. (Pag. 9-29).
- Boscolo, L. y Bertrando, PAG. (1996a). "Los tiempos en la relación de consulta y de terapia". En *Los tiempos del tiempo*. Barcelona. Paidós Terapia Familiar (Pag. 105-133).
- Boscolo, L. y Bertrando, PAG. (1996b) *Terapia sistémica individual*, Buenos Aires, Ed Amorrortu.
- Cecchin, G. (1989). "Nueva visita a la hipotetización, la circularidad y la neutralidad: una invitación a la curiosidad". *Sistemas Familiares*, año 5, N° 1, p 15.
- Cecchin, G. (1994) *The Cybernetics Of Prejudices in The Practice of psychotherapy*. London. Karnac Book.
- Corporación Vínculos. (2004). "Puntuaciones para un acompañamiento psicosocial. En *Enfoque y métodos de atención psicosocial en el contexto del conflicto socio político colombiano*. Terre des hommes Italia (Pag. 225 - 233).
- Corporación Vínculos. (2004) "El calidoscopio: múltiples paisajes, múltiples rutas, herramienta de exploración y conocimiento". *Módulos para el acompañamiento Psicosocial de niños, niñas y adolescentes desvinculados*. Módulo 1
- Dabas, E. (1993) *Red de redes, la práctica de la intervención de redes sociales*. Buenos Aires. Ed Paidós.
- Deas, M. y Gaitán, M. (1995). *Dos ensayos especulativos sobre la violencia en Colombia*. Bogotá. Fonade.
- Franco, S. (2001) *El quinto no matar: contextos explicativos de la violencia en Colombia*. Bogotá. Tercer Mundo editores.
- Galtung, J. (2006). "Trascender los conflictos. La perspectiva de Johan Galtung". En revista *Futuros* N° 13. Consultado el 25 de enero de 2007. Ubicación digital. www.revistafuturos/info/futuros13/trascender_conflictos
- Garrido, F. (2005) *La guerra difusa, los disruptores conceptuales y el humanitarismo militar*. Consultado el 18 de julio de 2005. Ubicación digital: www.ifs.csic.es/foro/Pena2.pdf.
- Giménez, G. (2002) *Materiales para una teoría de las identidades sociales*. Instituto de Investigaciones Sociales de la UNAM.

- 
- Goolishian, H. y Anderson, H. (1994) "Narrativa y self" en Schnitman D. Nuevos paradigmas cultura y subjetividad. Buenos Aires. Paidós.
- Grupo de trabajo pro reparación Integral (2006) Módulo: la dimensión simbólica y cultural de la reparación integral, voces de memoria y dignidad. ARFO Editores.
- Human Rights Watch (1998) Guerra sin cuartel: Colombia y el Derecho Internacional Humanitario. Ubicación digital: www.hrw.org/spanish/informes/1998/guerra.
- Imber-Black E.(1991). "Rituales para parejas, niños y adolescentes" en Rituales terapéuticos y ritos en la familia, cap II. Barcelona, Gedisa.
- Jiménez, I. (1997) "Un aporte psicoanalítico en la comprensión de la violencia en Colombia" en Revista Colombiana de Psiquiatría, volumen 26 N° 2.
- Joynt, M. (2000) "Administración de justicia y los derechos humanos de los detenidos" en El derecho a la Reparación de la Víctima.
- Lira, E. (1991) Psicología de la amenaza política y el miedo, Amenaza y miedo una proposición teórica desde la psicología. Recuperado el 2 mayo de 2007 en www.psicosocial.net
- Lira, E. Becker, D. y Castillo, M. "Psicoterapia de víctimas de la represión política bajo dictadura: un desafío terapéutico, teórico y político". En Lira, E. y Becker, D. (1989) Todo es según el dolor con el que se mire. Chile. Instituto Latinoamericano de Salud mental y Derechos Humanos.
- Martín-Baró, I. (1990) La violencia y la guerra como causas del trauma psicosocial en El Salvador en UCA. Selección Martín-Baró, Ignacio. Salvador UCA Editores.
- Maturana, H. (1994). Emociones y lenguaje en educación y política. Chile. Hachete.
- Maturana, H. (1997) Violencia en sus distintos ámbitos de expresión. Chile. Dolmen.
- Maturana, H. (2004) "Los conflictos en la vida cotidiana". Conferencia Forum Universal de las Culturas.
- Osorio, T. y Aguirre, M. "Un largo y dramático camino", en Osorio, T. (2000). Después de la guerra: un manual para la reconstrucción posbélica, con casos de estudio sobre Guatemala, El Salvador, Bosnia, Mozambique, el papel de la UE y el enfoque de género en la rehabilitación del posconflicto. Ed. Icaria
- Packman, M. (1995) Redes: una metáfora para la práctica de intervención social. En Dabas y Najmanavich. Redes el lenguaje de los vínculos. Buenos Aires: Paidós
- Packman, M. (2007) Seminario: entrando al castillo: la terapia como práctica social crítica. Sistemas Humanos, Bogotá.
- Pearce, B (2007). Seminario sobre investigación sistémica. Sistemas Humanos, Bogotá.
- Payne, M. (2000) Terapia narrativa, Buenos Aires. Paidós.

- 
- Roberts, J. (1991) "Definición y elaboración de rituales terapéuticos". En *Rituales terapéuticos y ritos en la familia*. Cap I. Barcelona. Gedisa.
- Rodríguez, D. (1990) "La violencia intrafamiliar en relación con la violencia social". En *Memorias del Seminario Violencia juvenil diagnóstico y Alternativas*. Medellín. Antioquia.
- Samayoa, J. (1990) "Guerra y deshumanización: una perspectiva psicosocial" en Martín-Baró, I. *Psicología social de la guerra: trauma y terapia*. Salvador. UCA editores.
- Schnitman, D. (2000) *Nuevos paradigmas en la resolución de conflictos*. Argentina. Garnica.
- Shotter, J. (1996) "El lenguaje y la construcción del sí mismo". En *Construcciones de la experiencia humana*. Compilador: Marcelo Pakman (1997) Barcelona. Gedisa.
- Sluzki, C. (1997). *La red social frontera de la práctica sistémica*. Barcelona. Gedisa.
- Sluzki, C. (1994) "Violencia familiar y violencia política" en *Nuevos paradigmas, cultura y subjetividad*. ComPag. Shnitman, F. (1998) Buenos Aires. Paidós.
- Stoffels, H. (1995) *Efectos psicológicos de la impunidad de la represión política en América Latina y Alemania*. Córdoba. Ed. Goethe.
- .Tomm, K. (1987) "Entrevista circular: una herramienta clínica multifacética". En *Family Process*, Vol. 26. N°. 1.
- UNESCO, "¿Qué es la violencia y la no violencia?" Ubicación digital en WWW.portal.unesco.org/education/es/URL_ID=36790&URL_DO=DO_TOPIC&URL_SECTION=201.html. Consulta realizada el 15 de enero de 2008.
- Uprimny R. Restrepo, C. y Saffon, M. (2006) *¿Justicia transicional sin transición?: Reflexiones sobre verdad, justicia y reparación en Colombia*. Bogotá. Dejusticia.
- Urra, J. (1997) *Violencia, memoria amarga*. España. Siglo XXI editores.
- Waldegrave, C. (2001) "Terapia justa". *Sistemas Familiares*. Buenos Aires. Año 17 N° 1.
- Watzlawick, PAG. y otros (1985) *Teoría de la comunicación humana*. Barcelona. Editorial Herder.
- White, M. (1997). "Decir de Nuevo: ¡Hola!" En *Guías para una terapia familiar sistémica*. Barcelona. Ed. Gedisa.
- White, M. (1998) "La externalización del problema". En *Medios narrativos para fines terapéuticos*. Barcelona. Ed. Gedisa.
- Whiting, R. (1991) "Cómo facilitar complejos procesos familiares por medio del ritual". En *Rituales terapéuticos y ritos en la familia*. CaPag. III. Barcelona Gedisa.
- Zubero, I. (2003) "Victimarios y víctimas de la violencia: los nuevos escenarios de la violencia. En el 40 aniversario de Pacem in Terris". II seminario de doctrina social de la iglesia. Instituto social León XIII.

