

# **ALGUNAS APLICACIONES METODOLÓGICAS DEL ENFOQUE PSICOSOCIAL**

POR: ANA LUCÍA MENDOZA HERRERA



**ENCUENTROS  
DE PSICOLOGÍA  
SOCIAL  
2020**

“Hay un único lugar donde ayer y hoy se encuentran  
y se reconocen y se abrazan.

Ese lugar es mañana”

Eduardo Galeano

En un país como el nuestro que no da tregua, la psicología social ha dado grandes aportes en el trabajo de acompañamiento a poblaciones que sufren los continuos embates de la élite económica y la clase política conservadora que, en evidente desprecio hacia los pueblos originarios, los cuerpos feminizados y las poblaciones empobrecidas urbano marginales, han impuesto condiciones de vida injustas para la mayoría de la población, por ejemplo, implementando políticas de terror y muerte o promoviendo el despojo de las tierras desde la colonización hasta nuestros tiempos.

La psicología social, disciplina que se centra en la comprensión de la actividad humana en cuanto relación social, no es neutra, de manera que es una elección de la y el profesional trabajar para mantener el statu quo o cuestionar el sistema-mundo en el que vive. Cabe decir que en Guatemala existen experiencias de trabajo psicosocial surgidas de la reflexión académica y política realizada en estos nuestros contextos latinoamericanos, que se posicionan políticamente en el acompañamiento de procesos que aportan a la transformación social. Para esta entrega, quiero compartir con ustedes algunas aplicaciones metodológicas del enfoque psicosocial surgidas del trabajo como acompañante de familiares que han sobrevivido a graves violaciones de derechos humanos ocurridas durante la guerra interna y en el tiempo presente, un trabajo en donde coexiste el encuentro con la herida del dolor vivido y una profunda humanidad.

Cuando hablamos de la herida producida en ese contexto le llamamos trauma, sabemos que existen reacciones emocionales asociadas que se producen por haber sido expuesta/o a eventos inesperados en el que la integridad física y psicológica se vieron en eminente riesgo, desde el quehacer psicológico sabemos que el diagnóstico de un caso con estas características probablemente será Trastorno de Estrés Postraumático. El aporte de la psicología social en la comprensión de la vivencia de estos eventos, es enfatizar en el carácter social de la experiencia potencialmente traumática por tratarse de un evento que se produjo en un contexto histórico específico y porque lo que originó el evento traumático continúa permaneciendo y reconfigurándose en las relaciones sociales. Ejemplo de ello es, una sociedad que promueve la violencia como forma para solucionar conflictos o la impunidad ante los hechos de violencia.

En relación a este tema, es importante sumar la explicación que da Pérez-Sales (s/a), cuando dice que en la experiencia traumática una o más asunciones básicas referidas a la seguridad del ser humano, se quiebran, especialmente las creencias de invulnerabilidad y de control sobre la propia vida. (p.9) Las asunciones son creencias básicas que tenemos todas las personas y nos permiten satisfacer nuestra necesidad de sentirnos seguros/os, este sentimiento de seguridad tiene que ver con que creemos que tenemos control sobre lo que nos sucede y que el mundo es predecible, la creencia de que nada malo me va a suceder y que las personas son bondadosas.

Una persona que sufre graves violaciones a derechos humanos experimenta una ruptura de las creencias básicas. Sobre todo porque los responsables de esas violencias son otros seres humanos que cumplen funciones dentro del Estado, como por ejemplo, los policías o los militares. El Estado tiene la obligación de garantizar la protección de los/as ciudadanos/as, cuando esto no sucede el mundo empieza a experimentarse como un lugar amenazante. Es normal, entonces, que aparezca la sensación de impotencia, el miedo, la confusión, la desconfianza en los otros, una percepción distorsionada de sí misma y de los recursos personales que se tienen.

¿Qué hacemos desde la psicología social con todo ese dolor, con toda la injusticia, con la persona rota que está frente a nosotras/os

*En sociedad “enfermamos”, en sociedad debemos encontrar la “cura”*

Los sufrimientos humanos aquí referidos tienen una historicidad, no existen por sí mismos, están contenidos de un contexto político, de proyectos truncados, de muertes de seres queridos que no han obtenido justicia, de alteración de dinámicas familiares y comunitarias. Las graves violaciones a derechos humanos, al ser cometidas con la acción u omisión del Estado, han sido negadas por este y por gran parte de la población. Negar la historia y promover el Olvido tiene impactos psicosociales para los cientos de miles de personas que sobrevivieron al terror de la guerra y a los hechos de violencia recientes, a esta acción de negación se le ha denominado la privatización del daño<sup>1</sup>. Privatizar el daño “ha llevado a los afectados a sentirse, más que víctimas, responsables por no haber sido capaces de cuidar sus propias vidas” (p.415) o cuidar la vida de los otros. Uno de los lugares en los que se puede resignificar la experiencia del daño es la clínica psicoterapéutica siendo conscientes de los

---

1 Atención integral a víctimas de tortura en procesos de litigio. Aportes psicosociales. p. 415

aportes y las limitaciones que un espacio de atención individual tiene para las personas afectadas por graves violaciones a derechos humanos. En este sentido traigo la siguiente reflexión de Becker, citado en la publicación del IIDH sobre la Atención integral a víctimas de tortura en procesos de litigio, aportes psicosociales:

(...) La resolución en el espacio terapéutico es aún privada y simbólica, y necesita que el sujeto pueda re-vincular su experiencia traumática al contexto sociopolítico en el que ocurrió, a las significaciones y lealtades que lo hacen comprensible para él y coloca al sujeto en la posibilidad de actuar sobre la realidad vital y mediante ella en el proceso histórico y social y el contexto político del cual forma parte. (2007, p.415)

Se hace necesario que la experiencia del daño vuelva al ámbito social y devolver la responsabilidad del daño a quienes lo perpetraron. Entender el daño como un hecho social en el que se empieza a visibilizar y nombrar a los responsables abre la brecha para discutir alrededor de la posibilidad de hacer justicia. La justicia es otro universo lleno de significados razón por la que se habla acerca de sentidos de la justicia, comúnmente pensamos en ella como el proceso penal que termina en sentencias condenatorias de los responsables de las graves violaciones de derechos humanos, imprescindible para atender los efectos psicosociales de la impunidad y a veces, también, insuficiente. La categoría sentidos de justicia nos invita a considerar que ésta también es subjetiva y solo las personas que acompañamos pueden decidir de qué manera sienten que se hace justicia por lo que vivieron, por ejemplo, para algunas personas será hablar por primera vez de lo ocurrido frente a unos otros que le escuchen y le crean, para otras será exigir justicia a través del sistema jurídico, habrá quienes encuentren en la construcción de procesos colectivos de sanación una forma de hacerse justicia, otras que lo vivan cuando se conozca socialmente la verdad de los hechos, y habrá quienes la experimenten en el momento en que les informen en dónde está el familiar que fue detenido desaparecido.

El denominador común, entre estos distintos caminos a tomar, es la experiencia de salir de sí misma/o para ir al encuentro con los otros y crear posibilidades emancipatorias y transformadoras. En el acompañamiento psicosocial proponemos los Grupos de Apoyo como ese espacio de encuentro en donde las personas que han vivido situaciones similares puedan conversar, escuchar y ser escuchadas; son círculos en donde se promueve la palabra, como dijera Galeano, sentipensante “pensar sintiendo y sentir pensando”, una palabra reflexiva conectada con el sentir. En el Grupo se analizan las causas estructurales de las graves violaciones a los derechos humanos en los distintos contextos históricos y

políticos y los efectos psicosociales a nivel individual, familiar, comunitario y social. En ese ejercicio reflexivo, el grupo guiado y acompañado por la psicóloga, pone en práctica la contención, para explicar este término Moffat nos regala la siguiente definición:

*[La] contención tiene que ver con contenerlo al otro, con aceptarlo, con producir el encuentro profundo entre dos personas, que no es nada fácil. (...) una mirada atenta y aceptadora de que el otro es como es.” (Moffat, s/a: 63)*

Aceptar a la otra persona tal como es requiere que en el grupo escuche sin juzgar la experiencia del otro, cuando las personas se sienten seguras, aceptadas, apoyadas y con confianza en el espacio grupal la riqueza de las reflexiones es mayor y existen más probabilidades que al momento de construir propuestas de acción estas se hagan con los aportes de todas y todos.

Cada uno de estos factores: la escucha, el no juzgar, la identificación con la otra persona y su relato, la palabra sentipensante, el análisis de la realidad, la contención, la acción para la transformación, entre otros, que se promueven en el Grupo de Apoyo, hace que el mismo se convierta en un espacio propicio para la reflexión-acción que busca la transformación del daño/herida/dolor individual y colectivo, en una fuerza creadora. Parte del trabajo de acompañamiento psicosocial es hacer contacto con la potencialidad de las personas, guiar hacia el reconocimiento de los recursos personales y sociales que las personas tuvieron en el pasado para salir adelante en las situaciones más difíciles y a partir de ellas identificar con cuáles cuentan en el tiempo presente. Creemos en el grupo y la colectividad porque es junto con otras y otros que podemos crear estrategia conjunta, compartir luchas y sostenernos emocionalmente cuando haga falta.

### *El trabajo con el cuerpo en el acompañamiento psicosocial*

Muchas veces el trabajo psicosocial implica acompañar procesos organizativos y puede suceder que nos olvidemos de la persona al jerarquizar lo social sobre lo individual perdiendo de vista que quienes están al frente de las luchas se cansan, se enferman, se duelen con la realidad. En ese ejercicio de pensar la integralidad, el feminismo aporta reflexiones teórico políticas acerca del cuerpo entendido desde lo biológico, social, psicológico y espiritual.

El cuerpo es la expresión de nuestra historia en el lleva la memoria de lo vivido. Es sobre los cuerpos racializados que se dirige la violencia del militar o del finquero, es sobre los cuerpos feminizados que se concreta la violencia del patriarcado y es sobre los cuerpos infantiles que el adultocentrismo deja sus marcas, al vivir en un país en el que se promueve la violencia, la opresión, el racismo y el dolor como formas de relacionamiento social, se hace imprescindible recuperar el cuerpo como territorio político y lugar de bienestar. Margarita Pisano, feminista chilena lo dijo de manera contundente “El cuerpo es el único instrumento que tenemos para tocar la vida” (p. 24, 2011). En psicología se tiende a priorizar los procesos cognitivos, la riqueza de un abordaje integral es que reconoce la interconexión de las emociones con los pensamientos y las sensaciones físicas.

Para cerrar este texto, quiero hacerlo dejando la invitación a que, psicólogas y psicólogos sociales, podamos seguir dialogando críticamente sobre nuestro quehacer, que abramos espacios para reflexionar alrededor de visiones integrales del acompañamiento desde el enfoque psicosocial que nos conduzcan al ejercicio de poder desarrollar metodologías que aporten a comprender la realidad y accionar sobre ella para transformar las relaciones sociales y las situaciones injustas.

## Bibliografía

- Instituto Interamericano de Derechos Humanos. (2007). Atención integral a víctimas de tortura en procesos de litigio, aportes psicosociales.
- Moffat, Alfredo. Terapia de Crisis, la emergencia psicológica. Recuperado de:  
<http://www.moffatt.com.ar/>
- Pérez Sales, P. (s/a). Reconceptualizar la psicología del trauma desde los recursos positivos: una visión alternativa. Recuperado de:  
[http://www.psicosocial.net/historico/index.php?option=com\\_docman&view=download&alias=106-reconceptualizar-el-trauma-desde-los-recursos-positivos-una-vision-alternativa&category\\_slug=trauma-duelo-y-culpa&Itemid=100225](http://www.psicosocial.net/historico/index.php?option=com_docman&view=download&alias=106-reconceptualizar-el-trauma-desde-los-recursos-positivos-una-vision-alternativa&category_slug=trauma-duelo-y-culpa&Itemid=100225)
- Pisano, Margarita. (2011). Deseos de cambio... o ¿El cambio de los deseos? Chile: Editorial Revolucionarias.