

Formación de formadores

Para el desarrollo del soporte psicológico

Compilación de lecturas

Módulo 5

Authors: Dean Ajduković, Dinka Čorkalo Biruški, Margareta Jelić

Contenido:

- Crisis psicológica a nivel individual y comunitario (Lectura 1).....3
- Primeros auxilios psicológicos (PAP) en comunidades afectadas por conflictos y otros eventos dañinos (Lectura 2).....7
- Intervenciones psicológicas en caso de crisis para ayudantes (Lectura 3).....15
- Comunidad y capital social en tiempos de angustia (Lectura 4).....21
- Recuperación y resiliencia comunitarias (Lectura 5).....28
- Empoderamiento de las comunidades locales y acción social (Lecture 6).....33

LECTURA 1

CRISIS PSICOLÓGICA A NIVEL INDIVIDUAL Y COMUNITARIO

¿Qué es una crisis?

- La palabra "crisis" en la comunicación cotidiana se utiliza para enfatizar que la situación es amenazante y urgente; un punto de inflexión, un período de toma de decisiones difíciles
- La raíz de la palabra proviene del griego *krisis* y significa «decisión»
- Representa la situación que requiere tomar una decisión difícil, seleccionar una posible solución hacia la cual existe ambivalencia debido a un problema que afecta a individuos, familias o comunidades.

Duración de una crisis

- Las crisis tienen un límite de tiempo: se resuelven (con éxito o sin éxito) dentro de 4 a 6 semanas
- Dado que es imposible funcionar en un estado de crisis desequilibrado prolongado, se establece un nuevo equilibrio
- Durante la crisis, una persona está abierta a intervenciones psicológicas porque los mecanismos de defensa habituales se debilitan y los patrones de comportamiento típicos no funcionan

Estado psicológico de las personas en crisis

- Sentimientos de amenaza y miedo debido a la pérdida realista o potencial de personas importantes (miembros de la familia, amigos ...), de bienes o asuntos simbólicos importantes (casa, tierra)
- Sentimientos de pérdida de control, sentirse muy vulnerable y sentir la necesidad de la ayuda de otras personas o instituciones
- Fuertes sentimientos de impotencia, ansiedad, desorganización cognitiva. → errores de percepción, conclusiones, toma de decisiones difíciles, poca concentración, olvido
- Comportamientos ineficaces, movimientos sin sentido, cambios bruscos de decisiones, comportamientos bloqueados.

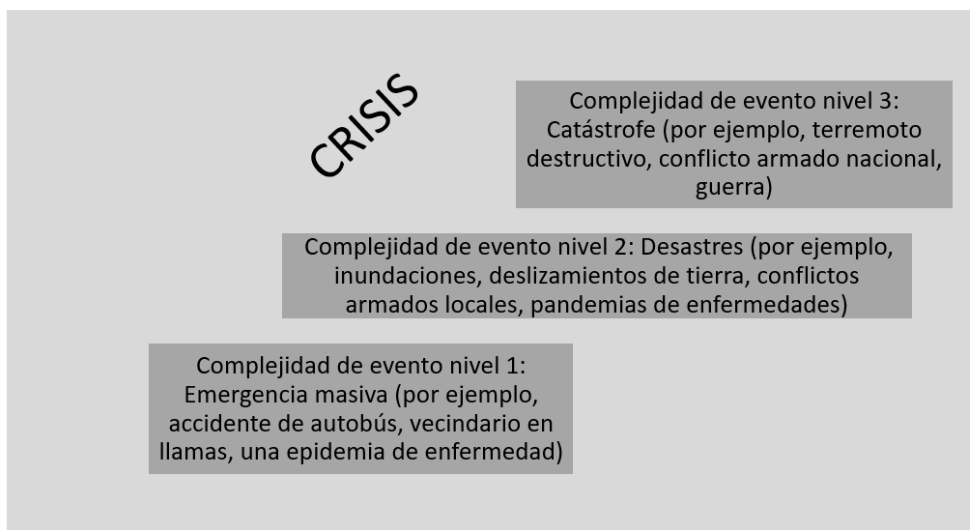
Crisis comunitaria y crisis psicológica individual

- Eventos repentinos o raros que afectan a un gran número de personas en una comunidad en particular
- Eventos que causan grandes sufrimientos humanos, pérdidas personales y materiales de muchas personas y perturban el funcionamiento normal de una comunidad
- Las estructuras de la comunidad están deshabilitadas y no pueden proporcionar ayuda a las personas y familias afectadas por el evento.
- La crisis comunitaria se caracteriza por reacciones psicológicas e interpersonales que pueden ser visibles inmediatamente después del evento o que pueden aparecer más tarde o tener una duración prolongada → potencial para la crisis psicológica individual

Efectos de la crisis comunitaria en las poblaciones afectadas

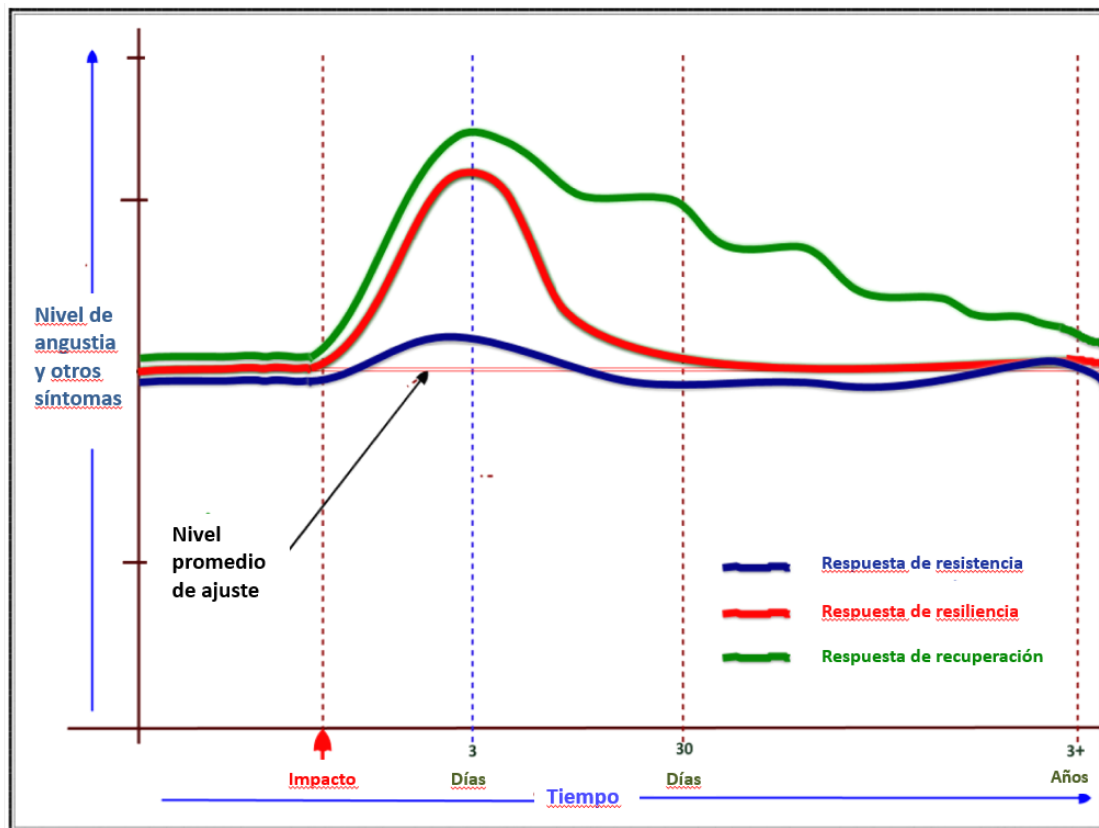
- Imágenes persistentes e inquietantes (olores, sonidos, visuales) del evento crítico
- Se cuestionan las creencias básicas de la vida sobre los mundos
- Duelo por las pérdidas múltiples - personas, hogar, seguridad, medios de vida, vecinos, recuerdos simbólicos (por ejemplo, fotografías)
- Posible culpa del sobreviviente, que se culpa a sí mismo por no prever el evento
- Dentro de varias semanas, las personas más afectadas pasan por una amplia gama de emociones muy fuertes

Tipos de eventos que conducen a diferentes niveles de crisis comunitaria



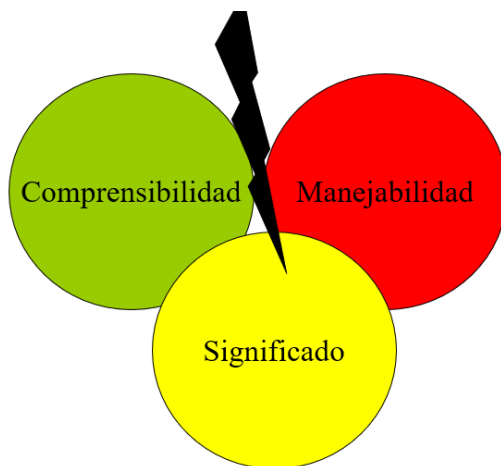
Prioridades que las personas tienen en una crisis comunitaria

- La destrucción y la comunidad destrozada debido al mal funcionamiento o al desplazamiento hacen que los sobrevivientes se sientan desprotegidos y vulnerables → **la prioridad es establecer la seguridad**
- La prioridad de las personas afectadas → **reunir a los miembros de la familia**
- Gran necesidad de apoyo social cuando la red natural de apoyo social está dañada → **primeros auxilios psicológicos organizados (PAP)**
- Alto nivel de incertidumbre → **información rápida y confiable**
- Sistemas sociales, sanitarios y escolares están en desorden → **el establecimiento de instituciones funcionales contribuye a los sentimientos de seguridad y normalización.**



Sentido de coherencia como un factor de protección interna en crisis y traumas

(Antonovsky, 1996)



La orientación de vida del individuo que los entornos internos y externos de una persona son predecibles y que existe una alta probabilidad de que las cosas funcionen tan bien como se puede esperar razonablemente

Factores que disminuyen la resistencia psicosocial a la crisis

- Grave amenaza para la vida
- Exposición a cadáveres, destrucción
- Enfrentar circunstancias que son difíciles de controlar y anticipar
- Experiencias de grandes pérdidas y daños físicos
- Amenaza de que el evento puede repetirse






- Miembros de la familia con trastornos mentales

Factores que aumentan la resistencia psicosocial a la crisis

- Apoyo social
- Aceptación de la realidad
- Creencia en las propias fortalezas y un fuerte sistema de valores
- Capacidad de improvisar
- Recibir primeros auxilios psicológicos (PAP)

Cinco principios esenciales para mitigar la crisis ("Principios de Hobfoll")

(Hobfoll et al, 2007)

- 
 1. Promover una sensación de seguridad
- 
 2. Promover la calma
- 
 3. Promover el sentido de autoeficacia y eficacia colectiva
- 
 4. Promover la conectividad
- 
 5. Promover la esperanza

Recomendaciones prácticas para las personas en crisis

- Conéctese con otras personas
- Sea activo
- Preste atención a lo que sucede a su alrededor, observe
- Aprenda de su propia experiencia
- Ayude a otras personas

Autor:
Dean Ajduković

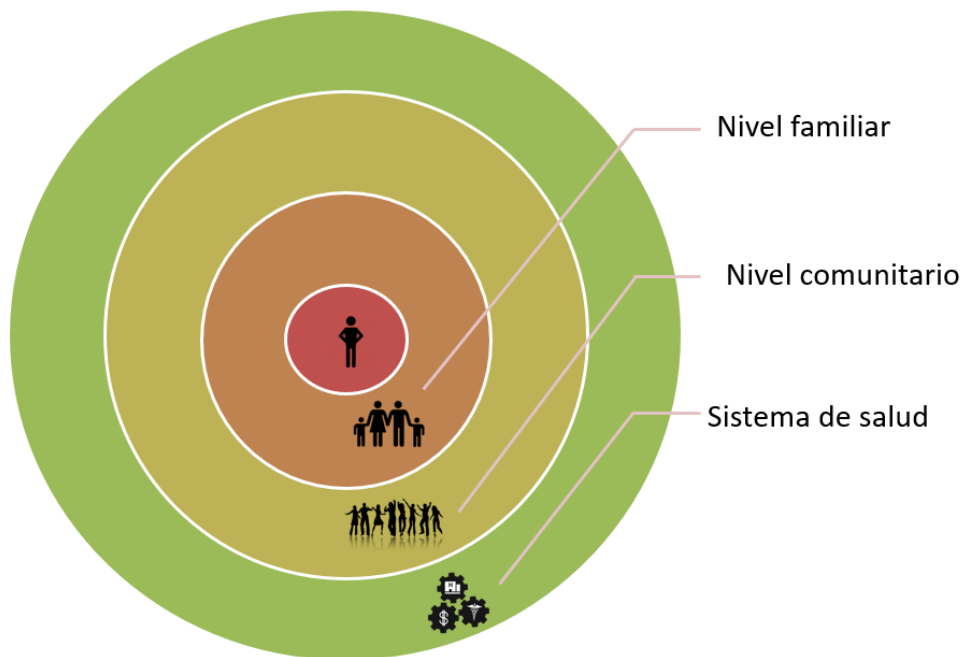
LECTURA 2

PRIMEROS AUXILIOS PSICOLÓGICOS (PAP) EN COMUNIDADES AFECTADAS POR CONFLICTOS Y OTROS EVENTOS DAÑINOS

Objetivos de la atención psicosocial en las comunidades afectadas

- Aliviar los sentimientos de angustia, incertidumbre y comportamientos no funcionales
- Normalizar la vida del individuo, de la familia y la comunidad lo antes posible
- Reducir las consecuencias adversas a largo plazo y los costos para la comunidad y la sociedad

Diferentes niveles de comunidad afectada



Fases de la atención psicosocial comunitaria

1. Prepararse antes del evento de crisis (si es posible)
2. Actuar inmediatamente después del evento de crisis
3. Aliviar las consecuencias del evento
4. Recuperación de la comunidad y los individuos

Modos y fases de la atención psicosocial para la población afectada

- **Primeros Auxilios Psicológicos:** de 0 a 4 semanas después del evento
- **Intervenciones tempranas:** de 4 a 12 semanas después del evento
- **Tratamiento:** 12+ semanas después del evento
 - Procedimientos basados en evidencia
 - Recomendado para el trauma psicológico: TCC centrada en el trauma, EMDR

Primeros auxilios psicológicos (PAP): Principios y procedimientos

Definición de Primeros auxilios psicológicos

Los primeros auxilios psicológicos son una forma flexible e individualizada de apoyo psicosocial que enfatiza la psicoeducación, el apoyo social y el aliento y evita hablar sobre los detalles del evento, garantizando la prestación de intervenciones altamente especializadas solo a las personas que muestran síntomas graves.

(NATO-TENTS Guidelines, 2008)

Primeros Auxilios Psicológicos

- Procedimientos preventivos para prevenir consecuencias nocivas a largo plazo
- Objetivos:
 - Evaluar las necesidades de los individuos y de la comunidad
 - Establecer el equilibrio emocional de las personas afectadas
 - Ayudar a las personas a comprender sus propias dificultades actuales
 - Restablecer el sentimiento de control y preservar la esperanza
 - Aumentar la sensación de eficacia
 - Conectarse con otras personas

Suposiciones de primeros auxilios psicológicos

- Un número relativamente pequeño de personas afectadas desarrollará problemas de salud mental → las personas retienen su capacidad de resiliencia psicosocial incluso en las peores situaciones
- Las intervenciones especializadas en salud mental deben limitarse solo a aquellas personas que demuestran problemas graves de salud mental (después de un cribado de salud positivo)

- La situación es cambiante, por lo que los servicios de primeros auxilios psicológicos deben ajustarse en consecuencia

Modelo escalonado de atención psicosocial en las comunidades afectadas



Necesidades de las personas afectadas

- Seguridad
- Información verdadera sobre el evento y sus causas
- Información correcta sobre los derechos (apoyo legal, financiero, establecimiento de instituciones ...)
- Salud – especialmente grupos vulnerables
- Información sobre el acceso a los recursos
- Comprender las reacciones traumáticas angustiosas, apoyo en el proceso de duelo

Primera fase

- *Seguridad*
- *Información correcta sobre el evento y sus causas*

- Información correcta sobre los derechos (apoyo legal y financiero, establecimiento de instituciones ...)
- *Salud - especialmente grupos vulnerables*
- Información sobre el acceso a los recursos
- Comprender las reacciones postraumáticas angustiosas
- Apoyo en el proceso de duelo y creencias deterioradas sobre uno mismo y el mundo

Segunda fase

- Seguridad
- Información correcta sobre el evento y sus causas
- Información correcta sobre los derechos (apoyo legal y financiero, establecimiento de instituciones ...)
- *Salud - especialmente grupos vulnerables*
- *Información sobre el acceso a los recursos*
- *Comprender las reacciones postraumáticas angustiosas*
- Apoyo en el proceso de duelo y creencias deterioradas sobre uno mismo y el mundo

Tercera fase

- Seguridad
- Información correcta sobre el evento y sus causas
- *Información correcta sobre los derechos (apoyo legal y financiero, establecimiento de instituciones ...)*
- *Salud - especialmente grupos vulnerables*
- *Información sobre el acceso a los recursos*
- *Comprender las reacciones postraumáticas angustiosas*
- *Apoyo en el proceso de duelo y creencias deterioradas sobre uno mismo y el mundo*

Prioridades para PAP

- Individuos y grupos especialmente vulnerables
 - Niños y adolescentes, ancianos, mujeres embarazadas, padres solteros
 - Personas con enfermedades crónicas, personas en condiciones de vida difíciles, personas pobres y aisladas
 - Personas con exposición múltiple a eventos traumáticos o problemas de salud mental previos

- Personas con necesidades especiales (idioma, estado legal, sin red social, minorías étnicas, migrantes ...)

Actividades de PAP

- Brindar ayuda práctica de una manera compasiva
- Aumentar la sensación de seguridad: ayuda con alimentos, alojamiento, atención médica
- Reconectar con los miembros de la familia
- Reconocer y registrar a personas especialmente angustiadas y referirlas a un nivel más alto de ayuda profesional (cribado de salud)
- Brindar información (folletos, Internet, medios locales) → correcta, oportuna, concreta, útil
- Brindar una educación a los ayudantes para proporcionar asistencia psicosocial en el restablecimiento de redes comunitarias y familiares
- Establecer centros donde las personas puedan acceder a la ayuda (centro integral)

Secuencia de PAP

0. Preparación
1. Hacer contacto
2. Proporcionar sensación de seguridad y comodidad
3. Estabilización emocional
4. Brindar ayuda práctica
5. Apoyo social
6. Psicoeducación sobre formas de afrontamiento
7. Referir a las instituciones relevantes

0. Preparación

Recopilar información importante sobre:

- La naturaleza del evento de crisis, el número de personas afectadas, la probabilidad de repetir el evento
- Situación actual de las personas
- Servicios de apoyo y organizaciones que están presentes en el terreno

- Grupos e individuos particularmente vulnerables
- Especificidades culturales de los subgrupos

1. Hacer contacto

- Haga contacto de una manera no amenazante, compasiva y útil
- Cree una base para establecer una relación de confianza y aumente la probabilidad de que la persona acepte ayuda
- Preste atención a su:
 - Comunicación no verbal
 - Tono de voz
 - Discurso positivo
 - Postura abierta del cuerpo
 - Expresión facial interesada

2. Proporcionar sensación de seguridad y comodidad

- Garantice la seguridad física inmediata
- Proporcione información sobre los servicios disponibles
- Fomente la inclusión social
- Proteja a la persona de la exposición a experiencias traumáticas adicionales y recordatorios del trauma

3. Estabilización emocional

Las personas que tienen fuertes reacciones de estrés necesitan:

- Orientación sobre cómo calmarse (ejercicios de respiración, estiramiento, relajación muscular, técnicas de conexión a tierra)
- Ayuda para centrar la atención en sentimientos concretos y problemas solucionables
- Dirigir la atención al entorno actual
- Normalizar reacciones emocionales a eventos traumáticos

4. Evaluación de las necesidades y preocupaciones actuales

Se centra en:

- Situación inmediata después del evento
- Separación de las personas cercanas o preocupación por su seguridad
- Lidar con la muerte/lesiones de las personas cercanas
- Lidar con la casa perdida, la propiedad...
- Disponibilidad de apoyo social (familia, amigos, miembros de la comunidad)

- Emociones negativas (por ejemplo, culpa, vergüenza)

5. Brindar ayuda práctica

- Las personas afectadas tienen una amplia gama de necesidades y preocupaciones→ ayudarlas a priorizar y resolver problemas uno por uno
- Ayudarlas a tomar medidas concretas para resolver problemas (por ejemplo, asistencia en la presentación de solicitudes para recibir ayuda, derechos de acceso)

6. Apoyo social

El apoyo social es extremadamente importante en el proceso de recuperación:

- **Apoyo informational:** Habilita la participación en diversas actividades (intercambio de información, experiencias, participar en actividades comunales)
- **Apoyo instrumental:** acceso a ayuda práctica y material
- **Apoyo emocional:** Da sentimiento de pertenencia, compasión, de ser necesitado por los demás

7. Educar sobre formas de afrontamiento (psicoeducación)

Afrontamiento positivo

- Descanso y dieta adecuados
- Mantener una rutina diaria
- Participar en actividades positivas
- Ajustar las expectativas de uno
- Establecer objetivos alcanzables
- Usar métodos para calmarse
- Buscar ayuda psicológica
- Buscar apoyo de otros y brindar apoyo a otros
- Usar humor

Afrontamiento negativo

- Abuso de alcohol y medicamentos, drogas
- Pasividad
- Aislamiento social, retraimiento
- Agresividad
- Falta de autocuidado
- Participar en comportamientos riesgosos
- Culparse a sí mismo o culpar a otros

8. Referir a las instituciones relevantes

Dependiendo de las necesidades, el acceso a los servicios debe estar disponible:

- Atención primaria y especializada de salud
- Servicios sociales
- Asistencia legal

- Educación y empleo
- Ayuda para conseguir alojamiento

¡El tiempo importa!

- Se necesita tiempo para que la atención psicosocial muestre resultados
- La población afectada suele estar impaciente por ver mejoras en el restablecimiento de la comunidad, en su salud mental y bienestar
- Todos los involucrados en proporcionar intervenciones comunitarias deben lidiar con dos cualidades opuestas: **trabajar rápido y ser pacientes**

Autor:

Dean Ajduković

LECTURA 3

INTERVENCIONES PSICOLÓGICAS EN CASO DE CRISIS PARA AYUDANTES

Estrés del ayudante

- Consecuencia de alta carga de trabajo y responsabilidad, condiciones de trabajo desfavorables, exposición a una gran cantidad de personas angustiadas y afrontamiento personal del sufrimiento humano
- Los eventos relacionados con el propio rol de ayuda en situaciones que amenazan la vida provocan emociones y reacciones muy fuertes que pueden tener impacto, de inmediato o más tarde, en el comportamiento profesional
- Es necesario planificar y establecer procedimientos que ayuden a prevenir el agotamiento profesional y el trauma indirecto de los ayudantes

Los ayudantes pueden ayudar efectivamente a las personas en crisis si:

1. Entienden el significado de crisis como un proceso psicológico
2. Conocen los principios de las intervenciones en crisis. → en la primera fase de una crisis, las personas dependen de ayuda, pero deben ser alentadas a desarrollar y utilizar sus propios recursos
3. Reconocen situaciones de crisis en su trabajo, sus propias crisis y su efecto en su trabajo
4. Apoyan a otros ayudantes cuando se enfrentan a una situación de crisis

Las especificidades de los eventos de crisis en las profesiones de ayuda

- Puede tratarse de un evento impactante, cuyo efecto es muy personal y fuerte, y pone en marcha una crisis de "shock" en la que las formas habituales de pensar, sentir y actuar no son adecuadas
- Un evento que tiene un significado simbólico, un significado personal para el individuo → crisis

¿Qué afecta las reacciones del ayudante ante los eventos de crisis? (Snelgrove, 1994.)

1. Gravedad del evento o accidente. → un alcance mayor y consecuencias más graves ponen en peligro la salud mental de los ayudantes

2. Tipo de evento → Si puede identificarse fácilmente con las víctimas, las consecuencias son mayores
3. Nivel de responsabilidad relacionado con el evento. → mayor responsabilidad → mayor riesgo de estrés y sentimiento de culpa
4. Cercanía física y psicológica del evento → Si los compañeros o amigos están involucrados, existe un mayor riesgo de reacciones más fuertes
5. Experiencia previa de la crisis → la forma en que se resolvió afectará las reacciones en la situación actual
6. La situación personal del ayudante (divorcio, muerte de un familiar cercano, presiones en el trabajo) → capacidades de afrontamiento reducidas
7. Comportamiento de otros durante la crisis → otros ayudantes actúan racionalmente o han perdido el control del comportamiento
8. Disponibilidad de apoyo profesional (defusing y debriefing psicológico, asesoramiento) → las reacciones pueden ser menos fuertes
9. Apoyo o condena de compañeros, familiares y opinión pública. → si se le condena, existe un mayor riesgo de una reacción más fuerte y prolongada
10. Participación de los medios de comunicación → buscar al culpable; juzgar o enfatizar las dificultades de la profesión y del contexto donde ocurrió el evento de crisis puede afectar la resolución de la crisis
11. Actitudes de los superiores hacia el ayudante → pueden afectar la reacción del ayudante

¿Qué hacer cuando los ayudantes están expuestos a unos eventos de crisis?

- Un evento de crisis que tiene las características de un evento de estrés requiere la normalización de las reacciones
- Normalización: Enseñar al ayudante individual o a un grupo de ayudantes que las reacciones al estrés son comunes en tales situaciones
- Formatos:
 - Discusión grupal, folletos
 - Consultas con superiores o compañeros
- Un evento de crisis que tiene las características de un evento traumático requiere ventilación
- Ventilación: Contar sobre el evento y la desactivación emocional

- Las nuevas experiencias incómodas se integran más fácilmente si se habla de ellas → los individuos pueden aceptar la verdad sobre lo que sucedió y reevaluarse a sí mismos y a la vida
- Si se hace individualmente, es importante encontrar a una persona de apoyo para la conversación (así llamado *consejero de crisis*)
- Formato: *defusing* y *debriefing psicológico*
- Un evento de crisis que tiene las características de una pérdida requiere apoyo en el duelo
- Si el evento incluye la muerte de alguien personalmente conocido, es importante tomar tiempo para el proceso de duelo
- Formato: *debriefing* psicológico, apoyo en duelo, asesoramiento

¿Qué son las intervenciones psicológicas en caso de crisis para los ayudantes?

- Procedimientos que ayudan a los ayudantes a normalizar su funcionamiento y sentimientos después de los eventos de crisis
- Procedimientos para prevenir consecuencias graves y a largo plazo para la salud mental

Componentes de las intervenciones psicológicas en caso de crisis

1. Establecer confianza con la persona afectada
2. Explorar las dimensiones del problema (reacciones, emociones, funcionamiento)
3. Enseñar a la persona sobre las reacciones en caso de crisis
4. Explorar posibles soluciones que sean aceptables para la persona
5. Brindar apoyo para tomar acciones concretas
6. Seguimiento de cambios

Aspectos específicos de las intervenciones psicológicas en caso de crisis

1. Breves y limitadas por el tiempo
2. Objetivos limitados –prevenir las consecuencias adversas (establecer el equilibrio emocional, comprender las propias dificultades actuales, recuperar la sensación de control)
3. Temporización –tan pronto como sea posible después del evento de crisis
4. Proactividad y adaptabilidad a las circunstancias específicas

Información para evaluar la necesidad de intervención psicológica en caso de crisis

1. ¿Que pasó?
2. ¿Quién estuvo involucrado (directa o indirectamente)?
3. ¿Dónde ocurrió el evento?
4. ¿Cuándo sucedió el evento?
5. ¿Cuáles son las reacciones de los afectados?

Procedimientos específicos de crisis para ayudantes

1. Desmovilización
2. *Defusing*
3. *Debriefing* psicológico

1. Desmovilización

- Breve intercambio después de un evento de crisis a gran escala
- Los ayudantes + líder del grupo se reúnen inmediatamente después del evento, en la escena del evento, al final de un turno
- El líder del grupo enseña durante 10 minutos sobre los síntomas que pueden tener en los días siguientes y las formas de autoayuda (hasta que se organice el *debriefing*)
- Después de la reunión, los participantes se van a casa o vuelven a sus tareas laborales habituales
- Descanso-información-tiempo libre

2. Defusing (descarga emocional)

- Reunión de un pequeño grupo de ayudantes que trabajan juntos + líder del grupo
- Inmediatamente después del trabajo, antes de abandonar el lugar donde sucedió el evento
- Duración de 20 a 60 minutos
- Fases:
 1. Explicación del propósito de la reunión
 2. Explorar el evento—en una conversación fluida, se intercambian percepciones y experiencias del evento de crisis → normalización
 3. Psicoeducación sobre reacciones ante el estrés, reacciones postraumáticas y formas de afrontamiento

3. Debriefing psicológico

- El procedimiento más complejo entre las intervenciones en caso de crisis
- La reunión del grupo está dirigida por profesionales formados para este procedimiento
- Habilidades necesarias:
 - habilidades de diálogo profesional y procesos grupales
 - trabajar con personas afligidas y traumatizadas
 - trabajar con emociones de miedo y ansiedad
- El líder del grupo debe estar fuera del círculo de los afectados por el evento

Realizar el *debriefing*

- Revisión detallada de la situación de crisis centrada en:
 - pensamientos
 - experiencias sensoriales
 - reacciones emocionales y de comportamiento
 - psicoeducación sobre el estrés y el trauma
- Solo los afectados por el evento asisten a la sesión
- Propósito: Integrar experiencias de trabajar con víctimas del evento en la experiencia de vida general de los ayudantes

Preparar el *debriefing*

1. Participantes:
 - No hay subordinados y superiores
 - Nivel similar de participación en el evento
2. ¿Cuándo hacer el *debriefing*?:
 - **No** antes de las 24 horas después del evento
 - **Ideal:** 1-3 días después del evento porque los mecanismos de defensa son más débiles
 - **Bueno:** dentro de unas semanas: la represión de los efectos psicológicos del evento aún es débil, la psicoeducación es útil
 - **No recomendado:** después de 3 o más meses – solo psicoeducación sobre los síntomas del estrés
3. ¿Dónde?:
 - Ambiente neutral (no en el lugar donde ocurrió evento)
 - Ocuparse de que los participantes se sientan seguros

- 5 a 10 miembros del grupo, sentados en el círculo
4. Duración depende de:
- Gravedad del evento
 - Tamaño del grupo
 - Apertura del grupo

Fases del debriefing: de cognitivo a emocional y luego vuelve a cognitivo

1. Introducción de los participantes, definición del propósito y reglas sobre la sesión
2. Revisión de hechos sobre el evento, aclaración de conceptos erróneos, rumores
3. Compartir pensamientos sobre el evento
4. Revisión de reacciones individuales sobre el evento
5. Revisión de los efectos psicológicos y físicos del evento
6. Enseñar sobre el estrés, el trauma y el afrontamiento
7. Fase final – abordar problemas que requieren elaboración e información sobre las rutas de referencia

Autor:

Dean Ajduković

LECTURA 4

COMUNIDAD Y CAPITAL SOCIAL EN TIEMPOS DE ANGUSTIA

¿Qué es comunidad?

- Un grupo de personas que:
 - Comparten un territorio de ubicación geográfica
 - Están vinculados por lazos sociales
 - Tienen un interés común
 - Están dispuestos a colaborar y participar en las acciones conjuntas
- Un buen ejemplo son las comunidades locales (por ejemplo, vecindarios, ciudades) de donde venimos

¿Cómo están vinculados los miembros de una comunidad?

- Historia común de convivencia
- Relaciones interpersonales e intergrupales que tienen influencia inmediata en la vida de individuos, familias y grupos.
- Metas e intereses comunes
- Normas sociales y expectativas relacionadas de que los miembros las sigan
- Interdependencia de individuos y grupos para lograr objetivos comunes
- Percepción de similitudes con otros
- Sentido de „identidad colectiva” (*inglés „weness”*) que difiere „nosotros” de otras comunidades

Comunidad funcional (eficaz)

- Las personas se sienten seguras y aceptadas, pueden confiar unas en otras, están listas para ayudarse mutuamente, tienen un sentido de identidad compartida
- Lo más importante: los miembros están listos para trabajar juntos con el fin de lograr objetivos comunes
- La idea y el valor del bien común pueden movilizar a los miembros a realizar esfuerzos conjuntos para mejorar sus condiciones de vida.

Sentido psicológico de la comunidad

- Uno siente que pertenece y contribuye a un colectivo más grande debido a:
 - Membresía compartida

- Influencia
- Integración y satisfacción de necesidades
- Conexiones emocionales compartidas

Capital social

Comunidad funcional (eficaz)

- El capital social es un „pegamento” de una sociedad
- Tres componentes de las relaciones sociales en las comunidades altamente funcionales:
 1. Confianza social: las personas están dispuestas a cooperar con otros miembros de la comunidad no solo con sus familias y parientes.
 2. Cumplimiento de normas: las normas se respetan y se siguen y los miembros cumplen con las mismas incluso en ausencia de control. La comunidad impone sanciones a las personas que no se comportan de acuerdo con las normas prescritas.
 3. Red y reciprocidad: los miembros creen que pueden confiar en otros miembros, sienten que tienen el deber mutuo y están dispuestos a participar en un intercambio equilibrado (por ejemplo, devolver favores). Los miembros son conscientes de que sus necesidades y objetivos se satisfacen mejor si trabajan junto con otros miembros de la comunidad.

Modelo de capital social comunitario (BLB)

Conectarse con otros a través de la comunidad

Bridging Networks

Residents have broad connections that help them expand opportunities.

Residents with different social backgrounds engage with each other.
Residents with different social backgrounds trust each other.

Engagement

Residents trust organizations and systems.

Conectarse con otras comunidades

Linking Networks

Residents have connections to organizations and systems that help them gain resources and bring about change.

Residents engage with organizations and systems.

Trust

Residents believe they can make a difference

Residents with a common social background trust each other.

Residents with a common social background engage with each other.

Bonding Networks

Residents have close connections that give a sense of belonging and help them get by.

Sentido de pertenencia compartido

Fuente: <https://extension.umn.edu/leadership-approach-and-models/community-social-capital-model>

9

Prueba de la importancia del capital social

- Resultado general: las comunidades con más capital social tienen menos problemas sociales (por ejemplo, nivel de violencia más bajo)
- La confianza social entre los individuos y grupos está relacionada con la mejora de la salud mental
- Resultados de Colombia: muestra representativa nacional (N=3025) (Hurtado, Kawachi & Sudarsky, 2011)
 - Las dimensiones cognitivas del capital social (percepción de confianza y reciprocidad) se relacionaron con una mejor salud autoevaluada
 - Importancia de la educación: los que completaron la escuela secundaria tuvieron una mejor salud autoevaluada (a diferencia de los menos educados)
 - Papel de la confianza interpersonal: proporcionó un sentido de seguridad y protección y la confianza interpersonal estuvo vinculada a los comportamientos relacionados con la pertenencia a la comunidad, incluidas las acciones cívicas
- Confianza social (Muestra de la costa de Caribe) fue positivamente relacionada con una mayor participación en la vida cívica (Taylor, 2015)

Funcionamiento comunitario en tiempos de angustia

- El funcionamiento cotidiano en circunstancias normales está asegurado por el apoyo funcional general de la comunidad - una red de desarrollo de individuos, grupos e instituciones
- En tiempos de angustia, la comunidad puede experimentar una seria ruptura de su vitalidad dependiendo de la intensidad del golpe y de la lesión que sufrió
- En tiempos de crisis, especialmente prolongados, el tejido social comunitario puede sufrir daños graves y causar un mal funcionamiento de la comunidad.
- La falta o disminución del apoyo social y la integración social ayudan a explicar las consecuencias de las calamidades para la salud mental: es necesario ir más allá del paradigma de „dosis-respuesta” para estudiar los procesos familiares y comunitarios que fomentan la resiliencia u obstaculizan la recuperación

Impacto de la violencia política y los conflictos prolongados en las comunidades

- La violencia tiene efectos fuertes en los individuos y las comunidades.
 - Las personas que sufren violencia corren el riesgo de tener problemas de salud mental (prolongados)
 - La exposición a la violencia política es un factor de riesgo para el bienestar individual

- (Buena) salud mental está relacionada con la participación cívica
- Consecuencias sobre la salud mental en Colombia:
 - El 10% de los adultos y el 12% de los adolescentes tienen trastornos mentales (Ministerio de salud, 2015 citado en The Lancet, 2018 (5)).
 - La prevalencia de ansiedad, depresión y TEPT es más alta en las zonas afectadas por conflictos.
- Fuerte impacto en comunidades enteras y en la sociedad en general
- Los sistemas sociales son contextos de dos procesos contradictorios: las personas experimentan lesiones y sufrimiento y se espera que se recuperen y funcionen nuevamente en el mismo contexto social
- Reto clave: ¿cómo las comunidades violentas pueden transformarse en comunidades pacíficas y funcionales?
 - La paz (duradera) es un proceso, el conflicto no termina cuando se dejan las armas
 - Los acuerdos formales de paz por lo general no logran establecer relaciones pacíficas (y mucho menos amigables) entre grupos que anteriormente habían estado en conflicto
 - Por ejemplo, casi 25 años después del acuerdo de Erdut (Croacia) o del acuerdo de Dayton (B&H) todavía hay tensiones (étnicas) y distanciamiento social
 - ¿Desafíos del acuerdo de paz de Colombia en 2016?

La violencia masiva tiene efectos perjudiciales en el tejido social de las comunidades

- Las víctimas son múltiples
- La violencia es intencional y dirigida a grupos específicos (por ejemplo, grupos étnicos)
- La violencia está dirigida principalmente a destruir, exterminar y evitar que el grupo no deseado regrese a su comunidad y se recupere
- La violencia dirigida a destrucción total: no está dirigida solo a destruir vidas humanas individuales, sino también a los símbolos de grupo (por ejemplo, banderas, monumentos, iglesias, cementerios) y la cultura
- Las redes sociales y otros mecanismos de apoyo normalmente disponibles ya no lo están
- Las comunidades quedan fragmentadas y, a menudo, divididas en puntos críticos para la escalada del conflicto (por ejemplo, etnia, raza, ideología, clase)

Características sociales de las comunidades alternadas por la violencia (masiva)

- Las comunidades alternadas son comunidades desconectadas (EIG, 2017)

1. Seguridad cuestionable– ¿La violencia ha realmente acabado? ¿Qué tan seguros estamos yo, mi familia y mi comunidad?

- No se trata solo de una cuestión de seguridad física y de cumplimiento de las necesidades humanas básicas
- Debido a la exposición prolongada a la violencia, las personas están extremadamente alertas a la incidencia de la discriminación, particularmente grupal
- Los grupos que antes estaban en conflicto (y otros grupos que viven en la comunidad) pueden sentirse continuamente amenazados entre sí.
 - Los recursos son escasos, por lo que **la amenaza realista** puede percibirse como alta, es decir, las personas pueden sentir que su bienestar económico se ve amenazado (por ejemplo, falta de oportunidades de trabajo, la distribución de la tierra es injusta, acceso desigual a la atención médica y al sistema de asistencia social etc.)
 - **La amenaza simbólica** es aún más común en entornos posteriores a conflictos. Las personas sienten una amenaza a sus actitudes, valores, normas, creencias y otros componentes en el núcleo de su identidad grupal. Por ejemplo, la mayoría puede sentirse amenazada por su estatus social dominante, la minoría puede sentirse amenazada por ser discriminada
- Las personas experimentan una grave violación de los derechos humanos y buscan justicia, esperando que los culpables de cometer actos de violencia, actos criminales o atrocidades sean llevados ante la justicia y castigados
- La sensación de seguridad, la salud psicológica de las víctimas y la reintegración de la comunidad pueden estar en grave peligro por la presencia de las personas involucradas en la violencia, pero no castigadas todavía
 - Necesidad de eliminar las barreras emocionales relacionadas con el conflicto para lograr la paz
 - Diferentes necesidades de las víctimas y perpetradores
 - Modelo basado en las necesidades (Nadler & Shnabel, 2008)
 - Las víctimas sienten una amenaza a su identidad como actor poderoso
 - Los perpetradores sienten una amenaza a su identidad como actores morales
 - Tema clave: ¿cómo re(integrar) a las personas con diferentes experiencias de conflicto?

- El enfoque de empoderamiento comunitario busca satisfacer las necesidades de ambas partes:
- Las víctimas buscan ser empoderadas al reconocer el sufrimiento y la injusticia que les han hecho los perpetradores
 - Los perpetradores buscan la aceptación de los demás, devolviéndolos a una comunidad moral.

2. La estructura normativa ha sido destrozada

- La sociedad funcional se basa en las *normas sociales* – los comportamientos aceptados y esperados en ciertas situaciones
- Las normas se reflejan en los valores de la sociedad - las personas saben lo que es correcto, bueno y deseable
- Los valores sociales forman una parte importante de una cultura y proporcionan orientación conductual
- La violencia a gran escala cambia un sistema normativo de la sociedad: las personas ven que otros alcanzan sus objetivos al violar las normas y las instituciones formales no responden adecuadamente
 - Las personas comienzan a cuestionar sus valores y creencias y muchas ajustan su comportamiento en consecuencia (por ejemplo, usan la violencia para lograr sus objetivos, participan en el tráfico de drogas, el contrabando, etc.)
- La falta de confianza entre los individuos y los grupos es una consecuencia directa de un colapso normativo porque las normas comunes ya no indican en quién se puede confiar y en quién no.
- Las personas no tienen una guía firme sobre qué esperar de los demás en la comunidad y las expectativas (benevolentes) sobre los comportamientos futuros de los demás son el núcleo de la confianza
- La falta de confianza dificulta seriamente la recuperación social

3. La visión del mundo de las personas afectadas ha sido destrozada

- La gente generalmente cree que el mundo es un lugar bastante seguro, predecible, benevolente y significativo. Este conjunto de creencias está en el centro de nuestras suposiciones fundamentales sobre quiénes somos, qué es el mundo que nos rodea y cómo interpretamos estas dos suposiciones
- Cuando las cosas son normales, nuestro supuesto mundo nos ayuda a percibir un equilibrio entre lo que hacemos y lo que obtenemos como resultado

- Cuando esta rutina es severamente perturbada por un trauma que hemos experimentado, esto puede tener un impacto devastador en este equilibrio y hacer que se „rompan” nuestras suposiciones fundamentales.
- Nuestro estudio reciente ha demostrado que los cambios en la visión del mundo no solo alteraron a los resultados de salud mental de las personas, sino que también se relacionaron con los resultados sociales deteriorados
- Los síntomas de trauma más graves relacionados con la guerra se vincularon con un cambio más profundo de la visión del mundo que, a su vez, se asoció con las personas menos preparadas para acercarse a los miembros del grupo anteriormente conflictivo, menos involucradas en las relaciones de confianza y más exigentes en cuanto a la disculpa de „el otro lado”
- Parece que la confianza intergrupala es violada más seriamente por el trauma infligido durante la violencia intergrupala

Autor:

Dinka Čorkalo Biruški

LECTURA 5

RECUPERACIÓN Y RESILIENCIA COMUNITARIAS

- Comunidades separadas por la violencia requieren un enfoque comunitario

Tareas de una intervención comunitaria eficaz

- Ayudar a facilitar la reconstrucción psicosocial de las comunidades
- Disminuir las tensiones sociales entre los grupos que han estado involucrados en el conflicto
- Brindar tratamiento a las personas traumatizadas
- Trabajar en conectar nuevamente a los miembros de la comunidad
- Ayudar a crear el ambiente percibido como suficientemente seguro para facilitar la recuperación

Recuperación comunitaria como un proceso de reconstrucción social

- Posiblemente el proceso clave que conduzca a la recuperación de traumatizaciones y pérdidas individuales y colectivas a nivel comunitario
- Implica la *re-construcción* en lugar de *reanudación*, la renovación de la relación y la reparación en circunstancias profundamente cambiadas en lugar de comenzar las relaciones de nuevo, como si nada hubiera pasado
- Estos procesos están orientados al grupo y determinados por lo que sucedió entre los grupos en conflicto, no solo entre los individuos
- Aunque los individuos interactúan, es la dinámica dentro del grupo y entre los grupos, y dentro de un contexto social, la que determina el ritmo, la intensidad y la naturaleza de tales interacciones (limitadas y superficiales vs. abiertas y cordiales)

Reconstrucción social

- Un proceso dentro de una comunidad que lleva el funcionamiento social dañado de la comunidad a un nivel normal de relaciones interpersonales y grupales y renueva el tejido social de la comunidad afectada

Conexiones entre cuatro niveles de reconstrucción social después del conflicto (Corkalo Biruski & Ajdukovic, 2009)



Resiliencia individual y comunitaria

Resiliencia

- El proceso que contrasta con la psicopatología o el colapso nervioso
- Se centra en las fortalezas en lugar de las vulnerabilidades, en las capacidades en lugar de las carencias, en los recursos en lugar de las pérdidas, en la transformación en lugar del status quo
- Resiliencia individual y comunitaria
- Cuestión clave: cuales son los predictores cruciales (individuales, sociales y societales) del ajuste saludable
- Describe la capacidad („capacidades adaptativas“) de los individuos, grupos, comunidades y sociedades para „recuperarse“ después de experimentar condiciones adversas

Crecimiento postraumático (CPT)

- Proceso de un cambio psicológico positivo después de experimentar una adversidad severa y/o experiencia traumática

- Metanálisis reciente (Wu et al., 2018):
 - Prevalencia del CPT de moderado a alto entre las víctimas de trauma fue del 52.58 %.
 - Mayor tasa de CPT de moderado a alto entre los menores de 60 años, se trata de las personas para los que pasó un tiempo más corto desde el trauma, que trabajaron en una profesión específica y sufrieron un trauma directo
- No hay evidencia sobre el CPT a nivel comunitario

¿Qué es la resiliencia comunitaria?

- Capacidad de una comunidad para tomar una trayectoria positiva de adaptación después de angustia o adversidad
- Incluye varios elementos que ayudan a las comunidades a resistir y recuperarse ante desastres naturales y/o provocados por el hombre, incluyendo violencia política, conflictos intergrupales y guerra
- La mayoría de los modelos se desarrollan fuera del contexto de la violencia política. Sin embargo, los elementos centrales de la resiliencia comunitaria son universalmente relevantes y aplicables

Resiliencia comunitaria – componentes



Fuente: Adapted from Norris et al., 2008

¿Qué son los componentes de la resiliencia comunitaria(Patel, Rogers, Amlot & Rubin, 2017)?

1. Conocimiento local: cómo la comunidad entiende sus propias vulnerabilidades. Tres subcomponentes:
 - Conocimiento local (por ejemplo qué instituciones están disponibles para proporcionar ayuda)
 - Formación y educación (profesionales y público en general)
 - Eficacia colectiva y empoderamiento (creencia compartida sobre la capacidad de la comunidad para superar las perturbaciones y las consecuencias de un desastre)
2. Redes y relaciones comunitarias: la fortaleza de los lazos comunitarios mejorada por la confianza y los valores compartidos
3. Comunicación (efectiva): Entendimientos comunes y oportunidades para que los miembros articulen necesidades, puntos de vista y actitudes
4. Salud: nivel de atención médica antes y después de una calamidad. La comunidad comprende sus propias vulnerabilidades. Dos subcomponentes:
 - Servicios de salud incluyendo infraestructura y salud pública en general
 - Cuidado por la salud física y mental (por ejemplo, primeros auxilios psicológicos)
5. Gobernanza/liderazgo: responsable de cómo las comunidades manejan la crisis. Dos subcomponentes:
 - Qué tan efectivas, eficientes y capaces de responder son la infraestructura y los servicios
 - Apoyo público y participación
6. Recursos: aspectos más importantes– equidad en la asignación de recursos
7. Inversión económica
8. Preparación: por ejemplo construir y desarrollar una cultura de paz y reconciliación para asegurar la no repetición del conflicto
9. Perspectiva mental: hábitos cognitivos, afectivos y conductuales ante la incertidumbre. Dos características son de especial importancia:
 - Esperanza – creencia de que las cosas van a mejorar
 - Adaptabilidad – capacidad y disposición para cambiar mientras se acepta que la comunidad será diferente. Especialmente importante después de un prolongado conflicto intergrupal cuando las comunidades han cambiado sustancialmente debido a las pérdidas humanas y la descomposición del capital social.

Resiliencia comunitaria en Colombia: algunas pruebas

- La exposición anterior a la violencia política, la experiencia actual con el comportamiento antisocial de la comunidad y la confianza social percibida se relacionaron positivamente con la participación cívica (Taylor, 2015)
- Es posible que aquellos que se sienten inseguros en la comunidad, debido al comportamiento antisocial de la comunidad, establezcan vínculos con otras víctimas.
- Como resultado de estar expuestas a la violencia política y comunitaria, las personas pueden estar motivadas para actuar de manera prosocial y ayudar a los demás a través de la participación comunitaria. (Taylor et al., 2014).

Autor:

Dinka Čorkalo Biruški

LECTURA 6

EMPODERAMIENTO DE LAS COMUNIDADES LOCALES Y ACCIÓN SOCIAL

Empoderamiento comunitario

- Las comunidades que han experimentado una crisis (conflicto, desastres naturales, etc.) pasan por el proceso de reconstrucción social
- **Empoderamiento** = desarrollo de las capacidades de los miembros y del grupo en su conjunto para cambiar los factores que determinan su entorno de vida
 - Intenta inculcar a los miembros de la comunidad la creencia de que pueden influir en el cambio y mejorar sus propias vidas
 - Proyectos basados en la comunidad proporcionan herramientas y recursos organizativos para llevar a cabo tales cambios y mejoras
 - Se fomenta a través de la participación inclusiva, toma de decisiones, desarrollo de capacidades y los medios para implementar decisiones

Empoderamiento en el contexto colombiano

- Empoderamiento siempre ocurre en el contexto del sistema social local e implica un aumento en el poder relativo y la capacidad de los grupos desfavorecidos en su entorno sociopolítico específico (Haider, 2009)
 - Las estrategias de empoderamiento deben abordar las necesidades de los individuos y las comunidades, así como las necesidades de las sociedades más grandes
 - Empoderamiento efectivo de grupos desfavorecidos vulnerables =
desarrollo de capacidades de los desfavorecidos
- + reforma de las normas y prácticas opresivas

Acción social en la comunidad

- Modelo de acción social es un programa orientado a la comunidad
- Es útil porque:
 - responde a las necesidades auténticas y específicas
 - es la manera más rápida de responder a esas necesidades
 - requiere la participación de los miembros de la comunidad

= Satisfacción rápida, eficiente y económica de las necesidades de la comunidad
- Objetivo de la acción social: cambio social en una comunidad mediante la movilización de los miembros de la comunidad para trabajar juntos por el bien común
- Los objetivos se pueden lograr al empoderar a la comunidad para obtener un mayor control sobre el proceso de toma de decisiones y el acceso a los recursos
- Un grupo de acción social es la clave para implementar el cambio social

- Coordinan esfuerzos dirigidos a cambiar algunos aspectos del entorno social o físico.
- Un mecanismo para el logro común de objetivos para el bien común
- El líder/coordinador del grupo tiene un rol importante:
 - Planea actividades grupales
 - Aumenta la conciencia de las diversas competencias y fortalezas que tienen los miembros del grupo
 - Necesita estar familiarizado con los principios del trabajo en grupo, así como tener conocimiento de la comunidad

Planificación de una acción social

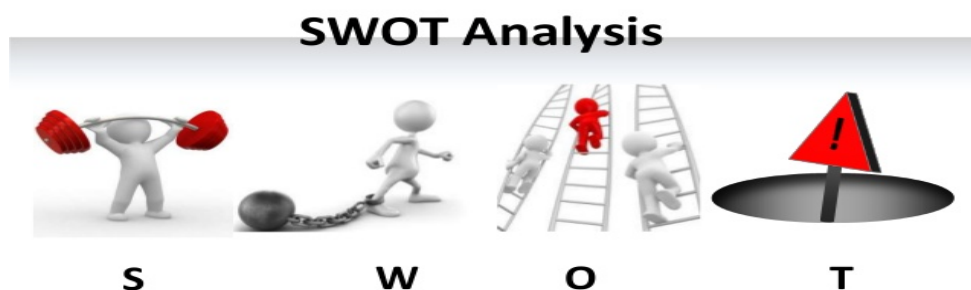
- Importante para el plan de acción social
- Pasos entrelazados
- Comienza con un individuo o un grupo más pequeño que se amplía sistemáticamente para aumentar su capacidad de alcanzar la meta

Pasos en la planificación de la acción social

1. Evaluación de necesidades
2. Definir el propósito y los objetivos de la acción social
3. Definición de la composición y del tamaño del grupo
4. Motivar a los miembros potenciales del grupo de acción social
5. Seleccionar un modo de trabajo
6. Asegurar los recursos necesarios o las herramientas necesarias

Evaluación de necesidades

- Identificar ciertas necesidades comunes en una comunidad
- Evaluar la capacidad de satisfacer estas necesidades a través de la acción social
- Análisis FODA de la comunidad para obtener una mejor perspectiva



Propósito y objetivos de la acción social

- ¿Qué es lo que se planea lograr con la acción social?

Por ejemplo, mejorar la calidad de vida de las personas mayores, reducir el aislamiento social de las víctimas de conflictos armados, aumentar los recursos para madres solteras jóvenes

- la comunidad local debe considerar que la acción social es importante
- **¿Cómo** se puede lograr?

Organizar la entrega de alimentos a aquellos con menos movilidad; grupos de apoyo para víctimas o madres solteras

- a) Excursiones para ancianos, víctimas, madres solteras
- b) Recolectar el patrimonio cultural en el que los ancianos puedan participar y contribuir a la comunidad; proporcionar información a las víctimas sobre el acceso a sus derechos; apoyo a las madres solteras en la crianza de los niños

Composición y tamaño del grupo de acción social

- **Composición:**
 - Asegúrese de que los miembros representen todos los servicios, instituciones e individuos relevantes para alcanzar el objetivo
 - Involucre a las personas de la comunidad: formadores de opinión y miembros prominentes de la comunidad (deportistas, celebridades, etc.) para que promuevan la idea del programa
- **Tamaño:**
 - Depende del objetivo
 - Si el grupo es demasiado grande para coordinarse eficazmente, divídalo en subgrupos/equipos para actividades específicas (4-6 miembros del equipo)
 - Cuanto más grande es el grupo, más importante es el papel del coordinador

Motivar a los miembros potenciales

- ¿Quiénes son las figuras clave en la comunidad? (profesores, médicos, enfermeras, sacerdotes, medios de comunicación, políticos locales)
- Importancia del contacto personal con los miembros potenciales, ya sea personalmente o por teléfono
- Papel de un movilizador social (ya sea un activista o un representante de la comunidad seleccionado), que actúa como facilitador y estimula la formación de grupos para la acción social
- Un miembro potencial debe estar informado sobre los objetivos de la acción social y el papel que tendría para alcanzar el objetivo. Es particularmente importante mostrarle lo importante que es su apoyo para el éxito de la acción social.

- El mensaje es: *Te necesitamos y esperamos tu apoyo.*
- Es necesario tener una reunión inicial con los miembros del grupo para definir objetivos y tareas juntos. Trabajando juntos en lo que se debe lograr y en el modo de lograrlo a través de la acción social representa un factor fuerte de motivación.
 - La pregunta para el grupo en esta fase es: *¿Qué será diferente en nuestra comunidad cuando tengamos éxito?*

Seleccionar un modo de trabajo

- La selección de métodos de trabajo depende de varios elementos:
 - Duración, limitaciones de tiempo
 - Tipo de coordinación necesaria
 - División de roles y tareas, es decir, existencia de subgrupos
 - Modos de cooperación entre subgrupos, así como entre el grupo para la acción social y la comunidad
 - Evaluación de las barreras para alcanzar el objetivo de la acción social
 - Valoración de apoyo
 - Evaluación
- El principio de empoderamiento debe estar presente en todos los niveles:
 - Propiedad
 - Poder real
 - Crear posibilidades
 - Expectativas satisfactorias
 - Aceptar diferencias
 - Respeto
 - Apoyo
 - Apertura y comunicación

Recursos necesarios/herramientas

- Los recursos incluyen trabajo, conocimiento y competencias de los miembros del grupo
- Sin embargo, los recursos financieros también son muy importantes y deben planificarse desde el principio:
 - Los fondos mínimos necesarios para lograr el objetivo
 - Posibles fuentes de financiación (gobierno local, patrocinadores privados, pequeños donantes, presupuesto estatal, etc.)

- Se recomienda incluir la comunidad, es decir, fuentes locales de financiación, ya que empodera a las personas y su sentimiento de pertinencia a una comunidad. Además, los hace menos dependientes y pasivos.

Ventajas y desventajas de los grupos de acción social

VENTAJAS

- Trabajo en grupo es más creativo y enérgico
- Personas disfrutan más cuando trabajan en grupos
- Satisface la necesidad de contacto social (necesidad de pertenecer)
- Resulta en una mejor eficacia y un logro de objetivos más rápido
- A menudo es la única forma de lograr los objetivos de una acción social

DESVENTAJES

- Se invirtió mucho tiempo y energía en organizar actividades y en la interacción entre los miembros
- Algunos miembros del grupo pueden ser marginados ya que trabajar en grupos es incompatible con su naturaleza
- Los diferentes grupos de acción social pueden volverse competitivos y, eso puede ser perjudicial para los cambios positivos en una comunidad

Desafíos de los grupos de acción social

Se debe prestar una atención especial a los desafíos más comunes de llevar a cabo una acción social.

- Reuniones grupales no productivas
- Imposibilidad de realizar acuerdos y decisiones
- Competición entre diferentes grupos en la misma comunidad
- Conflictos y desacuerdos personales entre los miembros
- Objetivos personales ocultos de los miembros individuales del grupo
- Patrones destructivos de comunicación
- Conformidad grupal

¿Cómo responder a los desafíos de los grupos de acción social?

- Aparte de seguir los principios básicos del trabajo grupal, existen varias técnicas que generalmente contribuyen a la eficacia y al éxito de los grupos de acción social:
 - *El brainstorming (o tormenta de ideas)* tiene dos principios:
 - No hay malas ideas; cada idea es valiosa
 - Al principio no se evalúan las ideas
- *Resolución estructurada de conflictos* incluye 6 pasos:

- Definir el problema
- Analizar el problema
- Idear posibles soluciones
- Evaluar posibles soluciones y elegir la mejor
- Delegar responsabilidades
- Evaluar el resultado

Ejemplos de una acción social

Para niños

- **Contexto:** Croacia, una ciudad pequeña, mu destruida durante la guerra
- **Objetivo:** Llevar a los niños de esta comunidad a un campamento de verano
- **¿Por qué fue necesario un grupo de acción social?:** No hay dinero para tal actividad, comunidad pobre; las instituciones locales no pudieron financiarlo
- **¿Cómo se alcanzó el objetivo?:** Se aseguró la financiación al contactar con los exmiembros de la comunidad quienes habían dejado la comunidad y llegaron a ser exitosos, y que donaron el dinero

Para jóvenes

- **Objetivo:** Establecer un club juvenil en una comunidad destruida por la guerra (para empoderar a los jóvenes y alentar su participación activa en la comunidad)
- **¿Por qué fue necesario un grupo de acción social? :** Sin espacio, sin acceso a la institución local ni conocimiento de cómo recaudar fondos; los adultos en la comunidad no mostraron interés
- **¿Cómo se alcanzó el objetivo?:** Se trabajó con los jóvenes (habilidades de comunicación y negociación); se organizaron reuniones con las instituciones locales y foros públicos, se coordinaron las conferencias públicas dadas por los expertos en salud mental; muy importante: contar con un político local dispuesto a invertir tiempo y energía en la coordinación de esta acción

Autor:

Margareta Jelić