



ALUNA ACOMPAÑAMIENTO PSICOSOCIAL

Documento político¹

Aluna Acompañamiento Psicosocial (en adelante, Aluna) es una organización de la sociedad civil mexicana creada en 2013 por un grupo de profesionales de la salud mental y los derechos humanos; parte de la experiencia de cerca de 30 años de su fundadora y directora en trabajo psicosocial en contextos de violencia. La sistematización de nuestro trabajo y la constante reflexión del equipo han permitido construir un modelo de acompañamiento colectivo; de ahí que nos referiremos en todo al documento a “nosotras” como las personas, mujeres y hombres, que en Aluna hemos construido el modelo de acompañamiento psicosocial.

Aluna orienta su trabajo para que los **sujetos políticos**² integren el **enfoque psicosocial** en sus proyectos de defensa de derechos humanos y/o exigencia de justicia como parte del fortalecimiento organizativo, para que puedan seguir con su labor y contribuir a la transformación social en la búsqueda de una vida digna.

Las dos primeras décadas del siglo XXI en México han estado marcadas por un contexto de violencia generalizada, que se agudizó y exponenció con la llamada “Guerra contra el Narcotráfico” emprendida por el gobierno federal del presidente Felipe Calderón, cuyas manifestaciones de militarización del territorio nacional y violencia masificada contra civiles –considerados como daños colaterales en los discursos gubernamentales– continuaron durante el sexenio de Enrique Peña Nieto, así como el aumento de la violaciones a derechos humanos, criminalización de personas y organizaciones defensoras y periodistas³, y la consolidación de un sistema que se caracterizó por la impunidad, la corrupción y una política represiva.

El cambio de régimen con la llegada del presidente Andrés Manuel López Obrador (AMLO), con la llamada Cuarta Transformación en el año 2018, ha supuesto múltiples paradojas en materia de violencia, derechos humanos, derechos territoriales de los pueblos, militarización, libertad de expresión y relación del gobierno con la sociedad civil. Si bien no pueda definirse de izquierda, el gobierno federal encabezado por López Obrador ha impulsado por primera vez iniciativas y políticas para abordar algunos de los problemas

¹ Publicado en octubre de 2020.

² En Aluna, con “sujeto político” nos referimos a aquellos actores que, desde una mirada crítica del contexto y de las relaciones de poder, buscan la transformación social y la emancipación respecto a diversas formas de opresión. Esta definición engloba una multiplicidad de actores, por ejemplo organizaciones sociales, colectivos, organizaciones de periodistas, comunidades que resisten a proyectos neoliberales, colectivos de familiares de víctimas de personas desaparecidas y personas que han sido torturadas o detenidas arbitrariamente.

³ Según el informe de 2019 de [Front Line Defenders](#), México es el cuarto país más peligroso en el mundo para quienes desarrollan una labor de defensa de los derechos humanos.



más graves que azotan del país, tal como la corrupción, tocando intereses de importantes sectores económicos y políticos. Por otro lado, se registra un avance en cuanto al reconocimiento por parte del gobierno federal de la gravedad de la crisis en materia de personas desaparecidas; aunque los retos no han logrado ser superados por las inercias institucionales.

A pesar de estos avances, las violaciones a derechos humanos y los ataques a personas defensoras de derechos humanos y periodistas continúan aún si no en el marco de una política represiva sistemática impulsada por el gobierno federal. La militarización del país continúa por un lado con el despliegue de una Guardia Nacional –con militares y un mando civil- en todos los municipios y estados, reforzando su presencia en particular en las fronteras norte y sur, como parte de una política de contención migratoria debido a la presión del gobierno estadounidense en el marco de negociaciones del TLC; por otro lado, otorgando un importante rol a los militares en la construcción y manejo de varias obras públicas, tal como el nuevo aeropuerto internacional de la CDMX.

Además continúan en marcha los megaproyectos que vulneran la autonomía de pueblos y comunidades sobre sus territorios, agudizando conflictos socioambientales históricos y en detrimento de las personas defensoras del medio ambiente, tierra y territorio, aunque algunas comunidades en zonas del país reconocen los aportes económicos que están recibiendo; finalmente, el Presidente ha contribuido a la polarización de la sociedad civil y medios de comunicación, bajo un discurso que señala de conservadurismo a todo proyecto político, social, ideológico o cultural que contravenga los programas oficiales.

La **violencia sociopolítica**⁴ que se vive en México, fundamentada en un sistema capitalista neoliberal y patriarcal, genera daños con costos socioafectivos de alto impacto en los sujetos políticos. Estos daños derivan de varios factores que se entrecruzan entre ellos: trabajar en un contexto de violencia, acompañar víctimas de violaciones a las derechos humanos y enfrentar un alto riesgo al ejercer esta labor y ser objeto de agresiones como intimidación y hostigamiento, campañas de desprestigio, amenazas, agresiones físicas y digitales, detenciones arbitrarias, criminalización, tortura, desaparición, desplazamiento y asesinato.

La violencia sociopolítica se caracteriza por la intensidad y el poder destructivo que atacan al sujeto. Al conjunto de daños que genera les llamamos “**trauma psicosocial**”,⁵ que es el daño infligido en una persona a partir de una circunstancia violenta y que sitúa sus causas

⁴ En Aluna entendemos por violencia sociopolítica aquella estrategia, sutil o abierta, que utiliza el Estado con el objetivo de controlar a la población para imponer intereses político-militares, económicos o ideológicos. Esta violencia es ejercida por agentes estatales por acción, omisión o complicidad con actores no estatales que sirven a grupos de poder a nivel estructural y económico. Independientemente de qué actores ejercen dicha violencia, desde el enfoque de los derechos humanos es el Estado es el actor responsable de dar fin a su sostenimiento y reproducción.

⁵ Concepto desarrollado por Ignacio Martín-Baró, psicólogo y sacerdote jesuita español, fundador de la Psicología Social de la Liberación.



y consecuencias no sólo a nivel personal, sino también a nivel colectivo y social. En los sujetos políticos, el trauma psicosocial se manifiesta en **impactos**⁶, tales como el miedo, la culpa, el desgaste, la impotencia, la ruptura de vínculos, en detrimento de su salud física y emocional y las afectaciones al proyecto de vida. Los impactos psicosociales se manifiestan en diversas dimensiones (el personal, el familiar, el organizativo, el comunitario y el social) y en diferentes expresiones y construcciones del ser humano (las emociones, los pensamientos, los saberes, los haceres, los simbolismos e, incluso, en el cuerpo).

Así como se observan efectos “negativos” o dolorosos, hay otros que permiten a las personas hacer frente a la violencia sociopolítica y que son puestos en marcha para contrarrestarla, tanto por personas como por organizaciones; a estos los llamamos **mecanismos de afrontamiento**⁷. Algunos ejemplos son: la movilización y articulación social, la formación jurídica y de derechos humanos, el desarrollo de nuevas estrategias jurídicas y políticas a nivel nacional e internacional, difusión y comunicación en redes sociales y expresiones culturales para la memoria colectiva.

Consideramos que la integración del enfoque psicosocial en las estrategias de las organizaciones les ayuda a resistir la violencia y hacer frente a ella; de igual manera, contribuye al afrontamiento de la crisis generada por la pandemia actual del Covid-19 pues: posibilita crear nuevas formas de trabajo, reorganizarse colectivamente y diseñar otras estrategias para acompañar; potencia los mecanismos de afrontamiento y busca aminorar los impactos y hacer sostenibles los procesos y luchas por la defensa de derechos humanos.

La organización

Visión: Un México libre de violencia sociopolítica, donde los sujetos políticos han contribuido a la construcción de la verdad, justicia y dignidad.

Misión: Somos una organización de la sociedad civil que, desde un enfoque psicosocial, contribuye al fortalecimiento de personas y organizaciones afectadas por la violencia sociopolítica para que continúen su labor de defensa de los derechos humanos en México.

Objetivo general: Fortalecer a los sujetos políticos en sus proyectos de defensa de derechos humanos con el enfoque psicosocial a través de la construcción de herramientas

⁶ Con este concepto nos referimos al conjunto de tensiones, pérdidas, cambios y daños que provocan en las personas que son objeto de agresiones, amenazas, o por ejemplo que también están afectadas por el trabajo que realizan en contextos de violencia política.

⁷ Para profundizar sobre los impactos de la violencia sociopolítica y los afrontamientos ver Aluna Acompañamiento Psicosocial A.C. (2019). *El enfoque psicosocial: un aporte para el trabajo de acompañamiento en contextos de violencia*. Por publicar.



psicoemocionales, políticas y de seguridad que permitan reforzar sus dinámicas colectivas para que puedan seguir desarrollando su labor pese al contexto de violencia sociopolítica.

Estrategias.

Acompañamiento psicosocial en crisis y emergencias: apoyamos a personas y colectivos, cuya integridad física y emocional se encuentran en riesgo por la labor que realizan, mediante la creación de condiciones de estabilidad emocional y de seguridad que les permita afrontar la emergencia.

Acompañamiento psicosocial para el fortalecimiento de organizaciones: aportamos nuestra experiencia a los procesos de reconocimiento del daño y la construcción conjunta de estrategias de resistencia, a través de herramientas en el ámbito político, psicoemocional, de seguridad y en su funcionamiento interno.

Formación: Aportamos el enfoque psicosocial a las organizaciones de derechos humanos y movimientos sociales –en México y la región latinoamericana- para que lo integren en sus proyectos organizativos y en el acompañamiento a otras víctimas; la formación se realiza a través de procesos pedagógicos que incluyen metodologías, teorías y herramientas prácticas. Al estar dirigidos a la comprensión e incorporación práctica de la perspectiva psicosocial, los espacios formativos permiten crear procesos de prevención y reacción estratégicos para aminorar las consecuencias del desgaste que genera su trabajo.

Incidencia: desde el enfoque psicosocial, documentamos, investigamos y visibilizamos la situación de los sujetos políticos en México frente a la violencia sociopolítica. A través del intercambio con organizaciones nacionales e internacionales, promovemos el enfoque psicosocial y el modelo de acompañamiento de Aluna como una herramienta para los sujetos políticos en aras de mantener su proyecto político.

El enfoque psicosocial de Aluna

Para Aluna, el **enfoque psicosocial** es una manera de ver, interpretar y comprender aquellos daños personales, colectivos y sociales que se manifiestan en contextos de violencia sociopolítica, con el fin de establecer estrategias y métodos para tratar dichos daños a través de herramientas y estrategias políticas, psicoemocionales y de seguridad⁸.

⁸ En Aluna hemos desarrollado un modelo de acompañamiento que permite abordar de manera integral los impactos y fortalecer los mecanismos de afrontamiento. Nuestro modelo incluye una fundamentación teórico-epistemológica, un método y una metodología. Ver Aluna Acompañamiento Psicosocial, A.C. (2017). *Modelo de acompañamiento psicosocial Aluna*. México: Aluna. Disponible en: <https://bit.ly/2jT8yN4>



Esta perspectiva se desarrolla a partir de la década de 1980 en América Latina y surge en el marco de resistencias ante aparatos de dominación en el Sur Global.

En Aluna reconocemos que es fundamental desentrañar lo que subyace al dolor y al daño en situaciones de violencia, pues es lo que posibilita a los sujetos políticos para actuar de manera autónoma, acorde a sus condiciones, necesidades y capacidades individuales y colectivas. Por ello, pensamos que es importante: contribuir a la integración de lo que ha sido desestructurado, recrear visiones para construir alternativas ante las situaciones de opresión, resignificar la experiencia dolorosa para resistir de manera digna y seguir trazando caminos de esperanza en medio del dolor y la impotencia.

Teórica y epistemológicamente, el enfoque psicosocial tiene tres pilares que sustentan el acompañamiento: el primero es la conceptualización de la **violencia sociopolítica** que es el marco contextual donde se desarrollan las actividades de los sujetos políticos; el segundo son los **derechos humanos**, como marco de exigibilidad para una vida digna y punto de partida para el análisis sobre la acción de los actores del poder; finalmente, la perspectiva de la **salud mental** permite trazar el horizonte de bienestar de los sujetos políticos en ese contexto.

Desde el enfoque psicosocial consideramos imprescindible analizar el tipo de violencia a la cual nos enfrentamos; en el trabajo con los sujetos políticos encontramos que aquella que más afecta es la de carácter sociopolítico. Para caracterizarla, es importante destacar que la **violencia sociopolítica** está sustentada en un sistema capitalista neoliberal y patriarcal que genera, a su vez, un entramado de violencias que se complementan y cuyos daños se manifiestan de diversas maneras en función de contextos particulares. Por ejemplo, la violencia patriarcal –que se caracteriza entre otras cosas por el desbalance en las relaciones de poder, la estigmatización de lo diverso, el control de los cuerpos, la violencia y tortura sexual, el confinamiento de las mujeres al ámbito privado y su invisibilización– exacerba formas de violencia que actúan contra las mujeres, por el hecho de ser mujeres, contra las personas con identidades no heteronormativas, o disidentes, y contra cualquier expresión de género que subvierta el orden binarista⁹ establecido.

En lo referente al marco de **derechos humanos**, partimos de una acepción que refiere a todas las condiciones y prerrogativas sustentadas en la dignidad humana. Los derechos humanos se han exigido de manera cíclica a lo largo de la historia contemporánea de la humanidad; en América Latina, el reconocimiento de los derechos humanos y su inclusión en un marco legislativo, tanto a nivel internacional como nacional, es el resultado de una

⁹ El binarismo de género es una construcción social que plantea la existencia de dos únicos sexos: varón y hembra, y dos géneros dicotómicos: masculino y femenino. Con base en esta construcción rígida se interpretan y categorizan los cuerpos, los roles sociales, las emociones y otras dimensiones de la vida. El binarismo es una de las herramientas fundamentales para la perpetuación del patriarcado.



lucha histórica de los pueblos. Desde Aluna, consideramos que la perspectiva de derechos humanos sienta las bases para la lucha de los pueblos y son la contraparte de las necesidades individuales y colectivas que nos permiten tener un marco ético de lucha y el desarrollo de herramientas y mecanismos a favor de las víctimas.

Nuestra concepción de **salud mental** se basa en las reflexiones desarrolladas por Ignacio Martín-Baró, quien asumió una postura crítica frente a las concepciones que la limitan a la ausencia de trastornos psíquicos o al buen funcionamiento del organismo humano¹⁰; Martín-Baró abogó para que la salud mental fuera entendida en términos más amplios, considerando que:

“(...) se trata de un carácter básico de las relaciones humanas que define las posibilidades de humanización que se abren para los miembros de cada sociedad y grupo. En términos más directos, la salud mental constituye una dimensión de las relaciones entre las personas y grupos más que un estado individual, aunque esa dimensión se enraíce de manera diferente en el organismo de cada uno de los individuos involucrados en esas relaciones”.¹¹

Finalmente, hemos visto que integrar la **perspectiva feminista** –de manera transversal a nuestro enfoque- permite dar cuenta de la violencia sociopolítica en su relación con el orden simbólico del género, mismo que forma parte del entramado de violencias y opresiones que agudizan los impactos sobre los sujetos políticos. La conciencia de dicho entramado permite develar los códigos, significaciones y normas basadas en la distinción de los sexos, siendo esta distinción parte de las formas primarias de significación y legitimación el poder, los cuales son socialmente representados en saberes, prácticas, discursos que tienen como función la jerarquización de las relaciones sociales y la desigualdad social.

Contamos con un método de trabajo inspirado en la Psicología Social de la Liberación de Ignacio Martín Baró, en la Pedagogía Popular de Paulo Freire y en la Investigación Acción Participativa de Fals Borda.

Metodológicamente, abordamos cuatro ámbitos de trabajo psicosocial: psicoemocional, dinámica y relaciones internas, seguridad y proyecto político, ya que hemos identificado

¹⁰ Según Martín-Baró, estas concepciones de salud mental serían expresión de “una pobre concepción del ser humano, reducido a un organismo individual cuyo funcionamiento podría entenderse en base a sus propias características y rasgos, y no como un ser histórico cuya existencia se elabora y realiza en la telaraña de las relaciones menos en su dotación para la vida y más en el carácter de la vida que se construye históricamente”. Martín-Baró, I. (1998). Guerra y salud mental. octubre 11, 2019, de Papeles de Psicólogos Sitio web: <https://bit.ly/2TfDDsh>.

¹¹ Martín-Baró, I. (1998). Guerra y salud mental. Op. Cit.



que en estos se manifiestan –principalmente- los impactos de la violencia y constituyen la estructura de trabajo en cada acompañamiento.

El trabajo psicosocial de Aluna:

- El trabajo psicosocial no es neutral, optamos por el acompañamiento a sujetos políticos que son víctimas de violaciones a los derechos humanos, que se comprometen con la exigencia de verdad, justicia y reparación de los daños causados y la búsqueda de condiciones de vida digna.
- Trabajamos sobre el análisis crítico de la realidad para comprender la complejidad del contexto: analizamos las relaciones económicas políticas y sociales que generan condiciones de injusticia, desigualdad y represión y las intencionalidades de la violencia y, desde la perspectiva de derechos humanos, la responsabilidad del Estado (por acción, omisión o aquiescencia) para que los sujetos políticos que defienden los derechos humanos puedan generar acciones de manera más integral.
- Desde la mirada interseccional, profundizamos el análisis sobre la vivencia de las personas defensoras, visibilizando otras dimensiones que complejizan su labor, como el género¹², la identidad étnica, la edad, la preferencia sexual, el rol familiar y la clase social, entre otras.
- Abordamos el daño en todas sus dimensiones, lo que permite a los sujetos políticos dar sentido a su experiencia, ser más activos y generar respuestas integrales.
- La metodología utilizada permite trascender el ámbito terapéutico, pues no sólo busca mitigar el daño sino fortalecer, estratégicamente, procesos políticos ante el agravamiento del contexto.
- Nuestro modelo de acompañamiento permite ver y reforzar alternativas que minimicen la frustración y la impotencia frente a la impunidad y la falta de respuesta del Estado.
- Aportamos nuestra experiencia a la construcción conjunta de herramientas, psicoemocionales y de protección, para que los y las defensoras de derechos humanos puedan afrontar el miedo y sentirse con mayor seguridad para continuar su labor.

E-mail: contacto@alunapsicosocial.org

¹² Ver Aluna Acompañamiento Psicosocial, A.C. (2019). *Si no somos nosotras, ¿quiénes?, si no es ahora, ¿cuándo?*. México: Aluna. Disponible en: <https://bit.ly/2iXvRpb>

