

**La imagen y la narrativa como herramientas para el abordaje psicosocial en escenarios
de violencia. Departamento Boyacá**

Yudy Liseth Chaparro Camargo

Luz Edith García González

Zulay Dayana Hernández Preciado

Nancy Bibiana Moreno Alba

María Yeinn Tarazona Sepúlveda

Código: 442006_24

Tutor

Boris Geovanny Delgado

Universidad Nacional Abierta y a Distancia – UNAD

Escuela de Ciencias Sociales, Artes y Humanidades – ECSAH

Psicología

2022

Resumen

La actividad del diplomado se basa en el análisis de dos casos relacionados con el conflicto armado en Colombia y las acciones psicosociales que se derivan del mismo, además de valorar los eventos traumáticos por los que ha pasado los personajes principales, basados en el enfoque narrativo. Para ello se debe interpretar las lecturas propuestas en el curso. Seguido a esto se tiene el análisis de la experiencia del photovoice.

El conflicto armado es una problemática social la cual ha dejado varios damnificados, personas inocentes que han sufrido todo tipo de pérdidas. Esto se ve reflejado en el caso de Ana Ligia, una mujer del Corregimiento de Aquitania, cerca del municipio de San Francisco, la cual ha tenido que enfrentar todas las consecuencias del desplazamiento forzado, y aun así ella trabaja apoyando a la salud mental de las víctimas del conflicto, escuchando todos sus relatos llenos de dolor. En este caso se observa conductas resilientes por parte de ella ya que, a pesar de sufrir dos desplazamientos seguidos, fue despedida injustamente de su trabajo, no recibió ayuda por parte del gobierno para ella ni para sus cuatro hijos, pero pudo cambiar su historia, creciendo como persona.

Esta actividad se apoya en el enfoque narrativo, Connelly y Clandinin, 1995, citado por Hernández, *s.f*, menciona que el enfoque narrativo es: “El estudio de la forma en que los seres humanos experimentamos el mundo. La narrativa es tanto el fenómeno que se investiga como el método de investigación”, es decir, es una herramienta muy útil en contextos de violencia, permitiendo describir las historias y memorias de las víctimas.

Por otro lado, el caso de Peñas Coloradas es otro claro ejemplo de las consecuencias de la guerra, dejando así a millones de campesinos desamparados, sin ninguna protección, con desestabilización emocional, económica y jurídica, ya que eran buscados y reseñados por el mismo ejército.

Finalmente, la herramienta del photovoice es muy valiosa a la hora de relatar los sucesos que pasan en una comunidad, barrio o lugar mediante una fotografía. Con base a esto los estudiantes recopilaron mediante fotografías las problemáticas que aquejan a Sogamoso y Tota, para así realizar un análisis de las mismas.

Palabras clave: Acción psicosocial, Enfoque narrativo y Violencia.

Abstract

The activity of the course is based on the analysis of two cases related to the armed conflict in Colombia and the psychosocial actions that derive from it, in addition to assessing the traumatic events that the main characters have gone through, based on the narrative approach. For this, the readings proposed in the course must be interpreted. Following this is the analysis of the photovoice experience.

The armed conflict is a social problem which has left several victims, innocent people who have suffered all kinds of losses. This is reflected in the case of Ana Ligia, a woman from the Corregimiento of Aquitania, near the municipality of San Francisco, who has had to face all the consequences of forced displacement, and yet she works supporting the mental health of the victims of the conflict, listening to all their stories full of pain. In this case, resilient behavior is observed on her part, since despite suffering two displacements in a row, she was unjustly fired from her job, she did not receive help from the government for herself or her 4 children, but she was able to change her story, growing up as a person.

This activity is based on the narrative approach, Connelly and Clandinin, 1995, cited by Hernández, sf, mentions that the narrative approach is: "The study of the way in which human beings experience the world. The narrative is both the phenomenon being investigated and the research method", that is, it is a very useful tool in contexts of violence, allowing the stories and memories of the victims to be described.

On the other hand, the case of Peñas Coloradas is another clear example of the consequences of the war, thus leaving millions of peasants homeless, without any protection, with emotional, economic and legal destabilization, since they were wanted and reviewed by the same army.

Finally, the photovoice tool is very valuable when recounting the events that happen in a community, neighborhood or place through a photograph. Based on this, the students compiled through photographs the problems that afflict Sogamoso and Tota, in order to carry out an analysis of them.

Keyword: Psychosocial action, Narrative approach, Violence

Tabla de Contenido

Análisis Relatos de Violencia y Esperanza- Ana Ligia.....	8
Fragmentos de una Historia.....	9
Impactos Sociales en Contextos Traumáticos	11
Posicionamiento Subjetivo Desde Víctima o Sobreviviente	13
Un Relato con Significado Alternativo de Violencia	14
Posicionamiento Resiliente Frente al Horror de la Violencia	15
Formulación de Preguntas Circulares, Reflexivas y Estratégicas.	15
Análisis y Presentación de Estrategias de Abordaje Psicosocial- Peñas Coloradas	19
Emergentes Psicosociales Después de la Incursión y el Hostigamiento Militar	20
Impacto Generado por ser Estigmatizada Como Cómplice de un Actor Armado....	23
Acciones de Apoyo en la Situación de Crisis.....	24
Estrategias Psicosociales que Faciliten la Potenciación de Recursos de Afrontamiento.	25
Informe Analítico y Reflexivo de la Experiencia de Foto voz.....	30
Página Wix	38
Conclusiones	39
Referencias Bibliográficas	41

Listado de Tablas

Tabla 1 Formulación de preguntas	15
Tabla 2 Estrategias Psicosociales	25

Análisis Relatos de Violencia y Esperanza- Ana Ligia

La protagonista del relato es Ana Ligia Higinio López, oriunda del Corregimiento de Aquitania, madre de familia de cuatro chicos. Esta mujer se caracteriza por ayudar a las víctimas del conflicto armado, ser poeta y sobre todo por la fuerza tan grande que tiene de salir adelante a pesar de haber sufrido dos desplazamientos forzados en el 2003 y 2004. Desde hace dos años reside en Marinilla ya que le toco salir de su pueblo debido a la guerra que se vivía allí. Ana siempre ha sido una persona dispuesta a brindar apoyo psicosocial a las víctimas del conflicto armado pues de eso se trataba su trabajo en el hospital, debido a esto ella estaba estudiando el tema de salud mental por ser de las pocas personas que desempeñaban ese cargo, pero lastimosamente se le había terminado el contrato. Para los últimos días del mes de junio se vivía una guerra entre guerrilla, paramilitares y Ejército, en el lugar donde estaba viviendo Ana y sus hijos, preciso en ese tiempo ella recibe una llamada de la Alcaldía y del hospital para que obligatoriamente se acercara allí, a lo que ella valientemente se desplaza con sus hijos hasta el hospital, donde la esperaba el Alcalde y el gerente del hospital de San Francisco. Ellos le ofrecieron trabajar allí, para que Ana Ligia quitara la demanda que les había interpuesto por haberla despedido con ocho meses de embarazo. Pero de igual manera ella no se podía devolver para Aquitania porque estaba amenazada, como consecuencia de ese estrés Ana se enfermó y le tuvieron que quitar las cordales.

Como Ana Ligia tiene experiencia en el apoyo a víctimas del conflicto armado y en el municipio de San Francisco estaba llegando veredas enteras de desplazados, por ende en el hospital le dieron un contrato de seis meses para que hiciera el censo de todas las familias y trabajar con ellas; pero al terminar ese tiempo no le renovaron contrato y quedo desempleada y desplazada por no haber quitado la demanda, por todos esos hechos negativos le invadieron sentimientos de impotencia, pero como en toda situación de la vida, después viene la calma y

en el 2006 consiguió un empleo con las víctimas de San Francisco, sobre todo con mujeres, donde después de tanto dolor había entendido que Dios la había puesto allí para ayudar a estas personas que tanto la necesitaban, a lo cual esta experiencia la hizo crecer como persona.

Actualmente Ana Ligia vive en Marinilla y se encuentra desempleada, a la espera de una llamada de contratación; afortunadamente una de las hijas se graduó de enfermería y ahora es ella quien apoya económicamente a su mamá. Ana se dedica a una de sus pasiones que es la Poesía, más que ya tiene un libro, y se encuentra escribiendo la historia de su pueblo. En el 2003 por el desplazamiento se le perdieron algunos escritos, pero sigue redactando, de hecho, escribió un poema que se llama 'Mi Río Magdalena' el cual está inspirado en las víctimas.

Fragmentos de una Historia

Fragmento Uno. “Me tocó salir a la fuerza de mi pueblo por la guerra que nos tocó vivir, aun - que yo no quería salir porque llevaba 20 años de trabajo allá. Fui desplazada dos veces: la primera fue entre el 2003 y el 2004”, (Tomado de Voces: relatos de violencia y esperanza, Banco Mundial, 2009). Este fragmento evidencia la subjetividad y valoración que Ana ligia le da a la experiencia por la que acaba de pasar, teniendo, así como consecuencia un cambio en su historia de vida.

Según Fabris (2010) Considera a la subjetividad colectiva “como los modos de pensar, sentir y actuar que tienen los integrantes de un colectivo social que puede abarcar a los habitantes de una ciudad, una región, una nación o cualquier subconjunto social que quiera ser considerado” (p, 4); entonces, a nivel subjetivo se evidencia el deseo de la víctima, de no querer abandonar su vida en el pueblo.

Cuando la persona experimenta un trauma, especialmente si este es recurrente, el territorio de identidad sufre una significativa reducción de tamaño y cuando este territorio está muy reducido es difícil que la persona sepa cómo proceder en la vida, como seguir adelante en sus proyectos personales o como concretar sus planes de vida. (White, M, 2016, p. 3)

Ana Ligia expresa sentimientos de sufrimiento, tristeza, desolación, angustia y desorientación ante esta situación por la que está pasando, pero que aun así debe reconstruir su vida.

Fragmento dos. “...el alcalde me dijo que no me podía devolver porque le habían dicho que yo estaba amenazada. Terminé esa conversación muy triste. Me enfermé. Cuando llegué a donde nos estábamos quedando dormí unas horas; luego me desperté y no volví a dormir por un tiempo. Por el estrés se me inflamaron las mandíbulas y me tuvieron que sacar las cordales.” (Tomado de Voces: relatos de violencia y esperanza, Banco Mundial, 2009). En este relato se observa la crisis por la que acaba de pasar Ana Ligia, (Benveniste, 2000, como se citó en Arenas, 2017) “Una crisis psicológica ocurre cuando un evento traumático desborda excesivamente la capacidad de una persona de manejarse en su modo usual”, es decir, por todos los sucesos que tuvo que pasar Ana y los momentos de estrés que no supo manejar adecuadamente, su salud mental se vio involucrada, generando un episodio de crisis, teniendo como resultado la inflamación de las mandíbulas y su posterior intervención en las cordales. Cabe resaltar la importancia de la salud mental en tiempos de guerra. La OMS, *s.f*, citados por Cuellar, 2019, ha definido la salud mental como “un estado de bienestar en el cual el individuo es consciente de sus propias capacidades, pueden afrontar las tensiones normales de la vida, trabajar de forma productiva y fructífera y tener la capacidad para hacer contribuciones a la sociedad”.

Fragmento tres. “Yo escribo poesía y ya tengo un libro. Estoy escribiendo la historia de mi pueblo. Aunque en el desplazamiento del 2003 perdí muchos escritos, sigo haciendo poesía. Hay un poema que tengo que se llama ‘Mi Río Magdalena’, que está inspirado en las víctimas”. (Tomado de Voces: relatos de violencia y esperanza, Banco Mundial, 2009). A partir de este fragmento se denota el valor que le da Ana Ligia a cada hecho de vida que marcaron su vida positiva o negativamente, pero que fueron de gran aprendizaje y provecho para ella, se evidencia como a través de la Poesía expresa lo vivido. Cabe resaltar la importancia de la resiliencia en esta historia de vida, Michael Rutter 1993 citado por Llobe & Wegsman 2004, “define como resiliencia al conjunto de procesos sociales e intrapsíquicos que posibilitan el enfrentamiento exitoso a la adversidad” (p, 3). Ana en su relato de resiliencia usa el arte en este caso la poesía en temas de violencia, lo cual tienen como propósito resaltar lo vivido en tiempos de guerra manteniendo la memoria histórica viva, no solo de los lugares donde sucedió, sino que también los hechos, autores y fechas en las que acontece cada hecho.

Los conocimientos que desarrollamos acerca de nuestra vida tiene mucho que ver con aquello que valoramos. Todo aquello a lo que le damos valor en la vida nos da el propósito para vivir, le da un sentido a nuestra vida y os marca el camino a seguir (White, M, 2016, p. 5)

Gracias a su pasión por la poesía Ana Ligia encontró una manera de expresar su dolor, encontrando valor y sentido a todas las experiencias traumáticas por la que tuvo que pasar.

Impactos Sociales en Contextos Traumáticos

El rompimiento de los vínculos generados en todos los entornos, “Fui desplazada dos veces: la primera fue entre el 2003 y el 2004, cuando salió gente de Aquitania y de siete veredas en un desplazamiento masivo. La segunda fue el 20 de junio del 2004 cuando me tocó irme completamente de mi pueblo” (Tomado de Voces: relatos de violencia y esperanza,

Banco Mundial, 2009), claramente se evidencia que exponen a la víctima a episodios de miedo, tristeza y desolación ante las experiencias de guerras vividas, generando un impacto negativo en el ámbito social, educativo y laboral de Ana Ligia.

A nivel laboral se **vulneran sus derechos**. “Yo le tenía una demanda a esa institución porque de ahí me habían echado con ocho meses de embarazo. Lo que ellos querían era que yo les quitara la demanda” (Tomado de Voces: relatos de violencia y esperanza, Banco Mundial, 2009), la empresa en la que trabajaba no le dio la licencia de maternidad ante lo cual Ana Ligia impuso una demanda, se evidencia que el Alcalde y el gerente de la entidad donde trabajaba la querían sobornar, ante lo cual ella no accede y es despedida, en el momento se afecta el bienestar económico y emocional de la familia ya que dependen monetariamente de este salario para satisfacer sus necesidades básicas. Según el Ministerio de Justicia (2021) dice “La mujer embarazada o en licencia de maternidad no puede ser despedida, salvo que exista una causa relevante que justifique la terminación del contrato de trabajo...” (Párrafo, 9), Ana Ligia no debió de haber sido despedida sin justa causa de su empleo en el hospital y aún más si estaba esperando un hijo, afectando así su estabilidad emocional, financiera y familiar, ya que sus hijos dependían de ella y su sueldo.

Afectaciones a la salud mental y física. “Terminé esa conversación muy triste. Me enfermé. Cuando llegué a donde nos estábamos quedando dormí unas horas; luego me desperté y no volví a dormir por un tiempo. Por el estrés se me inflamaron las mandíbulas y me tuvieron que sacar las cordales” (Tomado de Voces: relatos de violencia y esperanza, Banco Mundial, 2009), Ana Ligia vivió momentos de alto estrés, donde se le somatizo todas las emociones negativas que no supo manejar adecuadamente en el cuerpo con dolores en las mandíbulas e insomnio. White (2016) “Esto tiene como resultado que la persona sienta que su vida no tiene sentido, con vacío interno que la lleva a una situación de parálisis-siente que

su vida se ha congelado en el tiempo” (p. 5), por lo tanto, en un momento de crisis la persona puede pensar que las problemáticas por las que está pasando no tiene solución, dejándose llevar por la parte subjetiva en vez de ser objetiva.

Posicionamiento Subjetivo Desde Víctima o Sobreviviente

A partir del relato podemos evidenciar voces de Ana Ligia y de las víctimas de la violencia, donde se expresan sentimientos de miedo, tristeza desolación y esperanza, ante cada desplazamiento. Como lo son:

“Había mucho conflicto por toda esa zona, porque peleaban guerrilla y paramilitares y el Ejército”. (Tomado de Voces: relatos de violencia y esperanza, Banco Mundial, 2009), en un territorio donde no se daba la violencia del conflicto armado, para sus habitantes era demasiado extraño vivir rodeados de personas armadas, pero lastimosamente en Aquitania el lugar donde vivía Ana Ligia se convirtió en el centro del conflicto armado, dejando a su paso un daño psicológico en la comunidad, cambiando sus vidas desde aquel momento. En este relato juega un papel importante la subjetividad (Ortner, 2005) “La subjetividad en la vida social definida como una conciencia específicamente cultural e histórica como sujetos cognoscentes, las personas tienen un grado de reflexividad sobre sí mismas, sobre sus deseos, sentimientos, angustias e intenciones” (p.13), como consecuencia ante la situación de horror por la que atravesaban todos los habitantes de esa zona, los cuales los invadían sentimientos de culpa, miedo y desorientación, donde la ayuda del gobierno en este caso no se evidencio. Según “la habituación” uno de los procesos psicosociales de Maritza Montero, hace referencia a la repetición e indiferencia de la gente, el gobierno y demás entes, ante el desplazamiento forzado, no invierten en investigaciones, ni apoyo psicosocial, ven la violencia como algo

común, algo habitual, ya que esta situación no se vive en un solo sector de Colombia, sino que se evidencia en muchos lugares más.

Un Relato con Significado Alterno de Violencia

En el relato de Ana Ligia hay diferentes fragmentos donde se puede puntualizar la violencia que vivió; pero también como esta experiencia le ayudo a crear poesía con base a sus vivencias, además el haber trabajado con mujeres y todo el dolor por el que paso le ayudo a crecer como persona. Poseck et ál (2006) “algunas personas que experimentan situaciones traumáticas llegan a desarrollar trastornos, en la mayoría de los casos esto no es así, y algunas incluso son capaces de aprender y beneficiarse de tales experiencias” (p. 3), el valor y la importancia de la poesía para Ana Ligia, le permite expresar poéticamente el sufrimiento y las experiencias de desplazamiento como consecuencia de la guerra.

La vida de Ana Ligia no fue fácil, no tuvo redes de apoyo, es una madre cabeza de familia, con cuatro hijos que dependían de ella, desplazada y desempleada por las injusticias del alcalde y gerente del hospital donde laboraba. Huyendo de las amenazas del grupo armado tuvo el valor de adaptarse a un nuevo entorno, buscando calidad de vida. Para Masten, (2001), mencionado por Poseck et ál (2006), “numerosos datos muestran que la resiliencia es un fenómeno común entre personas que se enfrentan a experiencias adversas y que surge de funciones y procesos adaptativos normales del ser humano” (p. 4). Esta historia de vida es un claro ejemplo de resiliencia, al sobrevivir y salvaguardar su vida junto a la de sus hijos.

Finalmente, en el relato se habla sobre un plan básico de salud mental, expresión que resalta la importancia del que hacer de un psicólogo con las víctimas de la violencia, Según Rizzo (2009) hace referencia a la intervención psicosocial “esta forma particular de

configurar la intervención viene dada tanto por el avance en la comprensión de las problemáticas y necesidades de los seres humanos no solo enfocado desde lo asistencial o económico (sino también desde las potencialidades, los derechos y las capacidades)” (p. 1), en este caso se resalta la labor social y comunitaria de Ana Ligia, que en medio de tantas dificultades siempre estuvo dispuesta a servir y luchar por el bien de la comunidad, aunque carecía de recursos económicos, tenía la disposición para escuchar a las víctimas.

Posicionamiento Resiliente Frente al Horror de la Violencia

En el relato se evidencia un posicionamiento resiliente frente a las imágenes de horror de la violencia, Ana ligia es una persona que a pesar de todas las circunstancias que ella estaba viviendo como víctima ayudo a muchos otros desplazados los empodero para seguir adelante y tener una mejor calidad de vida, les fomento valores para superar los traumas vividos, ella encontró una forma de superar todas las circunstancias, se basó en la poesía para expresar su dolor y tristeza que vivió en medio de tanta guerra y a pesar de estar inmersa en esta , seguido con el entusiasmo y esperanza de ayudar a los demás, mientras que afuera se vivía la guerra ella se preparaba y capacitaba para brindar apoyo psicosocial a las víctimas.

Formulación de Preguntas Circulares, Reflexivas y Estratégicas

Tabla 1

Formulación de preguntas

Tipo de pregunta	Pregunta	Justificación desde el campo psicosocial
-------------------------	-----------------	---

Circulares	¿De qué manera se vio afectada su condición de vida y la de su familia ante cada hecho de violencia y desplazamiento?	<p>Con esta pregunta se busca que el relator reconozca las afectaciones a nivel emocional, físico, cognitivo y social que se dan a raíz de cada hecho de violencia y desplazamiento que vivió la protagonista.</p> <p>Factores como las conductas relacionadas con la salud, nuestros estados psicológicos o emocionales, las características personales y los modos de afrontamiento, han demostrado ser de especial relevancia en este sentido (Oblitas, 2004)</p>
	¿Qué ayuda recibió por parte de su familia, amigos, vecinos y los diferentes entes territoriales para sobrelivir ante cada situación de violencia?	<p>Con este tipo de pregunta se busca indagar sobre las redes de apoyo con las que cuenta la víctima.</p> <p>Las redes de apoyo constituyen un elemento importante para el bienestar del individuo, pues es gracias a ellas que la persona encuentra un lugar donde pertenece y se identifica al compartir experiencias e intereses con otras personas con las cuales puede confiar o contar en periodos de necesidad. (Gines, 2020)</p>
	¿De qué manera afrontó cada hecho violencia y cuál fue su motivo para no decaer?	<p>Esta pregunta busca identificar las estrategias de afrontamiento y resiliencia que fueron utilizadas por la protagonista, además destacar el papel que juega la motivación en el deseo de superación y afrontamiento.</p> <p>La resiliencia no está en los seres excepcionales sino en las personas normales y en las variables naturales del entorno inmediato.</p> <p>Por eso se entiende que es una cualidad humana universal presente en todo tipo de situaciones difíciles y contextos desfavorecidos, guerra, violencia, desastres, maltratos, explotaciones, abusos, y sirve para hacerlos frente y salir fortalecido e incluso transformado de la experiencia (Vanistaendel, 2002).</p>

Reflexivas	¿Qué aspectos de sí mismo le gustaría fortalecer para ser una mejor persona y un buen líder en su comunidad?	Esta pregunta permite la Autopercepción y la superación de la protagonista; Despierta la necesidad de fortalecerse para ayudar a la comunidad
	¿Qué papel cumple el estado con las víctimas y como apporto en su caso?	Permite reconocer la percepción de las víctimas en cuanto a las funciones del estado en la reparación de las víctimas.
	¿Qué impacto a nivel positivo genero la situación de violencia vivida?	Invita a la autoevaluación y al reconocimiento de fortalezas, habilidades y empoderamiento logradas a partir de un hecho doloroso.
Estratégicas	¿A partir de su experiencia vivida que estrategias se podrían desarrollar para ayudar a las víctimas?	Con esta pregunta se busca identificar las necesidades de las víctimas y que la protagonista reconozca los recursos y habilidades con los que cuenta la comunidad para enfrentar diversas situaciones.
	¿Cree usted que ha logrado manejar y regular sus emociones tales como miedo, tristeza y frustración después de la experiencia vivida?	El manejo de las emociones favorece el bienestar psicosocial y permite el desarrollo e implementación de estrategias de resiliencia. “Podemos entender como emoción una experiencia multidimensional con al menos tres sistemas de respuesta: cognitivo/subjetivo; conductual/expresivo y fisiológico/adaptativo”. (Piqueras et ál. 2009)
	¿A partir de su experiencia cuales son las habilidades y competencias que se deben fortalecer en la comunidad para el afrontamiento de situaciones problemáticas?	El identificar las necesidades de la comunidad es clave para el desarrollo de estrategias psicosociales que mejoren la calidad de vida de la comunidad. Las habilidades sociales Son conductas que se manifiestan en situaciones interpersonales; estas conductas son aprendidas y, por tanto, pueden ser enseñadas. Estas conductas se orientan a la obtención de distintos tipos de reforzamiento, tanto del ambiente (consecución de objetivos materiales o refuerzos sociales) como auto refuerzos (Gil, 1993; citado por Pérez, 2009).

Análisis y Presentación de Estrategias de Abordaje Psicosocial- Peñas Coloradas

Peñas Coloradas fue una comunidad conformada por personas del Huila, Tolima, Cauca, Valle y Santander, las cuales huían del hambre y la violencia, he hicieron una comunidad en Caquetá, sin ningún tipo de ayuda gubernamental. Estas personas vivían de las cosechas naturales, hasta que se complicó la situación y tiempo después llegó la “Coca pajarita” y también la guerrilla, pero aun así con esos dos factores la comunidad vivía en paz, nada les faltaba y todos se apoyaban mutuamente, la guerrilla hacía respetar las leyes que se crearon allí.

Esta comunidad era invisible antes los ojos de Colombia por ende ellos intentaban hacerse notar con las marchas cocaleras de 1996, hasta el 2004, cuando ocurrió la guerra entre el Ejército y las FARC. Los militares bombardearon los alrededores de Peñas Coloradas y desalojaron a toda la comunidad por creer que el pueblo estaba confabulado con la guerrilla y el horror apenas empezaba para ellos. “El mundo, entonces, se nos vino encima, pero por lo menos supo donde quedaba Peñas Coloradas. Llegó el hambre, llegó la miseria y, como si sacarnos del pueblo hubiera sido poco, llegó la persecución militar” (Tomado de Peñas Coloradas. El Estado declaró al Ejército dueño temporal de nuestro caserío y nos condenó al destierro”. 2019). Después de este operativo aparecieron los falsos positivos, donde capturaban y torturaban a los campesinos haciéndolo pasar por guerrilleros.

Esta situación negativa no detuvo a la comunidad, sino al contrario sirvió como un estímulo de resiliencia, ellos querían regresar al pueblo que tanto les costó construir, se contactaron con comisiones de derechos humanos, con gente del extranjero e hicieron el festival “La Alegría del Machete” pero nada funcionaba, el Gobierno no les prestaba atención para que les devolvieran la zona, e incluso les notificaron que Peñas Coloradas les pertenecía al ejército, y la comunidad tenía que esperar diez años para que el sector regresara

nuevamente a ellos, pero no fue así, el comodato se renovó por otros diez años, e incluso hay un retén en la entrada del pueblo “Del caserío que levantamos no quedan sino los escombros y los recuerdos. Cuando uno pasa por ahí le dan ganas de llorar. Parece un pueblo fantasma. No hay un techo ni una casa en pie” (Tomado de Peñas Coloradas. El Estado declaró al Ejército dueño temporal de nuestro caserío y nos condenó al destierro”. 2019); los campesinos de este lugar siguen desterrados y olvidados por el estado.

Emergentes Psicosociales Después de la Incursión y el Hostigamiento Militar

Para empezar, hay que tener en claro que son los emergentes psicosociales:

Los emergentes psicosociales son hechos y procesos que teniendo lugar en el escenario de la vida cotidiana permiten ubicar y comprender la subjetividad como dimensión específica del proceso sociohistórico. Son signos relevantes desde el punto de vista psicosocial tanto como desde el punto de vista cultural o político (Fabris, 2010, p, 14)

Dentro de los emergentes psicosociales que están latentes en el caso de Peñas Coloradas, se destaca la vulneración a los derechos humanos, desplazamiento forzado, intimidación, maltrato verbal y físico. Esta comunidad tuvo que pasar por momentos muy duros donde estuvo presente la subjetividad la cual es entendida para Fabris (2010) como

Un concepto que aporta una comprensión psicosocial de la trama subjetiva del proceso sociohistórico. Se considera a los sujetos como seres activos, sensibles y situados, quienes perciben, vivencian, sienten y actúan en las circunstancias de la vida cotidiana y el proceso social e histórico del cual son emergentes a la vez que actores. (p. 24).

Se hace visible aquellos impactos psicosociales, que generan cambios de conducta, nuevas formas de visión y afrontamiento de la realidad, donde a través del acompañamiento primario y profesional, se puede ayudar a la transformación de nuevos constructos, a través de la intervención psicosocial, como lo define Blanco (2007) citado por llanos et ál (2018)

“Conjunto de actividades por parte de un interventor encaminadas a producir cambios en la conducta” (Párrafo, 14). Es decir, se empodera a la comunidad, para la participación de todos y la toma de decisiones para el beneficio de la comunidad, del mismo modo, la generación de nuevas estrategias sociales, buscan un mayor posicionamiento comunitario, atención a las necesidades colectivas e individuales, responsabilidad del estado y sobre todo que tenga la premisa de un marco común de respeto a los derechos humanos.

En cuanto a los emergente psicosociales positivos y negativos después del hostigamiento militar se tiene:

Desplazamiento Forzado. En este caso, encontramos una carga subjetiva fuerte por la pérdida de vidas durante el conflicto armado. Un grupo de personas provenientes de diferentes lugares de Colombia, deciden empezar a construir Peñas Coloradas, buscando una nueva oportunidad, pero su calidad de vida fue poca ya que este lugar fue destruido por el ejército sin justa razón y sus habitantes fueron desplazados, teniendo que salir de sus hogares con sus hijos al hombro. Pasando por momentos altos de estrés, creando así eventos traumáticos, como lo menciona Rodríguez, J.; De la Torre, A.; Miranda, C. (2002)

Es claro que la exposición a eventos traumáticos puede producir un mayor nivel de angustia en cualquier persona e inclusive afectar a amplios grupos de la comunidad, que, en su gran mayoría, si bien no sufren en ese momento enfermedad mental alguna, sí están experimentando reacciones normales producidas por un evento significativo (p. 3)

En momentos altos de estrés es vital que las personas cuenten con redes de apoyo, como familiares y sociales, para afrontar situaciones difíciles que se puedan presentar y poder solucionarlas de una manera óptima. Peñas Coloradas estaba conformada por personas comprometidas con su pueblo, había unión y apoyo mutuo “Como el mundo se nos vino encima, no quedó de otra que organizarnos. Organizamos levantamos un pueblo y organizados

nos propusimos recuperarlo. Hicimos de todo para volver” (Tomado de Peñas Coloradas. El Estado declaró al Ejército dueño temporal de nuestro caserío y nos condenó al destierro”. 2019).

Re-Victimización. Los habitantes de Peñas Coloradas habían llegado a ese territorio siendo desplazados de diferentes lugares de Colombia y fueron nuevamente desterrados de sus tierras por el Ejército, vulnerando así sus derechos humanos, como explica Marin & Valencia (2008)

El desplazamiento forzado vulnera un conjunto de derechos inherentes a la Persona reconocidos por la Constitución Política de 1991, por DIH internacional y los protocolos firmados por Colombia, como lo son: El derecho a la vida, integridad, libre desarrollo de la personalidad, dignidad Humana, libertad, seguridad personal y publica, igualdad, patrimonio económico, trabajo, libre movilización, convivencia, paz, el derecho de los nacionales a escoger su lugar de domicilio, sus derechos de expresión y de asociación, los derechos de los niños, de las mujeres cabeza de familia, de los discapacitados y de las personas de la tercera edad. (Párrafo, 3)

Después del hostigamiento militar que ocurrió en abril del 2004 por medio de bombas, los campesinos no han podido volver a sus tierras, siendo ignorados y olvidados. La interacción con los factores políticos, sociales, históricos y psicológicos, no han sido tenido en cuenta, teniendo como resultado el abandono social. Después del desplazamiento la comunidad tuvo que vivir momentos de hambruna a causa de ser desterrados de un lado a otro, de no encontrar un lugar que les brindara protección y un trabajo digno para su sustentación diaria.

Ante los emergentes positivos, es importante resaltar que, a pesar de la coyuntura, la comunidad de Peñas Coloradas siempre se ha mantenido unida, buscando no solo atender las necesidades individuales, sino también atenderlas de manera colaborativa, en este caso buscando siempre la superación ante la adversidad.

Resiliencia. Un aspecto relevante que se observa en la historia de Peñas Coloradas es el trabajo en equipo y la resistencia que tienen para resurgir después de un evento traumático, como bien lo define Vera, B.; Carbelo B.; Vecina, M. (2006)

Las personas resilientes consiguen mantener un equilibrio estable sin que afecte a su rendimiento y a su vida cotidiana. A diferencia de aquellos que se recuperan de forma natural tras un período de disfuncionalidad, los individuos resilientes no pasan por este período, sino que permanecen en niveles funcionales a pesar de la experiencia traumática.

Las personas al llegar a un nuevo territorio sin un techo donde dormir, ni que comer, evaluaron las habilidades de cada individuo, para formar una comunidad y así poder salir adelante, no esperaron las ayudas del estado, sino que los movían las ganas y el empuje de superarse como personas y como agrupación. Al ser desplazados se unieron para poder recuperar su territorio, aunque no haya salido como ellos esperaban; sin embargo, siempre estuvieron dispuestos a salir adelante aunque su voz no fuera escuchada por el Gobierno.

Impacto Generado por ser Estigmatizada Como Cómplice de un Actor Armado

El impacto generado en esa población ha sido grande pues ha afectado su vida, su economía, su contexto cultural, los ha convertido en los transformadores de hechos violentos, se han promovido como cómplices o miembros de grupos armados y despojados de su territorio sin tener en cuenta los derechos humanos. A pesar de la relatoría de los hechos y la reconstrucción de las memorias no se ha tenido en cuenta los impactos, no solo es reconocer el abandono en el que están, sino también el impacto a nivel físico, emocional y la esperanza de ser reconocidos por un estado que les ha arrebatado sus tierras sin ninguna razón, ni explicación y los han amenazado de muerte.

En este caso es importante observar como se relaciona los procesos psicosociales con la comunidad, ya que estos son factores que influyen en los individuos y grupos, Para Maritza Montero (2004) existen diferentes procesos psicosociales como los son: “habitación, la naturalización, la familiarización, la problematización y desnaturalización, la concientización y la desideologización” (p. 11). La violencia se ha vuelto algo común en esta comunidad, ya es normal el desarraigo de sus pertenencias. Al fundarse Peñas Coloradas no se veía ningún tipo de violencia al contrario era una comunidad de paz, incluso cuando llego la guerrilla, todo cambio al llegar el Ejercito y actualmente ya es algo familiar ver violencia en el Caquetá

Lamentablemente en nuestro país siempre se han presentado situaciones y escenarios donde las comunidades y regiones son estigmatizadas como patrocinadores que hacen parte de conflictos, como en este caso, lo que desencadena factores psicosociales individuales y colectivos como lo son: el estigma colectivo, la inversión no social, la imposición del libre desarrollo, el aislamiento y la presión social impuesta por el estado a través de sus instituciones.

Acciones de Apoyo en la Situación de Crisis

El acompañamiento psicosocial es indispensable en estos casos de víctimas de conflicto armado por ende es importante realizar acciones que aporten de manera positiva a las vidas de estas personas desde distintos campos que aporten al bienestar integral de los individuos.

Primera acción. Generar estrategias psicosociales las cuales permitan espacios de duelo, escucha activa, para el soporte emocional a las víctimas del conflicto armado de Peñas Coloradas, ya que el conflicto armado colombiano y sus lógicas han afectado la dignidad de miles de personas, “se les ha impedido vivir como quieren, vivir bien y vivir sin

humillaciones, tres condiciones que, a juicio de la Corte Constitucional, concretan la vida digna” (CNMH, 2014, página 10).

Al generar una cultura de sanación, se busca que los habitantes retomen su proyecto de vida por medio de sus capacidades o el aprendizaje de nuevas actividades laborales. Al ayudar a las poblaciones afectadas desde el reconocimiento de sus emociones debido a las injusticias cometidas hacia ellos, tomando como base los derechos humanos y leyes que se acoplan en pro del apoyo a las poblaciones afectadas a causa del conflicto armado, se empodera una comunidad necesitada, la cual pueden tener una estabilidad emocional y transformar esa supervivencia en valores.

Segunda Acción. Realizar una integración social con los habitantes de Peñas Coloradas donde sean reconocidos en los entes territoriales y así mismo reciban ayuda por parte del estado, conociendo que han sido desarraigados de sus tierras, también es importante el apoyo para la reconstrucción y restablecimiento del orden alterado por la emergencia de situaciones conflictivas, como las que han tenido que pasar los habitantes de Peñas Coloradas, donde han sido violentados sus derechos y han sido desplazados sin devolución de sus tierras.

Estrategias Psicosociales que Faciliten la Potenciación de Recursos de Afrontamiento.

El acompañamiento psicosocial es indispensable en estos casos de víctimas de conflicto armado por ende es importante realizar acciones que aporten de manera positiva a las vidas de estas personas desde distintos campos que aporten al bienestar integral de los individuos.

Tabla 2

Estrategias Psicosociales

Estrategias	Nombre	Descripción fundamentada y objetivo	Frases – Tiempo	Acciones por implementar	Impacto deseado
Estrategia 1	Promoviendo y fortaleciendo el manejo de las emociones juntos.	Con la implementación de esta estrategia se pretende brindar recursos a nivel individual y colectivo que permitan a las víctimas tener un adecuado manejo de las emociones ante cada situación, de igual forma que sean orientados y reconocidos en su territorio como víctimas. Objetivo: Fortalecer el manejo de las emociones, fomentando la inteligencia emocional en los habitantes de Peñas Coloradas, con el fin de reconocer los	Esta estrategia constara de 2 fases en periodos cortos: Fase 1: 50 minutos. En esta fase se pretende que cada individuo logre reconocer emociones y sentimientos a causa del desplazamiento y abandono total por el estado. Fase 2: 30 minutos. Fomentar el manejo de las emociones y la inteligencia emocional de los individuos para de esta manera ayudar a fortalecer las debilidades encontradas.	Actividad basada en el reconocimiento e identificación de las emociones. Implementación de actividades que permitan el fortalecimiento psicológico y emocional de la comunidad y el empoderamiento hacían un nuevo comienzo. Dinámica de grupo "En búsqueda de la inteligencia emocional y la felicidad"	Se quiere impactar positivamente la comunidad de Peñas Coloradas, donde los individuos identifiquen las emociones causadas por las violencias e injusticias vividas, con el fin de fortalecer y crear nuevos vínculos de resiliencia ante la situación. Según Fried "La facilitación de emociones capaces de sostener el proceso: esperanza, convicción de que es posible encontrar una solución, solidaridad y respeto recíproco, sentido de pertenencia, participación proactiva en la búsqueda de soluciones, coraje." (2010.p.60)

impactos
emocionales
causados por el
estado en la
población
afectada.

Estrategias	Nombre	Descripción fundamentada y objetivo	Frases – Tiempo	Acciones por implementar	Impacto deseado
Estrategia	2	<p>La participación social fortalece el entorno</p> <p>Reconocer la participación social como medio de empoderamiento. Fortaleciendo la comunicación entre los habitantes de la comunidad y los diferentes entes territoriales con el fin de establecer acuerdos que beneficien a la comunidad, así mismo escuchar la verdadera versión de los hechos.</p> <p>Objetivo:</p> <p>Identificar los desacuerdos entre</p>	<p>Esta estrategia constara de 2 fases en periodos cortos:</p> <p>Fase 1:</p> <p>90 minutos.</p> <p>En esta fase se procederá a elaborar un Mapa de redes y un mapa de actores donde por medio de estos identificar las redes con las que cuenta la comunidad y los actores de esta problemática.</p> <p>Fase 2:</p> <p>120 minutos.</p>	<p>Se elabora un Mapa de redes y un mapa de actores con el fin de identificar las redes con las que cuenta la comunidad y los actores de esta problemática.</p> <p>Se organizan grupos focales entre los actores “en búsqueda de la solución”</p>	<p>Lo que se busca con esta estrategia es identificar los actores y las redes con las que cuenta esta comunidad, con el fin de que las víctimas sean escuchadas, que se active esa red social, que haya una comunicación asertiva entre los actores con el fin de esclarecer la verdad y dar solución a la problemática.</p> <p>Desde la perspectiva institucional o de movimientos organizados, puede ser considerada como una estrategia de acción social. Asimismo, puede ser vista como "una metodología para la acción que permita mantener, ampliar o crear alternativas deseables para los miembros de [una]</p>

los actores y plantear acciones de mejora.	Organizar grupos entre los actores involucrados con el fin de buscar soluciones.	organización social"(Packman,1995:301) El fortalecimiento de redes de apoyo que aborda las narrativas y los testimonios para la reconstrucción y construcción de sentidos y de identidades colectivas que rompe el aislamiento subjetivo (Parra 2016, p.60).
--	--	---

Estrategias	Nombre	Descripción fundamentada y objetivo	Frases – Tiempo	Acciones por implementar	Impacto deseado
Estrategia 3	Promoviendo el trabajo en equipo con apoyo mutuo y confianza.	La base del apoyo mutuo es la confianza que remite a los vínculos e incluye aspectos de confidencialidad y la sensación de estar en conexión con el grupo, los vínculos se expresan en relación con andar al mismo ritmo, con la colaboración y coordinación,	Esta estrategia constara de 2 fases en periodos cortos: Fase 1: 70 minutos En esta fase se realizará la implementación de una matriz FODA donde se puedan identificar las fortalezas, oportunidades, debilidades, y amenazas de las víctimas.	Implementación de Matriz FODA, encaminadas a la promoción para identificación de las fortalezas, oportunidades, debilidades, y amenazas de cada individuo. Dinámica de grupo, promoviendo el trabajo en equipo "El equipo ideal"	Estas acciones están y fortalecimiento del trabajo en equipo aprovechando las capacidades y habilidades tanto individuales como grupales, en primer lugar, se identifican las amenazas, fortalezas, debilidades y oportunidades que tiene la comunidad según lo identificado se trabaja en las debilidades y amenazas. A partir de un fuerte convencimiento de que las iniciativas, las tareas y las transformaciones son posibles

<p>permitiendo una unión.</p> <p>Por medio de esta estrategia se busca ayudar a la reconstrucción del apoyo y protección social para víctimas de violencia.</p> <p>Objetivo:</p> <p>Fomentar el trabajo en equipo mediante el fortalecimiento las habilidades tanto individuales como grupales.</p>	<p>Fase 2:</p> <p>120 minutos.</p> <p>Por medio de una dinámica grupal buscaremos promover el trabajo en equipo, donde se logre la participación de todos, con el fin de fortalecer debilidades y amenazas.</p>	<p>si se buscan de manera conjunta. (Parra 2016, p.60).</p> <p>El tejido social debe ser organizado con ámbitos de participación y que promuevan la participación social. Esto hace referencia a la amplitud de su estructura, en la cual, junto con las personas naturales, caben también las personas jurídicas, sin establecer jerarquías entre ellas, pues crean una estructura horizontal (Itriago e Itriago, 2000:39).</p>
--	--	--

Informe Analítico y Reflexivo de la Experiencia de Foto voz

Informe Analítico

El significado de violencia es mucho más complejo y más extenso de lo que se puede imaginar debido a los diferentes entornos en los que se da, por ende Corsi et ál., (1999) & Martin., (2004) citados por García et ál (2012) definen la violencia como:

La violencia tiene su raíz en una relación de poder desequilibrada, donde quien se encuentra en una posición superior busca forzar la voluntad del otro mediante métodos coercitivos para obtener fines propios; se entiende como un acto de poder, que se ejerce contra el otro u otros individuos y se puede manifestar mediante agresiones físicas, verbales, psicológicas, económicas y sexuales (p.6)

Este fenómeno social está presente en todos los ámbitos del ser humano, donde interviene diferentes factores como los anteriormente nombrados, además, de los culturales, ambientales, tecnológicos y sanitarios (Rodríguez, 2020). Lo cual deja graves consecuencias físicas, emocionales y ambientales para la sociedad en general, por ende, se hace necesario la creación de acciones psicosociales en la cual se de atención oportuna para revertir los efectos negativos que tienen secuelas en la personalidad, pudiendo así estar en una comunidad fundada en el respeto hacia el otro y hacia al medio ambiente.

Un Poco de Historia

Sogamoso ha sido un lugar marcado por la violencia desde sus inicios, la ciudad del sol el acero era habitada por los chibchas los cuales eran una comunidad indígena que rendía culto al sol, por ende el nombre de Sogamoso; esta fue interceptada por la guerra del poder, según la revista 7días (2011) menciona en su artículo Territorio lo siguiente: “Gonzalo Jiménez de Quesada y sus hombres llegaron a territorio sogamoseño el 4 de septiembre de

1537... Los soldados Miguel Sánchez y Juan Rodríguez Parra entraron al templo con unas teas y, se cree que accidentalmente, le prendieron fuego al lugar” (Párrafo. 4).

El dolor de las comunidades es expresado mediante el trabajo cultural de los lenguajes, se relatan hechos escalofriantes, asesinatos, el daño al patrimonio cultural e histórico, en las relatorías se habla de la cultura y religión. La historia y el arte hacen parte de lo simbólico para cada una de las comunidades.

Sogamoso es un territorio donde antiguamente se veneraban dioses, pero ahora son lugares marcados por hechos de violencia y cultura, actualmente se sigue sintiendo el dolor cultural pero esta vivencia sirvió para una transformación y aprendizaje. Dentro de esta historia están los valores subjetivos donde se describe el sentir, el dolor y sufrimiento de la persona ante situaciones de violencia, el valor de luchar por salvar sus creencias, territorio y por preservar con vida a los suyos.

Actualidad

Esta problemática social se ve en diferentes sectores tanto rurales como urbanos de Sogamoso-Boyacá, como lo son: el laguito, el parque conchucua, la cascada de la pirámide, la plaza de la villa, la pilita y en el municipio de Tota.

A partir de las experiencias vividas en cada uno de estos lugares, se evidencian diferentes tipos de violencia, tales como: política, cultural, económica y ambiental. Donde se reflejan distintos elementos como vandalismo en las paredes, sitios abandonados por parte del estado, personas vulnerables, mal manejo ambiental, daño a los recursos hídricos, espacios públicos donde existe el consumo de SPA, hurtos e inseguridad, estas son las problemáticas que las personas atraviesan día a día; pero no todo es malo, también encontramos elementos enriquecedores como el arte, monumentos que evidencian lo histórico, lo cultural, que

reflejan las comunidades en la ciudad del sol y el acero Sogamoso y el municipio de Tota. Donde las personas pueden asistir a grupos juveniles que sumen al cambio y transformen la violencia y mal manejo de las emociones en actos creativos, de provecho para ellos.

Al realizar un análisis a la violencia que se ha vivido y a la memoria colectiva de las personas que han sufrido de este fenómeno, se obtienen cada uno de los hechos de violencia que marcaron la vida de miles de personas, creando una historia de dolor y cambio en la manera de relacionarse, pensar y actuar; actualmente en estos lugares se evidencia el consumo de sustancias psicoactivas (SPA), robos, inseguridad y violencia ambiental. Estos lugares han creado una fama a través de los habitante como sectores de alto riesgo, que generan una sensación de miedo y desolación, lo cual el alcalde y demás equipo de trabajo no hacen mucho por mejorar esta situación y que estos lugares vuelvan a ser espacios de recreación y confianza para la población.

Según las relatorías los valores simbólicos que se destacan son, el arte, apoyo cultural, el no perder esa esencia del origen que se proviene, la representación de la realidad del pasado y el presente, el sentir de las personas por aquellas cosas por las que han tenido que pasar, la memoria colectiva de estas comunidades de cierta forma se vuelve un valor simbólico. Según Ortner (2005) “La subjetividad en la vida social definida como una conciencia específicamente cultural e histórica como sujetos cognoscentes, las personas tienen un grado de reflexividad sobre sí mismas, sobre sus deseos, sentimientos, angustias e intenciones” (p.13), desde una perspectiva histórico-cultural, la subjetividad abre nuevas opciones para el desarrollo de las representaciones sociales y, sobre todo, permite una integración entre lo individual y lo social.

Desde lo subjetivo se debe entender el sentimiento de las personas, el reconocer como se siente la víctima y el que agrede, desde este punto vemos vandalismo, robos, consumo de

SPA, muerte, violencia, el no cuidar el medio ambiente y un montón de personas vulnerable que sufren diferentes carencias, esto impacta a la sociedad, y lo que se desea es surgir mejorando el contexto. Esto ha generado gran pérdida de tradiciones y valores culturales, por el miedo, la desesperanza, pero todavía predomina la fe en un Dios, donde la mayoría de los habitantes de estas comunidades se refugian en la fe como un mecanismo de defensa ante las diversas situaciones de vulnerabilidad de igual forma el individuo o colectivo, se adhiere a valores simbólicos para obtener de ellos, la esperanza y fortaleza para sobreponerse a las circunstancias del cotidiano social.

Con ello se puede decir, que la subjetividad no solo se construye por medio del pensamiento interno, de lo crea el sujeto en sí, sino también se ve influenciado por lo social, por los distintos entornos que rodean a la persona.

La Imagen y la Narrativa

Según Jimeno, Myriam (2007) afirman lo siguiente:

Mediante el discurso, en la forma de testimonio o relato personal, como se hace posible comprender lo sucedido como un proceso que es al mismo tiempo histórico y cultural tanto como subjetivo. En el relato sobre la experiencia subjetiva se hace posible encontrar alguna convergencia entre lo político, lo cultural y lo subjetivo, entre las emociones y las cogniciones que impregnan y le dan sentido a la experiencia. Es también el relato hacia otros el que permite la comunicación emocional y la solidaridad y, en ese sentido. (p. 14).

A partir de lo señalado por este autor es importante resaltar el papel que juega la imagen y la narrativa de los hechos violentos contribuyen en el proceso histórico y cultural de un país , permite conocer hechos y lugares que marcaron y generaron un cambio ya sea en la vida política, religiosa, cultural, personal, familiar e histórica de las comunidades, nos

permite reconocer nuestros antepasados y en muchas ocasiones comprender por qué cierta comunidad se comporta de cierta manera ante determinadas situación, por qué existen monumentos o lugares representativos en cada ciudad y municipio y por qué se celebran ciertas fechas. La fotografía y la narrativa aportan significativamente al proceso de construcción de memoria histórica ya que hacen un reconocimiento de los contextos con escenarios de violencia, destaca las problemáticas que se presentan en cada uno de los contextos, reconoce el proceso histórico por el que ha tenido que pasar esta personas y sus antepasado, esto se puede reconocer como una memoria colectiva organizada ya que resume la imagen de una historia de la sociedad por medio de un grupo de personas, con ello se realiza la transformación psicosocial ya que se realiza ese reconocimiento de cómo vive cada uno de estos contextos, y lo que se hacen son acciones psicosociales que disminuyan o mitiguen las violencias presentadas con el mismo apoyo de estas comunidades llevando un paso a paso donde este el empoderamiento comunitario. Ya para finalizar mediante las experiencias vividas se evidencia que la fotografía y la narrativa se complementan, contribuyen a la construcción de memoria histórica ya que nos permite llevar nuestra imaginación e investigar sobre hechos del pasado, hechos que siguen almacenados en la memoria de algunos habitantes de la ciudad y del municipio ya que fueron hechos que marcaron sus vidas el hecho de ver morir a tanta gente e incluso a sus seres queridos, sin poder evitarlo, son hechos dolorosos y por más que pase el tiempo siempre estarán almacenados en algunas memorias. Mediante la fotografía de esos lugares monumentos y reseñas de cada lugar se retribuye a la memoria histórica, se recuerdan las fechas exactas en las que aconteció un suceso que cambio la historia no solo de los habitantes sino del lugar como tal.

En este proceso cabe destacar el trabajo de encuadramiento de la memoria es indispensable ya que se alimente de la historia por la que han vivido los habitantes, pero no

solo esto, sino que también ayuda a que se interpreten y combinen estos referentes de las historias y así mismo mantener fortalecidas esas fronteras sociales y también el poder modificarlas para mejorar acciones psicosociales requeridas en este proceso.

A nivel de la violencia política podemos afirmar que siempre ha estado presente en todo el país, aunque en unos lugares es más notoria que en otros, la disputa por el poder genera controversia, enfrentamientos tanto físico como verbal no solo en los candidatos sino también en los electores, dejando enemigos de por vida, desempleo, violencia de género, pérdida de amistad, destrucción a lugares históricos y bienes públicos, lo que aumenta los niveles de pobreza.

Finalmente, a partir de las relaciones dialógicas articuladas con una acción psicosocial se trabaja con la comunidad en pro del bienestar tanto físico como mental, este proceso permite que la comunidad se empodere y proponga estrategias que los beneficien, contribuyendo al desarrollo social, cultural y económico de la comunidad, estos encuentros permiten conocer las verdaderas problemáticas de la comunidad y a partir de estas proponer acciones hacia un cambio, teniendo en cuenta sus habilidades y gustos de cada miembro de la comunidad.

Recurso de Afrontamiento y Resiliencia

Por mucho tiempo los habitantes de Sogamoso y Tota han sufrido de algún tipo de violencia, donde los vándalos han utilizado el miedo como estrategia para infligir daño y así poder conseguir lo que deseen, causando daños físicos, psicológicos y ambientales, desencadenando estrés postraumático, daños en la salud física y mental, estos episodios quedan marcados de una u otra manera en el actuar y pensamientos de las víctimas de violencia, convirtiendo en una sociedad insegura, con índice grande de hipervigilancia y

problemas emocionales, por ello es importante tener en cuenta la salud mental y el estado de bienestar de una persona que llega a sufrir estas problemáticas.

Las víctimas de violencia deben afrontar sus traumas generados por las problemáticas, a esto se le llama estrategias de afrontamiento, según Lazarus y Folkman (1984) lo define como “Un conjunto de estrategias cognitivas y conductuales que la persona utiliza para gestionar demandas internas o externas que sean percibidas como excesivas para los recursos del individuo” (Párrafo.1), es decir es una respuesta del ser humano ante situaciones de alta demanda de estrés y difícil de afrontar. En estos casos la persona debe tener un buen dominio de sus emociones para poder modificar sus estrategias de afrontamiento a los hechos.

Existen ciertas características en los individuos que transforman sus vivencias como lo son: motivación, apoyo social, perseverancia, autonomía, empatía y el afrontamiento positivo a la adversidad. Son un ejemplo para todos ya que buscan transformar el miedo, el dolor en una manera de surgir adelante en medio de tanta maldad, expresándose mediante el arte y la innovación, creando murales y monumentos característicos de la cultura, brindando así espacios de seguridad, y tranquilidad.

Finalmente, una comunidad unida, resiliente a pesar de las adversidades, que siempre busca lo mejor, que se esmera en demostrar que los buenos son más. Donde los grupos juveniles sacaran la cara por su pueblo, creando campañas de limpieza, dedicando un día libre para salir a limpiar los parques, quitando toda envoltura o desecho que encuentren; al igual que hay empresas que incentivan al cuidado y preservación del medio ambiente, inculcando en sus trabajadores la importancia de la madre tierra, disponiendo capital y trabajo humano al reforestar bosques: por otro lado está el apoyo incondicional de artistas que muestran su talento haciendo murales que demuestran la belleza Boyacense, u otros que muestran su cultura con bailes, música y comidas típicas.

Reflexión Psicosocial y Política

Un análisis que debe hacer sobre las perspectivas psicosociales es primero que todo tener en cuenta. Las problemáticas humanas y los diferentes fenómenos sociales que interceden en las diferentes comunidades, porque si miramos en todas las acciones sociales lo primero que está inmerso en los individuos y sus actos los impulsan a buscar realidades normativas que los favorezcan, y esto lo encuentran en las políticas públicas ya que estas le brindan relevancia a contextos de conformaciones familiares para que tengan calidad de vida. Porque si se tiene en cuenta las normas preventivas remedian las diferentes violencias tanto físicas como psicológicas para darle derecho a las acciones de asistencia y reparación de víctimas.

Las políticas públicas en su derecho tienen que brindar atención con todas las instancias tanto familiares, la niñez el adulto mayor y las comunidades para que puedan encontrar las diferentes acciones que es aquejan y se les pueda brindar una buena orientación atención y permitir que reconstruyan sus vidas en condiciones de supervivencia física, psicológico y social.

Que puedan tener experiencia de respeto, solidaridad para así conformar una vida digna y libre con condiciones económicas y de participación en el fortalecimiento comunitario.

También se puede decir que los retos de la política públicas es la de formar en conocimientos de emancipación y empoderamiento para que se forje y oriente en el desarrollo integral lo intercultural afirmando que en sus planes de desarrollo siempre estén inmersos programas relacionados con la salud mental de los individuos y sus familias para que se puedan superar las dificultades.

Las políticas públicas deben estar en función de cumplir sus propósitos y reconocer que la diversidad de las familiares debe ser prioridad en todos los proyectos a gestionar para que se puedan transformar en cosas sociales y fortalecer todas las realidades que se viven respetando todos los derechos.

Página Wix. Enlace: <https://zulaydayanah.wixsite.com/my-site-2>

Conclusiones

El conflicto armado en Colombia es una problemática que se desarrolla más que todo en zonas rurales, afectado a sus habitantes de manera económica, física y psicológica, creándole a las víctimas momentos de crisis y estrés. Ante estas situaciones no se pronuncia el estado con ayudas para la reparación integral a la salud de ellos, pues sus pensamientos, emociones y conocimientos no son tenidos en cuenta, ya que el gobierno ha normalizado la violencia que se vive no solo en un sector, sino en varios sectores Colombianos.

El caso de Peñas Coloradas y Ana Ligia, son relatos donde los personajes principales sufrieron desplazamiento forzado como forma de arraigo en sus tierras, fueron violentados y pasaron por momentos altos de estrés. Los fragmentos reflejados en los relatos revelan frustración, desorientación, inestabilidad emocional y económica; ante estas situaciones de dolor tuvieron que resurgir y ser resilientes para enfrentar todo lo que habían vivido y aun tenían por vivir.

La realización de la actividad foto voz, es indispensable en el proceso de formación y así mismo como futuros psicólogos, ya que permite captar realidades por la cuales pasa la sociedad, desde el ejercicio que se realizó se puede analizar las diferentes subjetividades que se presentan tanto de la población como de los profesionales o ententes encargados de implantar normas y leyes para sus comunidades. La foto voz deja ver más allá la realidad que muchas veces no se percibe tan rápido y con ello se crean representaciones y significados simbólicos.

En los relatos de las víctimas, ellas expresan lo que les acontece, pero no hay quien se apropie de la situación, pues la guerra es desatada por una relación social y el capitalismo, nos muestran al sujeto como una consecuencia de lo que pasa en el sistema del conflicto. Si el sujeto acepta las condiciones no tiene consecuencias, pero de lo contrario deshumanizan para

que se convierta en un consumidor del mercado y así privarlo de la libertad de vida para volverlo subjetivo apropiarse de sus contextos para poder llevarlos al desplazamiento y silenciarlos en lo social, victimizarlos e invadir todas las responsabilidades perpetuándolo en una vida de miseria con consecuencias psíquicas para que no reclamen sus derechos.

Referencias Bibliográficas

Avia, M. D. y Vázquez, C. (1998). Optimismo inteligente. Madrid: Alianza Editorial

<https://Dialnet-NuevaMiradaAlOptimismoInteligente-3098207.pdf>

El Enfoque Narrativo dentro de la psicología sociocultural y sus implicaciones en los

estudios de género. (s/f). Recuperado el 30 de julio de 2022, de

<https://alternativas.me/21-numero-especial-de-genero-mayo-2015/91-el-enfoque-narrativo-dentro-de-la-psicologia-sociocultural-y-sus-implicaciones-en-los-estudios-de-genero>

Estrategias de afrontamiento: ¿qué son y cómo pueden ayudarnos? (2016, junio 18).

<https://psicologiaymente.com/psicologia/estrategias-afrontamiento>

GarCía-villanueva, J. (2012). *Violencia: Análisis de su conceptualización en jóvenes estudiantes de bachillerato*. 18.

Hoy Sogamoso conmemora una tragedia que cambió la historia de este territorio—Boyacá 7

Días. (2021, Septiembre 4). <https://boyaca7dias.com.co/2021/09/04/hoy-sogamoso-conmemora-una-tragedia-que-cambio-la-historia-de-este-territorio/>

Jimeno, Myriam (2007). Lenguaje, subjetividad y experiencias de violencia. Antípoda.

Revista de Antropología y Arqueología, (5), 169-190. [Fecha de Consulta 12 de agosto de 2020]. ISSN: 1900-5407. <https://www.redalyc.org/pdf/814/81400509.pdf>

Rivas, L. X. C. (2018). La Salud Mental, un verdadero problema de salud pública. *Revista*

Colombiana Salud Libre, 13(1), Article 1. <https://doi.org/10.18041/1900-7841/rcslibre.2018v13n1.4985>

Tedeschi, R. G. y Calhoun, L. G. (2004). A clinical approach to posttraumatic growth.

https://www.researchgate.net/publication/299858479_A_Clinical_Approach_to_Posttraumatic_Growth

Wainrib, B. R. y Bloch, E. L. (2001). Intervención en crisis y respuesta al trauma. Bilbao:

Desclée de Brouwer. tomado con fines académicos.

[https://www.amazon.es/resiliencia-mundo-hoy-Psicologia-](https://www.amazon.es/resiliencia-mundo-hoy-Psicologia-Resiliencia/dp/8497841387/ref=sr_1_1?qid=1660417080&refinements=p_27%3AEdition+Henderson+Grotberg&s=books&sr=1-1)

[Resiliencia/dp/8497841387/ref=sr_1_1?qid=1660417080&refinements=p_27%3AEdition+Henderson+Grotberg&s=books&sr=1-1](https://www.amazon.es/resiliencia-mundo-hoy-Psicologia-Resiliencia/dp/8497841387/ref=sr_1_1?qid=1660417080&refinements=p_27%3AEdition+Henderson+Grotberg&s=books&sr=1-1)