

La Imagen y la Narrativa como Herramientas para el Abordaje Psicosocial en Escenarios de Violencia: Ciudad de New York, Municipios de Fusagasugá, Granada y Arbeláez

Camilo Andrés Bajonero Vargas

Jorge Alfonso Cante Zambrano

Karen Melizza Cobos Martínez

Kalindi Manjari Forero Carrillo

Diana Carolina González Duarte

Asesor

David Salazar Mesa

Universidad Nacional Abierta y a Distancia - UNAD

Escuela de Ciencias Sociales, Artes y Humanidades - ECSAH

Programa de Psicología

2023

Resumen

En el presente trabajo, expondremos los recursos de afrontamiento psicosocial frente a los hechos traumáticos desde el enfoque narrativo del caso Historias que retornan - Capítulo 4 – Nelson y Masacre en El Salado: relatos de resiliencia después de 20 años. También, comprende la foto voz desde diferentes perspectivas y contextos. Frente al caso de Nelson, se realiza un análisis sobre los emergentes psicosociales identificados, su posición de víctima o sobreviviente, las experiencias subjetivas sobre el significado de violencia, sus recursos de afrontamiento y los elementos de resiliencia encontrados en el discurso; además, se formula una serie de preguntas orientadas a un acercamiento psicosocial y superación de la revictimización. En el caso de la masacre en el Salado, se evidencio los emergentes psicosociales identificados en el contexto cotidiano y sociohistórico de las víctimas, los impactos en el ámbito bio-psico-socio- cultural y los elementos simbólicos desde la violencia, la resiliencia y la transformación. Para este suceso, se plantean 3 estrategias encaminadas desde lo psicosocial, para potencializar los recursos de afrontamiento de la comunidad del Salado. Por último, se abarcan ejercicios de foto voz desde la imagen y la narrativa, realizados en la provincia del Sumapaz en la localidad 20 rural de Bogotá D.C y los municipios de Fusagasugá, Arbeláez y Granada, expresando por medio de un informe analítico y reflexivo entorno a la subjetividad, lo simbólico, la memoria colectiva y las manifestaciones resilientes observadas en la comunidad.

Palabras clave: Psicosocial, Enfoque narrativo, Masacre, Emergentes psicosociales, Violencia, Victimas, Imagen, Narrativa, Subjetividad, Memoria.

Abstract

In the present work, we will expose the psychosocial coping resources in the face of traumatic events from the narrative approach of the case Histories that return Chapter 4 - Nelson and Massacre in El Salado: stories of resilience after 20 years. It also understands the photovoice from different perspectives and contexts. Regarding the case of Nelson, an analysis is carried out on the identified psychosocial emergent, their position as victims or survivors, the subjective experiences on the meaning of violence, their coping resources and the elements of resilience found in the discourse; In addition, a series of questions aimed at a psychosocial approach and overcoming re-victimization are formulated. In the case of the massacre in El Salado, the psychosocial emergent found in the daily and socio-historical context of the victims were showed, the impacts in the bio-psycho-socio-cultural field and the symbolic elements from violence, resilience, and the transformation. For this event, 3 strategies directed from the psychosocial are proposed, with the purpose of potentiating the coping resources of the Salado community. Finally, photovoice exercises are covered from the image and the narrative, carried out in the province of Sumapaz in the rural locality 20 of Bogotá D.C and the municipalities of Fusagasugá, Arbeláez and Granada, expressing through an analytical and reflective report the environment to subjectivity, the symbolic, collective memory and resilient community manifestations.

Keywords: Psychosocial, Narrative approach, Massacre, Psychosocial emergent, Violence, Victims, Image, Narrative, Subjectivity, Memory.

Tabla de Contenido

Historias que Retornan (Caso Nelson).....	6
Formulación de Preguntas Circulares, Reflexivas y Estratégicas	8
Masacre en El Salado: Relatos de Resiliencia después de 20 años.....	15
Informe Reflexivo y Analítico	28
Noticiero: “Resignificando una Lucha”	32
Conclusiones	33
Referencias Bibliográficas	35

Lista de Tablas

Tabla 1 <i>Pregunta orientadas a un acercamiento psicosocial ético y proactivo en la superación de las condiciones de victimización</i>	8
Tabla 2 <i>Reconciliarte</i>	19
Tabla 3 <i>Fortalecimiento el desarrollo psicosocial, sexual y emocional de las víctimas del conflicto armado en el corregimiento Villa del Rosario (El Salado)</i>	22
Tabla 4 <i>Reconstruyendo memorias</i>	26

Historias que Retornan (Caso Nelson)

Según el video de la Comisión de la verdad (2022). Historias que retornan – capítulo 4 - Nelson, se relata el antes y después del protagonista, quien se vio obligado a ser exiliado de sus tierras; Nelson era un comerciante reconocido en su pueblo. Tras la llegada de la guerrilla, sufrió extorsiones y secuestro, por lo cual, su familia vendió la finca y el negocio; aunque después de su liberación intentaron resurgir, no fue posible. Su hermana le ofreció irse a vivir con ella en otro país, a lo cual él aceptó. Su llegada al exterior no fue fácil, debido a los prejuicios, las dificultades del idioma, el estigma de ser colombiano y sin dejar de lado la desconfianza y el miedo que genera la guerra.

Es importante resaltar, que los emergentes psicosociales permiten reconocer las situaciones experimentadas, a través del contexto social, los estilos de vida y la subjetividad comunitaria, comprendiendo cada una de sus características (Fabris, 2012). Los *emergentes psicosociales* identificados en el caso, son la expresión de necesidades internas, la búsqueda de respuestas, el autocontrol y la reevaluación positiva, así como el uso de recursos de afrontamiento para enfrentar situaciones difíciles. En el discurso, el protagonista se posiciona como *víctima* de la violencia armada en Colombia. Sin embargo, también es retratado como un *sobreviviente* que logró superar una situación traumática y busca nuevas oportunidades en otro país. La *violencia* es descrita en el video como un factor que afecta profundamente la vida de las personas, privadas de paz y tranquilidad, generando desconfianza y obligándolas a abandonar sus hogares. La *experiencia subjetiva* del protagonista muestra que la violencia incluye no solo el dolor físico, sino también el dolor emocional y psicológico, que puede tener un impacto duradero en la vida de las personas. Fabris (2012) explica que la subjetividad depende de las necesidades de supervivencia, de afiliación y de autorrealización, desde el grado de cumplimiento o fracaso de estas.

Los *recursos* utilizados por el protagonista incluyen evitar situaciones estresantes, buscar nuevos entornos y utilizar valoraciones positivas para encontrar satisfacción en una nueva vida. También, se puede observar que ha desarrollado un autocontrol para evitar situaciones que puedan amenazar su seguridad y la de su familia.

El relato revela *elementos de resiliencia*, como la capacidad de Nelson para adaptarse a nuevas situaciones, utilizar *recursos de afrontamiento* para enfrentar situaciones difíciles y encontrar respuestas a través de emergentes psicosociales. Muestra que ha superado con éxito el trauma de su experiencia y ha encontrado nuevas oportunidades desde el reconocimiento y la comprensión de la realidad de los demás exiliados, rompiendo un silencio de 20 años, a partir de identificar similitudes de dolor y circunstancias al escuchar otros exiliados.

“La resiliencia, entendida como la capacidad para mantener un funcionamiento adaptativo de las funciones físicas y psicológicas en situaciones críticas, nunca es una característica absoluta ni se adquiere de una vez para siempre. Es la resultante de un proceso dinámico y evolutivo que varía según las circunstancias, la naturaleza del trauma, el contexto y la etapa de la vida y que puede expresarse de muy diferentes maneras en diferentes culturas” (Manciaux, 2001, como se citó en Vera, 2006).

Formulación de Preguntas Circulares, Reflexivas y Estratégicas

Tabla 1

Preguntas orientadas a un acercamiento psicosocial ético y proactivo en la superación de las condiciones de victimización

Tipo De Pregunta	Pregunta	Justificación Desde El Campo Psicosocial
Estratégicas	¿Qué pasaría si un día toma la decisión de regresar a su país y exigir una reparación por los hechos violentos vividos?	Permite que se cuestione sobre cómo ayudar a otras personas que han sufrido hechos similares, le posibilite de manera personal resignificar lo vivido desde una red de apoyo. Según Bello (2010) el aspecto psicosocial enmarca la subjetividad y la identidad desde un colectivo apoyado desde las experiencias individuales de cada sujeto.
	¿De qué manera usted, puede ayudar a las víctimas	Esta pregunta genera en la persona la oportunidad de

del conflicto armado que viven en territorio colombiano y no han querido narra su historia? ver su experiencia como una oportunidad para impulsar cambios positivos en la comunidad. “Aunque vivir un acontecimiento traumático es sin duda uno de los trances más duros a los que se enfrentan algunas personas, supone una oportunidad para tomar conciencia y reestructurar la forma de entender el mundo” (Vera, 2006, p. 40)

¿Cómo crees que tus recursos de afrontamiento han influido en tu capacidad de adaptación a los cambios? Galarza (2009) expresa que los recursos de afrontamiento son las capacidades adquiridas por una persona para afrontar las adversidades de la vida, por medio de un comportamiento saludable; desde unas cualidades psicológicas, conductuales y adaptativas, resistiendo de

una manera adecuada a situaciones o pensamientos estresores. De acuerdo con lo anterior, esta pregunta es útil en el campo psicosocial, porque busca explorar cómo los recursos de afrontamiento de Nelson influyeron en su capacidad de adaptación a una cultura diferente. Los recursos de afrontamiento son herramientas que utilizamos para manejar situaciones estresantes y difíciles, y en este caso, Nelson pudo haber utilizado recursos de afrontamiento para adaptarse a un país diferente.

Circulares

Cuándo otras personas relatan su verdad, ¿qué aspectos de la identidad

Comprender la narrativa y reconocer la realidad de las demás personas, construyendo una verdad

cultural se relacionan con su historia? compartida desde la memoria colectiva. Bello (2010) “La identidad es un proceso de elaboración subjetiva que permite que cada individuo construya una versión(es) de sí mismo (que define roles y atributos), a partir de la relación con los otros, quienes a su vez dicen y otorgan” P. 32

¿Quién de su familia presenta temor o pesadillas a raíz de su secuestro? “El compartir nos acerca a la posibilidad de identificarnos con las víctimas, lo que permite recomponer su membresía a la comunidad y restablecer o crear lazos para la acción ciudadana” Con el acto de relatar a otros, la persona comienza a encontrar caminos para reconstruir el sentido subjetivo de la

vida” (Jimeno,2007).

Además de que permite identificar las falencias, que en ocasiones no suelen ser visibles, para poder prestar un adecuado acompañamiento psicosocial.

¿Qué sentiría al volver al lugar, donde vivió la violencia del conflicto armado que lo obligó a olvidar sus sueños y a dejar su arraigo?

Permite que la persona se ubique desde las memorias vividas y logré una reparación personal como sobreviviente desde sus pensamientos, a logro de sí mismo. Aunque siempre se suele revictimizar y lanzar juicios erróneos; desde unas perspectivas positivas se enmarca al sujeto como una persona resiliente hacia los infortunios de la vida. (Vera, 2006).

Reflexivas

A pesar de toda la situación vivida, ¿qué aspectos positivos rescata?	Este interrogante permite a la persona pensar sobre las cosas positivas que ha podido identificar después del conflicto armado; “Por esta razón, cuando se hable de memoria, más que referirse a una memoria constituida, se aludirá, junto con Henri Desroche (1976), a una memoria constituyente; es decir, a una memoria que es constructora de la realidad social, que participa de los modos de constitución de la subjetividad”
¿Cómo piensa usted, que sus hijos visualizaran esta situación en un futuro?	El idealizar un futuro hace que la persona entrevistada, reflexione y rememore ese momento, como una hazaña, recorriendo todo un camino lleno de emociones y a lo cual, le hace anhelar un futuro; White (2004), el

hacer memoria sobre algún evento importante que marca nuestras vidas, es de vital importancia para ver las reacciones de la persona a la que se está entrevistando, aspectos que contribuirán a un mejor abordaje.

¿Cómo te ha afectado emocionalmente, el tener que dejar tu país para buscar seguridad?	Esta pregunta, busca explorar las afectaciones psicológicas del entrevistado a raíz de su exilio. En el campo psicosocial, la separación de los seres queridos puede tener un impacto significativo en el bienestar emocional de las personas y puede ser un factor que contribuya al estrés y la ansiedad.
--	---

Masacre en El Salado: relatos de resiliencia después de 20 años

De acuerdo con el video publicado por El Tiempo Casa Editorial (2020). Masacre en El Salado: relatos de resiliencia después de 20 años, se logra analizar y presentar la resolución de los siguientes ítems orientadores y estrategias de abordaje psicosocial.

En el caso de la Masacre en El Salado: Relatos de resiliencia después de 20 años ¿Qué emergentes psicosociales de la vida cotidiana y del proceso sociohistórico de esta comunidad logra identificar?

Se evidencia el desarraigo de sus tierras, teniendo en cuenta que después de la masacre muchas de las personas que decidieron retornar no lo hicieron, debido al constante miedo que ese suceso dejó en sus vidas. De acuerdo a lo anterior, se suma la destrucción del pueblo, el saqueamiento de las casas y negocios, que desarrolló una constante zozobra, agobio y angustia en las víctimas de esta masacre; otro emergente psicosocial fue haber presenciado una infinita cantidad de muertes, torturas y violaciones a la gente del pueblo; teniendo en cuenta que los paramilitares tomaban los asesinatos como un juego, mientras el pueblo clamaba piedad; este evento traumático obligó a los habitantes del Salado a salir de su pueblo, cambiar sus estilos de vida, adaptarse a culturas diferentes y hacer cambios en su diario vivir.

En Yirley, se observa como haber sido violada de forma colectiva por 40 paramilitares, marcó un antes y después en su vida, teniendo apenas 14 años; Según Echeburúa (2007), experimentar situaciones traumáticas genera impactos negativos en todos los contextos de la persona, interfiriendo de una manera desfavorable en su cotidianidad y vínculos sociales.

Uno de los emergentes más destacados es la resiliencia de la comunidad, que se ha esforzado por superar los efectos devastadores de la violencia y reconstruir su vida. También se evidencia un fuerte sentido de comunidad y de solidaridad, así como una búsqueda de la justicia y la verdad. Por otro lado, el impacto de la violencia en la salud mental de los sobrevivientes es evidente, con síntomas como depresión, ansiedad y trastorno de estrés postraumático. "En los relatos de las víctimas de la masacre en El Salado emergen diversas problemáticas psicosociales, como el impacto emocional a largo plazo, la pérdida de sentido de seguridad, la estigmatización, el miedo y la desconfianza hacia los demás, así como también la búsqueda de formas de recuperación y resiliencia" (Restrepo & González, 2015).

¿Cuáles son los impactos desde lo bio-psico-sociocultural que se evidencian?

"La masacre en El Salado ha dejado profundas huellas en la vida de las personas que la han vivido, impactando tanto en su salud mental como en su bienestar físico y social, y generando cambios en las dinámicas comunitarias y culturales de la región" (Castañeda, 2014). Los impactos desde lo bio-psico-sociocultural que se evidencian son diversos y complejos. En el ámbito biológico, se puede observar un impacto en la salud física y mental de los sobrevivientes de la masacre, con síntomas como dolores de cabeza, dolores de estómago, insomnio, depresión, ansiedad y trastorno de estrés postraumático.

En el ámbito psicológico, se puede observar un impacto en la autoestima, la confianza, el sentido de seguridad y la capacidad para relacionarse con sus pares, además de los recuerdos de cada episodio traumático más arraigado a su mente de la situación inhumana vivida, los duelos y la reconstrucción de vida.

En el ámbito social y cultural, se observa la celebración por parte de los paramilitares de los asesinatos tocando el acordeón y los tambores, generando un

rompimiento en las víctimas, debido a que utilizaron algo sagrado de su cultura para festejar hechos aberrantes; se puede evidenciar impactos en la estructura y las dinámicas de la comunidad, incluyendo una mayor desconfianza hacia los demás y hacia las autoridades, así como cambios en las prácticas culturales y religiosas.

“Sin embargo, lo más habitual es que los sucesos traumáticos desborden la capacidad de respuesta de una persona, que puede sentirse sobrepasada para hacer frente a las situaciones que se ve obligada a afrontar. En estos casos la persona es incapaz de adaptarse a la nueva situación y puede sentirse indefensa y perder la esperanza en el futuro, lo que le impide gobernar con éxito su propia vida y es fuente de problemas adicionales (malestar emocional, abuso del alcohol, dificultades en las relaciones interpersonales e interferencia negativa en la actividad laboral o académica)” (Echeburúa, 2007, p. 374).

¿Qué elementos simbólicos de los significados de violencia, resiliencia y experiencias de transformación se logran identificar en el discurso?

En el discurso, se pueden identificar varios elementos simbólicos relacionados con la violencia, la resiliencia y las experiencias de transformación. Por ejemplo, la violencia se representa como algo oscuro, destructivo y traumático, mientras que la resiliencia se representa como algo luminoso, esperanzador y transformador. También se hace referencia a la importancia de la memoria y la verdad para la transformación y la reconciliación, y se utiliza el simbolismo de la luz y la oscuridad para representar la superación de la violencia. De acuerdo con García (2019), la narrativa de las víctimas de la masacre en El Salado refleja componentes alegóricos sobre sus capacidades de afrontamiento, la lucha por la verdad, la reedificación del vínculo comunitario y la resignificación del sufrimiento desde la memoria colectiva.

El retornar a su pueblo y verlo sumergido entre tanta maleza les generó una experiencia de transformación, al ver que cada maleza que se quitaba a su vez quitaba cada dolor que llevaban consigo mismo; volver a sus tierras permitió una reconstrucción de la identidad y la territorialidad; Hay casos, incluso, en que las víctimas pueden dotar a su vida de un nuevo significado e incluso desarrollar emociones positivas en situaciones muy estresantes (Pelechano, 2007; Tedeschi y Calhoun, 2004).

De acuerdo con Echeburúa (2007), los procesos de transformación de emociones negativas se generan desde el apoyo social, el trabajo con la comunidad o el simple hecho de buscar alivio por medio de lo espiritual. La resiliencia de Yirley desde su identidad de sobreviviente y no de víctima, resignificó lo vivido desde el trabajo comunitario con 160 mujeres de las veredas del Salado y el Carmen de Bolívar; este trabajo comunitario le permitió revigorizar el sentido de sí misma y la restructuración de su proyecto de vida desde la reconstrucción del tejido social.

Establecer tres estrategias psicosociales con los pobladores del Salado, (Departamento de Bolívar) que faciliten la potenciación de recursos de afrontamiento a la situación expresada.

Estrategia 1: ReconciliArte

Descripción fundamentada

El arte desempeña un papel importante en acciones a desarrollar con las víctimas de conflicto armado. Se pueden identificar algunas maneras en que el arte puede ser útil:

Terapia

El arte como terapia es la utilización del arte como medio para ayudar a las personas a expresar sus emociones, mejorar su bienestar emocional y resolver problemas psicológicos. En la terapia se utilizan diversas técnicas. El terapeuta trabaja con el paciente para entender y procesar los símbolos, colores y formas que surgen de la obra de arte, permitiendo al paciente liberar tensiones emocionales y experimentar una sensación de logro y satisfacción. Ayuda a expresar emociones difíciles de manejar y a procesar el trauma. Los programas de arte terapéutico han sido implementados en varios países para ayudar a las personas afectadas por conflictos.

“El arte permite proyectar conflictos internos y, por tanto, ofrecer la posibilidad de poder resolverlos” (Romero,2004, p.3)

Conciencia y promoción

El arte es una poderosa herramienta para crear conciencia y promover la resolución pacífica de conflictos. Los artistas pueden crear obras de arte que muestren las consecuencias de la guerra y la importancia de la paz. Las exposiciones de arte pueden ayudar a educar al público y aumentar la conciencia sobre las situaciones de conflicto en todo el mundo.

Sanación comunitaria

El arte sirve para la curación comunitaria después de haber vivenciado un conflicto armado. Los proyectos de arte comunitario pueden involucrar a grupos de personas afectadas por el conflicto para crear obras de arte juntos. Esto no solo puede ayudar a sanar individualmente, sino que también puede ayudar a fomentar la unión y la cohesión comunitaria.

En resumen, el arte es una herramienta valiosa para ayudar a las víctimas de conflictos armados a sanar y recuperarse; el arte desempeña varios roles importantes en la respuesta a situaciones de conflicto, desde la terapia hasta la promoción y generación de ingresos.

Objetivo

Mitigar las secuelas que deja el conflicto armado por medio del arte y la expresión libre, desde el relato de cada historia, plasmado en un mural elaborado en las fachadas de las viviendas.

Tabla 2

ReconciliArte

Fases	Acciones	Tiempo
Fase 1: Convocatoria de la comunidad.	Se solicita una reunión con todo el entorno con el fin de difundir el proyecto que se va a realizar, recolectar opiniones de la comunidad, tejer redes de apoyo que quieran aportar al proyecto e identificar patrocinadores que deseen participar con la donación de materiales.	2 semanas
Fase 2:	Se compilan las historias vividas y se realizan los bocetos que	2 semanas

Recolección de información	cada una de las víctimas escogieron con ayuda de un artista profesional
Fase 3: Arte Terapia	Se procede a realizar los murales de las casas que cada víctima identifico o que participo del proyecto. 2 meses

Nota. Elaboración Grupal

Impacto deseado

Realizar homenaje a la memoria de las víctimas.

Crear un mensaje de fe y esperanza en la sociedad.

Visibilizar el sufrimiento de los sobrevivientes para crear la conciencia de no repetición.

A partir de la construcción artística de las memorias, crear turismo social y así generar una fuente de ingreso para los pobladores.

Estrategia 2: Fortaleciendo el desarrollo psicosocial, sexual y emocional de las víctimas del conflicto armado en el Corregimiento Villa del Rosario (El Salado)

Descripción fundamentada

La estrategia busca fortalecer la resiliencia de los pobladores del Salado, proporcionándoles herramientas y habilidades que les permitan enfrentar situaciones difíciles y recuperarse de experiencias traumáticas. Se parte de la idea de que la resiliencia es una capacidad humana que puede ser desarrollada y fortalecida, y que puede ser un factor protector frente a situaciones de violencia y adversidad. Según Montero, (2009):

Empoderamiento comunitario: es el proceso mediante el cual los miembros de una comunidad (individuos interesados y grupos organizados) desarrollan conjuntamente capacidades y recursos para controlar su situación de vida, actuando de manera comprometida, consciente y crítica, para lograr la transformación de su

entorno según sus necesidades y aspiraciones, transformándose al mismo tiempo a sí mismos (p. 7).

Aplicado al caso mencionado con la adecuada intervención en comunidad o de manera individual, el acompañamiento psicosocial en escenarios de violencia se enfoca en procesos de reinserción de la comunidad vulnerada a nuevos contextos sociales, posibilitando nuevas oportunidades a nivel laboral, educativas, comunitarias y sociales. Como adición la estrategia también se fundamenta en el concepto de bienestar entendiéndose como el estado del ser humano donde llega a establecer efectos positivos en el desarrollo de su calidad de vida, en relación con lo explicado anteriormente se justifica con lo nombrado por Vera- Villarroel, (2015) que resalta en su texto:

El bienestar psicológico es un estado subjetivo de satisfacción con la vida, y se encuentra relacionado con una serie de aspectos psicológicos, sociales y emocionales, como el autoconcepto, las relaciones interpersonales, el sentido de pertenencia, la autonomía y la autorrealización (p. 34).

Objetivo general

Implementar acciones psicosociales en salud mental con la finalidad de incentivar el amor propio orientándolos a incrementar la autoestima y resiliencia, identificando emociones, los cuales les permitan tener una adecuada convivencia en sociedad, superando las adversidades pasadas.

Objetivos específicos

Crear espacios de acompañamiento, por medio una escucha activa, orientados en la autoestima y resiliencia, para mitigar las problemáticas evidenciadas en los pobladores del “Salado”.

Fomentar en los habitantes del “Salado” el amor propio y formación de carácter mediante acciones encaminadas a reforzar la autoestima, teniendo en cuenta el adecuado reconocimiento de las emociones, fortaleciendo la sana convivencia.

Tabla 3

Fortaleciendo el desarrollo psicosocial, sexual y emocional de las víctimas del conflicto armado en el Corregimiento Villa del Rosario (El Salado).

Fases	Actividad	Acciones
Fase 1: Diagnóstico participativo	Identificación de las necesidades y recursos de la comunidad, a través de la realización de un diagnóstico participativo en el que se involucre a los pobladores de El Salado	Se realiza una encuesta, con la finalidad de identificar las necesidades emocionales que se presentan en la comunidad del salado, esta encuesta se desarrollara en un periodo de un mes.
Fase 2: Diseño e implementación de talleres	Diseño e implementación de talleres y actividades prácticas que aborden temas como la resiliencia, el manejo del estrés y la ansiedad, el fortalecimiento de la autoestima y la comunicación efectiva	<p>Taller de resiliencia:</p> <p>Se llevará a cabo un taller sobre resiliencia, enfocado en la promoción de habilidades de afrontamiento y en el fortalecimiento de la autoestima y el sentido de control personal de los participantes. El taller incluirá la identificación de estrategias de afrontamiento eficaces, la promoción de pensamientos positivos y la reflexión sobre experiencias de superación.</p> <p>Taller de comunicación asertiva:</p>

		<p>Se llevará a cabo un taller sobre comunicación efectiva, enfocado en mejorar la comunicación interpersonal y la capacidad de resolver conflictos de manera pacífica. El taller incluirá la identificación de barreras a la comunicación efectiva, la práctica de habilidades de escucha activa y empatía, y la resolución de conflictos mediante la negociación. Este taller tendrá una duración de dos horas y se realizará una vez por semana durante 2 meses y medio</p>
Fase 3: Evaluación y seguimiento	<p>Evaluación de los resultados de los talleres y actividades implementados, y ajuste de estos según sea necesario, además de realizar un seguimiento para asegurar que se mantengan los avances obtenidos</p>	<p>Evaluación de los resultados de los talleres y actividades implementados a través de encuestas y entrevistas individuales y grupales.</p> <p>Ajuste de los talleres y actividades según los resultados obtenidos en la evaluación.</p> <p>Realización de un seguimiento periódico para asegurar que se mantengan los avances obtenidos y que se sigan implementando las estrategias aprendidas.</p>

Impacto deseado

Potenciación de recursos de afrontamiento: Se espera que los participantes adquieran habilidades de afrontamiento eficaces y que fortalezcan su autoestima y sentido de control personal, lo que contribuirá a su capacidad para enfrentar situaciones difíciles.

Mejora en la calidad de las relaciones interpersonales: Se espera que los participantes mejoren su capacidad de comunicación y resolución de conflictos, lo que puede contribuir a una disminución de la violencia interpersonal y a la construcción de relaciones más saludables y armoniosas.

Aumento del bienestar emocional: Se espera que los participantes experimenten un aumento en el bienestar emocional a través de la expresión emocional, la creatividad y el trabajo en equipo, lo que puede contribuir a su bienestar psicológico y emocional en general.

Estrategia 3: Reconstruyendo Memorias**Descripción fundamentada**

“Mejorar el bienestar y la calidad de vida con la potenciación de recursos individuales, grupales y comunitarios” (Buelga, 2007). Desde la imagen y la narrativa, se potencia la reconstrucción de la memoria colectiva de quienes fueron víctimas de la masacre del salado; de manera individual cada persona será protagonista de su experiencia desde el evento violento colectivo vivido; Bello (2010) explica que el proceso de reconstrucción del tejido social roto por la guerra, se realiza edificando seguridad e identidad comunitaria desde una memoria colectiva capaz de incluir todo el dolor, devastación y pérdidas, donde a partir de ello, se desarrollen nuevos puntos de vista sobre el porvenir de la vida.

Según Beristain (2008), los procesos de acompañamiento psicosocial buscan potenciar redes de apoyo, cohesión de comunidades en ruptura, disminución de impactos sobre la salud mental y emocional del sujeto, familia, grupo o comunidad, legitimar al sujeto como ciudadano de derecho, entre otros. Por ende, desde la herramienta de la imagen y la narrativa se estimula las capacidades individuales y colectivas de las personas que fueron víctimas de la masacre del Salado, donde compartan sus recuerdos y se apoyen los unos a los otros en la superación de las secuelas, construyendo una sociedad más empática con el dolor ajeno.

Objetivo general

Fortalecer la identidad colectiva en procesos de reubicación o retorno colectivo.

Objetivos específicos

Crear la casa de la memoria historia, para la exposición de la imagen y la narrativa

Fomentar en los habitantes del “Salado” el abandono de un silencio de 20 años, por medio del relato de la experiencia desde la subjetividad de cada persona.

Tabla 4

Reconstruyendo Memorias

Fases	Acciones	Tiempo
Fase 1: Convocatoria de la comunidad.	Se reúnen la mayor cantidad de personas, generando un conversatorio posibilitando la manifestación de diferentes expectativas.	2 semanas

Fase 2: La imagen y la narrativa	La comunidad toma la iniciativa y empieza a generar fotografías, para luego de manera colectiva generan una descripción de esta desde la resiliencia. Al igual se motiva a que las personas que aún no han contado su verdad lo hagan, con la finalidad de romper un silencio de más de 20 años.	4 semanas
-------------------------------------	--	-----------

Fase 3: Exposición de memorias	Se decide comúnmente donde quieren compartir las imágenes y los relatos, se deja abierta la posibilidad de generar una casa de memoria histórica, donde se puedan exponer cada una de las fotografías realizadas y los relatos narrativos.	2 semanas
-----------------------------------	--	-----------

Nota. Elaboración grupal

Impacto deseado:

La comunidad tomara el rol de líder desde su experiencia, se pretende sacar todo el dolor aun existente por medio de la imagen y la narrativa; cuando se habla de lo que se ha vivido genera un proceso de liberación y cuando no se olvida quienes se fueron sin querer irse, aumenta la capacidad de afrontamiento y resiliencia de manera individual y colectiva

Informe Reflexivo y Analítico

La identificación de variables psicosociales en diferentes contextos de violencia o espacios afectados por problemáticas asociadas al impacto del conflicto armado en Colombia, se resalta 5 problemáticas de violencia, en primer lugar, el barrio Pablo Bello del municipio de Fusagasugá, en el cual se evidencia las vivencias del conflicto armado, y como la comunidad se unió para contar sus experiencias individuales y colectivas, por medio de acciones de *resiliencia*.

En el segundo contexto social, se encuentra la historia de la provincia del Sumapaz, localidad 20 rural de Bogotá D.C, la cual, durante años ha sido el hogar de los grupos al margen de la ley, brindando un entorno de las comunidades campesinas aledañas al sector, víctimas de muertes, chantajes, violencias y raptos, vulnerando así sus derechos.

En la tercera situación, se visibiliza la problemática de la violencia de género en el conflicto armado en Fusagasugá Cundinamarca, desde la mirada de una mujer que narra cómo los grupos al margen de la ley alteran su vida, manipulándola y despojándola de su dignidad y vida por medio de la violencia sexual, el secuestro, la tortura y el asesinato, generando así una violación grave del derecho internacional humanitario.

En el cuarto dilema se encuentra el Municipio de Granada, Cundinamarca, en donde se relata la historia de dolor, angustia y miedo de la comunidad ante el hostigamiento de los grupos armados al margen de la ley, además se recalca cómo la comunidad se sobrepuso a pesar de las adversidades, siendo ejemplo de templanza y superación.

Por último, en el municipio de Arbeláez, Cundinamarca, años 2001 al 2004, se evidenció un periodo de violencia, en donde los habitantes del lugar, quienes tuvieron que afrontar problemáticas como extorsiones, secuestros, homicidios, núcleos familiares abatidos por la violencia, trabajando en la reconstrucción de víctimas por el conflicto, dejando huella de estos acontecimientos que marcaron sus recuerdos y corazones, en un proceso de integración en el embellecimiento del monumento a víctimas del conflicto que queda ubicado en el parque de los 100 años.

Si bien es cierto, el rol del psicólogo en las diferentes comunidades en donde se evidencian problemáticas sociales relacionadas con escenarios de violencia, es fundamental que el profesional realice un acercamiento a la realidad de las mismas bajo parámetros que permitan conocer detalladamente las variables que interfieren en ella, siendo de importancia el establecimiento de acciones encaminadas a la transformación o cambio social del entorno, donde la comunidad sea partícipe de las estrategias que se deban implementar.

De esta manera se establece, que para el profesional en Psicología logre apropiarse de la realidad social de la comunidad, es por medio de una aproximación al contexto, realizando la utilización de herramientas e instrumentos como: la observación, la escucha activa y los testimonios la subjetividad de los individuos que pertenecen a la misma, de esta manera no solo se supone, sino por el contrario se conoce y se traza un plan de acción psicosocial encaminado a mitigar las necesidades de la colectividad. “la subjetividad de las víctimas exige escucharlas, acudir a sus relatos, a sus memorias, comprenderlas como sujetos en permanente construcción, que devienen entre el sujeto doliente y el sujeto político” (Tabares, 2011, p. 16).

La herramienta de imagen y narrativa ha demostrado ser valiosa para la memoria colectiva de los hechos ocurridos en el conflicto armado de Colombia. Su uso permite que las personas afectadas por situaciones violentas puedan compartir sus historias y experiencias a través de fotografías y relatos. Esto es importante, ya que contribuye a documentar y preservar la memoria de las comunidades afectadas, al mismo tiempo que visibiliza sus luchas y necesidades ante la sociedad y los encargados de tomar decisiones; un ejemplo claro es lo que explica Parra. M, (2019):

Al responder con la memoria y vencer el olvido, no solo se produce un acontecimiento de participación ciudadana, sino que se recuerda a la institucionalidad, a los grupos armados y a la comunidad en general, que el olvido no existe, especialmente frente a aquellos que se fueron y que no en vano, resistieron y dieron su vida, en el caso de los líderes sociales, a una modificación radical de las condiciones de existencia de sus comunidades (pág. 214).

Además, Photovoice empodera a las comunidades perjudicadas de manera física, psicología y social por el conflicto armado, al brindarles una plataforma para compartir sus experiencias y alzar sus voces. Esto permite el fortalecimiento de la capacidad de organización y resiliencia de estas comunidades, fomentando la solidaridad y la empatía entre diferentes grupos; según Villa, (2014).

“la historia de vida y la construcción testimonial, accionada a través de la narración asume una significativa manera de apoyo psicosocial, pues al reconstruir la memoria histórica contribuye a la elaboración de malestares emocionales y del sufrimiento subjetivo en aras de subsanar el tejido social”

En resumen, Photovoice es un instrumento importante para la construcción de una memoria colectiva del conflicto armado en Colombia, la cual, contribuye a resignificar estos contextos abatidos por la guerra, potencializando una sociedad más justa, empática y solidaria, que valore y respete los derechos de todas las personas.

Se resalta el valor del acompañamiento psicosocial del psicólogo en las acciones psicosociales relacionadas con escenarios de violencia. Estas situaciones pueden generar un gran impacto emocional y psicológico en las personas afectadas, provocando una amplia gama de sentimientos como miedo, ansiedad, tristeza, rabia y estrés postraumático, entre otros. Por lo tanto, el papel del psicólogo es fundamental para proporcionar un espacio seguro donde las personas afectadas puedan expresar y procesar sus emociones de manera adecuada, lo cual, es esencial para su recuperación holística. Además, el psicólogo identifica y aborda las problemáticas que generaron la violencia y el desplazamiento, promoviendo estrategias de afrontamiento positivo, habilidades para la resolución de conflictos y el manejo de emociones.

Según Parra (2009) la violencia se asume desde diferentes percepciones, de la cual, se resignifica a través del discurso, permitiendo que el dolor se vuelva aprendizaje y empoderamiento, desde ahí, nace el valor de la memoria y la narrativa de las situaciones violentas experimentadas.

En general, se reconoce que la atención psicológica es una herramienta importante para superar los traumas emocionales y contribuir a la recuperación y reconstrucción de la vida de las personas afectadas por estas situaciones. El acompañamiento del psicólogo en las acciones psicosociales del desplazamiento forzado y la violencia de género es esencial para el bienestar emocional y psicológico de las personas afectadas. Por lo tanto, se hace necesario promover la inclusión de los servicios de atención psicológica en los programas de ayuda y asistencia a las víctimas de la violencia de género y conflicto armado.

Noticiero: “Resignificando una Lucha”

<https://www.youtube.com/watch?v=1zMI-Oo6moY>

Conclusiones

Con el presente trabajo, se logró proponer recursos de afrontamiento psicosocial al sufrimiento por hechos de violencia, mediante la evaluación de emergentes psicosociales traumáticos desde el enfoque narrativo para los casos expuestos, logrando una sensibilización desde cada relato; los acontecimientos violentos que experimenta una persona o una comunidad, enmarcan una multitud de consecuencias que afectan no sólo su vida personal, sino que también su vida social, por esta razón, desde la subjetividad y la memoria vemos el reflejo de muchas historias de vida que causan tristeza y dolor en un individuo y que lo manifiesta de diferentes maneras, por lo cual, es necesario el acompañamiento psicosocial oportuno por un profesional que sustente su praxis en estrategias de cambio.

Los actos violentos que violan los derechos humanos desde el conflicto armado obligan a las víctimas a emigrar a otros países por seguridad; de acuerdo con lo anterior, el caso de Nelson refleja la negligencia por parte de los entes gubernamentales que respaldan a las personas para evitar que deban abandonar su país. Los recursos de afrontamiento evidenciados en el protagonista resaltan la importancia de resignificar lo vivido desde la escucha de otras experiencias, abandonando la desconfianza que genera el conflicto armado.

El estudio de la masacre del Salado en Colombia es fundamental para comprender las consecuencias de la violencia y la importancia de abordarla de manera integral. Desde una perspectiva psicológica, es fundamental comprender cómo la violencia afecta el bienestar mental y emocional de las personas y comunidades, enfatizando la necesidad de implementar estrategias para fortalecer la resiliencia y el bienestar de los afectados. En este sentido, la propuesta de un seminario sobre salud emocional y resiliencia comunitaria es una respuesta adecuada y eficaz a las necesidades de las personas afectadas por la violencia desde la perspectiva de la psicológica. Estas acciones psicosociales permiten el desarrollo de habilidades y estrategias para hacer frente a situaciones traumáticas y

estresantes, promover una mejor calidad de vida y una mayor capacidad para hacer frente a futuros eventos estresantes.

La herramienta de la foto voz, permite que las víctimas se expresen y relaten desde un acompañamiento de memoria colectiva que transforma el sufrimiento por medio de lo simbólico y reestructuración física, psicológica y emocional desde el sentir de experiencias compartidas desde una identidad en común.

Es importante la transformación de los eventos traumáticos de las víctimas en oportunidades de crecimiento a nivel social, cultural y como legado para prevenir que la experiencia vivida no se repita. Así mismo, crear conciencia sobre la vulnerabilidad de la población civil y el derecho que tienen de ser respetados y que no sean involucrados, ni instrumentalizados durante los conflictos armados; en conclusión, la implementación de estrategias que aborden la salud mental y emocional de las personas y comunidades afectadas por la violencia es fundamental para lograr una recuperación integral y sostenible, promoviendo una sociedad más justa y en paz.

Referencias Bibliográficas

Bello, M. (2010) Tendencias del Acompañamiento Psicosocial y Estrategias para la Identificación de Recursos Protectores y de Afrontamiento. El daño desde el enfoque psicosocial. Programa de Iniciativas Universitarias para la Paz y la Convivencia (PIUPC) Universidad Nacional de Colombia. Pp. 59-63.

<http://www.bivipas.unal.edu.co/handle/10720/595>

Beristain, C. (2008). *Diálogo sobre la reparación. Experiencias en el sistema interamericano de derechos humanos*. Tomo 2. San José, Costa Rica: Instituto Interamericano de Derechos Humanos.

Buelga, S. (2007). El empowerment: la potenciación del bienestar desde la psicología comunitaria. En M. Gil (Dir), *Psicología Social y Bienestar: una aproximación interdisciplinar* (pp.154-173). Universidad: Zaragoza

Castañeda, M. (2014). Impacto psicosocial y cultural de la violencia en Colombia. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 43(Supl. 1), S25-

S31. <https://doi.org/10.1016/j.rcp.2014.05.006>

Comisión de la verdad. (2022, 14 de abril). Historias que retornan | Capítulo 4 - Nelson. [video]. Youtube. <https://youtu.be/JZeRIJf4u7k>

Desroche, H. (1976). *Sociología de la esperanza*. Barcelona: Herder

Echeburúa, E. (2007). [Intervención en crisis en víctimas de sucesos traumáticos: ¿Cuándo, cómo y para qué?](#) En *Psicología Conductual*, Vol. 15, Nº 3, 2007, pp. 373-387. https://www.behavioralpsycho.com/wp-content/uploads/2020/04/04.Echeburua_15-3oa-1.pdf

El Tiempo Casa Editorial. (2020, 11 de febrero). Masacre en El Salado: relatos de resiliencia después de 20 años | El Tiempo. [video]. Youtube. https://youtu.be/m5_xwJ93cSg

Fabris, F. A. (2012). La subjetividad colectiva como dimensión psicosocial del proceso sociohistórico y la vida cotidiana: su análisis a través de los emergentes psicosociales. *Hologramática*, 16(1), 23-42.

Galarza, A.; Martínez Festerazzi, V.; Posada, M.; Castañeiras, C. (2009). *Resiliencia y afrontamiento adaptativo: ¿recursos claves para la salud mental?* II Congreso Internacional de Investigación, 12 al 14 de noviembre de 2019, La Plata, Argentina. Disponible en:
https://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/trab_eventos/ev.11984/ev.11984.pdf

García, J. J. & Pérez, L. M. (2019). Resiliencia en víctimas del conflicto armado en Colombia: estudio de caso en el corregimiento El Salado, Bolívar. *Revista Científica de Administración, Finanzas e Informática*, 9(2), 11-22.
<https://doi.org/10.5377/rcafie.v9i2.8338>

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>

Montero, M. (2009a). El fortalecimiento en la comunidad, sus dificultades y alcances. *Universitas Psychologica*, 8(3), 615-626.

Parra, M. (2019). La narración como estrategia de resignificación de la subjetividad en víctimas del conflicto armado. *Revista Kavilando*, 11(1), 191–221.
jimenox?direct=true&db=edsdnp&AN=edsdnp.7225269ART&lang=es&site=edsdnp&scope=site

- Pelechano, V. (2007). Viejas y nuevas cuestiones en las viejas y nuevas terapias psicológicas. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 12, 71-90.
- Restrepo, L. F. & González, N. M. (2015). El Salado, una masacre sin fin. Polisemia, resistencia y resignificación. *Revista Facultad Nacional de Salud Pública*, 33(3), 428-435. <https://doi.org/10.17533/udea.rfnsp.v33n3a10>
- Romero, B.L.(2004). Arte terapia. Otra forma de curar. *Educación y futuro: revista de investigación aplicada y experiencias educativas*, (10).101-110.
[file:///C:/Users/USER/Downloads/DialnetArteTerapiaOtraFormaDeCurar-2044648%20\(2\).pdf](file:///C:/Users/USER/Downloads/DialnetArteTerapiaOtraFormaDeCurar-2044648%20(2).pdf)
- Tabares, C. (2011). Reflexiones en torno al devenir sujeto político de las víctimas del conflicto armado*. *Estudios Políticos*, 38, 121–167.
- Tedeschi, R. G. y Calhoun, L. G. (2004). A clinical approach to posttraumatic growth. En P. A. Linley y S. Joseph (dirs.), *Positive psychology in practice* (pp. 405-419). Hoboken, NJ: John Wiley & Sons.
- Vera, B.; Carbelo B.; Vecina, M. (2006). [La experiencia traumática desde la Psicología Positiva: Resiliencia y Crecimiento Postraumático](#). En *papeles del psicólogo* Vol. 27 (1) pp. 40-49._
<https://bibliotecavirtual.unad.edu.co/login?url=https://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=edsdnp&AN=edsdnp.1417558ART&lang=es&site=edsdnp&scope=site>
- Vera-Villarroel, P. (2015). Bienestar psicológico: Concepto y modelos. *Terapia psicológica*, 33(1), 33-39. <https://doi.org/10.4067/S0718-48082015000100004>
- Villa, J. D. (2014). Memoria, historias de vida y papel de la escucha en la transformación subjetiva de víctimas/sobrevivientes del conflicto armado colombiano. *El Agora*

USB,14(1), 37–60. <https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>

WHITE M. (2004) Laboral con gente OMS son sufrimiento las consecuencias de múltiple trauma: A narrativa perspectiva. Revista Internacional de Terapia Narrativa.