

**La Imagen y la Narrativa como Herramientas para el Abordaje Psicosocial en
Escenarios de Violencia. Municipios de Tunja, Sogamoso, Villa de Leyva y Soatá,
Departamento de Boyacá**

Claudia Lucía Bonilla Pulido

Julieth Katerin Mendoza Medina

Julieth Paola Rosas Cárdenas

Mónica Liliana Rodríguez Velandia

Lina Fernanda Rodríguez Bonilla.

Asesora

Talía Pérez Mendoza

Universidad Nacional Abierta y a Distancia UNAD

Escuela Ciencias Sociales Artes y Humanidades ECSAH

Psicología

2023

Resumen

La violencia en Colombia ha sido un problema complejo durante décadas, con múltiples facetas, conflicto armado interno, grupos armados ilegales, narcotráfico y factores socioeconómicos. En las diferentes narrativas como la de Nelson “capítulo 4 historias que retornan” y el relato de Yurley sobre la masacre de El Salado dan cuenta de lo que el conflicto armado ha traído; víctimas civiles, desplazamientos internos y graves violaciones a los derechos humanos. Factores como la lucha por el control territorial, la producción de drogas ilícitas y las luchas políticas han contribuido a la persistencia de la violencia armada en muchas partes del país; través de las narrativas y la foto – voz logramos identificar eventos y experiencias que reflejan la realidad de manera coherente y que dan cuenta de situaciones que se han podido afrontar día a día y para las personas ha sido una forma de comunicar ideas, emociones y perspectivas vividas.

Desde diferentes municipios del departamento de Boyacá se analizaron hechos que han surgido, en el norte del departamento entre Soatá y Boavita grupos armados derribaron el puente con explosivos dejando a las poblaciones incomunicadas, pérdidas económicas, dificultad para acceder a servicios médicos y educación. De igual forma en Villa de Leyva, Tunja y Sogamoso encontramos violencia de género y el uso de sustancias psicoactivas.

A pesar de la devastación, los sujetos han encontrado fuerza en sus conexiones culturales y simbólicas, lo que les ha permitido demostrar su resiliencia, estos son factores fundamentales en su capacidad para superar los desafíos.

Palabras Clave: Violencia, Acompañamiento, Memoria, Resiliencia, Narrativa.

Abstract

Violence in Colombia has been a complex problem for decades, with multiple facets, internal armed conflict, illegal armed groups, drug trafficking and socioeconomic factors. In the different narratives such as Nelson's "chapter 4 stories that return" and Yurley's account of the El Salado massacre, they tell what the armed conflict has brought; civilian casualties, internal displacement and serious human rights violations. Factors such as the struggle for territorial control, illicit drug production and political strife have contributed to the persistence of armed violence in many parts of the country; Through narratives and photo-voice we manage to identify events and experiences that reflect reality in a coherent way and that account for situations that have been faced day by day and for people it has been a way of communicating ideas, emotions and perspectives lived. From different municipalities of the department of Boyacá were analyzed facts that have arisen, in the north of the department between Soatá and Boavita armed groups demolished the bridge with explosives leaving the populations incommunicado, economic losses, difficulty in accessing medical services and education. Similarly in Villa de Leyva, Tunja and Sogamoso we find gender violence and the use of psychoactive substances. Despite the devastation, the subjects have found strength in their cultural and symbolic connections, which has allowed them to demonstrate their resilience, these are fundamental factors in their ability to overcome challenges.

Keywords: violence, accompaniment, memory, resilience, narrative.

Tabla de Contenido

Introducción	6
Análisis de Relatos de Historias que Retornan Capítulo 4 - Nelson.....	7
Emergentes Psicosociales	7
Análisis Discursivo	7
El Significado de la Violencia desde la Experiencia Subjetiva de Nelson	8
Identificación de sus Recursos de Afrontamiento de Nelson	9
Encontrar Significado	11
Elementos Resilientes Identificados en el Relato de Nelson	12
Análisis de la Masacre del Salado: Un Pueblo Marcado por la Violencia	19
Huellas Traumáticas y Resiliencia Colectiva.....	20
Cicatrices en Cuerpo y Mente: Los Impactos Bio-Psico-Socio-Culturales de la Violencia	22
Emblemas de Dolor y Esperanza en El Salado.....	23
Estrategias Psicosociales para la Potenciación de Recursos de Afrontamiento de la Población de El Salado: Un pueblo Marcado por la Violencia	25
Experiencia Foto Voz.....	33
Informe Analítico y Reflexivo de la Experiencia Sobre la Imagen y la Narrativa	33
Link del Video	36
Conclusiones	37
Referencias.....	39

Lista de Tablas

Tabla 1 *Formulación de Preguntas y respuestas: circulares, estratégicas, reflexivas...10*

Tabla 2 *Estrategias psicosociales de afrontamiento para los pobladores del Salado...15*

Introducción

Este trabajo refleja como la imagen y la narrativa se convierten no solo en una herramienta para preservar la historia de una comunidad con la que se evidencia la verdad de las experiencias de sus pobladores sino que se convierten en herramientas poderosas en el abordaje psicosocial que se hace en las comunidades que han vivido escenarios de violencia en sus territorios, estas herramientas se convierten en recursos de afrontamiento debido a su carga simbólica, lo que también contribuye a la resiliencia por medio de experiencias transformadoras que inspiran a las comunidades a cooperar de manera solidaria, conjunta y activa para superar los desafíos que la violencia ha dejado en ellos, así como encontrar un nuevo significado en la vida a través de estrategias psicosociales que responden a las necesidades específicas de la comunidad de El Salado, las cuales permitirán a los pobladores generar acciones con las que puedan resignificar su pasado y construir un presente y futuro resiliente con mejores posibilidades de calidad de vida de lo que pudieron vivir antes de que la violencia tocara a la puerta de sus vidas.

Análisis de Relatos de Historias que Retornan Capítulo 4 - Nelson

Emergentes Psicosociales

Nelson un padre de familia oriundo de Sincelejo narra las dificultades que vivió en cargo propia y que los llevaron a tener que abandonar su país natal en compañía de su esposa e hijos para empezar de ceros en un país desconocido. “Ante un suceso traumático, 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” (Vera et al, 2006, p.42)

Teniendo en cuenta que los emergentes psicosociales son fenómenos o aspectos que surgen de la interacción entre factores psicológicos y sociales en un contexto determinado, los cuales pueden incluir comportamientos, actitudes, emociones, percepciones y dinámicas grupales que se manifiestan como resultado de la influencia de variables psicológicas y sociales en una situación específica, por lo tanto es necesaria su identificación para comprender mejor las dinámicas individuales y colectivas que afectan el bienestar y la interacción de las personas en diferentes contextos sociales. Fabris, Fernando A. (2012) De esta manera se puede evidenciar que el secuestro, la extorción, la pérdida de prácticas culturales, el año en la noción de justicia y de las instituciones que brindan protección, son los emergente psicosociales más relevantes en el relato de Nelson, los cuales no solo cambiaron su realidad sino también la de su familia y de otros compatriotas que vivieron experiencias marcadas por el conflicto armado en Colombia.

Análisis Discursivo

Nelson narra los acontecimientos vividos desde una postura de sobreviviente, donde fue extorsionado por la guerrilla y posteriormente secuestrado, razón por la cual su familia tuvo que

vender las propiedades que tenía para lograr su liberación, ante el intento fallido de reabrir su negocio y presión de la guerrilla decidieron irse con ayuda de una hermana que vivía en otro país y empezar allá desde cero, en lugar vendiendo comida típica Colombiana lo que les permitió encontrarse allí con otros compatriotas, donde pudo practicar las tradiciones que había perdido al salir del país compartiendo bailes, fiestas y comidas tradicionales, esto le hacía sentir feliz aunque no fueran igual que en su tierra natal, tras 20 años en el nuevo país finalmente decidió acceder a un grupo de apoyo para inmigrantes colombianos donde pese a sus prejuicios y miedos finalmente pudo expresar lo que no había podido en estos 20 años, sintiéndose libre por primera vez en mucho tiempo. “el primer paso que permite el acceso a territorios de vida alternativos es descubrir aquello a lo que la persona le da valor. Todas las personas siempre tienen algo que valoran, creo que la evidencia es el mero hecho de que siguen viviendo.” White, M. (2016, p.26)

Con lo anterior se comprueba la relevancia de determinar las diversas formas y niveles de conciencia crítica o ilusoria en relación con las necesidades y potencialidades individuales y sociales, así como la habilidad para crear entornos que faciliten la comprensión de las propias necesidades y las de los demás para generar estructuras organizativas que contribuyan en satisfacerlas, siendo el grupo de apoyo un creador de consciencia colectiva que permite la reconstrucción individual y colectiva del tejido social e identidad socio-cultural del sujeto.

Fabris, Fernando A. (2012)

El Significado de la Violencia desde la Experiencia Subjetiva de Nelson

La reflexión sobre los significados de la violencia desde la experiencia subjetiva de Nelson nos muestra cómo la violencia puede afectar profundamente a una persona y a su entorno, dejando secuelas emocionales y psicológicas que pueden persistir durante años. Nelson, a pesar de haber

sufrido enormes pérdidas y dificultades, encontró valor en su familia, cultura y tradiciones, lo que le dio fuerza para enfrentar las adversidades y buscar una vida mejor.

También recuerda la importancia del apoyo emocional y psicológico para las víctimas de la violencia y los inmigrantes que han pasado por experiencias traumáticas. El acceso a grupos de apoyo puede ser fundamental para ayudar a estos sujetos a compartir sus historias, expresar sus emociones y encontrar una red de apoyo que les permita sanar y reconstruir sus vidas.

“Cuando las historias de otros tocan ciertas cuerdas de nuestra propia historia o tocan alguna experiencia que hemos vivido, se produce una resonancia que inevitablemente nos mueve...”

White, M. (2016, p.10)

Este relato destaca la resiliencia humana y la capacidad de encontrar significado y valor en medio de experiencias traumáticas, lo que puede ser un paso crucial hacia la recuperación y la construcción de una vida más plena y satisfactoria. “La resiliencia se ha definido como la capacidad de una persona o grupo para seguir proyectándose en el futuro a pesar de acontecimientos desestabilizadores, de condiciones de vida difíciles y de traumas a veces graves” (Vera et al, 2006, p.43)

El concepto de resiliencia también se entiende como el resultado de la interacción entre el individuo y su entorno. En este sentido, hablar de resiliencia en términos individuales es un error, ya que no se puede medir simplemente en términos de tener ciertas cualidades o características, en cambio, la resiliencia se trata más de un proceso en constante evolución que implica la forma en que una persona se adapta y crece a lo largo de su historia vital. Vera, B.; Carbelo B.; Vecina, M. (2006)

Identificación de sus Recursos de Afrontamiento de Nelson

En el relato se puede observar que existen diferentes recursos y donde cada uno de ellos es relevante por lo que se hace necesario detallarlos a continuación:

Apoyo Social

Nelson encontró apoyo en su familia y en su hermana que vivía en otro país. También se conectó con otros compatriotas en el nuevo país, lo que le permitió sentirse parte de una comunidad y compartir sus experiencias. Finalmente, accedió a un grupo de apoyo para inmigrantes colombianos, donde pudo expresar sus sentimientos y experiencias. El apoyo social es un recurso importante para hacer frente a situaciones difíciles y para sentirse acompañado en momentos de crisis.

Reconexión con la Cultura y Tradiciones

La apertura del negocio de comida típica colombiana en el nuevo país permitió a Nelson y su familia reconectarse con sus raíces culturales. Participar en bailes, fiestas y comidas tradicionales les brindó un sentido de identidad y pertenencia, lo que puede haberles ayudado a mantener un sentido de estabilidad y arraigo cultural en medio de un entorno desconocido.

Resiliencia y Adaptabilidad

A lo largo del relato, Nelson muestra una notable resiliencia al enfrentar múltiples desafíos. Desde sobrevivir al secuestro hasta rehacer su vida y la de su familia en un país extranjero, su capacidad de adaptarse a las circunstancias cambiantes fue esencial para superar las adversidades.

Expresión Emocional

Después de 20 años, finalmente accedió a un grupo de apoyo, lo que le permitió expresar sus sentimientos y experiencias reprimidas. La expresión emocional es una estrategia de

afrontamiento saludable que puede liberar emociones acumuladas y facilitar el proceso de sanación.

Encontrar Significado

A pesar de las dificultades, Nelson encontró valor en su familia, cultura y tradiciones, lo que le dio fuerza para enfrentar las adversidades y mantener la esperanza en momentos difíciles, todo esto medio de la adversidad se convirtió en un recurso poderoso para mantener una actitud positiva y resiliente.

Búsqueda de Ayuda Profesional

Aunque no se menciona explícitamente en el relato, el hecho de que Nelson finalmente accedió a un grupo de apoyo sugiere que también buscó ayuda profesional para enfrentar y superar las secuelas emocionales de sus experiencias traumáticas, ya que los grupos de apoyo cuenta con profesionales capacitados.

En el desarrollo de estas historias alternativas, en la exploración de estos otros territorios, las historias de trauma y dolor de la persona no se invalidan, no se borran, lo que pasa es que como resultado de estas conversaciones, el sujeto encuentra otro lugar para pararse, un lugar donde encuentra la oportunidad de expresar su experiencia traumática sin que sienta que esta experiencia la define. White, M. (2016, p.26) de igual manera Echeburúa, considera que así como lo muestra Nelson, “hay personas que han sufrido un suceso traumático y que, sin embargo, no necesitan un tratamiento psicológico o farmacológico. El equilibrio psicológico previo, el transcurso del tiempo, la atención prestada a los requerimientos de la vida cotidiana y el apoyo familiar y social contribuyen muchas veces a digerir el trauma.” Echeburúa, E. (2007, pg. 377)

Elementos Resilientes Identificados en el Relato de Nelson

La resiliencia es el concepto que está conectado con la capacidad de enfrentar situaciones traumáticas y desarrollar un cambio positivo como resultado, en el caso de Nelson y de las víctimas del conflicto armado es necesario tener en cuenta como parte de la resiliencia aunque no tengan el mismo significado el crecimiento postraumático, el cual no todas las personas logran desarrollar ya que este implica que el individuo no solo logra sobrevivir y resistir a la situación traumática sin sufrir trastornos, sino que además experimenta un cambio positivo que lo lleva a una situación mejor que la que tenía antes del suceso, como se evidencia en las decisiones y progresos que tuvo Nelson al reconstruir su vida y la de su familia en un país desconocido para él y donde pese a lo vivido jamás perdió la determinación de salir adelante con su familia. Vera, B.; Carbelo B.; Vecina, M. (2006) Con base a lo anterior los elementos de resiliencia evidenciados en el caso de Nelson son:

Superación del Secuestro y Extorsión

A pesar de haber sido extorsionado y secuestrado por la guerrilla, Nelson logra sobrevivir a esta experiencia traumática, y tomar decisiones significativas para sobreponerse a lo vivido y evitar repetirlo, lo que indica una notable resiliencia para enfrentar situaciones de alto estrés y peligro.

Reconstrucción de la Vida en otro País

Después de su liberación, Nelson y su núcleo familiar se enfrentan a la pérdida de su negocio y la presión constante de la guerrilla, lo que los lleva a tomar la decisión de dejar su país y comenzar una nueva vida en otro lugar. Esta capacidad de adaptarse y empezar de cero en un entorno desconocido demuestra su resiliencia para afrontar cambios drásticos.

Apertura de un Nuevo Negocio

En el nuevo país, Nelson y su familia inician un negocio de comida típica colombiana, lo que muestra una actitud emprendedora y la capacidad de buscar nuevas oportunidades incluso después de haber pasado por situaciones difíciles.

Reconciliación con la Cultura y Nuevas Tradiciones

A través del negocio de comida típica colombiana, Nelson y su familia encuentran un espacio para compartir su cultura y tradiciones con otros compatriotas. Esta conexión con sus raíces culturales demuestra una forma de mantener su identidad y sentido de pertenencia a pesar de estar en un país extranjero.

Acceso al Grupo de Apoyo para Inmigrantes

Después de 20 años en el nuevo país, y como muestra que estos procesos sin el acompañamiento adecuado pueden durar muchos años, Nelson finalmente decide acceder a un grupo de apoyo para inmigrantes colombianos. Esta acción muestra su disposición a buscar ayuda y apoyo emocional, lo que es un elemento clave en la resiliencia para superar traumas y experiencias difíciles.

Expresión Emocional y Liberación

A través del grupo de apoyo, Nelson puede expresar sus sentimientos y experiencias reprimidas durante mucho tiempo. Esta capacidad para abrirse emocionalmente y liberar emociones acumuladas es un elemento resiliente importante para sanar y recuperarse emocionalmente, ya que el tienen prejuicios y miedos que lo han hecho reprimirse durante todos estos años.

Encontrar Significado y Valor en su Cultura

A pesar de las dificultades y diferencias culturales en el nuevo país, Nelson y su familia encuentran valor en su cultura y tradiciones. Esta perspectiva en encontrar significado en su

identidad cultural y valores muestra una actitud resiliente para mantener una perspectiva positiva y un sentido de esperanza a lo largo del tiempo.

“Para hablar sobre los efectos del trauma en la vida de las personas, la primera tarea terapéutica es la creación de un contexto en el que se desarrolle o se continúe desarrollando cierta realidad personal que de origen al sentido de ser usualmente conocido como “mí-mismo(a)”. Este es el Sentido de “mí-misma” que está asociado al desarrollo del lenguaje de la vida interior, narrativo en su forma, y que William James llama: “Fluir de Conciencia”. White, M. (2016, p.43)

Tabla 1.

Formulación de Preguntas Circulares, Estratégicas, Reflexivas y su Justificación desde el Campo Psicosocial

Tipo de pregunta	Pregunta planteada	Justificación desde el campo psicosocial
Preguntas circulares	<p>¿Cómo crees que las experiencias vividas por el conflicto han moldeado tu percepción sobre la resiliencia y la capacidad de enfrentar desafíos en la vida?</p>	<p>La pregunta busca explorar cómo estas experiencias pueden haber generado una mayor sensibilidad hacia los desafíos en la vida cotidiana y cómo han influenciado la percepción del individuo sobre su propia resiliencia. Al reflexionar sobre cómo ha afrontado y superado las adversidades pasadas, el individuo puede comprender mejor sus recursos internos y habilidades para enfrentar futuros desafíos, proporciona información valiosa sobre el impacto psicológico del conflicto en el individuo, permitiendo identificar posibles áreas de fortaleza y áreas que pueden requerir mayor apoyo y acompañamiento psicosocial</p> <p>Para vera (2006) como se citó en (Calhoun y Tedeschi, 2000) “al hablar de crecimiento postraumático no sólo se hace referencia a que el individuo enfrentado a una situación traumática consigue sobrevivir y resistir sin sufrir trastorno alguno, sino que además la experiencia opera en él un cambio positivo que le lleva a una situación mejor respecto a aquella en la que se encontraba antes de ocurrir el suceso" (Pag.6)</p>
	<p>¿En qué medida sientes que el encuentro con otros compatriotas y la recuperación de tradiciones culturales han sido fuentes de apoyo emocional y sentido de pertenencia durante tu proceso de adaptación en el nuevo país?</p>	<p>Esta pregunta busca profundizar en cómo las relaciones sociales con otros compatriotas y la participación en prácticas culturales pueden tener un impacto positivo en el apoyo emocional y en el sentido de pertenencia del individuo durante su proceso de adaptación en el nuevo país, y cómo estos factores pueden influir en su bienestar psicosocial en general. Al comprender estas dinámicas, se pueden identificar</p>

intervenciones y estrategias de apoyo que promuevan una adaptación más saludable y positiva para el individuo en su nuevo contexto.

Para Vera (2006) como se citó en ((Saakvitne et al., 1998) “hablar de un crecimiento después del trauma, de una ganancia personal, es algo inaceptable e incluso obsceno. Sin embargo, la exitosa lucha por la supervivencia de la especie humana ha debido seleccionar mecanismos de adaptación a circunstancias sumamente ingratas que conllevan tanto beneficios como costes” (pag,7).

¿Qué significado personal atribuyes a la recuperación de tradiciones culturales y el compartir momentos de alegría con otros compatriotas, y cómo crees que estas experiencias están relacionadas con tu proceso de sanación y adaptación en el nuevo país?

La pregunta tiene como objetivo indagar sobre el significado personal que el individuo atribuye a la recuperación de sus tradiciones culturales y al compartir momentos de alegría con otros compatriota, además, busca comprender cómo estas experiencias se relacionan con su proceso de sanación y adaptación en el nuevo país de igual manera comprender estos aspectos permitirá identificar cómo estas prácticas culturales y sociales pueden actuar como recursos de apoyo en el bienestar psicosocial del individuo durante su proceso de migración y adaptación. . “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 nos marca el camino a seguir.” White, M. (2016, p.5)

Preguntas estratégicas

¿Qué áreas familiares considera que se han fortalecido después de vivir este hecho?

Esta pregunta permite indagar sobre el impacto del secuestro en la vida del individuo y cómo estas experiencias traumáticas han dejado huellas en su bienestar psicosocial actual, con base a estos aspectos, se pueden implementar estrategias de apoyo y acompañamiento adecuadas para facilitar su proceso de sanación y adaptación actualmente. Wortman y Silver demuestra que no todas las personas experimentan reacciones intensas de duelo ante una pérdida, y que la resiliencia y la capacidad de superación son más comunes de lo que se creía anteriormente. Esto implica que existen diversas formas de afrontar y recuperarse de las situaciones difíciles, y que no todas las personas desarrollan un trastorno a raíz de una experiencia traumática. White, M. (2016)

¿Cómo ha sido para ti enfrentar los prejuicios y miedos que te han impedido expresar tus vivencias durante 20 años, y qué cambios has notado en tu estado emocional y mental desde que pudiste hacerlo en el grupo de apoyo?

Esta pregunta busca abordar cómo el enfrentamiento de prejuicios y miedos ha influido en el bienestar emocional y mental del individuo, y cómo su participación en el grupo de apoyo ha permitido una nueva perspectiva y liberación emocional, contribuyendo al proceso de sanación y crecimiento personal. El abordaje de estos aspectos es esencial para entender la complejidad de la experiencia del individuo y diseñar estrategias de apoyo psicosocial adecuadas para su proceso de recuperación, teniendo en cuenta que El psicólogo debe tener la habilidad de identificar y observar en cada individuo los diferentes indicios del inicio de este proceso de crecimiento, para guiar y apoyar su evolución de manera efectiva. White, M. (2016)

¿Cuánto tiempo ha transcurrido desde que te uniste al grupo de apoyo para inmigrantes colombianos, y cómo describirías la evolución de tu bienestar emocional desde entonces?

La pregunta tiene como objetivo indagar sobre el significado personal que el individuo atribuye a la recuperación de sus tradiciones culturales y al compartir momentos de alegría con otros compatriota, además, busca comprender cómo estas experiencias se relacionan con su proceso de sanación y adaptación en el nuevo país de igual manera comprender estos aspectos permitirá identificar cómo estas prácticas culturales y sociales pueden actuar como recursos de apoyo en el bienestar psicosocial del individuo durante su proceso de migración y adaptación; permitiendo así crear una comprensión y abordaje de las experiencias humanas, en situaciones traumáticas o en el proceso de adaptación a un nuevo entorno cultural, donde consideren todos los aspectos de la vida del individuo y se utilicen recursos de apoyo para promover la recuperación, el crecimiento y el bienestar psicosocial individual y colectivo. Vera, B.; Carbelo B.; Vecina, M. (2006)

Preguntas reflexivas

¿Sí pudieras enviar un mensaje a otras personas que han pasado por situaciones similares ¿qué les dirías?

La pregunta invita a reflexionar sobre la experiencia vivida y a compartir aprendizajes, palabras de apoyo, consejos o palabras de aliento que podrían ser útiles y reconfortantes para quienes se encuentran enfrentando circunstancias similares. Además, esta pregunta puede ser una oportunidad para ofrecer empatía, solidaridad y comprensión hacia aquellos que han pasado por situaciones traumáticas o desafiantes, brindándoles una voz de aliento y apoyo en su proceso de sanación y

¿Qué emociones y pensamientos surgen en ti cuando recuerdas los momentos de extorsión y secuestro, y cómo crees que estas experiencias han influido en tu bienestar emocional en el presente?

¿Qué significado personal atribuyes a la recuperación de tradiciones culturales y el compartir momentos de alegría con otros compatriotas, y cómo crees que estas experiencias están relacionadas con tu proceso de sanación y adaptación en el nuevo país?

superación. Para Vera (2006) como se nombra en (Manciaux, Vanistendael, Lecomte y Cyrulnik, 2001). “resiliencia se ha definido como la capacidad de una persona o grupo para seguir proyectándose en el futuro a pesar de acontecimientos desestabilizadores, de condiciones de vida difíciles y de traumas a veces graves” (pa,4).

A través de esta pregunta, se busca dar espacio para que el individuo exprese y reflexione sobre las emociones asociadas con los recuerdos traumáticos, como el miedo, la angustia, la tristeza o la ansiedad. Asimismo, permite entender cómo estas experiencias pueden seguir afectando su bienestar emocional y mental en el presente, identificando posibles secuelas y desafíos en su proceso de recuperación y adaptación. Esta pregunta también puede ser terapéutica, ya que brinda la oportunidad de validar las emociones del individuo y fomentar la expresión de sus sentimientos en un ambiente seguro y comprensivo. Según Vera (2006) como se citó en (Fredrickson y Tugade, 2003)” Experimentar emociones positivas como gratitud, amor o interés, entre otras, tras la vivencia de un suceso traumático, aumenta a corto plazo la vivencia de experiencias subjetivas positivas, realza el afrontamiento activo y promueve la desactivación fisiológica, mientras que a largo plazo, minimiza el riesgo de depresión y refuerza los recursos de afrontamiento”(pag,4).

Esta pregunta permite explorar y entender la evolución del bienestar emocional del individuo desde que se unió al grupo de apoyo para inmigrantes colombianos, facilitando comprender cómo ha sido afectado emocionalmente por su participación en el grupo, y así identificar estrategias de apoyo que este necesitando en este momento.

Nota en esta tabla se plantean tres preguntas circulares, tres preguntas estratégicas y tres preguntas reflexivas y su justificación desde el campo psicosocial. Fuente: Elaboración propia

Análisis de la Masacre del Salado: Un Pueblo Marcado por la Violencia

El Salado es un municipio ubicado en el departamento de Bolívar, en la región norte de Colombia, es conocida por su biodiversidad, con diversos ecosistemas que incluyen bosques tropicales, sabanas, humedales y cuerpos de agua como ríos y lagunas. Esta diversidad de paisajes la convierte en una zona de gran interés para la conservación de la flora y fauna autóctona.

Históricamente es conocido trágicamente por ser escenario de una de las masacres más horribles ocurridas en Colombia. En el año 2000, durante el conflicto armado, paramilitares perpetraron una masacre brutal, en esta localidad, durante varios días, asesinaron a cientos de personas, en su mayoría campesinos, hombres, mujeres y niños, que se encontraban en la zona.

El ataque provocó un fuerte desplazamiento de la población, y muchos habitantes de El Salado, los cuales tuvieron que abandonar sus hogares buscando refugio en otras regiones del país.

El hecho es recordado como la "Masacre de El Salado" y dejó una profunda huella en la memoria colectiva de la región.

Como lo menciona Manero y Soto (2005):

Se parte aquí de la idea de que las experiencias vividas en el presente, las formas de imaginar el porvenir y la memoria son dimensiones esenciales en la constitución de la subjetividad; dicho de otro modo, podría decirse que el pasado, entendido no como algo terminado sino como un proceso en continua construcción, es un elemento que dota de sentido a la realidad social y participa de los modos en que los sujetos significan y dan sentido al mundo que les rodea. (p.173)

A raíz de esta tragedia, El Salado se ha convertido en un símbolo del sufrimiento causado por la violencia en Colombia y en un llamado a la reconciliación y la construcción de la paz.

Huellas Traumáticas y Resiliencia Colectiva

Presenciar o vivir situaciones de violencia extrema puede dejar secuelas emocionales y psicológicas duraderas. Este trágico evento desencadenó una serie de emergentes psicosociales que marcaron a las víctimas y a la sociedad en su conjunto. Como lo menciona Fabris (2011) “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 socio-histórico” (p.36).

Exploraremos algunos de estos emergentes, que han experimentado los sobrevivientes: La desconfianza en las autoridades y el sistema de justicia, el desplazamiento forzado, la pérdida de identidad que enfrentaron los habitantes de El Salado, así como la solidaridad y resistencia que surgieron como respuesta ante la adversidad.

La pérdida masiva de vidas y la violencia extrema en la comunidad de El Salado dejaron secuelas emocionales y psicológicas en los sobrevivientes y en aquellos que perdieron a sus seres queridos. El duelo colectivo se convirtió en una experiencia compartida, afectando la forma en que la comunidad afronta y procesa el dolor y la pérdida.

Así mismo la violencia y la vulnerabilidad experimentadas causaron aumento de miedo y desconfianza en la percepción de inseguridad, tanto hacia actores armados como hacia las autoridades estatales. Es por esto que algunos miembros de la comunidad optaron por abandonar sus hogares y buscar refugio en otros lugares para evitar futuros actos violentos.

Esto llevo a la desintegración de la comunidad, deterioro del tejido social y desarraigo de las personas por su tierra y cultura.

La resistencia de la comunidad de El Salado fue un aspecto fundamental en el proceso de afrontar y superar la Masacre que sufrieron. A pesar del horror y la devastación que experimentaron, la comunidad mostró una notable capacidad para mantenerse unida y enfrentar la adversidad con valentía y determinación. La solidaridad entre los habitantes fue una fuerza impulsora para enfrentar la situación y encontrar fuerzas en medio de la adversidad.

Después de este trágico evento, se han llevado a cabo esfuerzos de reconciliación y memoria histórica en El Salado, se ha trabajado en la construcción de la paz y la promoción de los derechos humanos en la región. La comunidad ha buscado superar las secuelas de la violencia y trabajar hacia una convivencia pacífica y una sociedad más justa.

Sin embargo, a pesar del horror vivido, la comunidad de El Salado también demostró una notable resiliencia colectiva, "Se refiere tanto a los individuos en particular como a los grupos familiares o colectivos que son capaces de minimizar y sobreponerse a los efectos nocivos de las adversidades y contextos desfavorecidos socioculturalmente, de recuperarse tras haber sufrido experiencias notablemente traumáticas" (Uriarte, 2010, p. 688). En este sentido la comunidad de El Salado ha tenido una gran capacidad para enfrentar y superar la adversidad, y en este caso, los habitantes buscaron apoyarse mutuamente y encontrar formas de sanar y reconstruir sus vidas.

Además, la memoria colectiva desempeña un papel importante en la resiliencia la comunidad se dedicó a preservar la historia y honrar a las víctimas, lo que les permitió procesar el dolor y mantener vivo el recuerdo de lo sucedido. La reconstrucción de la memoria colectiva fue fundamental para no olvidar los acontecimientos y para aprender de la experiencia traumática.

Finalmente, la resistencia de la comunidad de El Salado es un testimonio de la capacidad del ser humano para enfrentar la tragedia con coraje y solidaridad. A través de la preservación de

la memoria colectiva, la búsqueda de justicia y paz, y la fortaleza emocional, la comunidad demostró una notoria resiliencia que les permitió levantarse y reconstruir sus vidas después de la masacre. La resistencia de El Salado se convirtió en un ejemplo poderoso de la importancia de la solidaridad y la unión en momentos de adversidad y sufrimiento.

Cicatrices en Cuerpo y Mente: Los Impactos Bio-Psico-Socio-Culturales de la Violencia

Esta tragedia dejó una huella en diversos niveles, afectando la vida de las personas en aspectos biológicos, psicológicos, sociales y culturales.

La exposición a la violencia extrema y traumática a la que estuvo sometida la población de El Salado trajo consigo efectos negativos en la salud física de las personas. La masacre tuvo consecuencias devastadoras para la salud mental de los sobrevivientes y las personas afectadas. Los síntomas de trauma, pesadillas y evitación de situaciones relacionadas con el evento pueden persistir a largo plazo.

Como lo menciona Fernandez, Goitia y Mendoza (2018):

En cuanto a lo psicológico, el individuo está sometido a la presión de todo el universo de ideas y emociones que están actuando poderosamente sobre el sustrato biológico, del cual reciben también una gran influencia. Estas acciones recíprocas pueden quebrar su armonía y producir un nuevo desequilibrio. Fácilmente se comprende como la desarmonía de este factor sociocultural puede alterar el psicológico y lo biológico del individuo y como los desequilibrios de uno y de otro o de ambos a la vez pueden provocar el desorden de aquel.

En la masacre del Salado se afectó la cohesión social y las relaciones dentro de la comunidad. dando lugar a la fragmentación del tejido social, la desconfianza entre vecinos y una sensación de aislamiento. Las dinámicas culturales y las tradiciones cambiaron debido a la

pérdida de miembros de la comunidad o a la necesidad de desplazarse a otras áreas. Además, afecto la capacidad de la comunidad para acceder a la educación y al empleo. A sí mismo la inseguridad y el desplazamiento pueden dificultar el acceso a la educación, lo que afecta a las generaciones jóvenes. Además, la economía local sufrió debido a la interrupción de actividades productivas.

Emblemas de Dolor y Esperanza en El Salado

Las armas representan la violencia extrema y el horror vivido durante la Masacre de El Salado. Fueron los instrumentos utilizados para cometer los actos de violencia que dejaron una profunda huella de dolor y sufrimiento en la comunidad. Como símbolos de la destrucción y la muerte, evocan los momentos de angustia y tragedia que vivieron los habitantes de El Salado.

De igual forma los caminos o senderos representan el dolor y la tragedia vivida durante la Masacre de El Salado. Fueron testigos de la violencia y el desplazamiento forzado que sufrieron los habitantes de la región. Los caminos representan la voluntad de avanzar hacia un futuro mejor. A pesar de la tragedia, la comunidad ha buscado reconstruir su vida y su territorio, adicional los caminos son vistos como símbolos de unión y encuentro, ya que permiten a la comunidad conectarse y fortalecer su cohesión social.

El sitio del “monumento” es un emblema del dolor y la tragedia que vivieron los habitantes de El Salado durante la Masacre. Fue en este lugar donde enterraron a sus seres queridos que perdieron la vida a manos de los grupos armados.

El hecho de que los habitantes hayan creado un monumento en memoria de las víctimas muestra su resiliencia y su determinación para mantener viva la memoria de lo sucedido, con la esperanza de que actos similares no vuelvan a ocurrir en el futuro.

Según como lo expresa Vera, Carbelo, y Vecina, (2006):

Ante un suceso traumático, 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 (p.42)

El Salado, aunque ha sido víctima de la violencia y de la tragedia, han demostrado una notable capacidad de transformación y resiliencia, convirtiéndose en sobrevivientes que buscan reconstruir sus vidas y comunidades. “Así, se ha encontrado que las personas resilientes hacen frente a experiencias traumáticas utilizando el humor, la exploración creativa y el pensamiento optimista” (Vera, Carbelo B, & Vecina J, 2006 p.45). A pesar de los impactos devastadores de la Masacre, esta comunidad ha buscado superar el dolor y el trauma, encontrando fuerzas para seguir adelante y enfrentar los desafíos que se les presentan. Han buscado recuperar su dignidad y construir un futuro más esperanzador.

Estrategias Psicosociales para la Potenciación de Recursos de Afrontamiento de la Población de El Salado: Un pueblo

Marcado por la Violencia

Tabla 2

Estrategias Psicosociales para la Potenciación de Recursos de Afrontamiento.

Nombre de la estrategia	Círculo de apoyo y sanación comunitaria	Talleres de empoderamiento y liderazgo comunitario	Recuperación de tradiciones y cultura.
Descripción fundamentada	Esta estrategia se basa en la creación de un espacio seguro y confidencial donde los pobladores de El Salado puedan reunirse regularmente para compartir sus experiencias, emociones y preocupaciones relacionadas con la masacre y el conflicto armado. Se utilizarán enfoques terapéuticos grupales para fomentar la empatía y la solidaridad entre los participantes ofreciendo “la terapia como un contexto en donde la gente pueda decir lo que no ha dicho anteriormente. Pero al mismo tiempo, es de vital importancia que yo escuche los signos de aquello a lo que la persona ha continuado dando valor en su vida, a pesar de todo lo que ha pasado.” White, M. (2016, p.4)	Esta estrategia tiene como objetivo fortalecer el empoderamiento de los pobladores de El Salado, brindándoles herramientas para asumir roles de liderazgo en la comunidad. Se realizarán talleres que aborden temas como la toma de decisiones, la comunicación efectiva, la resolución de conflictos y la promoción de la participación comunitaria, cultivando un crecimiento postraumático con el cual “no sólo se hace referencia a que el individuo enfrentado a una situación traumática consigue sobrevivir y resistir sin sufrir trastorno alguno, sino que además la experiencia opera en él un cambio positivo que le lleva a una situación mejor respecto a aquella en la que se encontraba antes de ocurrir el suceso” (Calhoun y Tedeschi, 2000	Esta estrategia se centra en la recuperación de las tradiciones y cultura de El Salado como una forma de fortalecer la identidad y el sentido de pertenencia de los pobladores. Se llevarán a cabo actividades culturales, festivales y eventos que permitan a la comunidad compartir y mantener sus tradiciones y costumbres. “Aquello que valoramos en la vida está configurado por nuestras relaciones con los demás, con aquellos que son importantes para nosotros -incluyendo familiares, parientes y amigos-, por la comunidad, por las instituciones de nuestra

Objetivo

Facilitar la expresión emocional y el apoyo mutuo entre los pobladores para aliviar el trauma emocional, promover la resiliencia y fortalecer los lazos comunitarios a través de círculos terapéuticos.

Fases y tiempo de cada una**Fase Inicial**

Reuniones iniciales para sensibilizar a la comunidad sobre la importancia de la estrategia y generar confianza. (2 meses)

Fase Intermedia

Establecimiento de círculos de apoyo en diferentes áreas de la comunidad, con reuniones regulares (quincenales o mensuales) para compartir y discutir experiencias donde los facilitadores capacitados guiarán las sesiones y promoverán un ambiente seguro y empático. (6 meses)

Fase final

Evaluación y seguimiento de los avances de los círculos de apoyo. Identificación de necesidades adicionales y ajustes en la estrategia según los resultados obtenidos. (4 meses)

citado por Vera, B.; Carbelo B.; Vecina, M. 2006 p.45)

Facilitar la potenciación de los recursos individuales y colectivos de los pobladores para que puedan asumir un rol activo en la reconstrucción de su comunidad y en la búsqueda de soluciones a los desafíos que enfrentan a través de talleres.

Fase Inicial

Planificación de los temas a abordar, creación de los talleres, definición de los materiales y recursos a utilizar. (3 meses)

Fase intermedia

Realización de talleres de empoderamiento y liderazgo en diferentes áreas de la comunidad, con una frecuencia de al menos una vez al mes. (6 meses)

Fase final

Evaluación de los resultados de los talleres y seguimiento del progreso de los participantes. Identificación de líderes emergentes y planificación de acciones comunitarias lideradas por ellos. (4 meses)

comunidad y por nuestra cultura.” White, M. (2016, p.5)

Promover el sentido de pertenencia y la cohesión comunitaria a través del redescubrimiento y valoración de las tradiciones culturales para recuperar el tejido sociocultural.

Fase Inicial

Identificación de líderes culturales y miembros de la comunidad interesados en participar en la recuperación de las tradiciones. Reuniones para planificar las actividades y eventos culturales. (2 meses)

Fase intermedia

Realización de actividades culturales como festivales, ferias, concursos y eventos de música y danza. Estas actividades se llevarán a cabo de forma periódica para mantener el interés y la participación de la comunidad. (8 meses)

Fase final

Evaluación de los resultados y del impacto de las

Acciones por implementar

“Capacitación de líderes comunitarios y facilitadores en técnicas de apoyo psicosocial y enfoques terapéuticos grupales. Identificación y convocatoria de los pobladores interesados en participar en los círculos de apoyo. Establecimiento de las fechas y lugares para las reuniones del círculo de apoyo.

Creación de un ambiente seguro y confidencial para fomentar la apertura y la confianza en las sesiones.

Fase Inicial

Nombre de la reunión:
Comunidad Consciente y Unida

Actividad: Voces que Transforman
Esta actividad “

Voces que Transforman” tiene como objetivo crear un ambiente participativo y emocionalmente comprometido para sensibilizar a la comunidad sobre la estrategia propuesta y generar confianza en su efectividad. Mediante la combinación de presentaciones informativas,

Identificación de las necesidades en cuanto al empoderamiento y liderazgo.

Planificación y diseño de los talleres, teniendo en cuenta las necesidades y prioridades de la comunidad.

Convocatoria y participación continua de los pobladores en los talleres.

Fase Inicial

Nombre del taller:
Construyendo Comunidad

Tema: Fortalecimiento de la comunidad y creación de vínculos.

Finalidad: Este taller tiene como objetivo establecer una base sólida para la comunidad, fomentar la confianza entre sus miembros y promover la colaboración. Se abordarán temas relacionados con la importancia de trabajar juntos, la empatía hacia los demás y la identificación de intereses comunes. Se buscará crear un sentido de pertenencia y compromiso entre los participantes.

actividades culturales en la comunidad. (2 meses)

Identificación y capacitación de líderes culturales y organizadores de eventos.

Planificación y organización de actividades culturales que involucren a diferentes grupos de la comunidad. Promoción y difusión de las actividades culturales para asegurar la participación continua de la comunidad.

Fase inicial

Se llevará a cabo una campaña de difusión en la comunidad del Salado para invitar a líderes culturales y miembros interesados en participar en la recuperación de las tradiciones. Se realizarán encuestas y entrevistas para identificar a los líderes culturales y personas interesadas en preservar y promover las tradiciones. Se organizarán reuniones de trabajo para explicar los objetivos del proceso de recuperación, escuchar sus ideas y establecer acuerdos. Se

testimonios inspiradores y espacios de reflexión, se busca involucrar a los miembros de la comunidad en el proceso de cambio y desarrollo conjunto. Al término de la reunión, se espera que los asistentes se sientan motivados y dispuestos a colaborar activamente en la implementación de la estrategia.

Fase Intermedia

Nombre del círculo de apoyo: Unidos por un Mejor Mañana

Actividad: Compartiendo Nuestras Historias

Esta actividad busca crear un espacio seguro y empático donde los miembros del círculo de apoyo puedan compartir sus experiencias, reflexionar sobre los temas relevantes y generar ideas para mejorar la implementación de la estrategia en la comunidad, a través de la comunicación abierta, el respeto mutuo y la colaboración, se espera que el círculo se convierta en un apoyo significativo para todos los participantes y contribuya

Nombre del taller: Comunicación Efectiva

Tema: Mejorar las habilidades de comunicación interpersonal.

Finalidad: En este taller, se enseñarán técnicas de comunicación efectiva, incluyendo la escucha activa, la expresión de ideas de manera clara y respetuosa, y la resolución constructiva de conflictos. El objetivo es mejorar la comunicación dentro de la comunidad, lo que contribuirá a una mayor comprensión mutua y a un ambiente más armonioso.

al grupo y a su propio bienestar.

Nombre del taller: Creando Metas Comunes

Tema: Establecimiento de objetivos comunitarios.

En este taller, se enfocará en sanar y fortalecer el tejido social de la comunidad que ha sido afectada por la violencia de una masacre. Se trabajará en la definición de metas y objetivos comunes para la comunidad, tomando

formarán equipos de trabajo enfocados en áreas específicas de la cultura. Los equipos planificarán actividades y eventos culturales, promoviéndolos mediante medios locales y redes sociales. Se evaluará el impacto de las actividades y se recogerá retroalimentación para mejorar futuras iniciativas y fomentar la participación comunitaria en la recuperación de tradiciones.

Fase intermedia

Actividad 1: Festival de Tradiciones Saladeñas

Finalidad: La actividad busca celebrar y promover las tradiciones culturales del Salado a través de un festival donde se exhiban diferentes expresiones artísticas y folklóricas de la comunidad. Se pretende fortalecer el sentido de identidad cultural entre los habitantes y fomentar el orgullo por sus raíces, así como atraer la participación activa de la comunidad en la preservación y promoción de sus tradiciones.

al crecimiento colectivo hacia un futuro mejor.

Fase Final

Actividad: Hacia el Éxito Comunitario

A través de la recolección de datos se evaluar de manera exhaustiva el desempeño de los círculos de apoyo y la estrategia implementada, por medio de un proceso sistemático de recopilación de datos, análisis, retroalimentación y planificación de mejoras, se busca asegurar que la estrategia sea eficiente y esté en constante adaptación a las necesidades cambiantes de la comunidad, por lo que la participación activa de los facilitadores y los miembros de los círculos es fundamental para el éxito de esta actividad y para el logro de los objetivos comunitarios.

en cuenta las necesidades específicas de recuperación y reconstrucción tras el trauma vivido. Se alentará la participación activa de todos los miembros para identificar las prioridades y aspiraciones del grupo, brindando un espacio seguro y empático para compartir experiencias y expresar emociones. La finalidad es promover la curación colectiva, crear una visión compartida de esperanza y resiliencia, y desarrollar un plan de acción conjunto que guíe el trabajo colaborativo hacia la construcción de un futuro más pacífico y unido.

Fase intermedia

Taller 1: Empoderamiento Femenino: Fortaleciendo el Liderazgo en Mujeres

Finalidad: El objetivo de este taller es promover el empoderamiento de las mujeres en la comunidad del Salado, proporcionándoles herramientas y habilidades para fortalecer su liderazgo y participación activa en la toma de decisiones y en la resolución de problemáticas locales. Se busca fomentar la confianza en sí mismas y brindar un espacio seguro donde puedan expresar sus ideas y

Actividad 2: Feria de Artesanía y Gastronomía Saladeña

Finalidad: La feria tiene como objetivo destacar y valorar la riqueza artesanal y gastronómica del Salado. Se brindará un espacio donde los artesanos locales puedan exhibir y vender sus creaciones, y los habitantes puedan disfrutar y apreciar las delicias gastronómicas típicas de la región. La actividad busca incentivar el emprendimiento local, preservar las técnicas artesanales y resaltar la diversidad culinaria del Salado.

Actividad 3: Concurso de Música y Danza Tradicional

Finalidad: El concurso tiene como propósito reconocer y premiar el talento musical y dancístico de la comunidad, fomentando el interés en las expresiones artísticas tradicionales. Se busca motivar a los jóvenes y adultos a participar y mostrar sus

opiniones, impulsando así la equidad de género y el empoderamiento femenino en la comunidad.

Taller 2: Juventud Proactiva:
Liderando el Cambio

Finalidad: El objetivo de este taller es motivar y capacitar a los jóvenes de la comunidad del Salado para que se conviertan en líderes proactivos en sus entornos. A través de dinámicas, actividades y charlas, se busca inspirar a los jóvenes a identificar sus habilidades y talentos, y cómo pueden utilizarlos para crear un impacto positivo en su comunidad. Se enfoca en fomentar el trabajo en equipo, la responsabilidad social y la resolución de conflictos de manera constructiva, para que puedan liderar iniciativas y proyectos que beneficien a la comunidad.

Taller 3: Liderazgo
Comunitario y Resolución de
Conflictos

Finalidad: El objetivo de este taller es capacitar a líderes comunitarios y miembros activos de la comunidad del Salado en habilidades de liderazgo efectivas y resolución de

habilidades en música y danza folklórica, generando un ambiente de competencia sana que incentive el aprendizaje y la conservación de estas manifestaciones culturales. Además, el concurso contribuirá a reforzar la cohesión y el sentido de comunidad a través del disfrute y apoyo mutuo a las presentaciones culturales.

Fase final

La evaluación de los resultados y el impacto de las actividades culturales en la comunidad del Salado consistirá en la definición de indicadores de impacto, la recopilación de datos durante cada actividad, la aplicación de encuestas y cuestionarios a los participantes, el análisis de los resultados y la elaboración de un informe detallado. Se promoverá la retroalimentación y mejora continua mediante un diálogo comunitario para ajustar futuras actividades y fortalecer su efectividad en el desarrollo cultural y el bienestar de la comunidad. Este proceso

conflictos. Se enfoca en desarrollar habilidades de comunicación asertiva, escucha activa y toma de decisiones colaborativas. Además, se proporcionan herramientas para abordar conflictos de manera pacífica y constructiva, buscando el consenso y el beneficio colectivo. El taller busca fortalecer la cohesión social y la capacidad de la comunidad para enfrentar desafíos y promover el bienestar general.

permitirá obtener una visión clara del impacto de las actividades y garantizar que las acciones futuras se ajusten a las necesidades y expectativas de la comunidad.

Fase Final

Evaluación de los resultados de los talleres y seguimiento del progreso de los participantes. Identificación de líderes emergentes y planificación de acciones comunitarias lideradas por ellos.

Por medio de estas estrategias de evaluación y seguimiento, se busca asegurar que los talleres tengan un impacto significativo en el empoderamiento y liderazgo de los participantes, y que se promueva la generación de líderes emergentes que lideren acciones comunitarias que beneficien a toda la comunidad del Salado.

Impacto deseado

A través del círculo de apoyo, se espera que los pobladores de El Salado encuentren un espacio para expresar sus emociones, sentirse escuchados y apoyados por otros miembros de la comunidad. Se busca que esta estrategia contribuya a reducir el trauma emocional, fortalecer la resiliencia y mejorar el bienestar psicosocial de los participantes.

Se espera que los talleres de empoderamiento y liderazgo contribuyan a fortalecer la confianza, habilidades y capacidades de los pobladores de El Salado para que puedan asumir un papel activo en la reconstrucción de su comunidad y la búsqueda de soluciones a los desafíos que enfrentan. Se busca que esta estrategia promueva el sentido de pertenencia, la participación comunitaria y la colaboración entre los miembros de la comunidad.

La estrategia de recuperación de tradiciones y cultura tiene como objetivo fortalecer el sentido de identidad y pertenencia de los pobladores de El Salado, al tiempo que promueve la cohesión social y la celebración de la diversidad cultural. Se busca que estas actividades culturales generen un ambiente de unión y alegría en la comunidad, permitiendo a los pobladores encontrar una vía para sanar y reconstruir su tejido social y cultural.

Nota en la tabla se presentan tres estrategias psicosociales diseñadas para fortalecer los recursos de afrontamiento en la comunidad de El Salado, ubicada en el departamento de Bolívar. Fuente autoría propia.

Experiencia Foto Voz

Informe Analítico y Reflexivo de la Experiencia Sobre la Imagen y la Narrativa

Los ejercicios que nos muestran la apropiación del lugar en contextos específicos requieren un enfoque reflexivo y proactivo. Esto implica considerar las acciones y su impacto en el entorno, buscando siempre la armonía, la transformación positiva y la conexión con la naturaleza y con los demás seres humanos.

Las imágenes reflejan la subjetividad de la comunidad que habita en estos contextos a través de elementos visuales y simbólicos. Cada una de las imágenes revela las experiencias personales y colectivas de dolor, resiliencia, lucha y esperanza. Estos elementos visuales transmiten la diversidad de perspectivas y emociones que existen dentro de la comunidad, invitándonos a reflexionar sobre su subjetividad y la importancia de comprender sus vivencias desde diferentes puntos de vista.

En la experiencia de la foto voz, podemos reconocer valores simbólicos y subjetivos que nos permiten comprender lo psicosocial en relación a la violencia en sus contextos. Estos valores incluyen la resiliencia, la esperanza, el renacimiento, la conexión, la sanación, la adaptabilidad, la empatía y la transformación. Cada uno de estos valores representa aspectos fundamentales en el proceso de superar las dificultades y construir un futuro mejor.

Estos valores simbólicos y subjetivos reflejan la complejidad de las experiencias de la comunidad frente a la violencia. Nos invitan a comprender y valorar su perspectiva individual y colectiva en la búsqueda de la sanación y la construcción de un futuro más esperanzador.

La fotografía tiene un gran impacto en el momento en que es tomada. A través de ella, se pueden narrar los hechos tal como ocurrieron, evocando sensaciones y percepciones. Además, puede ser utilizada como medio para el cambio colectivo mediante la intervención psicológica.

Los retratos tienen la capacidad de traer a la memoria experiencias pasadas y contribuir a la formación de un recuerdo histórico, con el objetivo de aprender de la historia y evitar que se repitan los errores del pasado.

Los casos expuestos anteriormente, junto con sus respectivas imágenes, muestran narrativamente los acontecimientos y la carga simbólica que tienen para cada individuo que vive en ese lugar. El mensaje perdura en el tiempo y puede generar conciencia y acción.

Aunque la fotografía puede causar daño psicológico, biológico y social al revivir traumas, también puede ser una herramienta para resignificar la vida y generar cambios positivos. Si los individuos desean un cambio, es necesario que haya un anhelo por resurgir de su historia pasada y encontrar un nuevo significado en la vida.

Los recursos de afrontamiento, manifestados a través de la resiliencia en los contextos y las experiencias transformadoras que compartimos, evidencian el trabajo en equipo y el empoderamiento de las personas para superar las adversidades. La solidaridad, la cooperación y la creatividad son elementos fundamentales en este proceso. La resiliencia, la motivación, la resistencia y la fortaleza de las personas al enfrentar y superar desafíos contribuyen a construir un mundo mejor.

Es importante destacar el apoyo de diferentes entidades, como la comisaría, las unidades de víctimas, la policía, la fiscalía, el ICBF y la personería. Estas instituciones brindan apoyo a las personas que han sido víctimas de violencia, ofreciendo educación, capacitación y recursos para mejorar su calidad de vida y la de sus familias.

A través de los ejercicios reflexivos y el análisis de las imágenes, podemos comprender la importancia de apropiarnos del lugar en los contextos específicos, considerando nuestras acciones y su impacto en el entorno. La fotografía y sus valores simbólicos nos permiten

comprender las experiencias de la comunidad y generar cambios positivos en la sociedad. Es fundamental promover la resiliencia, la solidaridad y la transformación para construir un futuro esperanzador y superar las adversidades que enfrentamos.

Link del Video

Link: <https://www.youtube.com/watch?v=qcmHxamSZiY>

Conclusiones

A través del enfoque narrativo, hemos logrado profundizar en la comprensión y el conocimiento de las diversas historias que emergen tras situaciones de violencia. En estas narrativas, las voces de las víctimas y sobrevivientes cobran vida al relatar sus experiencias vividas, sus estrategias para enfrentar la adversidad y los elementos de resiliencia que han guiado su camino. Este enfoque nos ha permitido no solo identificar los aspectos psicosociales que emergen de manera palpable, sino también sumergirnos en la experiencia subjetiva de cada protagonista de estas historias.

La técnica de argumentación basada en preguntas no solo fomenta la autorreflexión, sino que también nos permitió empoderar al individuo al brindarle las herramientas necesarias para abordar las dificultades que encuentra en su camino. A medida que nos sumergimos en un proceso de cuestionamiento profundo, las personas se encuentran en una posición propicia para descubrir sus propias fortalezas y soluciones innovadoras a los desafíos que enfrentan.

La comprensión profunda de las experiencias traumáticas enfrentadas por las víctimas del conflicto armado se traduce en la importancia vital del abordaje psicosocial. Este enfoque provee un refugio donde las emociones pueden ser expresadas y procesadas, desencadenando la disminución del impacto negativo del trauma y catalizando la reconstrucción del bienestar emocional a través de estrategias de afrontamiento. Nuestro mayor aprendizaje es la capacidad innata de los seres humanos para enfrentar estas experiencias traumáticas que no solo conlleva una oportunidad para la autoconciencia, sino también para la reestructuración de la percepción del mundo y la construcción de un sistema de valores sólido. En esta senda, la psicología positiva emerge como un faro resaltando la capacidad inherente para resistir y afrontar las adversidades cotidianas con determinación y fortaleza.

La profunda interconexión entre la imagen, la narrativa y la preservación de la memoria histórica en contextos de violencia emerge como una lección reveladora. La capacidad de estas formas de expresión para conservar, transmitir y dotar de significado a experiencias traumáticas y momentos cruciales se convierte en una enseñanza vital. Al actuar como testigos silenciosos y duraderos de los sucesos pasados, estas manifestaciones no solo capturan instantes clave de violencia y trauma, sino que también desempeñan un papel crucial en la preservación de la memoria histórica, previniendo que los acontecimientos queden en el olvido. A través del lenguaje de las experiencias personales, se logra un acercamiento al dolor subjetivo, permitiendo un reconocimiento empático y la visibilidad necesaria para aquellos que han sido víctimas. Esta reflexión nos insta a valorar la poderosa función de la imagen y la narrativa como vehículos de aprendizaje y empatía en la comprensión de los sucesos y las emociones que moldean nuestro pasado colectivo.

Referencias Bibliográficas

- Fabris , F. (2010). la subjetividad colectiva como dimensión psicosocial del proceso socio-histórico y la vida cotidiana. su análisis a través de los emergentes psicosociales .
obtenido de https://cienciared.com.ar/ra/usr/3/1310/hologramatica16_v1pp23_42.pdf
- Fabris , F. (2011). la subjetividad colectiva como dimensión psicosocial del proceso socio-histórico y la vida cotidiana. su análisis a través de los emergentes psicosociales.
hologramática, 23-42.
- Fabris, Fernando a. (26-04-2012). la subjetividad colectiva como dimensión psicosocial del proceso socio-histórico y la vida cotidiana. su análisis a través de los emergentes psicosociales. *hologramatica - facultad de ciencias sociales unlz año viii*, número 16, v1, pp.23-42 issn 1668-5024
- Jimeno, M. (2007). lenguaje, subjetividad y experiencias de violencia. *revista de antropología y arqueología*, 169-190.
- Manero, R., & soto, m. (2005). memoria colectiva y procesos sociales . *enseñanza e investigación en psicología*, 171-189.
- Uriarte , J. (2010). la resiliencia comunitaria en situaciones catastróficas y de emergencia.
international journal of developmental and educational psychology, 687-693.
- Uribe , M. V. (2009). iniciativas no oficiales: un repertorio de memorias vivas. recordar en conflicto: iniciativas no oficiales de memoria en colombia. *union europea*, 43-69.
- Vera, B., Carbelo B, B., & Vecina J, M. (2006). la experiencia traumática desde la psicología positiva: resiliencia y crecimiento postraumático. *papeles del psicólogo*, 40-49.