

**La Imagen y la Narrativa como Herramientas para el Abordaje Psicosocial en Escenarios  
de Violencia. Departamento del Meta**

Alix María Ávila Beltrán

Gisell Andrea Gómez Tejeiro

Jenny Grey Quijano Montañez

Karen Nataly Bonilla Monje

Luz Merly Rozo Osorio

Asesora

Marisol Bejarano Peláez

Universidad Nacional Abierta y a Distancia – UNAD

Escuela Ciencias Sociales Artes Humanidades - ECSAH

Psicología

2023

## Resumen

A lo largo de este trabajo se presenta análisis sobre diferentes hechos de violencia que se vivieron en nuestro país , indagando sobre todos los emergentes psicosociales que se han presentado a causa de la violencia generada por el conflicto armado en Colombia, como esto ha dejado a su paso miles de víctimas, trayendo consigo repercusiones negativas en cada uno de ellos, ocasionado inestabilidad emocional, robándoles su salud física, mental, espiritual, arrebatando sueños, dejando secuelas de por vida por estos actos y hechos que tuvieron que presenciar, llenándolos de miedo e incertidumbre por el presente y el futuro para ellos y sus familias. Por otro lado, podemos observar cómo se puede renacer en medio de tanto sufrimiento y dolor, como todos los hechos vividos formaron personas resilientes, que se levantaron en busca de un mejor futuro, de una reparación, de ser escuchados, de buscar la verdad, la libertad y la paz. Mostrando con sus historias y memorias que ellos no olvidan. Según Uribe, (2009) afirma que la memoria histórica “Se trata de prácticas de resistencia que sirven como antídoto contra la impunidad y el olvido e inciden en la recuperación de la autoestima y la confianza” (p. 44). Buscando por medio de está, el no dejar en el olvido a sus familiares, siendo así siempre recordados por su país e implantando a la vez empatía en los colombianos, apuntándole a una transformación y cambio social, buscando por medio de la reconciliación, la paz y el perdón; con el fin de reconstruir tejido social.

***Palabras clave:*** Conflicto Armado, Violencia, Resiliencia, Transformación Social.

### **Abstract**

Throughout this work we will find analysis of different acts of violence that were experienced in our country, inquiring into all the psychosocial emergent that have been presented by violence due to the armed conflict and how this has left thousands of victims in its wake, bringing with it negative repercussions in each of them, caused emotional instability, robbing them of their physical, mental, and spiritual health, snatching their dreams, leaving them with lifelong scars for these acts and events they had to witness, filling them with fear and uncertainty for the present. and the future for themselves and their families. On the other hand, we can observe how one can be reborn in the midst of so much suffering and pain, how the events lived shaped resilient people, who rose up in search of a better future, reparation, to be heard, to seek the truth, the freedom and peace. Showing with their stories and memories that they do not forget. According to Uribe, (2009) affirms that historical memory "It deals with resistance practices that serve as an antidote against impunity and oblivion and affect the recovery of self-esteem and confidence" (p. 44). Seeking through this, not to forget their relatives, thus always being remembered by their country and at the same time implanting empathy in Colombians, aiming at a transformation and social change, seeking peace through reconciliation and forgiveness; in order to rebuild the social fabric.

***Keywords:*** Armed Conflict, Violence, Resilience, Social Transformation.

## Tabla de Contenido

Análisis de Relatos de Historias que retornan.....	6
Formulación de preguntas .....	11
Análisis y presentación de la resolución de los ítems orientadores y estrategias de abordaje psicosocial para el Caso de Masacre en El Salado: relatos de resiliencia después de 20 años.	13
Informe analítico y reflexivo de la experiencia realizada en el paso 3 .....	21
Link del vídeo de Youtube realizado en el paso 3. ....	22
Conclusiones .....	23
Referencias .....	26

## Lista de Tablas

<b>Tabla 1</b> <i>Formulación de Preguntas</i> .....	10
<b>Tabla 2</b> <i>Primera Estrategia psicosocial para los pobladores del Salado</i> .....	17
<b>Tabla 3</b> <i>Segunda Estrategia psicosocial para los pobladores del Salado</i> ... ..	18
<b>Tabla 4</b> <i>Tercera Estrategia psicosocial para los pobladores del Salado</i> .....	19

### **Análisis de Relatos de Historias que Retornan Capítulo 3 Caso de Amparo**

Dentro de las historias que retornan se evidencia el caso de Amparo, una mujer que sufrió en carne propia las consecuencias del conflicto armado, ya que, desde hace aproximadamente 30 años, su esposo Nelson fue detenido y desaparecido por grupos al margen de la ley, siendo este un acto de violencia de lesa humanidad. Dicha situación ocasionó a que la señora Amparo se acercará a una fundación y junto con otro grupo de mujeres tomaran la iniciativa de ir en busca de sus seres queridos, buscando reconstruir un tejido social que había sido desintegrado por la guerrilla. Es como estas mujeres uniendo esfuerzos, fortaleciendo su empoderamiento, su incansable lucha en contra de la impunidad y en aras de visibilizar a sus familiares, ocasionó que el peligro y el riesgo aumentara en sus vidas, ya que por diferentes medios aquellos actores que ocasionaron dichas desapariciones intentaron detener esa movilización haciendo uso de persecuciones y amenazas a su integridad física como también intento de homicidio, pretendían que se olvidaran de ese asunto y desistieran de su búsqueda.

Asimismo, se enfrentaron al silencio de la justicia, llevando al congreso la ley que convirtió la desaparición en un delito de lesa humanidad. A pesar de ello, Amparo tuvo que huir de su país. Uribe (2009) muestra que vincular las memorias colectivas y sus roles en la sociedad permite generar diferentes dinámicas que caracterizan los hechos y obligaciones que llevan a los sobrevivientes del exilio a la violencia en el exilio. El término exilio no significa solamente la superación de barreras políticas, administrativas, inmigrantes y sociales, significa la renovación de un nuevo proyecto de vida, bajo cualquier circunstancia, ya que es como si se volviera a nacer.

Es así como la señora Amparo tuvo que salir de su país, siendo exiliada por mucho tiempo, debido a diferentes tipos de violencia psicológica por parte de estos grupos y de alguna

manera también, por la falta de apoyo institucional, llegando al punto y sin tener otra salida más que salir del país con sus hijas enfrentándose a una cultura, idioma, muy diferente a la suya; en dicho relato se evidencia repetitivamente la violación sus derechos como ciudadana. El exilio como lo nombra Amparo “es una forma de muerte, se debe volver a nacer” debido a que enfrentarse barreras de discriminación y racismo; a esto se suma aquellas agresiones de defensora, la soledad, la impotencia de no poder continuar con su búsqueda fueron situaciones que ocasionaron afectaciones a su salud mental.

Toda esta dinámica experiencial “se constituyen en eventos que desencadenan transformaciones radicales, debido a los cambios abruptos de contextos, hacerles y decirles ponen a prueba la capacidad del individuo para seguir sintiéndose él mismo y mantenerse estable” (Bello, 2010, pág. 34). En ese sentido todos estos emergentes psicosociales hacen que en el individuo se manifieste un desequilibrio no solo en su salud mental, sino que también afecta las diversas dinámicas en los contextos en que este interactúe, modificando abruptamente su estilo de vida y la de su familia.

Es de resaltar que, la historia contada por Amparo muestra una actitud de liderazgo que día a día, busca la no repetición de estos actos violentos, luchando por los derechos humanos, dignificando la vida de cada persona que ha sido víctima del conflicto armado, movilizandando a mujeres a trabajar en pro de una solución sin importar que se siga llevando a cuentas esa experiencia traumática, resaltando la excepcionalidad de cada sobreviviente desenvolviéndose eficazmente en sus diferentes contextos, logrando así crecer pese a continuar viviendo una situación adversa. A pesar de estar lejos y no contar con apoyo sociopolítico continua con la ardua tarea de encontrar a sus seres queridos y reclamar justicia por aquellos que no están. Dentro de estos hechos traumáticos. Vera; Carbelo; & Vecina

(2006). Resaltan las características de personalidad y del entorno que favorecen a los sobrevivientes tales como:

La seguridad en uno mismo y en la propia capacidad de afrontamiento, el apoyo social, tener un propósito significativo en la vida, creer que uno puede influir en lo que sucede a su alrededor y creer que se puede aprender de las experiencias positivas y también de las negativas, etc. (Pág. 44)

Esto hace que a sus víctimas se les reconozca por su resiliencia y posicionamiento frente a la vida y a las situaciones en las que estas se enfrenten, evidenciando su subjetividad frente a la misma y la manera en las que toman el control y los aprendizajes frente a la vida.

Para Amparo todos aquellos emergentes psicosociales ocasionados por la violencia, marcaron un antes y un después en su vida, una situación que sacó lo más fuerte de su ser e hizo que se transformara en una líder para muchas mujeres, convirtiéndose en impulsora de derechos humanos; no obstante, esto se prestó para que fuera silenciada de alguna manera y en donde se remarcará aún más las consecuencias de la violencia en su vida, en su exilio muchas puertas se le cerraron a pesar de su situación, esperando ser apoyadas sufrieron el rechazo, la ignorancia y la pasividad de muchos.

La violencia dio un vuelco a su vida, en donde tuvo que adaptarse a las situaciones nuevas, sin un esposo que la apoyara, que le brindara la compañía que tanto necesitaba, en donde tuvo que enfrentarse a la soledad en un país ajeno al suyo, a pesar de ello la violencia, aunque suene paradójico, permitió que Amparo descubriera una faceta en su vida que quizá ignoraba, y es que como lo señala Vera; et. al. (2006) algunas personas tienen la capacidad de sacar aprendizajes y beneficiarse de tales experiencias traumáticas, como también la gran capacidad para adaptarse y encontrar sentido a las experiencias traumáticas más terribles,

demostrando esa adaptabilidad y resiliencia de surgir ante un hecho traumático, en este caso, la violencia ocasionada por el conflicto armado.

Ahora bien, dentro del caso se evidencian recursos de afrontamiento en donde Echeburúa, (2007) muestra la importancia de estos para lograr salir de hechos traumáticos, fortalece la autoestima, reduce el grado de victimismo y además el odio o la rabia que puede dejar estos episodios. Dentro de los recursos de afrontamiento que encontramos en el caso, se evidencia la conformación de grupos de apoyo en donde mujeres se unieron y movilizaron para hacer frente a la búsqueda de sus seres queridos, en donde consecuentemente se convirtió en una segunda familia para Amparo y las demás integrantes, brindándose así un acompañamiento moral, afectivo, emocional, etc. creando un fuerte tejido social que visibilizo a las víctimas y su lucha por la justicia, adicionalmente, sus narrativas permitieron dar a conocer la experiencia de cada una de ellas, fortaleciendo así aún más la cohesión y empatía entre sus integrantes.

A pesar de estar en el exilio, encontró en ese país de residencia una comunidad de personas que le brindo la fuerza para seguir adelante, observando en ese grupo de personas la similitud que existe entre los exiliados, las víctimas y los desaparecidos del conflicto armado, en donde la protagonista menciona que “han sido históricamente ignorados, condenados a la invisibilidad y al olvido” Dicha situación ocasiono el empoderamiento en Amparo, dando visibilidad a aquellos que por circunstancias de la vida fueron olvidados, pero que hoy dan a conocer el poder transformador de sus líderes, siendo un día de manera obligada, expulsados de sus tierras, pero una vez más se demuestra la necesidad que brindan los lideres para favorecer el cambio y la transformación social en el territorio colombiano.

Por otra parte, la experiencia de Amparo demuestra aquellos elementos resilientes, en donde muestra el empoderamiento tanto a nivel individual como comunitario, probando la importancia que cada persona ejerce en la autogestión del cambio y la transformación social, en la cual se refleja que cada voz y acción cuenta. Por otro lado, Amparo se convirtió en una abogada que trabaja en pro de hacer justicia y dar dignificación a cada víctima de esta absurda violencia, promoviendo el deseo de superar este hecho traumático y ayudar a aquellos que se encuentran en la invisibilidad, empoderando a la comunidad a no desistir y continuar con su lucha, fortaleciendo a su vez el trabajo en equipo, la ayuda y apoyo mutuo, favoreciendo a su vez el fortalecimiento del tejido social.

No es de ignorar que cada elemento resiliente contribuye al mejoramiento de las condiciones de vida de las personas y que la resiliencia se encuentra en aquellas personas que tienen la capacidad y saben sortear las vicisitudes que la vida les presenta, esto da a su vez un crecimiento personal, el cual expone la tenacidad y enfrentamiento frente a estas difíciles circunstancias que puede experimentar el ser humano. Es de aclarar que,

Cuando se habla de crecimiento postraumático se hace referencia al cambio positivo que experimenta una persona como resultado del proceso de lucha que emprende a partir de un suceso traumático, que no es universal y que no todas las personas que pasan por una experiencia traumática encuentran beneficio y crecimiento personal en ella. (Park, 1998; Calhoun y Tedeschi, 1999, citado en Vera; et. al., 2006, pág. 45)

Finalmente, es de resaltar que, las personas resilientes logran afrontar y superar las experiencias difíciles con una perspectiva optimista, sacando beneficio o provecho de la situación, rescatando aprendizajes que les permite sobrellevar las adversidades de manera positiva como estrategia creativa de superación.

## Formulación de preguntas circulares, reflexivas y estratégicas

**Tabla 1**

*Formulación de preguntas*

<b>Tipo de pregunta</b>	<b>Pregunta</b>	<b>Justificación</b>
<b>Circulares</b>	<p>¿Cuáles fueron esos familiares que la apoyaron en la búsqueda de su esposo?</p> <p>¿Cómo considera que ha sido el acompañamiento psicosocial de las mujeres de la asociación por parte de las entidades estatales?</p> <p>¿Qué situación mejoró después de recibir asilo en otro país?</p>	<p>Desde campo psicosocial se busca que las personas víctimas de la violencia en el país, puedan tener una historia de superación no solo personal si no colectiva, convirtiéndose en la voz de muchas personas que tienen miedo o que ya no pueden pelear más, transformando así su pasado en aprendizaje para que se proyecten a un mejor futuro.</p>
<b>Estratégicas</b>	<p>¿Qué habilidades consideras que han desarrollado tu comunidad mediante la situación que vivieron?</p> <p>¿Cómo te ves y como ves a tus hijas dentro de 5 años con relación a la reparación y restitución?</p> <p>¿Luego de la experiencia vivía cuales facetas descubriste en tu vida que</p>	<p>El objetivo de las preguntas estratégicas es proyectar a la señora Amparo a continuar generando acciones de transformación para ella y su comunidad. Desde lo psicosocial se convierte en un acercamiento no solo a las víctimas desde lo individual sino también a su círculo familiar, permitiendo ver como los hechos de violencia recaen sobre toda la familia llenándolos de miedo e inseguridades para reconstruir sus propias vidas.</p>

pensabas que quizá no existían?

---

<b>Reflexivas</b>	¿Cómo crees tú que es la mejor manera en que se puede vincular al estado colombiano, para garantizar en plenitud los derechos humanos de las víctimas del conflicto armado?	Estas preguntas reflexivas permiten impulsar el liderazgo de Amparo y fortalecer su empoderamiento, asimismo, como ella a su vez ha sido inspiración para otros. Desde lo psicosocial se puede abogar por las personas que han sido víctimas de la
	¿Desde su rol como abogada como se ha visto beneficiada su comunidad?	violencia en nuestro país, luchando por una igualdad social y reparación, en donde permita de esta manera que
	¿Por qué crees que es importante asumir el rol de defensora de los derechos humanos, sabiendo los riesgos que esto acarrea?	las víctimas no tengan que vivir con miedos, ni lejos de sus familiares, en donde se brinde y garantice sus derechos como también, la justicia y la no repetición de estos actos violentos.

---

*Nota:* Elaboración propia.

**Análisis y presentación de la resolución de los ítems orientadores y estrategias de abordaje psicosocial para el caso de Masacre en El Salado: relatos de resiliencia después de 20 años**

Violencia, una palabra tan corta, pero con un poder fuerte para dañar la vida de muchas comunidades, que no tenían nada que ver con el conflicto armado, en contra del estado colombiano, el relato que cuenta una de las víctimas de la masacre en el Salado Bolívar, deja en evidencia que llevaban una vida común y corriente como las demás personas, donde su actividad económica era la pesca y la agricultura. Pero llegó el conflicto armado a su comunidad, tan alejada de la sociedad y una presa fácil para este grupo al margen de la ley, por ser una comunidad de campo la fuerza pública, iba muy poco por la distancia de la ciudad, y esto lo hizo ver como presa fácil para este grupo. En esta comunidad se puede evidenciar que vivieron diferentes tipos de violencia como la desaparición, violación, asesinatos, torturas y desaparición forzada.

La violencia a causa del conflicto armado trajo para el Salado días oscuros, sus habitantes eran personas humildes, campesinos, niños y niñas que solo querían vivir en paz, familias con rutinas sanas y con deseo de salir adelante, pero lo que no se veía venir era que su hogar estaba en peligro ya que al estar tan retirados de los pueblos eran una zona en riesgo a merced de los grupos paramilitares sin ningún tipo de protección por parte del Estado.

Los emergentes psicosociales son hechos y procesos que teniendo lugar en el escenario de la vida cotidiana permiten ubicar y comprender la subjetividad como dimensión específica del proceso sociohistórico. Son signos relevantes desde el punto de vista psicosocial tanto como desde el punto de vista cultural o político. (Fabris, 2011.pág. 36).

Esta masacre tan lamentable trajo consigo muchos daños psicológicos y socioculturales, rompiendo por completo el tejido social de los habitantes del Salado Bolívar y todos lo que a ellos los unían, el miedo fue el principal causante de que muchas familias decidieran dejar sus casa y su pueblo convirtiéndose en desplazados a causa de la violencia, rompiendo así lazos familiares y culturales llenando a los habitantes a un aislamiento social y a la ausencia de proyección ya que después de todos los hechos reprochables y antihumanos que vivieron, ocasionaron en las víctimas la pérdida de interés en vivir y actitudes negativas hacia los demás, hacia ellos mismos y hacia el ambiente.

Toda esta violencia hizo que la población tuviera un cambio forzado en su vida sin su consentimiento, en la cual les toco salir para salvar su vida y la de sus seres queridos, teniendo que emigrar a otros municipios cambiando su estilo de vida he intentado sobrevivir con el rechazo y los señalamientos de las demás personas, que tienen en su pensamiento que una víctima del conflicto armado vivió esos hechos porque quien sabe que hicieron para que los violentaran, y estas familias salieron de su hogar con mucho dolor en sus vidas y preguntas sin responder y que hoy en día para muchos todavía están sin responder.

Construyendo una nueva personalidad llena de dolor y vacíos que afectan el desarrollo de su vida en la cotidianidad, porque muchos se quedaron en la sumisión, y otros se empoderaron y se han reconstruidos y han ayudado a la reconstrucción de esta comunidad, llevando en alto el nombre de su región y así poder luchar libremente por sus derechos, dando a conocer todo lo que paso y en donde el Estado y los grupos al margen de la ley los repare no solamente económicamente, porque el dinero no borrara de sus mentes y corazones todos esos hechos, pero sí una reparación en la cual les sean entregados los cuerpos, una explicación sincera de los grupos al margen de la ley, un perdón en donde este grupo les

brinde unas sinceras y sentidas disculpas que les permita esta comunidad apaciguar un poco el dolor y la paz que todos quieren.

La comunidad del Salado Bolívar a pesar de toda esa violencia que costó la vida de muchas personas y que hoy en día y por toda la vida van a hacer el símbolo de memorias colectivas para esta comunidad, para luchar porque estos hechos tan aberrantes que no se vuelvan a presentar y que sus familiares que están desaparecidos puedan tener un entierro digno y ellos una tumba donde llorar. Esta comunidad del Salado tras estos hechos tan violentos que le dio un giro de 360° grados en sus vidas ha dejado en ellos más impactos psicológicos, sociales y culturales.

Existen huellas de la violencia que son visibles, como las ruinas, heridas físicas, las ausencias motivadas por la muerte; pero hay otras que son invisibles y que atañen al daño moral, a los traumas psicológicos, al deterioro de los valores sobre los cuales se constituye la humanidad (Cudris, Barrios, y Jiménez, 2018, citado por Cudris et al, 2018).

A raíz de la violencia como, estrés postraumático por ver asesinar a varias personas o sus familiares, ansiedad, depresión, fobia e intento de suicidio. Generado todas estas patologías tras los episodios violentos que vivieron, también afectando su vida social ya que esta violencia hizo que muchos desplazaran y perdieran vínculos sociales y afectivos, exponiendo al rechazo por las demás comunidades, falta de oportunidades laborales que les garantizar su calidad de vida y cambio de roles familiares y extinción cultural, porque muchos al estar lejos de su tierra ya no podían vivir sus rituales o costumbres que desarrollaban con sus comunidades.

En el video podemos observar cómo los habitantes de la región, proceden a realizar como acto simbólico, embellecimiento de su pueblo y zonas verdes, arrancando toda maleza

que se encuentre en esté, sin dejarla progresar, sienten que al arrancarla están sanando su dolor, y sentir que pueden volver a renacer en medio de tanta violencia que vivieron en algún momento, otro acto simbólico es como muestran el contexto donde ocurrieron los hechos, cuentan sus historias mostrando los lugares en donde fueron torturados, hacen uso de la foto – voz, también observamos que sus familiares fueron sepultados en unas fosas comunes lo cual para ellos cuenta con un monumento hacia sus víctimas, como acto simbólico.

Las víctimas del Salado, son personas llenas de esperanza las cuales decidieron tomar valentía y volver a sus tierras para reconstruir el tejido social que alguna vez se rompió de la peor manera posible, a las mujeres se les resalta la resiliencia que tienen por salir adelante y no quedarse con la condición de víctimas, sino al contrario con ganas de luchar y tomando acción para salir adelante y superar de la manera más sana todos estos hechos tan traumáticos y lamentables que nunca se borrarán de sus memorias. . Las mujeres del Salado son las que más luchan, porque la comunidad siga creciendo y teniendo oportunidades económicas, educativas y salud, buscando siempre la igualdad de condiciones para todos sus integrantes y no solamente vistos como víctimas si no como un ciudadano más que se le debe proteger y garantizar los derechos.

### **Estrategias psicosociales con los pobladores del Salado, (Departamento de Bolívar) que facilitan la potenciación de recursos de afrontamiento en la situación expresada**

Debido a que los habitantes del Salado Bolívar han sido víctimas del conflicto armado, por medio de las siguientes estrategias se busca mejorar las condiciones y calidad de vida de sus habitantes, fortaleciendo a su vez los recursos de afrontamiento de esta situación.

**Tabla 2**

*Primera estrategia psicosocial para los pobladores del Salado.*

<b>Nombre de la estrategia</b>	<b>Pinta tus sentimientos</b>
<b>Descripción fundamentada</b>	La estrategia consiste en que los participantes tendrán un mural a su disposición en el que cada uno libremente pintara lo que siente o lo primero que se le venga a la cabeza al momento de pensar en la restitución y la paz, dejando de esta manera plasmado en ese mural sus emociones y sentimientos más puros.
<b>Objetivos</b>	Potencializar las emociones positivas despojando de una manera lúdica, colectiva y simbólica los malos recuerdos.
<b>Fase y tiempo</b>	<p><b>Fase 1.</b> Inicialmente se realiza una invitación a toda la comunidad para que se reúnan en la cancha y así poder iniciar la actividad. Tiempo: 30 minutos.</p> <p><b>Fase 2.</b> Con los materiales listos se les explicara a los participantes en que consiste la actividad y que queremos logara con ella. Tiempo: 15 minutos.</p> <p><b>Fase 3.</b> Los participantes procederán a dibujar en el mural los que ellos consideren según la explicación y sus sentimientos individuales. Tiempo: 10 minutos por participante.</p> <p><b>Fase 4.</b> Se dará cierre a la actividad con una reflexión y socialización grupal. Tiempo: 20 minutos.</p>
<b>Acción por implementar</b>	Mejorar el proceso de adaptación y restitución para el crecimiento físico y mental de las personas de manera

	individual y colaborativa formando mentes positivas y vidas llenas de oportunidades.
<b>Impacto deseado</b>	Con esta estrategia buscamos que las personas que participen puedan pasar una página llena de cosas negativas y se puedan enfocar en lo bueno y positivo que les brinda la vida, queremos que los niños, niñas, adolescentes y adultos puedan tener una vida en paz dejando atrás sus condiciones de víctimas.
<i>Nota:</i> Elaboración Propia	

**Tabla 3***Segunda estrategia para los pobladores del Salado*

<b>Nombre de la estrategia</b>	<b>Aquí estoy</b>
<b>Descripción fundamentada</b>	La estrategia Aquí Estoy permite posicionarse a nivel personal y comunitario permitiendo el fortalecimiento de la empatía entre las mujeres del Salado, como también descubrir los recursos y las redes de apoyo con las que cuenta a fin de mejorar sus condiciones y calidad de vida.
<b>Objetivos</b>	Identificar las redes sociales en las mujeres del Salado a fin de que estas reconozcan su importancia y como estas les puede beneficiar.
<b>Fases y tiempo</b>	<p><b>Fase 1.</b> Presentación y explicación de la actividad. Tiempo: 5 minutos</p> <p><b>Fase 2.</b> Desarrollo de la acción quien soy. El facilitador dará el espacio para que cada participante se exprese y a su vez generará alguna serie de preguntas para nutrir dicho relato.</p>

---

	<p>Tiempo: 20 minutos</p> <p><b>Fase 3.</b></p> <p>Charla reflexiva sobre la importancia de las diferencias y como estas favorecen el grupo.</p> <p>Tiempo: 15 minutos</p> <p><b>Fase 4.</b></p> <p>Conclusión y cierre.</p> <p>Tiempo: 10 minutos.</p>
<b>Acción por implementar</b>	<p>Quien soy.</p> <p>La acción quien soy permite fortalecer la identidad en las participantes como también aprender sobre los demás.</p>
<b>Impacto deseado</b>	<p>Que las mujeres del Salado mantengan una postura empática con cada una, a fin de fortalecer los lazos afectivos entre ellas y el trabajo en equipo, además que reconozcan cada una de sus redes de apoyo que fortalecen el tejido social favoreciendo su desarrollo socioemocional y por ende su buen vivir.</p>

---

*Nota:* Elaboración Propia.

#### **Tabla 4**

*Tercera estrategia para los pobladores del Salado*

---

<b>Nombre de la estrategia</b>	<b>Empodérate.</b>
<b>Descripción fundamentada</b>	<p>Se implementará un taller formativo el cual busca la reconstrucción de memoria colectiva, espacios reflexivos, identificación de recursos tangibles e intangibles por medio de la cartografía. Permitiendo con ello un empoderamiento tanto a nivel individual como colectivo.</p>

---

<b>Objetivos</b>	Fortalecer el empoderamiento en la comunidad del Salado, que esta sea capaz de auto gestionar sus procesos de paz y reconstrucción social.
<b>Fases y tiempo</b>	<p><b>Fase 1.</b> Bienvenida y presentación. Tiempo: 10 minutos</p> <p><b>Fase 2.</b> Desarrollo del tema en formación sobre el empoderamiento, la autogestión e identificación de recursos. Tiempo: 20 minutos</p> <p><b>Fase 3.</b> Reflexión grupal (cartografía, espacios narrativos). Tiempo: 15 min.</p> <p><b>Fase 4.</b> Conclusión y cierre. Tiempo: 10 minutos.</p>
<b>Acción por implementar</b>	<p>Taller de formación sobre el empoderamiento.</p> <p>Reconstrucción de memoria Colectiva.</p> <p>Espacios reflexivos.</p>
<b>Impacto deseado</b>	Que el Salado se convierta en una comunidad empoderada capaz de auto gestionar sus propios procesos de desarrollo comunitario como también, el buen desarrollo de la salud mental entre sus habitantes.

*Nota:* Elaboración Propia.

### **Informe analítico y reflexivo de la experiencia realizada en el paso 3 del Diplomado**

Luego de la experiencia realizada y de acuerdo con los videos sugeridos, se puede observar como el exilio genera maltrato psicológico en el individuo, debido a que este pierde su identidad y siente que sus derechos son vulnerados, mostrando a su vez la realidad y el sufrimiento por los que muchos colombianos han atravesado debido a las violencias que han dejado el conflicto armado en nuestro país ocasionado por las autodefensas unidas de Colombia, guerrilla, entre otros. Todos estos individuos que han experimentado la violencia en algún momento de sus vidas, no les ha sido fácil tener que soportar diversos emergentes psicosociales, violencia sexual, desplazamientos, masacres, torturas, desapariciones, etc., siendo estas situaciones o eventos que han quedado marcados en ellos y cambian la vida de esas personas, es así como no dejan de seguir soportando amenazas y hostigamientos por buscar justicia para sus familiares desaparecidos.

Se evidencia como familias de bajos recursos día a día luchan por salir adelante, y hacer justicia, mostrándose fuertes, pero aun con cierta labilidad emocional, sentimental, sentimientos de miedo y dolor, teniendo que salir corriendo hacia otras ciudades, pueblos cercanos o muchos prefieren buscar los medios para salir del país, dejando todo sin saber si algún día pueden volver a su país natal, el que los vio crecer. En esta historia se da a conocer como muchas familias debido a la guerra que las fuerzas armadas contrarias, han ocasionado como: daño físico, mental, emocional, sentimental , física, espiritual en los colombianos, dañando así su paz y su bienestar, con todos estos actos violentos, donde han desaparecido, o masacrado a sus familiares, y estos por miedo o amenazas, han preferido dejar sus tierras y salvaguardarse en otro país o región del país natal, refugiándose en estos con el fin de buscar un mejor bienestar físico y mental, debido al miedo y las ganas de vivir, dejando a sus familias desintegradas, rompiendo el tejido del

vínculo familiar, tratando de superar día a día las señalamientos de la sociedad por ser migrante, pero al llegar allá ven que todos esos emergentes psicosociales por los que han atravesado ha dejado un desequilibrio en su salud mental, perdiendo su identidad, sus sueños, dignidad, sintiéndose cómo exiliados, ya que sientes que no son de esa ciudad, pueblo o país, queriendo algún día volver a esté o retornar y buscar su identidad, a pesar del miedo, estos individuo maltratados buscan no dejar a sus familiares en el olvido, buscando la justicia, reparación y construyendo memoria histórica, y no dejando que está se pierda.

Según Uribe, (2009) afirma que la memoria histórica “Se trata de prácticas de resistencia que sirven como antídoto contra la impunidad y el olvido e inciden en la recuperación de la autoestima y la confianza” (pág. 44). Estos actos se realizan con el fin de primero no dejar sus familiares en el olvido y segundo buscando la verdad y la no impunidad de esta violencia que vivieron, con el fin de dejar atrás el odio y miedo, buscando la reconciliación y la paz, siendo resilientes, adaptándose a cualquier cambio, con el fin de que las nuevas generaciones no vivan los mismos actos de violencia, por medio de la reconstrucción de la verdad, la no repetición de estos actos violentos debido a la guerra, enseñándonos que si puede haber un cambio social, pero sin olvidar lo que vivieron, ya que aún se sientes olvidados y vulnerados sus derechos por el gobierno, ya que sienten que la fuerza pública no los han escuchado, y han realizado omisión que estos han tomado sobre estos actos, pero sin la esperanza de algún día escuchar una expresión de perdón, buscando siempre la reconstrucción del tejido social.

**Link del vídeo de YouTube realizado en el paso 3:** <https://youtu.be/44-XOh0H3s0>

## Conclusiones

Los hechos de violencia y desplazamientos, que han surgido en tiempos pasados y presentes, en el territorio colombiano, permite analizar no solo las diferentes historias y acontecimientos, sino también, brinda la oportunidad de reflexionar y abordar desde un punto de vista psicosocial, historias de vida que experimentaron muchas personas, gracias a la realidad sociopolítica de país colombiano, construyendo así una memoria histórica, gracias al desarrollo de la actividad se lograron ampliar conocimiento tanto personales como profesionales sobre los hechos de violencia vividos, mostrando en cada contexto las problemáticas psicosociales y políticas que tiene el país. Esta actividad permite construir de manera conjunta memorias de hechos reales que pasaron y pasan, permitiendo a cada ser humano reflexionar sobre cada una de ellas.

Por otra parte, los actos simbólicos representa la manera en cómo las víctimas logran liberarse de hechos atroces generando así resiliencia entre miembros de una comunidad, en muchos casos los sobrevivientes no toman la posición de víctima sino por el contrario, se convierten en agentes propulsores del cambio y la transformación social; aunque se ha evidenciado que el conflicto armado deja secuelas de por vida, de manera sistemática se presenta como las víctimas han afrontado sus diversas situaciones, en donde el trabajo en equipo y el empoderamiento comunitario se han convertido en recursos de afrontamiento y superación, promoviendo de esta manera el fortalecimiento y la reconstrucción del tejido social.

El PAVSIVI es claro cuando dice que garantiza la reparación y la no repetición, el abandono por parte del estado, exclusión sociopolítica, las condiciones políticas, El centro de memoria histórica contribuye de manera positiva a la salud mental, permite a las víctimas

junto con sus familias puedan compartir los aspectos más determinantes de su vida impartiendo nuevos estilos de vida, subsanando de manera constante las huellas de estos acontecimientos que afectaron su integridad.

Los hechos violentos no dejan de ser del pasado, lamentablemente aún se siguen presentando situaciones similares y en lugares donde la violencia por el conflicto armado se hace sentir una y otra vez, las acciones que se toman frente a estos casos no son garantes de no repetición. Los mandatarios han tenido un gran reto frente a los actos delictivos que generan traumas psicológicos en las personas, es alarmante que en Colombia aún continúan casos de desaparición, amenaza homicidios. Durante la firma de los procesos de paz se logró que muchos excombatientes entregaran sus armas y se reintegraran a la vida civil, pero pasado el tiempo, no se avanzó con eficacia el tema, no se evidencio el compromiso, la entrega y la disciplina, por el contrario, el número de víctimas se aumentó y volvieron las extorciones los secuestros, y los asesinatos a líderes y lideresas que luchan en pro de los derechos humanos, de que sean respetados tanto ellos como sus territorios.

Ante la negligencia de respuestas por parte de las instituciones estatales, los grupos armados toman fuerzas y cada día colonizan más territorios, generando pánico y zozobra en los habitantes, la asistencia psicológica a víctimas del conflicto armado en zonas apartadas de Colombia es nula y en muchas ocasiones las victimas llegan a dudar del personal que les brinda acompañamiento, por la misma razón de que el gobierno no ha sido claro ni constante en los procesos de reparación a víctimas, estas personas llegan a tener cierto rencor en las instituciones, en los mandatarios debido a la negligencia.

La labor como psicólogos se ve limitada al momento de realizar acompañamiento psicosocial con poblaciones apartadas del casco urbano donde se catalogan como zona roja,

puesto que la inseguridad es aún mayor que en ocasiones las garantías de seguridad que se puedan brindar. Los profesionales en salud se convierten en mediadores, contribuyendo en guiar y orientar al individuo, adicional a ello, en acciones colectivas como el trabajo con comunidades en el que se brinda acompañamiento de sanación emocional, búsqueda de sus metas y objetivos como lo es las poblaciones que han sido víctimas del conflicto armado.

La reconstrucción del tejido social de las víctimas del conflicto armado es de gran importancia, porque estas personas quedan afectadas psicológicamente, social y comunitario, porque son muchos lazos que se rompen y son difíciles de volver a entrelazarse sin el acompañamiento adecuado, que les garantiza la protección de sus derechos y a la no exclusión social.

Cabe mencionar que, las comunidades que se empoderan y no se dejan vencer por la violencia, son territorios que construyen un nuevo futuro, donde llevan en alto sus culturas y costumbre, y fortalecen sus generaciones en la no repetición de la historia.

### 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>
- Comisión de la verdad. (2022, 13 de abril). Historias que retornan | Capítulo 3 - Amparo. [video]. YouTube. [https://youtu.be/P\\_2CJH1cBrA](https://youtu.be/P_2CJH1cBrA)
- Cudris-T, L., & Barrios, N. A. (2018). Malestar psicológico en víctimas del conflicto armado. CS, (26), 75-90. <https://doi.org/10.18046/recs.i25.2654>
- Echeburúa, E. (2007). Intervención en crisis en víctimas de sucesos traumáticos: ¿Cuándo, cómo y para qué? En Psicología Conductual, Vol. 15, N° 3, 2007, pp. 373-387.  
[https://www.behavioralpsycho.com/wp-content/uploads/2020/04/04.Echeburua\\_15-3oa-1.pdf](https://www.behavioralpsycho.com/wp-content/uploads/2020/04/04.Echeburua_15-3oa-1.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. Revista Hologramática Número 15 Volumen 1 pp. 23 - 42.  
[https://cienciared.com.ar/ra/usr/3/1310/hologramatica16\\_v1pp23\\_42.pdf](https://cienciared.com.ar/ra/usr/3/1310/hologramatica16_v1pp23_42.pdf)
- Uribe, M (2009). Iniciativas no oficiales: un repertorio de memorias vivas. Recordar en conflicto: iniciativas no oficiales de memoria en Colombia. P. 43-69. <https://www.ictj.org/sites/default/files/ICTJ-Colombia-Unofficial-memory-initiatives-July2009-Spanish.pdf>

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=eds-

live&scope=site