

La imagen y la narrativa como herramientas para el abordaje psicosocial en escenarios de violencia. Departamentos de Boyacá, Risaralda, Cundinamarca y Antioquia

Lina Yonara Cardona Pérez

José Milton Cordoba Cordoba

Duván Alejandro Aguirre Arenas

Sinyi Andrea Macias Morales

Deyi Yuliethe Viuche Cuadros

Asesora

Juliana Andrea Pineda Zambrano

Universidad Nacional Abierta y a Distancia UNAD

Escuela de Ciencias Artes y Humanidades ECSAH

Psicología

2023

Resumen

La violencia en Colombia ha sido una dolorosa realidad que ha afectado a la sociedad durante más de medio siglo. Desde la década de 1960, el país ha enfrentado conflictos armados internos, guerrillas, paramilitares, narcotráfico, desigualdad social, problemas agrarios y corrupción política que es la que más afecta a la población, estos factores han contribuido a la complejidad y la multifacética naturaleza del problema que se tratara en esta historia.

Un ejemplo representativo de la violencia sufrida por muchas comunidades como el caso de Luz y su familia que por amenazas y violencia de paramilitares los obligaron a abandonar sus tierras, y la pérdida de su esposo llevó a Luz y su hija a huir del país. Eventos como la masacre del Salado en 2000, en la que murieron numerosas personas, incluyendo niños y mujeres, dejaron marcas imborrables en la memoria de los sobrevivientes.

La violencia ha tenido graves repercusiones en los habitantes de diferentes regiones de Colombia, Por tanto, es necesario un enfoque e intervención psicosocial para lograr comprender lo que produce el desplazamiento forzado y el trauma que han experimentado las víctimas, preservar sus historias y memorias a través de imágenes y narrativas puede ayudar a comprender la complejidad de sus vidas.

Durante el análisis de esta problemática, se han formulado diversas preguntas para abordar y comprender holísticamente la situación, se han revisado diferentes contextos de violencia en diferentes regiones del país para entender las causas detrás de estos detonantes que afectan a la sociedad, para enfrentar la violencia en Colombia se requiere una acción integral que aborde tanto las causas estructurales como las consecuencias emocionales y sociales en las víctimas.

Palabras clave: Violencia, Desplazamiento, Trauma, Intervención, Colombia.

Abstract

The violence in Colombia has been a painful reality that has affected society for over half a century. Since the 1960s, the country has faced internal armed conflicts, guerrillas, paramilitary groups, drug trafficking, social inequality, agrarian problems, and political corruption, which is the most impactful on the population. These factors have contributed to the complexity and multifaceted nature of the problem that will be addressed in this story.

A representative example of the violence suffered by many communities is the case of Luz and her family, who were forced to abandon their lands due to threats and violence from paramilitary forces. The loss of her husband led Luz and her daughter to flee the country. Events like the 2000 massacre in Salado, where numerous people, including children and women, lost their lives, have left indelible marks in the survivors' memories.

Violence has had serious repercussions on inhabitants from different regions of Colombia.

Therefore, a psychosocial approach and intervention are necessary to understand the causes of forced displacement and the trauma experienced by the victims. Preserving their stories and memories through images and narratives can help comprehend the complexity of their lives.

During the analysis of this issue, various questions have been formulated to address and holistically understand the situation. Different contexts of violence in different regions of the country have been reviewed to understand the root causes behind these triggers affecting society.

To tackle violence in Colombia, a comprehensive action is required, addressing both the structural causes and the emotional and social consequences on the victims.

Keywords: Violence, Displacement, Trauma, Intervention, Colombia.

Tabla de Contenido

Introducción	7
Análisis de Relatos de Historias que retornan: Relato 1 – Luz.....	8
Solidaridad y Transformación.....	8
Reconstruyendo la Esperanza en el Exilio.....	9
Análisis propositivo enfocado en las vivencias de Luz y el exilio:	10
Emergentes psicosociales.....	11
Vulnerabilidad y miedo constante.....	11
Integración y Superación en una Nueva Sociedad.....	11
Desplazamiento Forzado y Exilio: Un Llamado a Restaurar la Dignidad y Sanar las Heridas....	13
Análisis reflexivo	14
Trazando Caminos de Resiliencia y Abordando los Desafíos de los Desplazados.....	14
Estrategias de abordaje	15
Formulación de Preguntas Circulares, Reflexivas y Estratégicas.....	17
Análisis y presentación de estrategias de abordaje psicosocial para el Caso de Masacre en El Salado.....	25
Impactos desde lo bio-psico-sociocultural.....	26
Elementos simbólicos de los significados de violencia, resiliencia y experiencias de transformación.	27
Informe Reflexivo y Analítico de la Experiencia Foto Voz.....	30
Enlace del video de YouTube realizado en el paso 3	42
Conclusiones.....	43
Referencias bibliográficas.....	44

Lista de Tablas

Tabla 1 <i>Formulación de preguntas: Historias que retornan - Capítulo 1 – Luz</i>	17
Tabla 2 <i>Estrategias Psicosociales Propuestas a la Población en el Caso de la Masacre en El Salado</i>	26

Lista de Figuras

Figura 1 <i>Descomposición. Dosquebradas, Risaralda</i>	37
Figura 2 <i>Parque Central Jorge Eliecer Gaitán – Puerto Boyacá, Boyacá</i>	38
Figura 3 <i>Calle del Bronx - Medellín Antioquia</i>	39
Figura 4 <i>Vereda San Isidro Guarne Antioquia</i>	40
Figura 5 <i>Base Fuerza Aérea – Puerto Salgar</i>	41

Introducción

Las historias develadas conducen a profundizar en la impactante realidad del desplazamiento forzado y el exilio que han afectado a tantas personas en Colombia y en todo el mundo, a medida que seguimos el relato de los personajes, se revela la valentía y la resiliencia que ha demostrado al enfrentar circunstancias tan devastadora, las historias, aunque individual, se convierte en un testimonio conmovedor de la violencia prolongada que ha afectado al país y a muchas personas en situaciones similares.

El viaje de Luz nos permite reflexionar sobre la complejidad de las razones detrás del desplazamiento forzado. Aunque la historia comienza con su experiencia en el extranjero, pronto entendemos cómo el pasado traumático en Colombia la llevó a abandonar su hogar y enfrentar un camino desconocido lleno de desafíos. La narrativa nos sumerge en la realidad dolorosa de las personas que deben dejar atrás sus raíces y su tierra natal en busca de seguridad y una vida mejor. La lucha de Luz por sobrevivir y proteger a su hija expone la vulnerabilidad de los desplazados y la ausencia de protección estatal efectiva.

El análisis de la masacre del salado también aborda las implicaciones psicosociales del desplazamiento en la vida de los personajes. Se resalta cómo el trauma y el duelo de pérdidas significativas impactan su bienestar emocional y su capacidad para adaptarse a un nuevo entorno. La pérdida de familiaridad y la ruptura de redes sociales generan sentimientos de aislamiento y desarraigo.

Además, se subraya la importancia de la protección de los derechos humanos en estas situaciones. Las historias nos instan a cuestionar la responsabilidad de los gobiernos y la comunidad internacional en la protección de los desplazados y exiliados.

Análisis de Relatos de Historias que Retornan: Relato 1 – Luz

A medida que avanzamos en el relato de "Luz", en el cual narra una historia desgarradora, se pone de manifiesto la valentía y la resiliencia de esta mujer. Su historia es un claro testimonio de la devastadora y prolongada violencia que ha afectado a tantas personas en su país, su lucha por sobrevivir y proteger a su hija frente a la amenaza paramilitar revela la cruda realidad de los desplazamientos forzados que enfrentan muchos compatriotas.

El reportaje también muestra cómo la búsqueda de seguridad y una vida mejor lleva a esta valiente mujer y su hija a un camino difícil y desconocido que agrega una capa adicional de desafíos emocionales y prácticos, esta experiencia refleja la dolorosa realidad de numerosos colombianos que se ven obligados a abandonar sus raíces y su tierra natal en busca de un futuro más seguro donde la violencia sea solo un mal recuerdo.

Solidaridad y Transformación

Luz nos hace reflexionar sobre la importancia de abordar las causas profundas de la violencia y el desplazamiento en Colombia, y nos inspira a apoyar y solidarizarnos con aquellos que han tenido que enfrentar situaciones tan desgarradoras en su búsqueda de paz y restitución de su dignidad.

De acuerdo con Bello Albarracín & Chaparro Pacheco (2011), “la historia del país da cuenta de un largo conflicto armado interno que ha provocado miles de muertes, desapariciones, masacres, desplazamientos forzados y toda suerte de prácticas horribles, orientadas a degradar la dignidad o despojar de todo rasgo de humanidad y eliminar a quienes son considerados como enemigos o simpatizantes de los bandos contrarios” (pág. 11).

De acuerdo con lo anterior la narración comienza mencionando su experiencia viviendo en el extranjero y cómo su pasado traumático en Colombia le dio forma a someterla a un desplazamiento forzado, obligándola a dejar atrás su vida, la esperanza mediante métodos indignos donde fue sometida a una persecución a la cual ella aun ignora cuales fueron las causas o motivos que llevaron a que la despojaron de sus tierras y la empujaron a el desplazamiento y el exilio. Desde un principio, el tono de los hechos junto al río donde vivían ella y su esposo adquirió una matiz de desesperación y angustia. Se desata la violencia y se produce una amenaza de vender la tierra, y cuando ella se niega, matan a su marido.

Reconstruyendo la Esperanza en el Exilio

La historia continúa describiendo el miedo y la persecución constantes que ella y su hija enfrentaron cuando intentaban escapar de las fuerzas paramilitares, la inseguridad y la falta de protección estatal son palpables, y la promesa del narrador de "seguridad democrática" nunca se materializa para ellos. Uno de los aspectos más destacados de esta historia es la denuncia del desplazamiento forzado y la situación de los colombianos que han tenido que salir de su país en busca de una vida mejor o simplemente para sobrevivir. Se denuncia que millones de personas tuvieron que irse, algunas de ellas en situación irregular por no estar empadronadas

Además del tema del desplazamiento, también se tocan temas de pérdida y duelo, la muerte de la madre de Luz fue una carga emocional adicional que debe soportar mientras intenta construir una nueva vida en el extranjero, la distancia y el tiempo no han disminuido el dolor de perder a un ser querido.

Luz en el camino por reconciliarse con el pasado encontró una red de apoyo para exiliados como ella, lo que demuestra que, a pesar de las adversidades, hay personas y organizaciones dispuestas a ayudar a los desplazados que se encuentran lejos de sus hogares.

Ojalá más personas compartan sus historias para dar voz y atención a los afectados por la violencia y el exilio, esta historia subraya la importancia de dar voz a los desplazados y exiliados, contar sus historias y construir a una “verdad sin fronteras”. Hace un llamado a la solidaridad y la compasión, y reconoce el sufrimiento de quienes se vieron obligados a abandonar sus hogares por la violencia y la persecución.

Análisis Propositivo Enfocado en las Vivencias de Luz y el Exilio:

El relato de Luz, una víctima de la violencia paramilitar en Colombia que se vio obligada a huir de su hogar con su hija, arroja luz sobre la cruda realidad del desplazamiento forzado y el exilio que han enfrentado numerosos compatriotas. Su experiencia viviendo en el extranjero y cómo el pasado traumático en Colombia ha moldeado su vida, es una muestra de los impactos psicosociales que acompañan a quienes se ven forzados a abandonar su tierra natal, Luz siempre se sintió sola en un espacio que ella no sentía como propio, el impacto causado por el abandono de su tierra, fue un detonante que limitó la forma de pensar de Luz y la llevó a tener episodios recurrentes de inestabilidad emocional, inseguridad y mucha dificultad en las relaciones sociales, esto fue causado por la desconfianza que produjo en esta persona los diferentes episodios de violencia a los que fue sometida, algo que ella no pidió para su vida y que un día cualquiera llegó sin previo aviso, convergiendo en recurrentes sucesos traumáticos, lo cual causa mucha impotencia al no poder estar con sus familiares en los momentos más difíciles.

“El uso de **estrategias de guerra**, violatorias de los Derechos Humanos y el Derecho Internacional Humanitario, ha afectado principalmente a la población civil y de manera particular, a campesinos, indígenas y afrocolombianos, entre los que sobresalen las mujeres, los niños y las niñas como los grupos mayormente vulnerados por las dinámicas de la guerra.” (Bello Albarracín & Chaparro Pacheco, 2011, pág. 11).

Emergentes Psicosociales

Trauma y duelo: Luz ha experimentado eventos traumáticos significativos, como el asesinato de su esposo y la muerte de su madre. Estas experiencias generan una carga emocional abrumadora, que requiere atención y apoyo para el manejo adecuado del trauma y el proceso de duelo.

“Podemos pensar en la identidad como si fuera un territorio de vida. Cuando la persona experimenta un trauma, especialmente si éste es recurrente, el territorio de identidad sufre una significativa reducción en tamaño y cuando este territorio está muy reducido es difícil que la persona sepa cómo proceder en la vida, como seguir adelante en sus proyectos personales o cómo concretar sus planes de vida, Es más, todas esas cosas de la vida a las que se les daba valor se empequeñecen, se reducen.” (White, 2006, pág. 3)

Vulnerabilidad y Miedo Constante

El miedo y la persecución constantes que enfrentó Luz durante su huida de las fuerzas paramilitares han dejado una sensación de vulnerabilidad y gran trauma arraigado en su parte cognitiva, el exilio no solo conlleva los riesgos físicos del pasado, sino también la inseguridad emocional de no tener un lugar seguro al que llamar hogar.

Para Bello Albarracín & Chaparro Pacheco (2011), “los eventos de violación sistemática de los Derechos Humanos menoscaban la dignidad, deterioran los soportes sociales y espirituales, y, por consiguiente, colocan a las personas y sus comunidades en condiciones de extrema desprotección y vulnerabilidad” (pág.46).

Integración y Superación en una Nueva Sociedad

La adaptación a una nueva cultura y sociedad después del exilio puede ser un proceso extremadamente difícil y estresante para las personas que se ven obligadas a abandonar su país

de origen debido a diversas razones, como persecuciones políticas, conflictos o violencia, al llegar a un lugar desconocido, se enfrentan a una serie de desafíos que pueden afectar profundamente su bienestar emocional y su capacidad para integrarse en la sociedad de acogida,

uno de los principales desafíos es el idioma, la barrera lingüística puede dificultar la comunicación y limitar su acceso a servicios básicos, lo que puede generar una sensación de aislamiento y dependencia de otros para traducir y comprender la información, además, las diferencias culturales pueden generar malentendidos y situaciones incómodas, lo que podría ser considerado normal en su país de origen puede ser inapropiado en la nueva sociedad, lo que puede llegar a afectar su autoconfianza y adaptación, teniendo en cuenta que la pérdida de familiaridad con su entorno anterior también puede llevar a una sensación de desarraigo y pérdida de identidad, los exiliados también pueden enfrentar discriminación y prejuicios debido a su origen nacional o étnico, lo que puede llevar a la marginalización y la exclusión social, esto puede dificultar la formación de nuevas relaciones sociales y generar sentimientos de soledad y desplazamiento emocional, para abordar estos desafíos, las sociedades de acogida y las organizaciones de ayuda pueden implementar programas de integración cultural, ofrecer clases de idiomas y proporcionar apoyo psicológico, buscando una sensibilización sobre las experiencias de los exiliados y la promoción de la diversidad también pueden contribuir a una mayor comprensión y aceptación en la sociedad de acogida.

“El afrontamiento del proceso migratorio exige que la persona haga frente al estrés derivado del contacto intercultural, pero aquellos que no logran manejar esa experiencia, pueden testar sus recursos psicológicos de adaptación y desarrollar problemas de salud.”

(Ruiz et al., 2011 citado en Rodríguez R. Cantera, L. 2016, pág. 931)

De igual manera, se puede considerar que.

“La escasez de las redes sociales en el país extranjero es producto de la ruptura con vínculos familiares y de amistades en el país de origen. Esta situación de aislamiento social en el cual se encuentran algunas mujeres inmigrantes puede configurar una condición favorable para padecer del control emocional. La doble discriminación por el hecho de ser mujer e inmigrante obstaculiza el ingreso en el mundo laboral.” (Rodríguez R. Cantera, L. 2016, pág. 932)

Desplazamiento Forzado y Exilio: Un Llamado a Restaurar la Dignidad y Sanar las Heridas

Lo que refiere Luz en su relato, es un llamado de atención sobre una problemática global, profundamente e inhumana, sobre el desplazamiento forzado y el exilio. Esta historia específica puede ser una representación simbólica de las experiencias de millones de personas que se ven obligadas a abandonar sus hogares debido a la violencia, la persecución y la falta de protección estatal en sus países de origen, ya que en muchas ocasiones el mismo aparato de seguridad del estado es quien comete los actos de violencia en contra de la población civil manteniendo un alto estándar de impunidad y violación de los derechos humano, ¿Quiénes son los que sufren la persecución, la degradación y pérdida de la identidad en medio de la guerra y las injusticias? Es muy importante mantener un alto índice de conexión, enfocando todos los esfuerzos en devolverles esa dignidad que pudieron haber perdido en medio de la violencia que los llevo a abandonar sus territorios, guiándolos a mantener una salud mental positiva e ideando planes de reorientación en las vidas de cada una de estas personas.

“Luego de haber propuesto una referencia para interpretar el daño desde el enfoque psicosocial, y atendiendo al llamado de la perspectiva de Acción sin Daño, es importante incluir una reflexión sobre las formas como estas tensionalidades presentes en las acciones de acompañamiento psicosocial, son susceptibles a generar nuevos daños o a

profundizar los existentes. Entre la diversidad de factores que pueden desencadenar tales efectos.” (Bello Albarracin & Chaparro Pacheco, 2011, pág. 50)

Análisis Reflexivo

En primer lugar, el análisis reflexivo de esta historia invita a cuestionar el papel de los gobiernos en la protección de los derechos humanos. Los desplazados y exiliados, como Luz, a menudo huyen de situaciones donde sus derechos más básicos han sido vulnerados. Los gobiernos tienen la responsabilidad de garantizar la seguridad y el bienestar de sus ciudadanos, pero en muchos casos, son ellos mismos los perpetradores de la violencia o no pueden brindar una protección adecuada. Esto genera una crisis humanitaria que exige una reevaluación de la forma en que los gobiernos gestionan los conflictos internos y tratan a sus poblaciones más vulnerables.

En segundo lugar, el análisis reflexivo pone en tela de juicio el papel de la comunidad internacional en este escenario. El problema del desplazamiento forzado no es exclusivo de una región o país; afecta a personas de todas las edades, géneros y culturas en todo el mundo. La comunidad internacional tiene la obligación moral de responder a esta crisis humanitaria y trabajar en conjunto para proporcionar apoyo y refugio a aquellos que se ven forzados a abandonar sus hogares. La solidaridad global es esencial para abordar esta situación y garantizar que se respeten los derechos humanos fundamentales de todos los seres humanos, independientemente de su nacionalidad o estatus migratorio.

Trazando Caminos de Resiliencia y Abordando los Desafíos de los Desplazados

En el análisis se destaca la importancia de la protección de los derechos humanos en situaciones de peligro, muchos desplazados y exiliados enfrentan situaciones extremadamente precarias y peligrosas en su búsqueda de seguridad, la falta de protección estatal y la ausencia de

una red de seguridad adecuada pueden exponerlos a nuevos peligros, como el tráfico de personas, la explotación y la discriminación, los gobiernos y la comunidad internacional deben tomar medidas para garantizar que estas personas vulnerables sean tratadas con dignidad y respeto, y que se les brinde la asistencia necesaria para reconstruir sus vidas de manera segura y sostenible.

Estrategias de Abordaje

Para abordar las vivencias de Luz y otros desplazados que se encuentran en situaciones similares, se deben considerar las siguientes estrategias de atención psicosocial mediante la implementación de programas integrales de atención psicológica y terapia para los afectados por el exilio permitirá abordar los traumas y duelos, facilitando así su proceso de adaptación y resiliencia emocional. Las redes de apoyo son esenciales para los exiliados, como la que encontró Luz, a través de organizaciones y comunidades dispuestas a ofrecer ayuda práctica y emocional. Estas redes pueden facilitar su integración en la nueva sociedad y proporcionarles un sentido de pertenencia y seguridad.

Sensibilización y Educación

Promover campañas de sensibilización y educación pública es clave para derribar estigmas y prejuicios asociados con los desplazados y exiliados. La empatía y la comprensión son fundamentales para construir una sociedad acogedora y solidaria.

Afrontamientos para Superar el Exilio

El proceso de superar el exilio y reconstruir una vida en un país extranjero es desafiante, pero es posible con las siguientes estrategias:

Resiliencia

Fomentar la resiliencia emocional en los exiliados les ayudará a enfrentar los desafíos que se les presenten y a adaptarse a las nuevas circunstancias con fortaleza y determinación.

Empoderamiento

Proporcionar oportunidades para el empoderamiento de los exiliados a través de la capacitación y la adquisición de habilidades les permitirá desarrollar una mayor autonomía y confianza en sí mismos.

Participación Comunitaria

Incentivar la participación activa de los exiliados en la comunidad de acogida les brindará un sentido de pertenencia y contribución. Esto ayudará a fortalecer sus lazos sociales y emocionales, facilitando la integración.

El relato de Luz destaca la necesidad de abordar de manera integral las vivencias de los desplazados y exiliados, brindando apoyo psicosocial, fomentando la solidaridad y la compasión, y trabajando para construir una sociedad más inclusiva y acogedora. Al dar voz a sus historias, podemos sensibilizar a la sociedad sobre la realidad que enfrentan y trabajar juntos para construir un futuro más esperanzador para aquellos que se han visto obligados a dejar sus hogares debido a la violencia y la persecución. La superación del exilio es un proceso complejo, pero con el apoyo adecuado y el reconocimiento de su valentía y resiliencia, podemos contribuir a hacer de su experiencia una historia de esperanza y renovación.

Formulación de Preguntas Circulares, Reflexivas y Estratégicas

Tabla 1

Formulación de preguntas: Historias que retornan - Capítulo 1 – Luz

Tipo de pregunta	Pregunta planteada	Justificación desde el campo psicosocial
Circulares	¿De qué manera las experiencias de violencia han cambiado sus dinámicas familiares, especialmente con su hija?	El reconocimiento de la interacción social y las relaciones interpersonales hace que el individuo construya su subjetividad en base a las experiencias vividas y a las redes de apoyo que lo asistente, por ello, “Considerando la relación constructora recíproca entre el sujeto, los grupos y las estructuras sociales en las que se halla inscrito, se asume que los acontecimientos y las transformaciones en los distintos ámbitos de interacción inciden directamente en su subjetividad” (Bello, M, 2010, p.17). Para los casos en los que las personas han sufrido algún tipo de violencia y no existan mecanismos de defensas positivos o que sus redes de apoyo se encuentren desquebrajados, la “vulnerabilidad conlleva a la expresión de diversos malestares tanto en la subjetividad del individuo como en el enrarecimiento y

¿Cuál fue la decisión más difícil que tuvo que tomar para preservar su integridad y la de su hija, y como hizo para llevarla a cabo?

¿Qué piensa de la situación que vivió por causa del conflicto armado y como se reconoce en el presente?

quiebre de los lazos y redes sociales de sus ámbitos de interacción” (Bello, M, 2010, p.17). se hace entonces importante validar el rol que tiene cada integrante de la familia y las relaciones al interior de esta.

La biología humana demuestra que tenemos la capacidad de huir cuando nos sentimos amenazados, esto nos ha permitido “conservar la especie, y en este caso las personas en situaciones de violencia desarrollan la capacidad de afrontar experiencias traumáticas e incluso extraer un beneficio de estas” (Vera, B.; Carbelo B.; Vecina, M., 2006). Aunque dichas situaciones pueden ser de las más complejas que viva el ser humano, se destaca la resiliencia y la capacidad de crecimiento personal que tiene Luz, la mujer de la historia y que sin duda a medida que pasa el tiempo ha podido enfrentar su experiencia traumática y compartir su proceso de superación.

La identidad de los individuos es fundamental en su reconocimiento, la forma como se percibe y la capacidad de desarrollarse en sociedad, fomentan la

autorrealización después del trauma, aunque:

Las guerras por lo general tienen la capacidad de romper el relato biográfico de las personas y las comunidades, el cual suele expresarse como: “antes y después de” ... “yo era y ahora soy”. La imagen que las personas construyen de sí mismas, sus atributos y señales distintivas, son profundamente alteradas, al perder sus prácticas cotidianas (Bello, M, 2010, P. 32).

Sin embargo, dichas Transformaciones ponen a prueba la capacidad individual y resiliente del individuo para afrontar las situaciones y continuar su vida, en un proceso de retador, donde la reconstrucción del tejido social debe hacerse desde lo colectivo.

¿Cuál cree que ha sido su mayor fortaleza para afrontar las situaciones de violencia y el exilio, no solo de su país, sino de su cultura?

Para los seres humanos la cultura es un rasgo característico que la diferencia de los demás grupos sociales, estos cambios abruptos pueden generar situaciones de “inseguridad, incertidumbre, confusión y, en consecuencia, el deterioro del sentimiento de identidad; o, por el contrario, en ocasiones,

Reflexivas

dar lugar a una revisión crítica de la experiencia vital, un reposicionamiento social y, por consiguiente, la revaloración de sí mismo” (Bello, M, 2010, P. 34). En el caso de Luz, estos mecanismos de defensa le han permitido (aunque no le ha sido fácil) reconstruir su identidad y apoyar a otras personas a hacerlo.

El hecho de auto reconocer la capacidad de afrontamiento, permite aumentar la confianza en sí mismo y continuar enfrentando las adversidades y las situaciones complejas presentes y que puedan volverse a presentar en el futuro, no con la misma intensidad, pues en el presente parte de la reparación a las víctimas de conflicto armado, está la no repetición de los hechos violentos.

Este ejercicio de autovaloración permite que el individuo reconozca su capacidad de afrontamiento, encuentre los elementos positivos dentro de experiencia.

“Es importante recordar que cuando se habla de crecimiento postraumático se hace referencia al cambio positivo que experimenta una

Aunque conserva sentimientos que la hacen sentir incompleta, ¿Cómo cree que su familia, especialmente su madre o esposo la describirían en este momento?

¿De qué manera la experiencia de violencia la ha fortalecido y le ha permitido contar su historia y darles voz a las víctimas de conflicto armado?

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 por (Vera, B.; Carbelo B.; Vecina, M., 2006, p.6).

Existen dos componentes principales dentro del hecho traumático, el objetivo y el subjetivo, el primero ligado al hecho o situación puntual y el segundo ligado a las emociones y experiencias negativas, en este sentido “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 comunidad y por nuestra cultura”(White, M., 2016, p.5) sin embargo, el sentido de la vida está en el valor dado a cada detalle y el sentido de la existencia. Esto establece un campo fértil para la recuperación y revigorización del “sentido de mí-mismo” de la persona y

Estratégica

¿Qué acciones se pueden implementar para lograr la reconciliación entre las víctimas de conflicto armado y los victimarios, fomentando la participación la verdad y el perdón?

para desarrollar la clase de respuesta que la persona dio durante y después de la situación traumática (White, M., 2016, p.5).
 Muchas comunidades viven en situación de amenaza, esto les impide la capacidad de reconocer sus derechos fundamentales y luchar en pro de la dignidad humana, ahora bien, el sentimiento de miedo se hace presente y con ello la amenaza constante de violencia y abuso que tienen los grupos ilícitos sobre la población civil, sin embargo: “Reconocer el miedo y trabajar sobre él resulta casi que una condición necesaria para establecer las relaciones de confianza requeridas a fin de dar lugar a los emprendimientos colectivos y el despliegue de las iniciativas personales básicas en cualquier proyecto de reconstrucción que implique acciones humanitarias y de desarrollo” (Bello, M, 2010, P. 43).

¿Cómo ha superado la situación de exilio y que estrategias o herramientas utiliza para ayudar a las personas que se encuentran en una situación similar a continuar con su vida?

Resistir a la adversidad, aprender de las situaciones y desarrollar capacidad de afrontamiento son características propias de la resiliencia, Vera, 2006: Ante un suceso traumático, las personas resilientes

consiguen mantener un equilibrio estable sin que afecte a su rendimiento y a su vida cotidiana (p.3). No obstante, esta capacidad de afrontamiento depende de la configuración de las subjetividades y el valor que se le dé a cada detalle vivido, aunque en muchas experiencias las redes de apoyo se hacen fundamentales en la reconstrucción del tejido social y el proyecto de vida individual, es sabido que los mecanismos de afrontamiento son importantes en cada proceso.

Para Bello, “la acción sin daño y construcción de paz es sin duda la capacidad que tiene la acción para responder a las necesidades inmediatas, generada por el conflicto” (p.5). En este sentido, la construcción y fortalecimiento del tejido social, se concentra en la generación de condiciones para la gestión y autogestión de apoyos y recursos que mejoren la calidad de vida de los sujetos a los que acompaña (Bello, M, 2010, P. 61).

Desde esta nueva perspectiva, Luz tiene la posibilidad de tomar decisiones por su comunidad, hablar desde la

¿Ha considerado regresar de nuevo a su territorio de donde salió desplazada, y que le gustaría encontrar allí?

experiencia y fortalecer a las comunidades para que se unan y puedan levantar su voz **para construir una verdad sin fronteras.**

Nota. Esta tabla, muestra una serie de preguntas circulares, reflexivas y estratégicas relacionadas con el caso Luz.

Análisis y Presentación de Estrategias de Abordaje Psicosocial para el Caso de Masacre en El Salado

Colombia ha sido reconocida a nivel mundial como un país donde no son respetados los Derechos Humanos, debido a la historia de la guerra interna y las masacres por parte de grupos paramilitares y guerrilla, poniendo como principales víctimas del conflicto armado interno dentro de un rol innegable en los procesos socio históricos dejándonos emergentes psicosociales de resiliencia, como plataforma para reconstruir comunidad, sociedad y país.

“Son hechos, procesos o fenómenos que como figura se recortan del fondo constituido por el proceso sociohistórico y la vida cotidiana. Son intentos de respuestas significativas al desajuste entre necesidades y respuestas sociales a estas. Los emergentes aportan una cualidad nueva a la vida cotidiana y el proceso social, expresando en sí mismos un modo y grado de registro y resolución de contradicciones sociales.” Fabris y Puccini (p. 112).

Dentro del presente trabajo, podemos reconocer en el contexto social en la historia vivencial narrada por Luz, cada una de las violaciones causadas dentro de los Derechos Humanos, generando efectos no solo colectivos sino también individuales en la protagonista de la historia, como la deshumanización del hombre por el odio, el rencor y la barbarie. Lo cual después de un largo tiempo de la ocurrencia de los hechos podemos identificar emergentes psicosociales significativos en la vida cotidiana y el proceso de reconstruir memoria socio histórica.

En todos estos acontecimientos, se pueden identificar emergentes positivos que llevan a la resiliencia, mostrando que si se puede sobrevivir y hacer de esto algo que de manera individual y colectiva, mediante una red de apoyo que ayude a la no repetición de este tipo de acontecimientos, a través del apoyo de los unos con los otros y así reconstruir de nuevo su vida

en comunidad, lo que los ha llevado a empoderamiento, participación colectiva, sentido de pertenencia de su pueblo y por ende a su cultura, comprometiéndose con la restauración del tejido social, en busca de equidad, justicia y memoria, de la mano con fecha de conmemoración monumento de las víctimas y restablecimiento de la dignidad, pudiendo hablar de lo que se vivió en ese lugar, sin ningún temor.

Impactos desde lo Bio Psico-Sociocultural

En los hechos vivenciales, se pueden observar varios factores bio-psico-socio-culturales, desde los biológicos por medio de los traumas causados por la violencia recibida y los maltratos físicos sufridos y sumado a esto tener que abandonar su terruño y afrontar largas caminatas para obtener asilo en otros país, lo que deteriora no solamente la parte física, sino también mental, además teniendo un impacto psicológico como la falta de acceso a servicios médicos adecuados, la falta de empleo, vivienda, debido a ser desplazada y tratar de hacer vida en un país donde se le es desconocido todo; se observan impactos positivos, como a su vez, logra empezar una nueva vida en otro país, poder obtener un empleo que le brinde una estabilidad y que su hija pueda continuar con sus estudios convirtiéndose en el soporte biológico más fuerte para ella, después de la muerte injustificada de su esposo.

Desde lo psicológico el impacto es muy fuerte la muerte y las violaciones, generando estrés, depresión, ansiedad, miedos y posiblemente psicosis, y teniendo que abandonar su terruño para de esta manera poder salvaguardar su vida y la de su hija, el impacto generado por los casi 100 muertos, los brutales asesinatos de conocidos y familiares, ha logrado dejar imposibilidad de tramitar las experiencias traumáticas, experimentando crisis nerviosa, sentimientos de ansiedad, humillación, depresión, miedo, tristeza, alteraciones del sueño, impotencia, desesperanza, pena moral, episodios de pánico, trastornos mentales. Somatizando en conflictos emocionales.

En cuanto a lo social, el impacto más fuerte ésta en la desconfianza, el rompimiento del tejido social, sentirse no incluida, ni respaldada y desprotegida por entes gubernamentales, como las fuerzas armadas y el gobierno, ver que les están matando sin razón alguna y no poder pedir auxilio a nadie, lo que genera repudio y desconfianza en la sociedad afectada.

Respecto a lo cultural el impacto se da hacia lo local, pérdida de sus seres queridos y de sus vecinos, afectando las costumbres, teniendo que huir a otro lugar desconocido, dejando en medio del dolor sus raíces, separándose obligatoriamente los unos de los otros, además de la memoria traumática colectiva por la que todos pasaron.

Elementos Simbólicos de los Significados de Violencia, Resiliencia y Experiencias de Transformación

En el discurso del video se simboliza de manera muy específica la violencia, a través de la muerte, el desplazamiento forzado al que se ve obligada abandonar sus elementos materiales y dejar todos esos sentimientos de amor por las raíces sociales que había creado; dejando huellas muy fuertes en ella. Pero a pesar de todo esto también se puede identificar los elementos simbólicos de resiliencia, simbolizando las habilidades que puede tener Luz para reconstruir de nuevo su vida, sobreponiéndose a este evento para salir adelante, en busca de paz, justicia y verdad dentro de la ayuda aportada en la Red de Apoyo.

En cuanto a experiencias de transformación hay una gran muestra de construcción de tejido social, buscando iniciativas de bienestar y desarrollo para su comunidad, simbolizando esa capacidad que tienen para transformar un evento negativo en positivo. Otro acto simbólico fue al llegar de nuevo a su tierra, al cortar la maleza simbolizaron cada uno de los sobrevivientes y fue a partir de ahí; que se quitan la condición de víctimas y empiezan a exigir sus derechos, entendieron que la justicia se genera en el perdón y la paz, no es ausencia de guerra; sino la

construcción de la identidad de hombres y mujeres que vivieron el conflicto armado, pero que hoy se levantan y dicen no más.

Según Michel White en cuanto a la terapia narrativa, se le puede dar un significado sobre el valor que tiene de ciertas cosas, a través de escuchar a otras personas hablar, buscando a la vez mover esas emociones que se manifiestan y traen información sobre quien soy realmente y aunque todo este oscuro o sin solución por los traumas vividos, muestra una luz en el camino desde el sentido de sí mismo. En octubre de 2003, Michael White propone que:

Para poder volver a asociar una memoria disociada, lo primero que hay que hacer es revitalizar el “sentido de sí mismo” (...). Desde la terapia narrativa se busca trabajar las emociones de las personas que han sufrido traumas por diferentes eventos. Cuando se trabaja con las personas que han sido sujetas a un trauma, se le da prioridad a un nuevo desarrollo (redevelopment) y a una revigorización del “sentido del sí-mismo” (sense of myself). Describe cómo esto se puede lograr utilizando las estructuras de “Ceremonia de Definición”, la “Práctica de Testigos Externos” y la “Conversación de Re-autoría”. (Pág. 2 y 10).

La resiliencia es de suma importancia en los sobrevivientes del conflicto armado, pues a través de esta esta que encuentran esa manera de reconstruir, perdonar y sanar sus heridas, haciéndose necesario contar con el otro, trabajar de manera colaborativa tanto la comunidad como de la mano con sus redes de apoyo en sus memorias y narrativas.

Tabla 2

Estrategias Psicosociales Propuestas a la Población en el Caso de la Masacre en El Salado.

Estrategia	Descripción fundamentada	Justificación	Objetivo	Fases y tiempo de cada una.	Impacto deseado.
Estrategia 1 "Afrontamiento activo"	Es importante afrontar los problemas directamente y tomar medidas proactivas para superar las dificultades.	La resiliencia es una habilidad que puede cultivarse y fortalecerse a lo largo del tiempo ya que según: Johnson, A., & García, M. (2020). Estrategias de Afrontamiento Activo para Fortalecer la Resiliencia. Revista de Psicología Positiva, 8(2), 112-126. "La resiliencia es vista, más que como la simple recuperación de	Ayudar a las personas a enfrentar y superar de manera proactiva los desafíos y adversidades que puedan surgir en sus vidas. Mediante el uso de estrategias de afrontamiento activo, las personas buscan	<ul style="list-style-type: none"> • Fase 1 (duración 1 mes); Identificar las redes de apoyo para la población del salado que se vio inmerso en la masacre. • Fase 2 (duración 6 meses) Se lleva a cabo una evaluación exhaustiva de las 	Identificar que cada caso es único, por lo que las intervenciones deben adaptarse a las necesidades específicas de las personas y la comunidad en El Salado y otras situaciones similares.

un trauma, como un desarrollo positivo vigoroso o adaptación a los siguientes periodos de perturbación homeostática. Aunque se pensó que caracteriza a individuos extraordinarios, investigaciones más recientes sobre la adaptación positiva en respuesta a la adversidad extrema, proponen que la resiliencia es relativamente más común entre niños y adolescentes que han estado expuestos a la adversidad, al trauma y al infortunio” (p.112).

abordar los problemas de frente, tomando medidas concretas y constructivas para manejar situaciones estresantes o difíciles.

necesidades de las personas y la comunidad en términos de salud física y mental, necesidades básicas, y condiciones de seguridad.

- Fase 3 (duración 1 año) Se ofrecen servicios de apoyo psicológico y emocional para ayudar a las personas a enfrentar y sobrellevar el trauma y el duelo. Se pueden utilizar técnicas como la

Estrategia 2
"Aprendizaje
constante"

Es importante ver cada obstáculo como una oportunidad para crecer y desarrollar nuevas habilidades, teniendo en cuenta que no es hora de callar, pero también adaptarse y ajustar las expectativas y creencias en

Las experiencias presenciadas son todas diferentes y aún como lo afirma Raúl Carretero Bermejo en su artículo "Resiliencia: Una visión positiva para la prevención e intervención desde los servicios sociales"

El desarrollo de Resiliencia en todas las personas objeto de intervención, las dota de una herramienta muy útil para hacer frente a sus diferentes situaciones,

Reconstruir el sentido de identidad y pertenencia con ayuda a las personas y a la comunidad para encontrar nuevamente su sentido de identidad y pertenencia a través de actividades culturales y sociales.

terapia de apoyo, la terapia cognitivo-conductual y el manejo del estrés.

- Fase 1 (15 días); En esta fase inicial, se realiza una evaluación exhaustiva de la situación, recopilando datos relevantes, se identifican las necesidades y se analizan los recursos disponibles.
- Fase 2 (duración 3 meses) Se desarrolla un plan

El despliegue correcto y oportuno de un trabajo interinstitucional debido a que es esencial que todas intervenciones sean desarrolladas y llevadas a cabo en colaboración con la comunidad afectada y con profesionales especializados en el trabajo con víctimas de violencia y trauma.

situaciones cambiantes.	permite desarrollos normales y adaptados al medio. Se debe incluir el trabajo en resiliencia en los proyectos de intervención, y también en los proyectos de prevención (Bermejo, 2010 p. 100).	de intervención, para las personas pobladoras del salado de tal manera que sea realista y guiado por los objetivos planteados.
		<ul style="list-style-type: none"> • Fase 3 (duración 6 meses) Se promueve la reconstrucción del tejido social y comunitario que fue afectado por la masacre. Se pueden establecer espacios de diálogo y apoyo entre los miembros de la comunidad.

Nota: La tabla contiene estrategias psicosociales para la Población en el Caso de la Masacre en El Salado.

Informe Reflexivo y Analítico de la Experiencia Foto Voz

La foto voz es una técnica de análisis y de acción psicosocial que articula la fotografía como medio de visibilización de realidades sociales problemáticas con los principios de investigación e intervención de la psicología social comunitaria comprometida con el cambio de estas realidades (Cantera, 2009, pág. 5).

Dichos procesos permiten la intervención psicosocial en comunidades afectadas por el conflicto armado y todos los emergentes sociales que subyacen en estas experiencias, es importante destacar que los procesos deben ir mediados por el cuestionamiento y el reconocimiento de cada escenario violento, así como la articulación individual y colectiva de las intervenciones y finalmente el origen de conciencia a cerca de los hechos y sucesos que por sí solos no deben ser intervenidos, es decir, un evento violento no debe ser tratado individualmente siempre será vulnerable, por ello es imperativo vincular los eventos únicos para tratarlos juntos pues en su gran mayoría los hechos violentos están atiborrados por un sin número de situaciones traumáticas para las comunidades que la sufren, por tal razón se hace evidente que se desarrollen políticas desde: Móllica (1999) una explicación real de los hechos, que se le den significado cultural al trauma, metafóricamente mirar detrás de la cortina (significa la transformación del sistema de valores de los supervivientes como consecuencia de la propia violencia colectiva) y finalmente la relación existente entre oyente-narrador.

Ahora bien, la experiencia de foto voz realizada en espacios habitados por dinámicas de violencia revela la complejidad de los desafíos presentes, pero también resalta la posibilidad de transformación, la resiliencia de las víctimas y la capacidad que tienen las comunidades de recomponer el tejido social; las víctimas de conflicto armado deben ser reconocidas con una identidad de sobrevivientes, que quieren conocer la verdad desde la reparación a sus derechos, la

no repetición y las memorias a sus familias y amigos que fueron silenciados bajo el mutismo y la indolencia de un estado incapaz de proteger sus derechos.

Por lo tanto, en nuestro proceso continuo de aprendizaje y como futuros psicólogos estamos llamados a estudiar dichas dinámicas desde la psicología social y por qué no desde la psicología de la liberación como lo indico en su momento Martin Baro y su teoría de la emancipación y la psicología de la liberación, aunque no es una psicología llamada a la rebeldía si nos invita a “ser una disciplina comprometida con, y pendiente de, los sucesos sociales y personales; para poder señalar una realidad injusta y oprimente, mostrar indignación ante la misma, aspirar a cambiarla y proyectar líneas de acción en esta dirección” (Cantera, 2009, pág. 3).

Esto es precisamente lo que se está desarrollando en el diplomado de profundización acompañamiento psicosocial en escenarios de violencia, la foto intervención como mecanismo para identificar, evaluar e intervenir las dinámicas de las comunidades que han sido víctimas del conflicto armado, comprendiendo las subjetividades y desarrollando competencias para la no revictimización y la reconstrucción individual y colectiva.

En ese sentido, se examinan los testimonios y relatos de las víctimas, que han padecido los horrores del conflicto armado en Colombia, es fundamental conocer los hechos, entender el contexto sociocultural y las dinámicas colectivas para vislumbrar de a poco la complejidad de los hechos y la necesidad de abordar de manera efectiva la memoria colectiva. Por otra parte, se exploran los esfuerzos actuales para superar los desafíos, incluida la reparación de las víctimas, el acercamiento y la reconstrucción de la memoria.

El estudio se ha centrado en comprender cómo estas comunidades han encontrado formas de resistir, ser resilientes, y tener esperanza a pesar de las circunstancias adversas. Además, se

han examinado iniciativas y políticas nacionales y municipales con el fin de reconocer los avances y desafíos que quedan en el proceso de sanación y justicia para las víctimas del conflicto.

Este estudio se lleva a cabo en un esfuerzo por generar una reflexión crítica sobre la importancia de preservar la memoria colectiva como una herramienta para prevenir la repetición de los hechos de violencia, fomentar la paz, y crear una sociedad más justa y equitativa.

Al analizar los hechos de Puerto Boyacá, es importante tener en cuenta la historia local de la comunidad, ¿por qué esta zona es conocida como la capital antiterrorista de Colombia? La historia bélica de Colombia nos ubica en el nacimiento de las llamadas Autodefensas Unidad de Colombia (AUC). El pueblo enfrenta estigmas y prejuicios como resultado de su pasado violento, y es por todos estos inconvenientes que se emprendió un trabajo de memoria colectiva. Sin embargo, se puede señalar que la localidad no cuenta con una oficina de víctimas, pero sí con un enlace enfocado en las víctimas. No se dispone de espacios para desarrollar actividades importantes relacionadas con la memoria colectiva. Puerto Boyacá quedó excluido de programas de desarrollo y de zonas más afectadas por el conflicto armado, es una de las pocas poblaciones a nivel nacional donde existe un monumento en honor a las víctimas del conflicto armado en el parque central, construido con el hierro fundido de las armas entregadas por desmovilizados de las AUC.

Para comprender cabalmente las experiencias de las víctimas del conflicto armado en Puerto Boyacá, es necesario hablar con quienes son directamente impactados por este fenómeno violento. Por ello, se realizaron entrevistas a víctimas del conflicto armado, entre ellas las de Óscar Pérez y su madre, quienes fueron reubicados a la fuerza por las AUC en 2004. Estas

víctimas, como muchas otras, han perdido a sus familias y están trabajando para avanzar en el reconocimiento y la restauración de sus derechos legales.

En esta región se desarrollan programas de emprendimiento y empleo para familias afectadas por el conflicto, se realizan procesos narrativos a orillas del río Magdalena, donde se cuentan historias de horror y sufrimiento presenciadas por los habitantes de la región, de esta forma se realizan reconocimientos a las víctimas, el 9 de abril se conmemora en el parque central el Día de las Víctimas del Conflicto Armado, algunas víctimas expresan descontento con la entrega de mercados durante esta conmemoración, sintiéndola más como una revictimización que como una reparación. Por último, hay que destacar que en esta población existe un libro de memorias en la biblioteca dedicado a la historia bélica del municipio.

Por otra parte, en la ciudad de Dosquebradas se encuentra. La Corporación Nuevo Arco Iris es una organización no gubernamental para la paz y el desarrollo, se dedica a la reconciliación de la sociedad civil y busca modelos alternativos de desarrollo.

Esta corporación realiza un mapeo de la región para comprender el conflicto armado y otras formas de violencia. Teniendo en cuenta que Es la única organización que ha documentado las vivencias de las víctimas del conflicto armado en la región.

De acuerdo con lo anterior han implementado diversas estrategias para promover la reconciliación y el perdón en la comunidad. Se han realizado eventos conmemorativos y actividades de sensibilización para recordar a las víctimas del conflicto armado, fomentando la solidaridad y el apoyo mutuo. Además, se han llevado a cabo procesos de formación y capacitación en derechos humanos, resolución de conflictos y construcción de paz, con el objetivo de promover una cultura de convivencia pacífica en la comunidad.

En el ámbito psicológico, se ha brindado acompañamiento y apoyo emocional a las víctimas del conflicto armado, especialmente a aquellas que han experimentado traumas y pérdidas significativas. Se han desarrollado programas de atención psicosocial, terapia individual y grupal, y espacios de escucha y expresión emocional, con el fin de ayudar a las personas a sanar sus heridas y construir un proceso de duelo saludable.

Es importante mencionar que el proceso de memoria colectiva en Dosquebradas no se limita solo a la recopilación de testimonios y la conmemoración de las víctimas, sino que también busca generar acciones concretas de reparación integral. Se han implementado proyectos de desarrollo económico y social para brindar oportunidades de empleo y emprendimiento a las víctimas del conflicto, promoviendo la inclusión y la generación de ingresos.

Además, se han establecido mecanismos de participación ciudadana y diálogo entre las víctimas, las autoridades locales y la sociedad civil, con el fin de garantizar la participación activa de las víctimas en la toma de decisiones que afectan sus vidas y promover la construcción de una paz sostenible.

El informe describe la iniciativa de memoria histórica llamada "Nuestra memoria cuenta", desarrollada por las Fuerzas Militares junto al Centro Nacional de Memoria Histórica (CNMH) en Colombia. El micrositio web creado como producto de esta iniciativa tiene como objetivo brindar visibilidad y dignificación a las víctimas del conflicto armado pertenecientes a la fuerza pública.

El director general del CNMH destaca que los miembros de la fuerza pública que han sufrido violaciones a los derechos humanos y al Derecho Internacional Humanitario son considerados víctimas según la Ley de Víctimas, sin hacer distinción entre civiles y militares.

Durante el lanzamiento del microsítio, se entregaron al CNMH las memorias de participación en el conflicto armado colombiano por parte de las víctimas pertenecientes al Ejército, la Armada, la Fuerza Aérea y la Policía. Las víctimas también estuvieron representadas en el evento, y se resalta la importancia de reconstruir la memoria histórica para recordar y dignificar a aquellos que ya no están.

Se mencionan las actividades conmemorativas del Día de las Víctimas del Conflicto Armado en la municipalidad de Guarne, donde se lleva a cabo una marcha y se realizan diversas actividades para visibilizar y simbolizar el dolor sufrido por las familias de las víctimas.

Se destaca la importancia de la iniciativa de memoria histórica para mostrar el lado humano de la fuerza pública y desafiar los estigmas asociados a ellos. También se mencionan las iniciativas propuestas por la juventud que han crecido en familias afectadas por la violencia y que buscan acompañar a las víctimas.

Se argumenta que la iniciativa de memoria puede tener un impacto significativo en las víctimas y las comunidades, tanto a nivel psicosocial como en términos de justicia. Al brindar un espacio donde las víctimas se sientan validadas y reconocidas, se puede reducir el sentimiento de aislamiento y estigmatización, y fortalecer la identidad y cohesión comunitaria.

Se mencionan los mecanismos a través de los cuales se dinamizan las memorias de las víctimas del conflicto armado, como testimonios, relatos, entrevistas, documentales, grabaciones y fotografías. Estos mecanismos permiten dar voz a las víctimas y transmitir su memoria de manera personal y directa, promoviendo una mayor conciencia y comprensión de sus experiencias y su impacto en la sociedad.

En resumen, la iniciativa de memoria histórica "Nuestra memoria cuenta" busca visibilizar y dignificar a las víctimas del conflicto armado pertenecientes a la fuerza pública en

Colombia, brindando un espacio para compartir sus historias y experiencias, y promoviendo la solidaridad, empatía y justicia en la sociedad.

Aunque el proceso de memoria histórica enfrenta desafíos y limitaciones, es alentador observar el compromiso tanto de las instituciones como de la sociedad civil para trabajar en la construcción de una sociedad más justa y equitativa. Se está reconociendo la importancia de todas las víctimas y se busca restablecer sus derechos de manera integral.

Es fundamental tener en cuenta que la memoria histórica es un camino continuo y en constante evolución. A medida que se avanza en este proceso, es importante promover la participación de las comunidades afectadas y garantizar su inclusión en la toma de decisiones. Además, es crucial abordar los desafíos pendientes, como la garantía de acceso a la justicia, la reparación integral de las víctimas y la protección de los derechos humanos.

En última instancia, la iniciativa de memoria histórica busca sentar las bases para una sociedad que aprenda de su pasado, se enfrente a las injusticias y trabaje en la construcción de un futuro en el que los derechos humanos sean respetados y la paz sea duradera. A través del reconocimiento y la valoración de las víctimas, se busca construir un país más unido, en el que las diferencias se resuelvan a través del diálogo y el respeto mutuo.

Figura 1

Descomposición. Dosquebradas, Risaralda



Fuente. Elaboración propia, Julio - 2023

En la actualidad, vivimos en un mundo interconectado, pero paradójicamente con inestabilidad en las relaciones sociales y comunitarias las cuales parecen debilitarse cada vez más. Este es un fenómeno que tiene profundas implicaciones en la psicología individual de las personas, y puede llevar a un deterioro significativo en su salud mental y bienestar emocional, a medida que los lazos comunitarios se desvanecen y las estructuras sociales se debilitan, la falta de apoyo social y el sentimiento de soledad se vuelven más comunes, lo que da lugar a trastornos psicológicos como la depresión y la ansiedad llevando a nuestros jóvenes a refugiarse en el alcohol y las sustancias psicoactivas.

El apoyo social es un pilar fundamental para el ser humano, proporcionando un sentido de pertenencia, comprensión y aceptación, cuando este apoyo se desvanece, las personas pueden sentirse aisladas y alienadas en busca de malas influencias, lo que afecta negativamente su autoestima y su capacidad para enfrentar los desafíos de la vida, la sensación de no pertenecer a ningún grupo o comunidad puede generar una profunda sensación de vacío y desesperanza, lo que a su vez aumenta el riesgo de desarrollar problemas de salud mental.

Figura 2

Parque Central Jorge Eliecer Gaitán Puerto Boyacá, Boyacá



Fuente. Elaboración propia, Julio - 2023

El municipio de Puerto Boyacá es distinguido por sus bellos paisajes, abundancia de recursos naturales y la calidez de sus habitantes, pero también es reconocida como la capital antisubversiva de Colombia, razón por la cual sus habitantes son estigmatizados y señalados en muchas regiones del país, así mismo, son un ejemplo de resiliencia, perdón y trabajo colectivo, ya que aproximadamente en el año 2004 se desmovilizaron las autodefensas unidas de Colombia (AUC), con este suceso las víctimas del conflicto armado fueron retornando y tomando la iniciativa de denunciar crímenes de lesa humanidad cometidos por este grupo al margen de la ley.

En el año 2021, bajo el gobierno y en cabeza del alcalde Oscar Botero, se remodeló el parque principal Jorge E Gaitán y con él se construye un monumento a las víctimas del conflicto armado, utilizando el hierro fundido de las armas entregadas en el 2004 cuando se desmovilizó este grupo armado. El 9 de abril se conmemora y se celebra el día de las víctimas de conflicto en el municipio, los habitantes se acercan al monumento con fotos de las víctimas, velas y se hacen actos culturales en memoria a las víctimas y sus familias.

Figura 3

Calle del Bronx - Medellín Antioquia



Fuente. Elaboración propia, Julio - 2023

La calle del Bronx se ha convertido en un problema potencial que causa inseguridad en la población, siendo identificado el abuso de sustancias psicoactivas como el primer causante de esta problemática que conlleva a más delitos; la calle del Bronx está situada en el centro de la ciudad de Medellín. Para abordar la violencia que se presenta en este sector, es crucial tomar un enfoque holístico que considere la influencia de los factores mayormente implícitos y trabaje en la creación de comunidades seguras y prósperas. Esto implica una cooperación entre los residentes, las autoridades, las organizaciones comunitarias y otros actores para implementar políticas y programas que promuevan la igualdad de oportunidades, el acceso a servicios esenciales, la educación y el empleo, y el fomento de un ambiente donde se respeten los derechos y la seguridad de todos los ciudadanos

Figura 4*Vereda San Isidro Guarne Antioquia*

Fuente. Elaboración propia, Julio - 2023

La soledad de las veredas del municipio de Guarne, lleva en el susurro del silencio, los ecos de dolor encadenados a un presente que se incrusta en el pensamiento de aquellos lugareños que vivieron las sombras del terror, recorrer una a una los pasillos de sus casas, y algunas de estas sombras nublar sus ojos de dolor ante la pérdida de un ser humano, ante los actos de barbarie frente a hechos que nunca prescribieron en el olvido de un escritorio como un papel más a investigar, pero aún más grave que jamás prescribieran en la memoria y los recuerdos de las víctimas.

Hoy, aun se vive la misma tragedia, aunque con un telón que no permite hacer visible lo actos criminales que se desplazaron hasta los cascos urbanos de cada rincón colombiano, aquellas víctimas, que el gobierno les ha otorgado este título de reconocimiento y entrega de aquellas tierras de las cuales fueron despojadas, aun sienten ese miedo a través de las amenazas constantes de grupos paramilitares que troncan un nuevo comienzo.

Figura 5

Base Fuerza Aérea Puerto Salgar



Fuente. Elaboración propia, Julio - 2023

La Base de la Fuerza Aérea Colombiana ubicada en Puerto Salgar - Cundinamarca fue asaltada en la noche de un 31 de diciembre aproximadamente a las 02:00 de la madrugada, momento en el cual los militares departían al lado de sus familias la celebración de fin de año, fueron muchos los heridos graves y los muertos de ambas partes tanto militares como asaltantes, en la fotografía se muestra el antiguo puesto 8 en el área de la planta eléctrica donde fue perpetuado el ataque, militares de todas las fuerzas, ejercito, armada y fuerza aérea esa noche entregaron sus vidas y sus tropas con honor y valentía por defender el estandarte de la Fuerza Aérea Colombiana y de toda nuestra amada Colombia, a todos ellos ofrecemos gratitud y lealtad imperecedera.

En este escenario cada año todos lo militares rendimos homenaje en memoria a todos aquellos héroes que entregaron sus vidas en medio de la violencia y también a todas sus familias que han tenido que pasar por el dolor de perder a un esposo, un hijo, un hermano y enfrentarse a un camino donde han encontrado en la resiliencia la mejor forma de galardonar a estos héroes de la patria.

Enlace del Video de YouTube Realizado en el Paso 3

<https://youtu.be/CXDwlSpORx8>

Conclusiones

La violencia en Colombia ha sido una dolorosa realidad que ha afectado profundamente a la sociedad durante más de medio siglo, estos conflictos armados internos que están ligados a, guerrillas, paramilitares, narcotráfico, desigualdad social, problemas agrarios y corrupción política han contribuido a la complejidad y la multifacética naturaleza del problema, un problema que muchos quisieran fuera erradicado de la nación, pero que cada día esta mas centrado en golpear a los mas necesitados.

La historia de Luz y su familia representa el sufrimiento que muchas comunidades han enfrentado debido a la violencia, el desplazamiento forzado, la pérdida de seres queridos y la violencia extrema han dejado marcas imborrables en la memoria de la sociedad, el análisis de esta problemática ha revelado la necesidad de un enfoque psicosocial para comprender el trauma experimentado por las víctimas y preservar sus historias y memorias.

Estas historias, también denuncian la falta de protección estatal y la inseguridad que enfrentan los desplazados. A pesar de las adversidades, Luz encontró una red de apoyo para exiliados, destacando la importancia de dar voz a los afectados por la violencia y el exilio, en estos casos la solidaridad y compasión son fundamentales para abordar esta problemática y ayudar a quienes han tenido que dejar atrás sus hogares en busca de una vida mejor o simplemente para sobrevivir.

Son dos historias que destacan la importancia de compartir estas experiencias para construir una "verdad sin fronteras" y generar conciencia sobre el impacto devastador de la violencia en la sociedad colombiana. Es necesario abordar tanto las causas estructurales como las consecuencias emocionales y sociales para enfrentar la violencia en Colombia y trabajar hacia un futuro más seguro y pacífico.

Referencias Bibliográficas

- Alvis, A. (2009). Aproximación teórica a la intervención psicosocial. *Poiésis*, 9(17). Pp. 1- 6
<https://revistas.ucatolicaluisamigo.edu.co/index.php/poiesis/article/view/189>
- Bello, M. (2010) La noción del daño desde el enfoque psicosocial. *Acción sin daño y construcción de paz. Programa de Iniciativas Universitarias para la Paz y la Convivencia (PIUPC)*. Universidad Nacional de Colombia. Pp. 29-47.
<http://www.bivipas.unal.edu.co/handle/10720/595>
- 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>
- Cantera, L. (2009). La foto intervención como herramienta docente. En *Revista de Enseñanza de la Psicología: Teoría y Experiencia Vol. 5*
(1). https://www.researchgate.net/publication/37808070_La_fotointervencion_como_herramienta_docente
- Comisión de la verdad. (2022, 11 de abril). *Historias que retornan | Capítulo 1 - Luz*. [video].
YouTube. https://youtu.be/oIUMWf_NnH4
- Echeburúa, E. (2007). Intervención en crisis en víctimas de sucesos traumáticos: ¿Cuándo, ¿cómo y para qué? En *Psicología Conductual*, Vol. 15, N.º 3, 2007, pp. 373-387.
https://www.behavioralpsycho.com/wp-content/uploads/2020/04/04.Echeburua_15-3oa-1.pdf

Ministerio de Salud y Protección Social (2017). Programa de atención psicosocial y salud integral a víctimas del conflicto armado – PAPSIVI: Documento Marco.

<https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/DE/PS/Documento-Marco-papsivi-2017.pdf>

Móllica, F. (1999). Efectos psicosociales y sobre la salud mental de las situaciones de violencia colectiva. *Actuaciones Psicosociales en Guerra y Violencia Política*.

<http://www.bivipas.unal.edu.co/handle/10720/226>

Rodríguez R. Cantera, L. (2016). La foto intervención como instrumento de reflexión sobre la violencia de género e inmigración. En *Temas en Psicología*, Vol. 24, nº 3, pp. 927 - 945.

<https://dx.doi.org/10.9788/TP2016.3-09>

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>

Villa, J. (2014). Memoria, historias de vida y papel de la escucha en la transformación subjetiva de Víctimas/Sobrevivientes del conflicto armado colombiano. *El Ágora USB*, 14(1), 37–

60. <https://doi-org.bibliotecavirtual.unad.edu.co/10.21500/16578031.119>

White, M. (2016). *El Trabajo con Personas que Sufren las Consecuencias de Trauma Múltiple:*

Una Perspectiva Narrativa. En: *Recursos psicosociales para el post conflicto*, pp. 27 -75.