

La imagen y la narrativa como herramientas para el abordaje psicosocial en escenarios de violencia. Departamentos de Huila, Tolima y Caquetá.

Adrian Camilo Castro Galindez

María Isabel Castro Sánchez

Yessica Maria Castro Echeverri

Daniela Tinoco Lemus

Angie Stefhania Segura Lozano

Asesora

Amparo Dagua Paz

Universidad Nacional Abierta y a Distancia UNAD

Escuela de Ciencias Sociales, Artes y Humanidades ECSAH

Psicología

2023

Resumen

En Colombia, la violencia y el conflicto armado han dejado profundas consecuencias psicológicas en la población. En consecuencia, con el enfoque psicosocial desde una perspectiva narrativa, los esfuerzos se han centrado en comprender y trabajar con las historias de vida de los individuos afectados. Este enfoque reconoce la importancia de las narrativas individuales para comprender las experiencias traumáticas, lo que permite a los individuos reconstruir sus identidades y encontrar significado a sus experiencias. Por lo tanto, el presente documento abordará y analizará situaciones de conflicto armado a través de un marco psicosocial que tiene como objetivo proporcionar espacios seguros donde los individuos puedan compartir sus experiencias, procesar emociones y reconstruir sus identidades reinterpretando sus propias historias. Este enfoque incluye estrategias psicosociales grupales, talleres creativos y proyectos comunitarios que fomentan la expresión y el apoyo mutuo. Considerando el papel del psicólogo como guía del proceso de rehabilitación, el objetivo es capacitar a los individuos para transformar la realidad, logrando un empoderamiento tanto individual como colectivo. Además, se han formulado diversas preguntas circulares, reflexivas y estratégicas para profundizar en las diversas narrativas de las víctimas, con el objetivo de comprender mejor el significado de la violencia y al mismo tiempo abarcar componentes transformacionales para evitar que se repitan los mismos patrones.

Palabras Clave: Conflicto, Violencia, Psicosocial, Narrativas, Reconstrucción.

Abstract

In Colombia, violence and armed conflict have left profound psychological consequences in the population. Consequently, with the psychosocial approach from a narrative perspective, efforts have been focused on understanding and working with the life stories of affected individuals. This approach acknowledges the importance of individual narratives in comprehending traumatic experiences, enabling individuals to reconstruct their identities and find meaning in their experiences. Therefore, the current document will address and analyze situations of armed conflict through a psychosocial framework that aims to provide safe spaces where individuals can share their experiences, process emotions, and reconstruct their identities by reinterpreting their own stories. This approach includes group psychosocial strategies, creative workshops, and community projects that foster expression and mutual support. Considering the psychologist's role in guiding the rehabilitation process, the goal is to enable individuals to transform reality, achieving both individual and collective empowerment. Additionally, various circular, reflective, and strategic questions have been formulated to delve deeper into the diverse narratives of the victims, aiming to better understand the meaning of violence while encompassing transformational components to prevent repeating the same patterns.

Keywords: Conflict, Violence, Psychosocial, Narratives, Reconstruction.

Tabla de Contenido

Análisis de Relatos de Historias que Retornan - Capítulo 4 Nelson.....	7
Formulación de preguntas circulares, reflexivas y estratégicas.....	11
Análisis y Presentación de la Resolución de los Ítems Orientadores para el Caso de Masacre en El Salado: Relatos de Resiliencia Después de 20 Años.....	17
Estrategias Psicosociales para los Pobladores del Salado.....	20
Informe Analítico y Reflexivo - Paso 3 (Aplicación de la Imagen y la Narrativa)	26
Conclusiones.....	31
Referencias Bibliográficas.....	32
Apéndices.....	34

Lista de Tablas

Tabla 1 <i>Formulación de preguntas circulares, reflexivas y estratégicas</i>	11
Tabla 2 <i>Estrategia Psicosocial 1</i>	20
Tabla 3 <i>Estrategia psicosocial 2</i>	22
Tabla 4 <i>Estrategia psicosocial 3</i>	24

Lista de Apéndices

Apéndice A <i>Link del Video de Youtube</i>	34
--	----

Análisis de Relatos de Historias que Retornan - Capítulo 4 Nelson

En esta historia, Nelson, experimenta el secuestro siendo obligado a vender lo poco que poseía para pagar su rescate y obtener su libertad. Sin embargo, luego de esta situación nuevamente emprende evidenciando la resiliencia de su ser, pero esta se ve opacada por extorsiones de grupos al margen de la ley, agregando dificultades adicionales. Por lo cual, decide irse a un nuevo país siendo víctima del desplazamiento forzado. En un nuevo territorio, a pesar de estas adversidades, contaba con la asistencia destinada a los exiliados, aunque inicialmente se resistía a buscar ayuda, con el tiempo, ante la recomendación de un conocido en su nuevo emprendimiento en otro país, finalmente decidió acudir a ella. Le aseguraron que sería escuchado y apoyado, lo que lo llevó a tomar la decisión de buscar dicha asistencia.

Allí, se evidencian emergentes psicosociales como: desplazamiento y trauma, el desplazamiento forzado y el secuestro del protagonista implican traumas psicológicos y sociales significativos. La pérdida de hogar, la violencia sufrida y la necesidad de vender sus pertenencias para pagar el rescate son experiencias traumáticas que pueden dejar secuelas emocionales y psicológicas profundas. Resiliencia y resistencia, a pesar de las adversidades, el protagonista muestra resiliencia al buscar formas de sobrevivir y enfrentar sus problemas; su capacidad para perseverar ante el secuestro, las extorsiones y el desplazamiento evidencia una fortaleza psicológica. Ayuda y apoyo social, el relato también subraya la importancia del apoyo social en situaciones de crisis, aunque inicialmente se muestra reticente a buscar ayuda, finalmente recurre a ella debido a la recomendación de un conocido, esto destaca el papel fundamental que juegan las redes de apoyo social en la recuperación y adaptación de las personas que enfrentan circunstancias difíciles. Reconstrucción de identidad, el protagonista se encuentra en un proceso de reconstrucción de su vida en otro país, lo que implica adaptarse a un entorno completamente nuevo. Esta transición puede desencadenar

cambios en la identidad y la forma en que la persona se percibe a sí misma en relación con su pasado y su presente. Decisiones y cambio, la historia del protagonista muestra cómo las decisiones, incluso aquellas que inicialmente se resisten, pueden cambiar debido a influencias externas y al deseo de mejorar su situación. Esto destaca la complejidad de la toma de decisiones en entornos de estrés y cambio.

Además, en este relato, el protagonista asume principalmente el rol de un sobreviviente. Aunque enfrenta situaciones difíciles y se convierte en víctima de secuestro y extorsión, su enfoque se centra en superar estas circunstancias adversas y reconstruir su vida. A pesar de ser víctima de estos eventos traumáticos, su determinación y esfuerzo por seguir adelante y recuperarse de las dificultades lo llevan a adoptar más el papel de un sobreviviente que busca reconstruir su vida a pesar de los desafíos.

La experiencia subjetiva del protagonista ofrece una reflexión profunda sobre los significados de la violencia. Desde su perspectiva, la violencia no es solo un acto físico o una acción puntual, sino que se convierte en un agente transformador que afecta profundamente su vida, su identidad y su visión del mundo. Para el protagonista, la violencia se manifiesta en diferentes formas: el secuestro, las extorsiones y el desplazamiento, todas estas vivencias moldean su visión sobre la seguridad, la confianza en los demás y su percepción de control sobre su propia vida. La violencia no solo deja heridas físicas, sino que crea cicatrices emocionales y psicológicas que perduran mucho más allá de los eventos específicos.

Asimismo, la experiencia subjetiva del protagonista revela cómo la violencia no solo afecta al individuo directamente involucrado, sino que también tiene un impacto significativo en su entorno familiar y social. La reconstrucción y adaptación a una nueva realidad después de la violencia requieren un esfuerzo conjunto, implicando cambios y sacrificios tanto personales como colectivos. Desde la mirada subjetiva del protagonista, la violencia no solo

es un acontecimiento aislado, sino un fenómeno complejo que trasciende lo físico y se adentra en lo emocional, lo psicológico y lo social, moldeando la percepción y las acciones de quienes la experimentan. Dejando en evidencia lo que Vásquez, O. (2010), señala:

Comprender el conflicto es uno de los pasos esenciales cuando se procura identificar y evitar el daño producto de las intervenciones, al tiempo que se busca contribuir a la construcción de la paz. Ver las potencialidades del conflicto para el cambio social y proponer salidas no violentas ante su aparición en los escenarios sociales, constituye un reto para quienes desean adoptar este camino (p.8).

El protagonista de la historia demuestra una serie de recursos de afrontamiento significativos que le permiten enfrentar las situaciones difíciles en las que se desarrolla como, la determinación y perseverancia, puesto que, a pesar de las adversidades, el protagonista muestra una firme determinación para seguir adelante. Esta perseverancia se refleja en su voluntad de reconstruir su vida y su negocio, incluso después de enfrentar el secuestro y las extorsiones. Adaptabilidad, ante el desplazamiento forzado, el protagonista muestra capacidad de adaptación para establecerse en un nuevo lugar, enfrentando la difícil tarea de comenzar de nuevo en un entorno desconocido. Búsqueda de apoyo, aunque al principio se muestra reacio a buscar ayuda, finalmente recurre a la asistencia, evidenciando la capacidad de reconocer la importancia del apoyo social y familiar para superar las dificultades. Resiliencia emocional, a pesar del trauma vivido, el protagonista muestra una capacidad para manejar y superar el estrés emocional, buscando formas de seguir adelante a pesar de las circunstancias desafiantes. Focalización en objetivos, el protagonista mantiene un enfoque claro en sus metas, orientando sus esfuerzos hacia la reconstrucción de su vida y su negocio, lo que le permite avanzar a pesar de las dificultades.

Estos recursos de afrontamiento son fundamentales para la capacidad del protagonista de adaptarse, resistir y encontrar maneras de sobreponerse a las experiencias traumáticas y desafiantes que enfrenta a lo largo de su historia.

En el relato, se observan diversos elementos resilientes que Nelson demuestra a lo largo de su experiencia, encontramos, flexibilidad ante la adversidad, el protagonista muestra una capacidad notable para adaptarse a circunstancias cambiantes y desafiantes.

Mantenimiento de la esperanza, Nelson conserva una perspectiva optimista, buscando oportunidades para reconstruir su vida y su negocio, mostrando una fe constante en un futuro mejor. Búsqueda activa de soluciones, frente a cada obstáculo, él busca activamente alternativas y soluciones, a pesar de los reveses, persiste en su esfuerzo por superar las adversidades. Reconstrucción de la identidad, muestra una capacidad para reconstruir su vida en un nuevo entorno, lo que refleja una adaptación positiva a las circunstancias cambiantes.

Estos elementos resilientes revelan la fortaleza interna del protagonista para adaptarse, persistir y encontrar formas de crecimiento personal a pesar de las circunstancias traumáticas que enfrenta. Su capacidad para mantener la esperanza, buscar soluciones y reconstruir su vida destaca su resiliencia frente a la adversidad.

En definitiva, la historia de Nelson es un testimonio del poder del espíritu humano para resistir, adaptarse y reconstruirse a pesar de los desafíos más difíciles. Enseña que, incluso en las circunstancias más duras, la esperanza, la determinación y el apoyo pueden conducir a la superación personal.

Formulación de Preguntas Circulares, Reflexivas y Estratégicas

Tabla 1

Formulación de preguntas circulares, reflexivas y estratégicas

Tipo de pregunta	Pregunta planteada	Justificación desde el campo psicosocial
Circulares	¿Cómo ha encontrado formas de adaptarse a situaciones desafiantes como la extorsión, el desplazamiento forzado y el exilio?	Esta pregunta busca explorar los mecanismos de afrontamiento de Nelson ante situaciones traumáticas. Desde la perspectiva psicosocial, comprender cómo las personas enfrentan y se adaptan a situaciones de estrés extremo proporciona información valiosa sobre la resiliencia y las estrategias de afrontamiento que podrían estar influyendo en su bienestar psicológico. Suárez, V. (2021), refiere “si bien no se dejan de percibir las afectaciones vividas debido a la guerra, el interés está puesto en las posibilidades que tiene el sujeto de resignificar sus experiencias vitales y construir nuevas narrativas en torno a la paz” (p.62).
	¿De qué manera crees que estas experiencias han moldeado tu percepción de la comunidad y la seguridad?	La vivencia del desplazamiento forzado y el exilio puede afectar profundamente la percepción de uno mismo y de su entorno. Desde el campo psicosocial, comprender cómo

¿De qué manera ha influido el apoyo con el fin de superar los traumas causados por la violencia en base al desarrollo y superación de los diferentes hechos victimizantes?

estas experiencias han moldeado su percepción de la comunidad y su sensación de seguridad proporciona información sobre los efectos de estos eventos en la salud mental, así como en la reconstrucción de la confianza y el sentido de pertenencia.

Desde el campo psicosocial se busca que el protagonista reconozca como las interacciones y apoyo social influyen de manera positiva en su salud mental, además que fomenta procesos de superación frente a los hechos victimizantes, desarrollando una conducta prosocial y la resiliencia ante las adversidades y traumas vividos. Según White, (2016) "los traumas recurrentes afectan el territorio de identidad de una persona, reduciendo su tamaño y dificultando su manejo en la vida" (p. 3), de esta manera se puede evidenciar el impacto que causan los traumas, en la creación de la identidad personal, por eso es que es muy importante el apoyo psicosocial, con el objetivo de brindar un tratamiento acompañamiento que permita contribuir al bienestar integral de la persona.

Reflexivas

¿Qué considera usted como persona víctima que podría hacer para ayudar a mitigar las necesidades que brinda esta problemática?

Esta pregunta busca identificar el proceso de crecimiento personal derivado de las experiencias traumáticas. Desde el campo psicosocial, el análisis de estas lecciones o aprendizajes puede ofrecer información valiosa sobre la resiliencia y el desarrollo post-traumático de Nelson. Según Naranjo (2010), “escuchar lo que tengan que decir, el respetar sus espacios y sus silencios. Genera un ambiente en el cual ellos sientan confianza para expresarse libremente. Muéstrate comprensivo en la escucha, no juzgues y evita etiquetarlos” (p. 4).

¿Por qué cree que es importante el apoyo emocional y psicológico al atravesar toda esta problemática tan controversial?

El autor Naranjo. (2010), señala que:

“El acompañamiento psicosocial es un conjunto de procesos políticos, reflexivos, terapéuticos y de acompañamiento permanente que busca la resignificación de la identidad y del reconocimiento de recursos personales y sociales para que las personas se logren posicionar como sujetos de derechos” (p. 4).

Por lo tanto, con esta pregunta se busca analizar el dialogo de Nelson, para ayudar a evaluar la salud mental y el

¿Después de tantos años de exilio, cómo te sientes al regresar a tu país y como tu historia puede contribuir a mejorar la sociedad actual?

bienestar general, así como a identificar posibles necesidades de apoyo psicológico.

Desde el campo psicosocial lo que se busca es que el sujeto reflexione sobre las diferentes emociones que sintió al regresar a su país después del largo tiempo de exilio que padeció a causa de la violencia presentada en su territorio, así como también desde su historia y experiencia como tejido social y de memoria puede contribuir de manera positiva y reflexiva a la sociedad con el fin de concientizar a la misma. Como lo afirma Echeburúa (2007), “la intervención psicológica temprana en personas que han padecido un suceso traumático tiene como objetivo detectar a las personas de riesgo, evitar la aparición o agravación del trastorno” (p. 378), por lo cual se quiere decir que de gran importancia brindar atención especializada de manera oportuna al sufrir un echo traumático, con el objetivo de mitigar los diferentes daños psicológicos, promoviendo la recuperación de su salud mental.

Estratégicas

¿Qué recursos o apoyos consideran más efectivos para abordar las secuelas

Jimeno, M. (2007) considera que:

Referirse a la violencia anteponiendo la palabra “experiencia” busca apuntalar el enfoque que

emocionales y psicológicas derivadas de estas experiencias?

considera la acción violenta desde el punto de vista de los sujetos involucrados, a mirarla desde de su perspectiva, a colocarla en el terreno mismo de la subjetividad (p.20).

Por lo tanto, esta pregunta busca entender las percepciones de Nelson sobre los recursos de apoyo disponibles. Desde el campo psicosocial, identificar qué recursos son considerados más efectivos proporciona información clave para diseñar intervenciones psicosociales adecuadas y efectivas.

¿Cuáles serían, desde tu perspectiva, los pasos más importantes para promover la reconciliación y la paz en contextos marcados por la violencia y la adversidad?

Allí se busca explorar las percepciones de Nelson sobre el proceso de reconciliación y construcción de paz. Desde la perspectiva psicosocial, identificar los pasos considerados más importantes puede guiar el diseño de estrategias que fomenten la reconciliación y la convivencia pacífica en entornos afectados por la violencia. Puesto que, Alvis, A. (2009), afirma:

Es el interventor, experto el que diseña un plan o estrategia para tratar de intervenir un problema específico a partir de una demanda social, en el cual el cambio es posible, pero solo si es planificado a partir de las personas que tienen el conocimiento

<p>¿Qué acciones o iniciativas creen que podrían contribuir a la reconstrucción de la confianza y la seguridad en comunidades afectadas por el conflicto armado y el desplazamiento?</p>	<p>adecuado de la sociedad, es decir, los interventores o intelectuales quienes moldean el cambio (p.4).</p> <p>Alvis, A. (2009), refiere “La Intervención Psicosocial es una actividad dirigida a la solución de problemáticas sociales, que privilegia la participación de los intervenidos con los interventores en la construcción de cambio social y emancipación” (p.4). Por lo tanto, esta pregunta busca la reconstrucción de la confianza y la seguridad son fundamentales en contextos post-conflicto, por lo tanto, desde el campo psicosocial, comprender las percepciones de Nelson sobre posibles acciones o iniciativas brinda información valiosa para desarrollar estrategias comunitarias que promuevan la sanación y la cohesión social.</p>
--	---

Nota. La tabla 1 contiene la formulación de tres preguntas circulares, tres reflexivas y tres estratégicas para el caso de Nelson.

Análisis y Presentación de la Resolución de los Ítems Orientadores para el Caso de Masacre en El Salado: Relatos de Resiliencia Después de 20 Años

El caso de la masacre en el Salado principalmente es una historia con relatos bastante dolorosos, los emergentes psicosociales como la masacre que evidencian los protagonistas y el miedo estipulado por los grupos armados a los pobladores del Salado. En medio de todo esto, estos grupos al margen de la ley operaban sin tener en cuenta a Dios ni a la ley. Dictaron sus propias reglas, ejerciendo un poder absoluto sobre el pueblo, dejándolo impotente. Estos grupos, sin lugar a dudas, tenían las riendas del derecho dentro de esta comunidad.

Todo este proceso que vivenciaron los protagonistas, dejan secuelas muy grandes ante la salud mental y la gestión emocional, evidenciando problemáticas comportamentales y de pensamiento generado en personas, familias, comunidades y en la sociedad, se puede observar la falta de acceso a derechos y recursos de toda la población y las pocas ganas que quedan para las personas víctimas de este suceso tan desgarrador. El comenzar de cero, causa en los pobladores del Salado demasiado dolor tanto físico como emocional y todo esto puede llevar a que estas personas piensen en no querer seguir con sus vidas y por lo mismo tener pensamientos suicidas.

La masacre de El Salado, perpetrada por paramilitares, dejó una profunda huella en la comunidad, pero a pesar de la violencia sufrida, las víctimas han demostrado una notable resiliencia, algunos sobrevivientes han regresado al pueblo y reconstruido sus vidas, mostrando una capacidad de perdón y resistencia ante las adversidades que les generó estos actos violentos que acabaron con los sueños de muchas personas.

Sin embargo, allí se evidencia el lenguaje verbal, uno de los más notorios en el campo de los símbolos de violencia con las groserías e insultos, palabras denigrantes, amenaza verbales y humillantes, por parte del grupo al margen de la ley hacia las personas que

habitaban en ese tiempo el Salado. Todos los símbolos de violencia como el odio por medio de lenguaje gestual, es decir una mala mirada o desafiante, hasta el punto de una violación, lo cual representa un gesto obsceno. Las paredes pintadas con sus símbolos de la fuerza al margen de la ley que se encontraba allí o frase que la representaba, lo cual atemorizaba a la población que habitaba en ese momento.

De esta manera se puede evidenciar la narrativa de la masacre del Salado, de cómo la violencia y el conflicto armado pueden ocasionar tanto daño a una comunidad, psicológicamente, las víctimas sufrieron estigmatización, trauma y violencia sexual algo que marco para siempre sus vidas. Pero también de este testimonio se encuentran elementos resilientes que les han permitido sobreponerse al impacto de la violencia y reconstruir nuevamente sus vidas, formándose como personas líderes y emprendedoras, que a pesar de estos hechos traumáticos decidieron superarlos y luchar para construir un futuro mejor.

La masacre de El Salado, similar a otras llevadas a cabo por paramilitares y guerrillas en varias regiones del país, constituye un vívido ejemplo de la violencia sociopolítica vinculada al uso de diversas formas de agresión como herramientas de guerra en el contexto del conflicto armado interno, que ha dejado innumerables víctimas a lo largo de la historia de Colombia.

En resumen, a pesar del impacto devastador de la masacre de El Salado, se han identificado elementos resilientes en las víctimas, como su capacidad para reconstruir sus vidas, liderar emprendimientos y participar en procesos de sanación integral, esa capacidad de las personas y la comunidad del Salado para superar la adversidad y transformarse positivamente como resultado de sus experiencias que dejó la violencia, resaltando la importancia de la memoria histórica y las narrativas como medio para expresar el dolor y resignificar el pasado, de esta manera estos hallazgos resaltan la importancia de comprender y

apoyar la resiliencia de las víctimas del conflicto armado, además de la importancia que cumple el rol del psicólogo en diseñar estrategias que permitan mitigar los traumas que dejó la violencia ya que es vital para su sanación y recuperación, por último los sobrevivientes del Salado demostraron toda esa lucha y valentía para sobreponerse ante el horror de la violencia, reflejando la esperanza como ente transformador de nuestra sociedad. Estos elementos simbólicos de violencia, resiliencia y transformación se presentan como parte esencial de la historia de las víctimas, mostrando esfuerzos para reconstruir los tejidos sociales afectados por la violencia en Colombia.

Estrategias Psicosociales para los Pobladores del Salado

Tabla 2

Estrategia psicosocial 1

Nombre de la estrategia	Empoderamiento a través de Grupos de Apoyo Psicosocial
Descripción fundamentada	Echeburúa, E. (2007) refiere que “el tratamiento de grupo puede estar especialmente indicado cuando una persona es víctima de un trauma complejo y resistente al cambio” (p. 382). Por lo tanto, esta estrategia se enfoca en la creación de grupos de apoyo psicológico específicamente social diseñados para brindar un espacio seguro y de contención emocional para las mujeres pobladoras del Salado, afectadas por el conflicto armado, violación y desplazamiento forzado. Estos grupos ofrecen un entorno donde los participantes pueden compartir sus experiencias, recibir apoyo mutuo, aprender estrategias de afrontamiento y fortalecer su resiliencia.
Objetivo	Empoderar a las mujeres para afrontar los traumas, fortalecer sus recursos emocionales y psicológicos, y promover la reconstrucción de su identidad y autoestima.
Fases y tiempo de cada una	Fase 1 - Establecimiento (2 semanas): Identificación de participantes, creación de un entorno seguro y confidencial, establecimiento de normas y objetivos del grupo. Fase 2 - Exploración (3 semanas): Compartir experiencias, expresión emocional, identificación de estrategias de afrontamiento. Fase 3 - Fortalecimiento y Habilidades (4 semanas): Desarrollo de habilidades de afrontamiento, talleres sobre resiliencia, autocuidado y gestión emocional.

Acciones por implementar	<p>Fase 4 - Consolidación y Cierre (2 semanas): Reforzamiento de estrategias aprendidas, reflexión sobre el progreso individual y grupal, planificación de recursos post grupo.</p> <p>Facilitar sesiones grupales estructuradas por profesionales en psicología y trabajo social. Sesiones de discusión dirigidas por el grupo de trabajo, centradas en compartir experiencias y estrategias de afrontamiento. Entre estas, ejercicios de narración de historias personales seguidos por sesiones de reflexión grupal.</p> <p>Ofrecer actividades de expresión artística, terapia narrativa o técnicas de relajación. Talleres de arte terapéutico, escritura creativa y técnicas de respiración, para expresar emociones, seguidas por discusiones reflexivas sobre las obras creadas.</p>
Impacto deseado	<p>Proporcionar información sobre recursos comunitarios y servicios de apoyo disponibles. Sesiones informativas sobre servicios de salud mental, programas de asistencia legal y recursos de apoyo social.</p> <p>Aumento de la resiliencia emocional y psicológica. Mejora en las estrategias de afrontamiento y habilidades de gestión del estrés. Fomento del empoderamiento personal y colectivo de las mujeres participantes.</p>

Nota. En esta tabla se consigna la primera estrategia con sus fases, objetivos, acciones e impacto para los pobladores del Salado.

Tabla 3*Estrategia Psicosocial 2*

Nombre de la estrategia	Programa de Capacitación en Habilidades Sociales y Emocionales
Descripción fundamentada	<p>Este programa se enfoca en capacitar a las personas afectadas por el conflicto armado y el desplazamiento forzado del Salado, en habilidades sociales y emocionales. Allí, se imparten talleres estructurados que abordan la comunicación efectiva, la resolución de conflictos, el manejo del estrés y la construcción de relaciones saludables. Puesto que, Vera, B.; Carbelo B.; Vecina, M. (2006), relata:</p> <p style="padding-left: 40px;">La labor del psicólogo vista desde la Psicología Positiva debe servir para reorientar a las personas a encontrar la manera de aprender de la experiencia traumática y progresar a partir de ella, teniendo en cuenta la fuerza, la virtud y la capacidad de crecimiento de las personas (p. 47).</p>
Objetivo	Equipar a los participantes con habilidades prácticas para gestionar mejor sus emociones, comunicarse de manera efectiva y desarrollar relaciones positivas en entornos desafiantes.
Fases y tiempo de cada una	<p>Fase 1 - Evaluación y Preparación (2 semanas): Evaluación de necesidades individuales y grupales, diseño del programa adaptado a las necesidades identificadas.</p> <p>Fase 2 - Capacitación en Habilidades (4 semanas): Talleres semanales sobre habilidades sociales y emocionales, ejercicios prácticos y actividades grupales.</p> <p>Fase 3 - Aplicación y Reforzamiento (2 semanas): Implementación de las habilidades aprendidas en situaciones prácticas, seguimiento individual y grupal para reforzar las habilidades.</p>

Acciones por implementar	<p>Desarrollar material didáctico y recursos visuales para los talleres. Elaboración de presentaciones, guías de ejercicios y tarjetas didácticas. Entre esta creación de folletos con consejos prácticos sobre manejo del estrés y resolución de conflictos.</p> <p>Facilitar sesiones interactivas donde se practican las habilidades aprendidas. Role-playing, simulaciones de situaciones cotidianas y juegos de roles. Creación de escenarios de comunicación interpersonal para practicar habilidades de escucha activa y empatía.</p> <p>Ofrecer sesiones de seguimiento para reforzar la aplicación de las habilidades en situaciones reales.</p> <p>Acompañamiento individual para aplicar las habilidades aprendidas en interacciones diarias.</p>
Impacto deseado	<p>Mejorar en las habilidades de comunicación y resolución de conflictos. Reducir el estrés y la ansiedad mediante el manejo emocional. Fomentar relaciones más saludables y empáticas, tanto consigo mismo como con otros.</p>

Nota. En esta tabla se consigna la segunda estrategia con sus fases, objetivos, acciones e impacto para los pobladores del Salado.

Tabla 4*Estrategia Psicosocial 3*

Nombre de la estrategia	Narrativas de Identidad Reconstruida
Descripción Fundamentada	Esta estrategia se centra en la reconstrucción y fortalecimiento del sentido de identidad personal en los individuos que han experimentado el conflicto armado y desplazamiento forzado del Salado. Basándonos en lo que la autora White, M. (2016) señala que “una de las cosas que primeramente considero es la restauración del valioso sentido de lo que son, este sentido de identidad preferida, de cómo ser persona, y que en esta presentación lo llamaré “sentido de mí-mismo” (p. 3). Por ende, se utiliza técnicas narrativas y de autorreflexión para ayudar a las personas a comprender su historia personal, reconstruir su identidad y encontrar significado a partir de sus experiencias.
Objetivo	Facilitar el proceso de autorreconocimiento y empoderamiento personal, permitiendo que los afectados por el conflicto redefinan su identidad más allá de las circunstancias traumáticas.
Fases y tiempo de cada una	<p>Fase 1-Exploración de la historia personal (4 semanas): Sesiones individuales para explorar la historia de vida del individuo, identificar eventos significativos y comprender cómo estos han moldeado su identidad.</p> <p>Fase 2-Reconstrucción narrativa (8 semanas): Utilización de técnicas narrativas como escritura, arte, fotografía o grabación de historias para ayudar a los individuos a reconstruir su narrativa personal, destacando elementos de fuerza, resiliencia y esperanza.</p> <p>Fase 3-Integración y afirmación (en curso): Apoyo continuo para integrar la nueva narrativa en la vida cotidiana, explorando cómo esta reconstrucción de identidad puede influir en las metas personales y la interacción con la comunidad.</p>

Acciones por implementar	<p>Exploración reflexiva, sesiones guiadas por un terapeuta o facilitador para reflexionar sobre la historia personal y sus implicaciones en la identidad.</p> <p>Técnicas expresivas, uso de técnicas creativas como la escritura terapéutica, el arte, la fotografía o la música para expresar y reconstruir la identidad.</p> <p>Apoyo continuo, sesiones de seguimiento y actividades que permitan la integración de la nueva identidad en la vida diaria.</p>
Impacto deseado	<p>Se espera que la estrategia promueva un mayor autoconocimiento, confianza y sentido de pertenencia a través de la reconstrucción y afirmación de la identidad personal, ayudando a los individuos a encontrar significado y empoderamiento más allá de las circunstancias traumáticas que hayan experimentado.</p>

Nota. En esta tabla se consigna la tercera estrategia con sus fases, objetivos, acciones e impacto para los pobladores del Salado.

Informe Analítico y Reflexivo - Paso 3 (Aplicación de la Imagen y la Narrativa)

Los ejercicios realizados pueden evidenciar una mirada hacia nuestra temible y amada Colombia, donde cada uno de los estudiantes en psicología se apropian del contexto a través de la interacción con el entorno, teniendo en cuenta lo observado y vivido por cada estudiante y la manera en que se relacionaron con otros miembros de la comunidad. También se pueden evidenciar como cada una de estas problemáticas afecta o involucra de manera directa e indirecta a cada persona.

Por medio del ejercicio de la imagen se puede visualizar diversas realidades de nuestro entorno, se pueden contar historias de lo que ha sucedido logrando con ello el experimentar emociones asociadas en la interpretación de cada una de las imágenes, se conoce que estas reflejan la realidad que enfrentan diversas ciudades y comunidades permitiendo visualizar un mensaje de resiliencia, constancia, superación y empoderamiento de las víctimas. Según Montoya, E. (2020) refiere que “la definieron como una metodología de fotografía participativa que busca dar voz a través de la imagen, creando nuevas oportunidades para reflexionar y presentar asuntos de la comunidad de una forma creativa y personal” (p. 2).

Las imágenes pueden expresar la subjetividad de la comunidad, el municipio o la ciudad a través de elementos como: expresiones faciales, gestos corporales, colores en las imágenes o grafitis que realizan en las paredes, a su vez los lugares que son emblemáticos para las problemáticas evidenciadas que hay en cada lugar donde reside cada estudiante. También pueden expresar culturas, costumbres y tradiciones.

Al reconocer que los valores subjetivos dependen de que el individuo los evalúe, la observación de diversos ejercicios realizados por aspirantes a psicólogos revela elementos

considerados valiosos y significativos. Entre ellos se encuentran la solidaridad, el coraje, el carácter, la resiliencia, el amor, la tolerancia y la libertad. Todo el contenido simbólico y emocional que forma las percepciones subjetivas tiene su origen en las experiencias de vida de los individuos. Más que operaciones internalizadas, éstas se presentan como creaciones resultantes de la interacción y la confrontación entre las configuraciones subjetivas de los individuos involucrados en actividades sociales y los significados subjetivos emergentes derivados de sus acciones y procesos vividos.

Al mismo tiempo, resalta el esfuerzo y el triunfo de los individuos, su coraje para afrontar la realidad y transformarla en un medio de supervivencia. Su resiliencia al enfrentar diversos desafíos les permite sacar lo mejor de sí mismos, esforzándose por fomentar una mejor calidad de vida tanto en el ámbito personal como comunitario. Los valores simbólicos reflejados encapsulan la producción histórica de la comunidad, los diálogos y los espacios simbólicos generados colectivamente. Esto implica la formación de una psique colectiva o un encuentro mental compartido, que no se limita únicamente al lenguaje, sino que se extiende al establecimiento de grupos, dinámicas de poder y espacios de participación, entre otros factores.

La fotografía y la narrativa desempeñan un papel fundamental en los procesos de construcción de memoria histórica y tienen un impacto significativo en la transformación psicosocial. Ya que, la fotografía captura momentos y eventos de la historia de una manera visualmente impactante, estas imágenes sirven como evidencia de lo que ocurrió en el pasado y pueden ser poderosas herramientas para preservar la memoria histórica. Las fotografías permiten a las personas conectarse con el pasado de una manera más tangible y emocional, estas imágenes pueden mostrar el sufrimiento, la resistencia, la solidaridad y la lucha de las

personas, lo que puede ayudar a transmitir una comprensión más profunda de la historia y sus implicaciones psicosociales.

Las historias narradas a través de la fotografía y la narrativa tienen el poder de humanizar la historia al enfocarse en las experiencias individuales. Esto permite que las personas se relacionen más fácilmente con los eventos pasados y se identifiquen con las personas que los vivieron, esta humanización puede fomentar la empatía y el compromiso con la memoria histórica, ayudan a las personas a construir una identidad, una consciencia social, una sensación de pertenencia a una comunidad o a una historia compartida. Esto es especialmente importante en contextos en los que se han vivido conflictos o traumas históricos, ya que puede ayudar en la curación y la reconciliación. Impulsando el cambio social y político, lo que a su vez puede tener un impacto psicosocial al empoderar a las personas para abogar por la justicia y la equidad.

La fotografía y la narrativa desempeñan un papel esencial en la construcción de la memoria histórica al documentar, humanizar y transmitir la historia de manera accesible y conmovedora. Su impacto en la transformación psicosocial radica en su capacidad para influir en la percepción, la empatía y la acción de las personas en relación con su pasado y su presente.

Mediante el trabajo realizado en los diferentes escenarios, se logró observar diferentes manifestaciones resilientes, ya que, en cada uno de estos contextos de violencia, las víctimas en medio de estas adversidades lograron desarrollar una personalidad fuerte y la habilidad de reconstrucción de la memoria, con el fin de aliviar su dolor mas no olvidar. De esta manera nos demuestran que sí es posible y factible empezar de nuevo después de sucesos violentos o conflictivos, siendo importante la voluntad de la víctima para poder superar los hechos y buscar un bienestar integral para sí mismos y su comunidad.

Se debe reconocer que hay diversas situaciones que son muy difíciles de afrontar y que requieren de mucho trabajo para poder superarlas, por eso la importancia de que las personas manejen estas adversidades desarrollando una buena inteligencia emocional, algo que es crucial para formar una mente sana y resiliente para aprender a asimilar el presente y los hechos violentos que se ha vivido y así darle un manejo adecuado, cambiando esa realidad que impide el desarrollo personal y social.

La construcción de memorias colectivas a través de encuentros y relaciones dialógicas en el contexto de una acción psicosocial es un proceso complejo, pero potencialmente transformador. Los encuentros dialógicos proporcionan un espacio donde las personas pueden compartir sus experiencias y perspectivas de manera abierta y sin temor a represalias, esto es fundamental para abordar cuestiones que a menudo se mantienen en silencio debido a la estigmatización o la exclusión. Además, pueden fortalecer los lazos comunitarios y fomentar la solidaridad, sirviendo como un recordatorio de que no están solos en sus experiencias y desafíos.

De igual manera, a través del diálogo, las personas pueden revisar y reconstruir sus propias narrativas y las de su comunidad, esto les permite reinterpretar eventos pasados y darles nuevos significados, lo que a su vez puede cambiar la percepción de la violencia y su impacto en la comunidad. A medida que las personas comparten sus historias y perspectivas, pueden surgir lenguajes alternativos como el arte para abordar la violencia social, estos lenguajes pueden ser más inclusivos, equitativos y efectivos en la promoción del cambio social. Las manifestaciones artísticas, como las marchas, performances, murales y obras teatrales, pueden movilizar a las personas en torno a cuestiones críticas. Inspirando a la acción y generar un sentido de urgencia en la sociedad.

El arte tiene el potencial de catalizar transformaciones significativas en una amplia gama de aspectos sociales, culturales y políticos, en donde a medida que se desarrollan relaciones y se construyen memorias colectivas, las comunidades pueden movilizarse para abogar por el cambio y tomar medidas para abordar las causas subyacentes de la violencia social.

Es importante tener en cuenta que este proceso puede ser largo y desafiante, ya que implica abordar heridas emocionales y sociales profundas. Además, no existe una fórmula única que funcione en todos los contextos. Sin embargo, la construcción de memorias colectivas a través de encuentros y relaciones dialógicas es un enfoque valioso para abordar y transformar las violencias sociales desde lenguajes alternativos y más inclusivos.

Conclusiones

La propuesta de recursos de afrontamiento psicosocial ante el sufrimiento como en el caso de Nelson y la población del Salado, causado por la violencia, evaluando eventos traumáticos desde una perspectiva narrativa, lleva a reflexionar que el enfoque narrativo se erige como un vehículo transformador del sufrimiento al permitir a quienes lo padecen estructurar sus vivencias. Esto no solo facilita la comprensión del trauma, sino que también posibilita la reconstrucción de narrativas personales más fortalecedoras y poderosas.

Asimismo, proporciona un espacio donde las experiencias individuales y colectivas se validan y comprenden. Esta validación no solo cultiva empatía y solidaridad, sino que también establece un sentido de pertenencia en medio de un sufrimiento compartido. El enfoque narrativo impulsa la resiliencia al enfocarse en los recursos internos de afrontamiento de las personas. Permite encontrar significado y esperanza, actuando como faro en la oscuridad del trauma. Además, fomenta el diálogo y la reconciliación al abrir canales para comprender diversas perspectivas. Esta comprensión mutua allana el camino hacia la compasión y la reconciliación, elementos cruciales en entornos atravesados por la violencia.

Por lo tanto, proponer estrategias psicosociales en comunidades afectadas por conflictos armados tienen un impacto vital, ya que, potencian la resiliencia y el empoderamiento, reconstruyendo vidas y comunidades. La colaboración entre profesionales y la atención a la próxima generación son pilares para la rehabilitación duradera, por ende, es esencial el seguimiento a largo plazo para mantener estos avances.

Siendo de relevancia el rol del psicólogo al desempeñar apoyo, intervención y recuperación de las personas afectadas por el trauma y la violencia, contribuyendo significativamente a su bienestar emocional y al proceso de sanación en comunidades golpeadas por el sufrimiento.

Referencias Bibliográficas

- Alvis, A. (2009). Aproximación teórica a la intervención psicosocial. *Poiésis*, 9(17). Pp. 1- 6
<https://revistas.ucatocaluisamigo.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>
- Echeburúa, E. (2007). Intervención en crisis en víctimas de sucesos traumáticos: ¿Cuándo, ¿cómo y para qué? En *Psicología Conductual*, Vol. 15, Nº 3, 2007, pp. 373-387.
https://www.behavioralpsycho.com/wp-content/uploads/2020/04/04.Echeburua_15-3oa-1.pdf
- 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
- Fabris, F.; Puccini, S.; Cambiaso, M. (2010). Un modelo de análisis de la subjetividad colectiva a partir del análisis de los emergentes psicosociales. *Revista Campo Grupal*, XIII, 127. <http://milnovecientoosesentayocho.blogspot.com/2015/08/un-modelo-de-analisis-dela.html>
- Jimeno, M. (2007). Lenguaje, subjetividad y experiencias de violencia. *Revista de arqueología y antropología Antípoda*. Universidad de los Andes. Número 5 pp. 169 - 190. <https://www.redalyc.org/pdf/814/81400509.pdf>

Minsalud, (2017). estrategia de atención psicosocial a víctimas del conflicto armado.

<https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/DE/PS/estrategia-atencion-psicosocial-victimas-conflicto-armado-papsivi.pdf>

Suárez, V. (2021). Subjetividad, literatura y poesía testimonial: las voces de las infancias en contextos de conflicto armado en Colombia. Ciudad Paz-Ando, 14(1), 58–69.

<https://doi-org.bibliotecavirtual.unad.edu.co/10.14483/2422278X.16543>

Vásquez, O (2010) Sensibilidad al conflicto. Principios, estrategias metodológicas y herramientas. P. 8-24. <http://www.bivipas.unal.edu.co/handle/10720/654>

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-](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)

live&scope=site Schnitman, D. (2010). Perspectiva generativa en la gestión de conflictos sociales. Revista de Estudios Sociales; Vol. 36 pp. 51-63. Bogotá Colombia. <https://journals.openedition.org/revestudsoc/13316>

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. Taos Institute. Chagrin Falls, Ohio USA.

<https://pranaschile.org/wpcontent/uploads/2018/04/MW-Consecuencias-del-trauma.pdf>

Apéndices

Apéndice A

Link del Video de Youtube

Segura, A. (2023, 11, 05). NOTICIERO AL DÍA Construyendo memoria [Video]. YouTube.

<https://youtu.be/2WrpKnt3Kvo?feature=shared>