

**La imagen y la narrativa como herramientas para el abordaje psicosocial en escenarios de
violencia. Región del Departamento del Huila**

Valentina Del Pilar Marín Penagos

Asesor:

Lina Alejandra Ardila Rey

Universidad Nacional Abierta y a Distancia UNAD

Escuela de Ciencias Sociales Artes y Humanidades ECSAH

Psicología

2023

Resumen

De manera inicial se da cuenta del abordaje realizado desde el campo de la psicología, en la situación del conflicto armado y la violencia. Partiendo del caso de Nelson, de la página de la comisión de la verdad, el cual nos permite adentrarnos como profesionales, en la realidad que viven cantidades de individuos víctimas de la violencia y el conflicto armado en nuestro país, siendo una situación que lamentablemente se ha generado desde hace décadas. El protagonista es una persona resiliente, quien, a pesar de ser exiliado, en este nuevo país llega con una identidad de superviviente y no de víctima, trabajando y luchando por salir adelante y no dejarse envolver por las secuelas del conflicto. De este caso se realiza un análisis reflexivo, partiendo de los emergentes psicosociales que están inmersos en él, así como de la construcción de una serie de preguntas estratégicas, circulares y reflexivas, comprendiéndonos como entrevistadores del protagonista, las cuales permitan tener un mayor acercamiento psicosocial con el sujeto, y poder de igual forma ayudarlo a resolver interrogantes que tuviera a raíz de la situación vivida. Conjuntamente se presenta el análisis y reflexiones del abordaje del caso Masacre en El Salado: relatos de resiliencia después de 20 años; dando respuesta a unos interrogantes y presentando unas estrategias psicosociales que faciliten la potenciación de recursos de afrontamiento a la situación expresada. De igual forma se da a conocer mediante un informe analítico reflexivo y un vídeo, la experiencia del ejercicio de foto voz, a través del cual se muestra la importancia de la imagen y la narrativa como herramientas que transmiten la realidad presente en escenarios de contexto de violencia y conflicto armado, como un instrumento de cambio social para las comunidades y territorios afectados por el flagelo de estas problemáticas, las cuales se vienen presentando desde hace décadas en el país.

Palabras Claves: Enfoque narrativo, foto voz, conflicto armado, violencia, resiliencia.

Abstract

This document demonstrates the approach carried out from the field of psychology, in the situation of armed conflict and violence. Starting from the analysis of historical stories that return from the page of the truth commission, from the Nelson case, which allows us to delve as professionals into the reality that many individuals who are victims of violence and armed conflict live in our country. country, being a situation that unfortunately has been generated for decades. The protagonist is a resilient person, who, despite being exiled, arrives in this new country with the identity of a survivor and not a victim, working and fighting to get ahead and not get involved in the aftermath of the conflict. A reflective analysis is carried out in this case, starting from the emerging psychosocial aspects that are immersed in it, as well as the construction of a series of strategic, circular and reflective questions, understanding ourselves as interviewers of the protagonist, which allow for a greater psychosocial approach. with the subject, and to also be able to help them resolve questions they had as a result of the situation experienced. Jointly, the analysis and reflections on the approach to the Massacre in El Salado case are presented: stories of resilience after 20 years; answering some questions and presenting psychosocial strategies that facilitate the enhancement of resources to cope with the situation expressed. Likewise, the experience of the photo voice exercise is made known through a reflective analytical report and a video, through which the importance of the image and narrative as tools that transmit the present reality in context scenarios of violence and armed conflict, as an instrument of social change for the communities and territories affected by the scourge of these problems, which have been occurring for decades in the country.

Keywords: Narrative approach, photo voice, armed conflict, violence, resilience.

Tabla de Contenido

Análisis de Relatos de Historias que Retornan (Caso Nelson)	8
Análisis de la Masacre en El Salado: Relatos de Resiliencia Después de 20 Años	21
Informe Reflexivo y Analítico de la Experiencia Sobre las Imágenes y las Narrativas	33
Conclusiones.....	40
Referencias Bibliográficas	41

Lista de Tablas

Tabla 1 *Preguntas Circulares, Estrategicas y Reflexivas*..... 15

Tabla 2 *Estrategias Psicosociales con los Pobladores del Salado*25

Lista de Figuras

Figura 1 *Tranquilidad Vulnerada* 39

Figura 2 *Renacer*.....39

Lista de Apéndices

Apéndice A <i>Link del Enlace del Video de You Tube Realizado en el Paso 3.....</i>	43
--	----

Análisis de Relatos de Historias que Retornan (Caso Nelson)

Elementos del Cambio, Transformación y Renacer Psicosocial

La exposición del presente relato tipo informe analítico, parte de dar a conocer acerca de lo que son los emergentes psicosociales, y cuales se identifican en el caso de Nelson, el protagonista de historias que retornan.

Señalando que para Fabris (2011) son hechos, procesos o fenómenos que como figura se recortan del fondo constituido por el proceso socio-histórico y la vida cotidiana. Son intentos de respuestas significativas al desajuste entre necesidades y respuestas sociales a esas necesidades. 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 (p.37)

Se entiende entonces que estos hacen referencia al conglomerado de hechos y situaciones por los cuales atraviesa una persona o un colectivo, llámese grupo o comunidad, así como el conjunto de necesidades que están presentes en su existencia, que aportan significativamente y generan un impacto, los cuales quedan marcados a través de memorias colectivas. De igual forma dentro de estos emergentes se encuentran las situaciones de conflicto personal y de grupo por las que pasa un ser humano, las cuales se pueden generar por la diversidad existente, referida está a nivel global, es decir, de pensamiento, personalidad, culturas, etc.; junto con las experiencias de vida de esa persona, de la mano con los sucesos o cambios por los que tiene que pasar, adaptándose de esta manera a nuevas circunstancias. Los cuales, desde el campo de la psicología y las ciencias sociales, se estudian y analizan para comprender de qué manera y como estos afectan de manera positiva o negativa, en el bienestar de vida de los individuos.

Partiendo de dicha definición, se mencionan a continuación, algunos de los posibles emergentes psicosociales que estén presentes en el relato de Nelson:

La experiencia traumática y dolorosa por la que tuvieron que pasar como familia, en

donde la mayor afectación sería para los hijos de la pareja, quienes posiblemente por su edad no tengan un desarrollo madurativo de su cognición, lo cual no les permite comprender el porqué de estas situaciones, partiendo del hecho que, al ser exiliados, dejaron atrás la vida que llevaban y con ella sus amigos, lugar de estudio, entre otras más cosas. Situación que, a nivel general, los llevó a tener que adaptarse de forma repentina, a un nuevo lugar, y con ello nuevas costumbres, idioma y particularidades propias de este país. Y aunque logran esta adaptación, en cada uno de ellos pueden quedar secuelas a nivel emocional y cognitivo, por lo cual es importante contar con el apoyo por parte de un profesional, para ayudar a superar de manera más eficaz, las secuelas generadas y los posibles traumas que hubiesen podido desarrollar.

El hecho de encontrarse y compartir con más compatriotas y darse cuenta que en este país vivían cientos de colombianos, los cuales visitaban su negocio, y en donde compartían como formar de mostrar su cultura, revivirla y hacer que no esta se perdiera.

La maleta cargada de prejuicios y estigmas, la cual lleva consigo al salir de su país, junto con un sin número de miedos y prejuicios sobre las personas que habitan allí, (refiriéndose a los exiliados), donde no puede determinar quiénes son amigos y enemigos, siendo esta una consecuencia del conflicto armado. Pero que ya al decidir por fin entrar al encuentro de exiliados, poco a poco va rompiendo con esos estigmas, dándose cuenta que no está solo, y que al igual que él, hay muchos colombianos que llegaron a ese país por la misma situación; pudiendo entonces liberarse, sintiendo una libertad al contar la verdad de los hechos del porqué estaba realmente en ese país, manifestando a su vez que es importante escucharlos a todos, y que todos sean tenidos en cuenta.

Análisis Discursivo de la Víctima, Transformado en una Identidad de Sobreviviente y su Experiencia Subjetiva a Partir del Significado de la Violencia

Pasando ahora a hablar sobre el análisis del discurso desde la experiencia del protagonista del relato y sobre su experiencia subjetiva a raíz de la violencia y del conflicto armado del cual fue víctima en su momento, iniciamos entonces a exponer sobre el enfoque narrativo y de la importancia que tiene esta herramienta tanto para las personas que han sido protagonistas del conflicto, como para los profesionales de psicología y de las ciencias sociales, como un instrumento que permite expresar la realidad y a través de la otra cara de la moneda, poder comprenderla.

Es por esto que se hace mención a Nensthiel, M. (2015), quien en su recurso audiovisual se refiere al enfoque narrativo, como aquel que busca que las historias de dolor narradas por las personas víctimas, se puedan transformar en historias más esperanzadoras, para que así puedan seguir adelante con sus vidas. Siendo esta una herramienta dirigida a funcionarios que trabajan con víctimas del conflicto armado, que hace parte del enfoque sistémico. El cual aporta muchos elementos para poder transformar esas historias de dolor, ira, victimización, miedo, culpa, en historias de sobrevivencia y esperanza, para que así puedan reconstruir sus vidas (YouTube).

Ahora bien, desde este concepto se realiza un análisis en el discurso propuesto por Nelson, resaltando de manera inicial la importancia en su relato, como una herramienta esencial que nos permite ver y comprender la situación de violencia a causa del conflicto armado del cual fue víctima él y su familia, a manos de la guerrilla; y analizar de cierta manera, como sufren el flagelo cientos de personas víctimas de esta violencia, asumiendo así un rol de empatía. Desde este relato Nelson refleja el impacto devastador que tuvo producto de la violencia, partiendo del hecho de dar a conocer que su zona o territorio era un lugar tranquilo, en donde tenía una figura pública reconocida al desempeñarse como comerciante, y como todo esto cambió, desde que la guerrilla llegara e hiciera presencia, partiendo por extorsionar a toda la población,

exigiendo el pago de “vacunas”, las cuales cumplía pagándolas, pero que a pesar de esto no les fue suficiente, pues también se vio expuesto a un secuestro por parte de este grupo. Siendo una situación que llevó a su esposa a tener que vender lo que tenían, a un precio económico, con tal de recolectar dinero y pagar por la liberación de su esposo.

En conjunto, siguiendo a Martínez, E. (2015) al hablar de lo narrativo en el trabajo con víctimas, lo que queremos es que las personas puedan cambiar esa historia que les genera una identidad de víctimas, porque víctima sirve para reclamar unos derechos, pero al quedarse con identidad de víctimas no se puede reconstruir su propia vida por que se estará dependiendo siempre de que otra persona me esté ayudando. Por eso se busca contar una historia más esperanzadora, para que la persona tenga una identidad de sobreviviente, de capacidad, de recursos (You Tube).

De este apartado es importante resaltar que en el relato de Nelson, aunque su hermana que vivía en el extranjero, lo motivó a irse para allá, y lo ayudó para que esto fuera un hecho, él no sé quedó con una identidad de víctima, pues si bien es cierto que él y su familia sufrió el flagelo de la violencia, él no se consideraba como tal, manifestaba por el contrario una actitud resiliente, de superviviente, una actitud luchadora, de cambio, de esperanza, de querer salir adelante, quien textualmente manifiesta que “en la vida toca trabajar en vez de quejarse”, al pasar por la oficina de exiliado, manifestando de igual forma que “él no es un exiliado, y mucho menos una víctima que el por allá no entra”. Esa identidad de superviviente se ve reflejado desde el momento que decide emprender su negocio de venta de comida típica, el cual lo inicia con los pocos recursos económicos que le quedaron, y a través del cual establece relación con muchos colombianos, en donde organizan fiestas y parrandas alusivas a su nación y a su región de origen, como muestra de mantener viva su cultura, y de hacer que sus costumbres y tradiciones no se pierdan

Narrativa que refleja desde primer momento, que la situación no ha sido fácil, partiendo

del hecho que en su territorio todos lo conocían por su labor de comerciante, todos sabían quién era él, pues tenía un negocio en el parque central y que recorría todo el pueblo en 15 minutos, pero en la ciudad que vive, del nuevo país en el que está, nadie sabe quién es él y que esta es muy grande y se demora en ir de un sitio a otro. Lo cual refleja lo complicado que es el iniciar en una tierra nueva, la cual es desconocida, y que se torna más complicado aún, cuando se llega a un país desde el rol de exiliado, huyendo de cierta manera de la violencia de la cual fue protagonista con su familia, y con la intención de buscar mayores oportunidades y una mejor calidad de vida.

Elementos para Afrontar la Realidad

Ahora bien, es clave tener presente que como seres humanos en cualquier momento de nuestras vidas, podemos estar expuestos a sufrir situaciones difíciles, desagradables y de crisis, con las cuales efectivamente no contábamos, que pueden generarnos un cambio por completo en nuestro estilo de vida, trayendo consecuencias negativas, como lo son eventos traumáticos, los cuales vienen acompañados de pensamientos, sentimientos, emociones, reacciones e impulsos, que de cierta manera nos desequilibran por completo y hace que tengamos que tomar nuevos rumbos y decisiones las cuales no esperábamos. Dentro de las tantas situaciones, las cuales son diferentes para cada persona, pues hay que tener presente que lo que me puede afectar a nivel personal en gran proporción, a la otra persona quizás no, porque cada ser humano tiene una forma diferente de afrontarlas; se encuentran: el duelo por la pérdida de un ser querido, el estar desempleado, ser víctima de violación, o como en el caso de Nelson, nuestro protagonista quien fue víctima de secuestro y extorsión por parte de grupos armados, y a su vez tuvo que salir exiliado a otro país

Es por eso que en este apartado nos referimos sobre los recursos de afrontamiento, en donde Zeidner y Hammer, (1992, cómo se citó en Salanueva, I, 2014). señala que los recursos de afrontamiento “comprenden todas aquellas variables personales y sociales que permiten que las personas manejen las situaciones estresantes de manera más eficiente, lo cual se debe a que experimenten pocos o ningún síntoma al exponerse a un estresor o que se recuperen rápidamente de su exposición”.

A partir de esta definición, podemos comprender que los recursos de afrontamiento, junto con la resiliencia, van de la mano, y son dos capacidades que desarrollan los seres humanos ante estas situaciones adversas que le han acontecido; y que al mismo tiempo durante el camino recorrido de superación, las van desarrollando y/o potencializando, adquiriendo mayores destrezas, junto con la ayuda de un profesional en salud mental, de manera que a través de un proceso psicosocial, le permita observar todos los recursos con los que cuenta, todas aquellas habilidades que posee, pero que en su momento pueda no verlas, porque está imposibilitado a hacerlo, producto del dolor y sufrimiento por el cual esté atravesando.

Partiendo entonces de los mencionado anteriormente, y teniendo en cuenta la situación acontecida en el caso de Nelson, se señalan a continuación algunos de los recursos de afrontamiento que se pueden implementar y a su vez potencializar con este protagonista, y con demás víctimas del conflicto armado, quienes han tenido que salir exiliados a otros países:

El profesional de psicología debe brindarles espacios en donde estas personas se sientan seguras, tranquilas y libres. En donde la empatía y la escucha activa sean pieza clave, estableciendo un rapport directo con el paciente, haciendo que este pueda expresarse de manera abierta y directa, sin prejuicios y temor hacer juzgado, siendo un proceso que se lleve a cabo durante varias secciones (el número de secciones dependerá de las que determine el profesional,

según la necesidad de la persona), partiendo de un reconocimiento inicial, en donde es esencial la lectura corporal y gestual de la persona, así como los signos y síntomas, para complementar lo sustentado por este.

Aparte de las terapias individuales, las terapias colectivas o de grupo, también se convierten en un recurso de afrontamiento, en el sentido que hay situaciones que no afectan a una sola persona, sino a todo un grupo, como lo es en este caso el familiar, en donde no solo Nelson sufrió el flagelo de la violencia y el conflicto armado, sino toda su familia. Por tanto, es fundamental que todos sean escuchados, desde el rol que cada uno cumple en su núcleo, para observar lo percibido con cada uno, y a partir de allí iniciar a trabajar en la importancia de las redes de apoyo y en el fortalecimiento de estas.

El trabajar en el fortalecimiento de su identidad, teniendo en cuenta que a pesar que en el momento sea un exiliado y que haya que tener que salir prácticamente forzado de su pueblo y país de origen, sigue siendo un colombiano, y que su cultura y sus raíces estén donde estén no se pueden perder, y que por el contrario, como una forma de fortalecerla, está el compartir las características de su cultura con las personas del lugar en el que ahora se encuentra, enseñándoles acerca de sus costumbres y tradiciones, como forma de que sus tradiciones permanezcan más vivas que nunca.

Darles a conocer acerca de técnicas de relajación y de manejo del estrés, como una forma de minimizar el impacto generado por la situación de exilio, producto del secuestro por parte de grupos armados, generando que estas personas vuelvan a tener un bienestar emocional, alcancen nuevamente un equilibrio en sus vidas y procuren gozar de buena salud mental, recordándoles la importancia de fortalecerla, a través de acciones realizadas de manera diaria.

La Resiliencia, Pieza Clave en la Superación de la Identidad de Víctima

Tal cual como lo mencionábamos en el apartado anterior, la resiliencia hace parte de un recurso de afrontamiento que tienen las víctimas de la violencia y el conflicto armado, quienes de manera inicial son denominadas así, pero como lo menciona White (2016, cómo se citó en Nensthiel, M,2015). el objetivo es que estas personas no se queden bajo este concepto e identidad, pues este les permite recuperar sus derechos vulnerados, pero si todo el tiempo se expresa bajo este término, se pondrá en inferioridad, demostrando que va a depender siempre de otro; por tanto, es necesario que se le empiece a reconocer y a dar el papel y significado de sobreviviente, construyendo una identidad propia.

Teniendo en cuenta que, según Vera, Carbelo & Vecina (2006) ante un suceso traumático, las personas resilientes consiguen mantener un equilibrio estable sin que afecte a su rendimiento y a su vida cotidiana. El testimonio de muchas personas revela que, aun habiendo vivido una situación traumática, han conseguido encajarla y seguir desenvolviéndose con eficacia en su entorno. (p.42)

Dichos argumentos se ven reflejado en el relato dado por el protagonista de la historia Nelson, quien de manera textual manifiesta que: “en la vida toca trabajar en vez de quejarse”, al estar frente a la oficina de exiliado, considerándose que él no es una víctima.

A lo largo del relato contado por Nelson, en donde cuenta su historia y por todo lo que ha tenido que pasar, se observa en él, unos elementos resilientes, dentro de los que se destacan: su actitud y forma de ver la vida, quien a pesar de haber pasado por situaciones de violencia, en donde debía pagar periódicamente una “vacuna” a la guerrilla y de verse sometido a un secuestro y quien a pesar de perderlo todo económicamente hablando, intentó nuevamente recuperarse, salir de adelante y continuar, pero no fue posible debido a que según como él mismo lo manifiesta “para la guerrilla no era suficiente el dinero que él daba por las vacunas” siempre querían más. Por lo cual tuvo que salir junto con su familia como exiliados de su país, hacia un

lugar desconocido para ellos pero que a pesar de esto no se queja, le pone optimismo a su vida y a su nuevo negocio de venta de comida típica, el cual emprendió con lo poco que le quedó, pero que ha ido tomando fuerza, pues ha creado redes de apoyo, ha fortalecido sus relaciones personales, involucrando a otros colombianos, los cuales ha conocido a través de su emprendimiento de venta de comidas, y a través del cual se relaciona con todo ellos, compartiendo momentos y experiencias, haciendo que su cultura e identidad permanezca viva. Por último, es importante señalar que, para Vera, Carbelo & Vecina (2006) el “experimentar emociones positivas como gratitud, amor o interés, entre otras, tras la vivencia de un suceso traumático, aumenta a corto plazo la vivencia de experiencias subjetivas positivas, realza el afrontamiento activo y promueve la desactivación fisiológica”. (p.43). Elementos resilientes que se perciben en el protagonista, quien refleja estar agradecido con su hermana, quien les dio una oportunidad de continuar la vida, a pesar de las situaciones adversas por las que habían tenido que pasar. De igual forma, la resiliencia está muy marcada cuando decide por fin entrar al encuentro de exiliados, y romper con los prejuicios que el mismo manifiesta que tenía, rompiendo así con el silencio que había tenido que cargar durante varios años, en donde camuflaba la verdad por la cual estaba en ese país, por miedo, temor y tal vez vergüenza, al reconocer que varias de las personas ahí presentes, también habían sufrido situaciones similares como la de él.

Tabla 1*Formulación de Preguntas Circulares, Reflexivas y Estratégicas*

Tipo de Pregunta	Pregunta Planteada	Justificación Desde el Campo Psicosocial
Circular	¿Qué considera que ha sido lo más difícil para usted y su familia en el proceso del exilio?	Echeburúa, E. (2007) señala que “el trauma puede interferir negativamente en la calidad de vida de la persona y afectarle en su vida cotidiana y en las relaciones sociales”. (p.373) Por tanto, a través de este interrogante se busca que el protagonista pueda expresar cómo ha sido para él a nivel individual y familiar, el proceso de exilio, dando a conocer lo más difícil en sí de esta experiencia, así como su manera de afrontarlo, pues el hablar de la experiencia permite ayudar en el proceso de sanación de las secuelas producto del conflicto armado, de manera que los posibles traumas que hayan quedado, se eliminen del todo, evitando que estos afecten la vida de las personas y que no exista un proceso de re victimización
Circular	¿Considera que hay alguna relación entre las secuelas que le dejó el conflicto y su identidad de superviviente?	Siguiendo a White (2016) quien sostiene que 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 (p.3). Mediante esta pregunta se pretende mostrar la respuesta dada por parte del protagonista, el cómo Nelson a pesar de ser una víctima del conflicto armado, no se queda con esta ideología, ni esta identidad, sino que se transforma en superviviente; siendo básicamente lo planteado por el autor, quien da a entender que, realizando un abordaje desde el campo psicosocial, se busca la transformación a nivel general y globalizada de estos individuos que han padecido el flagelo de la violencia y el conflicto armado
Circular	¿Considera que el apoyo recibido les permitido generar una liberación personal de ideas y pensamientos, que les permita afrontar y superar el dolor vivido?	Según Echeburúa, E. (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 y discriminar a las víctimas necesitadas de las no necesitadas para derivar a las primeras a los dispositivos asistenciales. (p.378).

A través de este interrogante se busca hacer un abordaje psicosocial, que permita ampliar el conocimiento acerca de cómo a través de un apoyo por parte de un profesional se puede impactar de forma positiva en las víctimas, en su recuperación personal, en la superación del dolor, partiendo de la transformación de su identidad, adoptando una actitud resiliente, de manera que no se queden en el pasado, sino que por el contrario aprovechen los recursos con los que cuentan, para que puedan tener bienestar emocional, y mejorar su calidad de vida.

Vera, Carabelo y Vecina (2006) señalan que, aunque vivir un acontecimiento traumático es sin duda uno de los trances más duros a los se enfrentan algunas personas, supone una oportunidad para tomar conciencia y reestructurar la forma de entender el mundo, que se traduce en un momento idóneo para construir nuevos sistemas de valores. (p.40).

Estratégica	<p>¿Considera que dar su testimonio de superviviente sería clave para ayudar a más víctimas a transformar su dolor, haciendo más llevadero su proceso y así lograr que estos al igual que usted, también puedan transformar su identidad?</p>	<p>Esta idea nos permite comprender que a pesar de que en la vida sucedan situaciones difíciles, pero sobretodo inesperadas, las cuales nos pueden cambiar los planes en su totalidad y nos implique empezar de cero; estas mismas las podemos tomar como oportunidad de cambio y transformación, y es precisamente lo que se busca conocer por parte del protagonista a través de la respuesta dada y del relato narrado sobre su experiencia, de manera que sirva de ejemplo de superación para muchas más víctimas, incentivándolos a que no se queden bajo este concepto, sino que se superen, continúen avanzando, y puedan transformarse en unos supervivientes, en seres que fueron golpeados por el flagelo de la violencia y el conflicto armado, pero que continuaron adelante con su vida, planes y proyectos que tenían antes de vivir este suceso tan doloroso.</p>
Estratégica	<p>¿De qué manera ha cambiado su proyecto de vida personal y familiar a raíz del conflicto armado vivido? ¿Y cómo ha hecho para continuar reconstruyéndolo?</p>	<p>“La realidad demuestra que, si bien algunas personas que experimentan situaciones traumáticas llegan a desarrollar trastornos, en la mayoría de los casos esto no es así, y algunas incluso son capaces de aprender y beneficiarse de tales experiencias”. Vera, Carabelo y Vecina (2006 p.41). Si bien es cierto que el flagelo de la violencia y el conflicto armado traen consigo unas secuelas dolorosas para las personas que lo han padecido, generando traumas para algunos, en el sentido que estos sucesos quedan marcados por mucho tiempo en su memoria y afectan su vida de una forma negativa, pues difícilmente vuelvan a ser los mismos de antes; para otros esta experiencia si bien es cierto fue difícil, logran superarla de forma más satisfactoria, creando una actitud resiliente, siendo precisamente lo que se busca dar a conocer a través de este interrogante, la manera en como</p>

el protagonista le ha dado continuidad a su proyecto de vida a nivel individual y familiar que tenían o si en defecto lo construyeron de cero.

Estratégica

A raíz de su experiencia de víctima y superviviente ¿Qué herramientas y acciones implementaría como forma de darle voz a los exiliados y a su vez a las familias de los desaparecidos y asesinados a causa del conflicto armado, haciendo que estos sean escuchados y no queden en el olvido?

Según lo señalado por Vera, Carabelo y Vecina (2006) 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).

Por tanto, a través de este interrogante se busca de manera inicial conocer que estrategias utilizaría el protagonista, desde su experiencia, para ayudar a resignificar el papel de las víctimas, transformadas estas a una identidad de supervivientes, partiendo del hecho de tener en cuenta el incluir en este proceso, a profesionales, tanto del área social, comunitario, como de la salud, de manera que estos les permita a cada uno de ellos puedan primero que todo sanar de manera interna y luego si puedan alzar la voz, en representación de todas las víctimas, y de aquellos tantos que fueron asesinados por parte de grupos armados y del conflicto vivido.

Reflexivas

¿Cree usted que el hecho que una víctima cuente con un profesional que lo escuche de manera atenta, que sea comprensivo, con una actitud asertiva y empática, al momento de contar sus historias y experiencias traumáticas producto de la violencia y el conflicto armado vivido, les ayuda a que puedan superar más fácil y satisfactoriamente esta etapa vivida?

Martin Beristain sostiene que “ser escuchado no es sólo prestar oídos. Es acoger y respetar, es contener sin rotular, ir al lado de la gente” (como se citó en Villa 2014, p.48). Es por esta razón, que a través del presente interrogante se busca que, mediante el relato del protagonista, se resalte el papel de los profesionales de la psicología, como un ser humano con una escucha activa, un receptor en todo momento, quien está dispuesto a escuchar a sus pacientes, sin juzgarlos, ni reprocharlos; así como también es un mediador de la situación, quien le permita a las víctimas del conflicto armado poder sanar de manera más pronta y efectiva, los traumas y secuelas que les dejó la violencia, y que de esta manera puedan continuar con su vida de forma satisfactoria, sin vivir re victimizándose.

Reflexiva

¿Qué los motiva actualmente de manera personal y familiar, como forma de mejorar su calidad de vida?

Según Echeburúa, E. (2007) lo más habitual es que los sucesos traumáticos desborden la capacidad de respuesta de una persona, que puede sentirse sobrepasada para hacer frente a las situaciones que se ve obligada a afrontar. En estos casos la persona es incapaz de adaptarse a la nueva situación y puede sentirse indefensa y perder la esperanza en el futuro, lo que le impide gobernar con éxito su propia vida y es fuente de problemas adicionales. (p.374).

El objetivo e intencionalidad de esta pregunta, lo cual se sustenta con lo señalado por el autor, es conocer como a pesar de que una persona haya vivido situaciones difíciles y que puedan generar traumas, como lo son las acciones violentas por parte de los grupos armados

Reflexiva	¿Considera que a raíz de la situación vivida por el conflicto armado ha surgido en usted habilidades que no conocía que le han permitido hacerle frente a la situación y poder lograr de esta manera los propósitos que tenían a nivel familiar antes de lo acontecido?	y el conflicto; tiene la capacidad de hacerle frente a la situación, de afrontarla, seguir adelante con su vida por más difícil que parezca, mostrando una actitud resiliente y no quedándose bajo la identidad de víctima.
		Salanueva, I. (2014) sostiene que las personas que poseen mayor desarrollo de Recursos de afrontamiento, presentan habilidades mayores para resistir los efectos negativos de los estresores diarios y por lo tanto tienen menos probabilidad de desarrollar una enfermedad o perturbación psicológica en comparación con las personas con baja fortaleza individual". (p.1058).
		Por tal motivo, a través de la respuesta dada por parte del protagonista a este interrogante, se busca conocer los recursos de afrontamiento que esta presentes en él, y el como a raíz de las situaciones difíciles que ha pasado en su vida, incluyendo el hecho de haber sido secuestrado y ser ahora un exiliado, le ha permitido sacar a flote otras habilidades y destrezas que el posiblemente no conocía, que estaban ocultas en su interior; convirtiéndose de esta manera en una persona más fuerte, pero sobretodo resiliente, con mayor capacidad de afrontar todo tipo de situaciones que acontecen, sin quedarse en un papel de víctima.

Nota. A través de la presente tabla se exponen 9 preguntas, 3 por cada categoría, siendo estas las de tipo circular, estratégica y

reflexiva, las cuales se elaboran desde un rol de investigador en el caso de nuestro protagonista "Nelson" como forma de conocer más

acerca de su realidad y al mismo tiempo realizar en él un proceso de retrospección y afrontamiento de su situación, desde un

acompañamiento psicosocial. *Fuente.* Autoría Propia

Análisis de la Masacre en el Salado: Relatos de Resiliencia Después de 20 Años

Entre el 16 y el 22 de febrero del año 2.000 sucedió lo que es considerada una de las peores masacres ocurridas en Colombia, siendo esta la masacre perpetrada por las Autodefensas Unidas de Colombia (AUC) en el corregimiento del Salado en el corazón de los Montes de María, en el Sur del Bolívar. Y aunque como lo menciona Yirley, la protagonista del relato, se tienen muchas versiones de que fueron 40, 60 o 100 los asesinados, y que a su vez mencionan nombres de los autores materiales de los hechos, entre ellos Salvatore Mancuso; ni ellos mismos que fueron testigos directos de los hechos, saben a ciencia cierta cuantas fueron las víctimas en total y que a su vez esperan que les diga quien cometió tal atrocidad, por qué lo hizo, que se pronuncien, pero que hasta el momento no lo han hecho.

Lo que si es cierto es que esta masacre trajo consigo un panorama triste y desalentador, de abandono y soledad, en donde varios de los habitantes de este corregimiento fueron asesinados, sometidos a torturas, humillaciones, tratos inhumanos y degradantes, violaciones sexuales en el caso de las mujeres, y con ello degradación de su identidad personal y colectiva, así como una ruptura en la identidad y tejido social, debido a que muchos de los habitantes emigraron hacia otros pueblos cercanos y territorios, buscando salvaguardar sus vidas, mientras otros se quedaron, no abandonaron las tierras en donde habían nacido y crecido, y tuvieron que evidenciar todo este tipo de situaciones, viendo como delante de ellos mataban personas y los dejaban tirados en las calles, de los cuales doce de ellos no se les pudo dar cristiana sepultura y tuvieron que ser enterrados en fosas comunes, por el avanzado grado de descomposición que ya tenían sus cuerpos.

Y que, a través del análisis del discurso dado por la protagonista del caso, se identifican unos emergentes psicosociales en su relato de los hechos ocurridos, así como unos impactos de

tipo bio-psico-socio-cultural, producto de la masacre, junto con unos elementos simbólicos de violencia, resiliencia y experiencias de transformación, los cuales se irán mencionando en el transcurso de las páginas siguientes.

Ahora bien, siguiendo a Fabris (2011) quien nos menciona que los emergentes psicosociales son hechos y procesos que teniendo lugar en el escenario de la vida cotidiana permiten ubicar y comprender la subjetividad como dimensión específica del proceso socio-histórico. Son signos relevantes desde el punto de vista psicosocial tanto como desde el punto de vista cultural o político. (p.36)

Se pueden señalar que dentro de los emergentes psicosociales de la vida cotidiana y del proceso socio histórico de esta comunidad que se lograron identificar se encuentran el miedo, terror, angustia, desesperación, pánico, zozobra, ansiedad, incertidumbre, desespero que tuvieron que vivir cada uno de los habitantes de esta zona y protagonistas de la masacre, quienes como en el caso de Yirley, quien nos cuenta su relato, fue torturada y violada por varios hombres de estos grupos armados, creyendo que iba a salir sin vida de allí, y que después de esto no quería continuar viviendo, y quería ella misma acabar con su vida, ya que estas personas no la habían matado, y que efectivamente pensaba en quitarse la vida a raíz de lo vivido. De igual forma se señala el alto grado de inseguridad al que estuvieron expuestos, creyendo que iban a ser protegidos por el ejército militar, pero que efectivamente no fue así. Esto de la mano de la sumisión a los que tuvieron que ser expuestos, quienes debían seguir las órdenes dadas por los hombres de este grupo armado, así les gustaran o no, así no supieran hacer las cosas, debían hacerlas, no podían ni tenían derecho a opinar ni decir nada; siendo partícipes de hechos deplorables e inhumanos. Sumado al hecho de la destrucción del lugar, dañando lo que encontraban a su paso, entre ellos lugares emblemáticos del territorio, como lo son la iglesia, un lugar sagrado, la cancha, entre otros muchos espacios en los cuales compartieron durante su proceso de vida.

Por otro lado, de esta masacre se pueden evidenciar unos impactos generados desde lo bio-psico-socio-cultural. Partiendo entonces que desde el componente biológico se encuentra la vulneración de los derechos fundamentales que tiene toda persona, entre ellos el de la libertad de expresión y de personalidad, pues en estos casos se vieron obligados a guardar silencio y a seguir ordenes por parte de este grupo armado, mientras otros fueron silenciados de forma vilmente con la muerte. De igual manera se observan la cantidad de familias desplazadas, quienes tuvieron que salir de su lugar de residencia por temor a sus vidas y que a pesar de que ya han ocurrido más de 20 años de aquel suceso, muchas familias regresaron, pero no fueron capaz de quedarse a vivir nuevamente ahí.

En cuanto al impacto psicológico, este es aún mayor que los otros componentes, pues tal cual como lo menciona la mamá de Yirley, ni aunque le han puesto psicólogo, logra superar la masacre vivida, pues fue testigo principal de esta situación de horror, teniendo que recoger a su hija en un lugar solo y abandonado, ensangrentada y con su ropa destrozada, luego de ser violada por varios hombres; y saber que no pudo hacer nada, pues por más que se ofreció para que fuera a ella a la que se la llevaran, por más que puso su vida por encima de la de su hija, estos hombres no accedieron y se llevaron fue a su progenitora. Estos hechos trajeron en estas dos mujeres y en los demás habitantes y protagonistas de la masacre, unos hechos traumáticos, generando un gran impacto psicológico, que a pesar de que haya transcurrido el tiempo, en sus memorias aun continua y continuara gravado el horror por el que tuvieron que pasar. Trayendo consigo un impacto a corto, mediano y largo plazo, como el miedo y la inseguridad que tuvieron que pasar en esos momentos, durante esos 6 tortuosos días, y que, aunque algunos, como en el caso de la protagonista, creían que a ella no le fueran hacer nada, pues no debía nada, ni se metía en problemas con nadie, la verdad no fue así. Esta situación trajo consigo alteraciones en el estado

de ánimo de los sobrevivientes, su vida y cotidianidad se puede decir que se transformó completamente, posiblemente sus horarios de sueño y alimentación también se pudieron ver afectados, pues a raíz de la masacre las personas quedan bajo un estrés postraumático, una ansiedad, posiblemente episodios de depresión y sin duda alguna, ideación suicida, tal como lo menciona Yirley la protagonista del relato. Todo ese cumulo de sentimientos y emociones encontradas afectan de manera directa en el bienestar emocional e integral de cada uno de los protagonistas, generando un desequilibrio en su organismo y en su vida diaria.

Así mismo, dentro del impacto social cultural provocado por la masacre, se señala la pérdida de identidad cultural, la desintegración, la cohesión social de igual forma se vio afectada, junto con el tejido social, en el sentido que muchos de los habitantes tuvieron que desplazarse hacia otros lugares para proteger sus vidas, dejando consigo un panorama desolador, abandonado, en ruinas y tristeza. Sumado al hecho que hubo afectaciones de tipo social y económico, pues las personas lo perdieron prácticamente todo, quedaron sin nada, dejando innumerables perdidas monetarias, de la mano de falta de oportunidades tanto de tipo laboral, como en todo el sentido de la palabra. Sumado a todo esto también se encuentran afectaciones en el nivel de calidad de vida de los habitantes, la cual se vio disminuida, trayendo consigo cambios en la estructura familiar y en la organización de roles, pues varias familias perdieron a integrantes de su núcleo, lo cual modificó por completo su estado natural y generó al mismo tiempo rupturas en las redes sociales y afectivas.

En este mismo orden de ideas, se menciona que, según Vera, Carabelo y Vecina, la resiliencia “es la capacidad de un persona o grupo para seguir proyectándose en el futuro a pesar de acontecimientos desestabilizadores, de condiciones de vida difíciles y de traumas a veces graves” (p.43) Y que en el discurso dado por la protagonista del caso se observan unos elementos

simbólicos de violencia, resiliencia, así como unas experiencias de transformación. Siendo ella misma, la propia Yirley, una muestra viva de resiliencia, quien nos cuenta cómo fue su vida y el panorama del territorio, antes y después de la masacre, y como se transformó de cierta manera en un abrir y cerrar de ojos, en donde siendo apenas una niña de 14 años, fue torturada y violada, quien a su vez tuvo que presenciar la muerte de muchos de los habitantes del territorio, y ver como los cuerpos caían en las calles, quedando abandonados, pues nadie podía ir a recogerlos, esto solo fue posible cuando los miembros de este grupo armado abandonaron por completo el área; y quien como consecuencia de este suceso quedó con pensamientos e ideación suicida, pero que con el tiempo se ha ido recuperando, y aunque lo ocurrido sigue estando en su memoria, hoy en día señala que lo único que no le pudieron robar fue su sonrisa, y que solo la mataron aquel febrero del 2000, pues hoy en día continua viva, con mayor ganas y fuerzas de seguir adelante y de luchar, y que lo que la ha mantenido firme es pensar en su mamá; y que a pesar de que sufrió en carne propia el horror de la masacre por parte de sus grupos armados, donde las secuelas quedaron marcadas no solo en su memoria, sino también en todo su cuerpo producto de la violación, hoy se reconoce como una sobreviviente, quien con su familia y otras familias más, retornaron al corregimiento del Salado, al cual muchos volvieron, pero no fueron capaz de ingresar ni quedarse, pero quienes lo hicieron manifestaron como hecho simbólico el arrancar cada parte de la maleza que cubría todo el territorio, producto del abandono y la desolación del que fueron testigos, y con este a su vez arrancaban de su ser en cada rama, un poco del dolor y sufrimiento causado en esa época.

El caso del Salado es entonces, uno de los tantos hechos de un territorio marcado por la violencia por parte de los grupos armados en nuestro país, pues en Colombia han sido infinitas las muertes perpetradas por estos grupos, así como las violaciones, torturas, humillaciones,

desapariciones, desplazamientos forzados, entre muchos más actos delictivos. Pero que a pesar de esto, sus habitantes demuestran su poder transformador y de resiliencia, quienes retornaron a su territorio en búsqueda de la verdad, de justicia y sobre todo de la no repetición y la no revictimización, quienes son conscientes que fueron víctimas en su momento, pero ellos se consideran unos supervivientes, quienes poco a poco han ido recuperando el territorio del cual salieron huyendo, restableciéndolo físicamente, recuperando lo perdido, enfrentando el pasado, transformando el presente, y siendo una muestra de superación y lucha para todo el país.

Tabla 2*Estrategias Psicosociales con los Pobladores del Salado*

Nombre de la Estrategia	Descripción Fundamentada	Objetivo	Fases y Tiempo de Cada Una	Acciones por Implementar	Impacto Deseado
El perdón como herramienta de auto sanación y fortalecimiento del tejido social.	Siguiendo a White (2016), quien señala que: las maneras en que la gente responde a un trauma, los pasos que se toman como respuesta al trauma, están basados en lo que la persona valora, en lo que consideran valioso para la vida. Sin embargo, dentro del contexto del trauma, y en lo que sucede después, estas respuestas al trauma y los valores que fueron su fundamento, generalmente pierden importancia. Estas respuestas y aquello a lo que la persona le ha dado valor en	Llevar a cabo actividades psicosociales, que permitan la auto sanación en los participantes y con ello la recuperación del tejido social.	Fase 1: tres días. Narrando mi historia como instrumento de auto sanación. Fase 2: una semana. Mural de recuerdos como herramienta para la recuperación del tejido social. Fase 3: una noche. Canelazo de liberación.	Fase 1: Narrando mi historia como instrumento de auto sanación. A través de esta estrategia se busca que cada uno de los participantes tenga el tiempo suficiente en el que puedan narrar a todo el colectivo presente, la situación por la que tuvo que pasar producto de la violencia y del conflicto armado del cual fue víctima. Y aunque puede resultar bastante difícil el tener que recordar ese pasado doloroso, esta actividad se hace precisamente con la finalidad de que las personas no se re victimicen, que puedan salir de ese rol o identidad de víctimas en el que se encuentran, realizando de manera inicial un proceso de catarsis e introspección, en donde saquen a flotes todos sus pensamientos, emociones, deseos, y los pueda expresar de manera abierta, libre, sin temores, sin continuar reprimiendo ese dolor acumulado, y de esta manera logre un perdón de sí mismo por estar cargando durante todo ese tiempo con ese dolor, por sentirse de cierta manera culpable de lo que pasó, que pueda a través de la narrativa sacar de su interior todo lo reprimido, y ver como a través del relato de los demás participantes, no es el único que ha pasado por esa situación, que son muchos los	A través de cada una de las acciones a implementar se busca generar un impacto positivo en los participantes, en donde a través de la narrativa de sus historias de dolor, puedan realizar un proceso de perdón y auto sanación, así como el hecho de mantener viva la memoria de los seres queridos asesinados en esta masacre, siendo recordados con cariño y amor. Teniendo presentes de igual forma, todas aquellas

la vida, generalmente no son tomadas en cuenta o se ridiculizan, - son descalificadas. Aun cuando estas respuestas al trauma no se descalifiquen de esta manera, usualmente se les considera poca cosa y se pasan por alto. (p.4)

Se argumenta la importancia del acompañamiento de un profesional y de la realización de acciones psicosociales que les permita a las víctimas poder superar los traumas o hechos traumáticos que quedaron en ellos producto de la violencia de la cual fueron testigos. Brindándoles los espacios en los que se puedan expresar de manera libre, abierta, sin temores, prejuicios, sin miedo a ser juzgados, rechazado u objetos de burla. Sino que por el contrario se sientan tranquilos, escuchados,

que han tenido que vivir experiencias de violencia por parte de grupos armados, y así unirse y ser más fuertes, de manera que en colectivo puedan ir recuperando poco a poco su identidad cultural que perdieron tras los hechos de violencia, que puedan retornar en todo el sentido de la palabra a ese lugar abandonado y recuperar con ello el tejido social que tenían antes de que acontecieran los hechos.

Fase 2: Mural de recuerdos como herramienta para la recuperación del tejido social.

Mediante esta acción se busca crear un mural en un sitio emblemático y representativo del territorio, el cual quede visible para cualquier persona que visite el lugar, en el que se vea reflejado el proceso por el cual tuvieron que pasar ese febrero del 2000, pero más que mostrar los hechos de violencia y la masacre vivida, se busca es mostrar las acciones de resiliencia llevadas a cabo por cada uno de los participantes, compartiendo entonces desde su experiencia, un elemento significativo que les permita crear una obra de arte y transformar de esta manera su dolor en alegría, motivación, superación y unión.

Esos elementos pueden ser desde fotos de seres queridos asesinados, y todo aquello con el cada participante considere que muestra el proceso de transformación que ha llevado de manera individual y personal, así como del territorio, que permita llevar a la recuperación de su cultura e identidad,

acciones de resiliencia que han llevado a cabo para continuar con su vida de la mejor manera, sacando a flote sus habilidades, actitudes, y todos aquellos instrumentos personales y colectivos que tienen a la mano, como forma de recuperar el tejido social e identidad cultural que perdieron en su momento.

entendidos, comprendidos, valorados.

Siendo entonces el profesional un puente, un instrumento mediador, de guía, en la sanación y perdón de cada participante, quien les permita a ellos mismos a través de los recursos con los que tienen a la mano, superar esas dificultades por las que ha tenido que pasar, permitiéndoles que saquen lo mejor de sí mismos y que pulan aquellas habilidades y destrezas que tienen en su interior y que tal vez no conozcan.

haciendo que esta sea más fuerte, y que a través de la creación de ese mural puedan irse liberando cada vez más, riéndose del dolor tan inmenso por el que un día tuvieron que pasar.

Fase 3: Canelazo de liberación. Con esta actividad se busca inicialmente que los participantes quienes fueron víctimas de la masacre se reúnan y compartan un momento agradable entre todos, en donde consuman un delicioso canelazo, siendo esta bebida típica del departamento del Huila, como lo es el agua panela caliente con un poco de anís para amenizar la noche, en la cual se tendrá encendida una fogata, resaltando entonces que debe ser un espacio abierto que permita la realización de esta. De manera inicial se comparten los instrumentos necesarios que le permita a los participantes poder escribir una carta que vaya dirigida a sus victimarios. Indicándoles que van a tener la oportunidad de poder escribir todo aquello que les gustaría decirle a los responsables de aquella masacre, de las violaciones, torturas, humillaciones y actos inhumanos cometidos ese día; como una forma de liberación de esas cargas que llevan sobre sus hombros, y aunque esto posiblemente nunca lo sepan sus victimarios, se hace como una forma de auto sanación, de perdón a sí mismos, por tener paz, tranquilidad, calma en el alma, y evitar que estos hechos sean como una ancla que los lleve al fondo del mar, sino que por el contrario sea el timón que les permita salir a la superficie, navegando con más fuerza y motivación. A medida que comparten el canelazo se irán quemando las cartas luego de ser escritas, sirviendo como combustible de aquella fogata, siendo la llama precisamente esa luz en sus vidas, la cual fue apagada para muchos al segar su existencia,

<p>Mi proyecto de vida, lo único que la violencia y el conflicto armado no me pudieron robar.</p>	<p>Bello, M. (2010) plantea que, El 'proyecto de vida' se asocia al concepto de realización personal, que a su vez se sustenta en las opciones que el sujeto puede tener para conducir su vida y alcanzar el destino que se propone. En rigor, las opciones son la expresión y garantía de la libertad. Difícilmente podría decirse que una persona es verdaderamente libre si carece de opciones para encaminar su existencia</p>	<p>Conocer los proyectos de vida que tenían los participantes antes de ocurrir la masacre, haciendo un contraste de cómo esta proyección ha cambiado como consecuencia de este hecho de violencia, de manera que se incentive a la continuación del mismo, es decir, a que este no</p>	<p>Fase 1: Mi autorretrato Tiempo de realización: En un encuentro.</p> <p>Fase 2: El espejito mágico. Tiempo de realización: En un encuentro.</p>	<p>y que para otros estuvo a punto de apagarse, pero que por el contrario hoy permanece ardiendo y más encendida que nunca.</p> <p>Fase 1: Mi autorretrato. a cada uno de los participantes se les entrega una hoja de papel y un lápiz, en el que deben dibujar su propio retrato y dentro de este deben escribir estados de ánimo, sentimientos y pensamientos sobre su proyecto de vida. Continuamente se realiza un círculo con los participantes y se procede a repartir los autorretratos de forma aleatorio, de manera que a nadie le toque el que cada uno realizó, dando un espacio para su visualización y posteriormente se realiza la socialización de estos, de manera que narren como se auto concebían ellos antes de la masacre, y que pensamiento tienen ahora, después de tantos años de este suceso, observando así actitudes de resiliencia en los participantes.</p> <p>Fase 2: El espejito mágico. Para esta fase se ubica un espejo en una parte del lugar en donde nos encontremos y posteriormente se les da el espacio para que cada uno de los participantes pase y se ubique al frente del espejo. En ese momento se les harán unas preguntas las cuales va a responder mientras se observa a sí mismo: ¿Quién considera que eras antes de ocurrida la masacre? ¿Cómo te ves actualmente?</p>	<p>propósitos, anhelos y deseos, ya sea a corto, mediano o largo plazo; y que muy seguramente durante las primeras semanas de la masacre, todo esto ha quedado atrás, en el olvido, pues la persona queda desanimada, sin ganas de continuar, triste, abatida y desolada. Pero que gracias al apoyo de profesionales y de acciones psicosociales, vuelven a retomar esas acciones que tenían en mente, y esta vez con mayor motivación, en memoria de a quienes su vida le fue arrebatada cruelmente sin merecerlo, para que esta continúe viva en la mente y en los corazones de todos</p>
---	--	--	---	---	---

<p>y llevarla a su natural culminación. Esas opciones poseen en sí mismas, un alto valor existencial. (p.31).</p>	<p>desfallezca, si no que por el contrario sea alcanzado.</p>	<p>¿Qué le gustaría mejorar en pro de su proyecto de vida? ¿Cómo se ve en un par de años? Se da el espacio para que cada uno responda las preguntas, reflexione y así socializar entre todos, la importancia de reconocernos a nosotros mismos, de observar los cambios que hemos tenido, y ver si nos gusta la versión que actualmente somos.</p>	<p>los habitantes; y también bajo una perspectiva e identidad, ya no de víctima, sino de superviviente, a quienes la violencia le pudo quitar seres queridos, sus propiedades y cosas materiales, pero nunca la motivación, sus sueños y las ganas de seguir adelante, luchando día a día por alcanzar lo que desean.</p>
	<p>Fase 3: El cambio está en mis manos. Tiempo de realización: En un encuentro.</p>	<p>Fase 3: El cambio está en mis manos. A cada participante se le proporciona dos hojas para que en cada una dibujen su mano derecha e izquierda respectivamente. Indicándoles a su vez, que en la mano derecha deben escribir todas las limitaciones que creen que existen en ellos, en su contexto y alrededor, que no les permite alcanzar el proyecto de vida establecido (cualquier parte de la mano), y que en la mano izquierda deben escribir sus habilidades, destrezas y alcances; es decir, todo aquello que les permita lograr de manera más eficaz y en un menor tiempo, su proyecto de vida. Luego de que haya transcurrido un tiempo prudencial en el que todos los participantes tengan listo su ejercicio, se procede a pegar todas las hojas en una parte visible y representativa en el municipio y para sus habitantes, de manera que quede como una obra</p>	

Nota. a través de la presente tabla se exponen estrategias psicosociales con los pobladores del Salado, (Departamento de Bolívar) que faciliten la potenciación de recursos de afrontamiento a la situación de violencia por parte del conflicto armado, del cual fueron víctimas.

Fuente. Autoría Propia

Informe reflexivo y analítico de la experiencia sobre las imágenes y las narrativas

(Fase 3)

La Foto Voz como un Reflejo de la Subjetividad, Identidad y del Sentido de Pertenencia de las Comunidades Afectadas por el Conflicto Armado y las Diferentes Tipologías de Violencia

Cantera (2010) “recomienda el uso de la fotografía como instrumento de trabajo que favorece la concienciación de problemas sociales y Sanz (2007, cómo se citó en Rodríguez R. Cantera, L,2016) refuerza el uso de las fotos como una herramienta de denuncia social”. Dichas afirmaciones nos permiten comprender que las fotografías y el ejercicio del foto voz, el cual va acompañado de una narrativa subjetiva, son herramientas fundamentales, especialmente desde nuestro rol como psicólogos, pues nos permiten hacer una exploración e indagación del contexto en el que residimos; en la cual involucramos todo nuestro ser y cada uno de nuestros sentidos para vivir la experiencia, y apropiarnos de la situación por la cual han y continúan atravesando nuestros territorios, entre estos el municipio de Guadalupe, que ha sido golpeado por el conflicto armado y las diferentes tipologías de violencia, entre ellas la violencia hacia la mujer y la delincuencia común, las cuales dejan huellas imborrables, tanto en el territorio, como en las comunidades, y en cada una de las personas que lo habitan. (p. 929)

Así mismo, a partir de la experiencia del foto voz, se narra las vivencias de dolor y sufrimiento de los habitantes, así como el deterioro y abandono del territorio en general, mostrando a través de una fotografía y un proceso de narración subjetivo, sucesos que piden a gritos ser contados, los cuales, así continúe pasando el tiempo, están presentes; que por más que se pinten sus falladas, se arreglen sus calles, y se estructuren físicamente, siguen siendo notorios y visibles para la comunidad, pues detrás de estos hay dolor, tristeza y lágrimas.

En esta misma línea de ideas, es importante tener en cuenta que la subjetividad, según Herrera, J (2017) es un devenir discursivo, que sitúa acontecimientos claves y definitivos que orientaron en su momento el accionar del sujeto. La entendemos como narración y es guiada por los eventos que para el narrador le resultan importantes, además considera un orden temporal en estrecha relación con la historicidad y particularmente con los sucesos sensibles o traumáticos que emergen o se callan en el relato. (OVI)

Por tanto, se puede percibir que las imágenes compartidas a través del ejercicio de Photo voice expresan una subjetividad propia de las comunidades del municipio. En el sentido que reflejan a través de un discurso narrativo, el pasado y presente que han tenido que afrontar, como lo es del de Guadalupe, quien está atravesando por un retroceso, en donde actualmente se percibe un índice de violencia por parte de la delincuencia común, el cual no se evidenciaba años atrás, el cual ha traído abandono y desolación en las calles de lo largo y ancho del municipio, en donde la tranquilidad de sus habitantes se ha visto vulnerada, sobre todo el de las mujeres, quienes están mayormente expuestas a la violencia y al peligro inminente que se vive, en donde ya no se puede transitar a cualquier hora por ciertos lugares, pues se corre el riesgo de padecer un robo, un atraco o una violación, en el caso del género femenino.

Así mismo, a nivel general en el país, a pesar de que continúe pasando el tiempo, en estos y en sus habitantes, quedan marcas imborrables, cicatrices que marcaron para siempre sus vidas, las cuales vivieron y han tenido que vivir en carne propia el flagelo de la violencia y que por tanto, pueden expresar de forma subjetiva, es decir, desde su propia experiencia, dolor y sufrimiento, lo que han tenido que vivir, pues algunos se quedaron sin nada, lo perdieron todo, teniendo que emigrar de su lugar de origen, con tal de salvar sus vidas y las de sus familias; buscando un nuevo rumbo, una nueva vida. Pero que a su vez expresan sus percepciones no solo desde el dolor, sino también desde el cambio, la transformación, la resiliencia, y la oportunidad, en el sentido que a pesar de las secuelas del conflicto, de cierta manera han vuelto a renacer, no

se han quedado sumidos en el dolor y la desesperación, sino que han aprovechado esta oportunidad para continuar, para seguir adelante, y esta vez con más fuerza, con la esperanza de no ser re victimizados, y con el interés de alcanzar el proyecto de vida que han tenido desde un comienzo, emprendiendo un nuevo camino, en donde todo sea mejor, y en donde si bien es cierto que siempre existirá una memoria histórica y colectiva, esta no sea impedimento para continuar con sus vidas, y esta vez hacerlo de una mejor forma.

La Foto Voz como Herramienta de Construcción de Memoria Histórica

La foto intervención es una técnica desarrollada por Cantera (2010) que utiliza la fotografía como medio de identificación y visibilización de los problemas sociales. Según su creadora, los objetivos de la Foto intervención son: (a) dar a conocer y cuestionar realidades sociales problemáticas, (b) tomar consciencia sobre los problemas sociales. Entre las características de este instrumento, este autor pone el acento en el protagonismo del objeto fotografiado y de la persona fotografía ante y en el proceso de fotografiar y reflexionar sobre la realidad social. (p.932).

Dicho argumento nos permite comprender la importancia y el aporte que tiene la fotografía y la narrativa en los procesos de construcción de memoria histórica, así como el gran impacto que tiene en la transformación psicosocial, en el sentido que estas herramientas nos permiten a nivel general, presentar de los contextos y territorios explorados, la experiencia vivida desde todos los sentidos, capturada desde unas fotografías, a través de las cuales se transmite esas vivencias, junto con las emociones sentidas durante el desarrollo del ejercicio, en donde se realiza a su vez un proceso de indagación e investigación, en donde se recaba mayor información sobre lo acontecido en estos territorios, lo cual todo en su conjunto conlleva a la preservación de la memoria histórica, plasmándose eventos históricos importantes, que marcaron un hito en el tiempo y la historia de cierto territorio.

Valores Simbólicos y Subjetivos en los Contextos de Conflicto Armado y Violencia

Jimeno et ál. (1996, cómo se citó en Jimeno, M, 2007) menciona que “es conocido que uno de los efectos de la violencia, sea doméstica o de otro orden, es que afecta la confianza de la persona en sí misma y en los otros, y por ello la violencia lesiona las redes sociales” (p.170). Lo anterior soporta el ejercicio realizado a través del ensayo visual del foto voz, señalando las afectaciones que han tenido las comunidades y territorios, acompañadas con una narrativa subjetiva que refleja una realidad de violencia y conflicto armado, las cuales traen afectaciones y consecuencias, tanto a nivel individual, como colectivo y territorial, trasgrediendo como lo menciona el autor, lo social, y las relaciones entre individuos, pues el tejido social a raíz de la violencia se va debilitando, pero que ahí es donde se resaltan los valores simbólicos y subjetivos, en el sentido que, como misma comunidad y territorio, y desde un apoyo psicosocial, se inicia un proceso en el que se establezcan acciones de afrontamiento, de recuperación y de superación, en donde se realicen encuentros con las comunidades, permitiéndoles que tengan una participación activa y se pueda hablar acerca de lo que ha generado la violencia, como un recurso de afrontamiento y no de re victimización, pues si bien es cierto que estos sucesos han sido dolorosos, y que con ellos las personas han perdido mucho, pero hay algo que todavía está firme, y es la fe y la esperanza, elementos importantes que se deben rescatar, para a través de ellos transformar el presente y construir un territorio mejor. Es por ello que se resaltan valores simbólicos y subjetivos como la resiliencia, el cual es fundamental en el proceso de aceptación y superación; autonomía, sentido de pertenecía, solidaridad, empatía, tolerancia, respeto por las diferencias, tanto físicas, como de pensamiento y de personalidad; la valentía, el amor, y el deseo de libertad, paz, cambio y tranquilidad; la constancia, y perseverancia por tener de ahora en adelante una vida mejor, diferente, tranquila, en donde pueda subsanar las secuelas de la

violencia y el conflicto, junto con la forma positiva de afrontar la realidad, con paciencia, aprovechando los pocos o casi nada recursos con los que cuentan, no quedándose en peros y justificaciones por lo que no hay, sino aprovechándolos como recursos para cambiar, sacando lo mejor de sí mismos y de las comunidades, para así poder tener un mejor bienestar y calidad de vida.

Resiliencia como Recurso para un Nuevo Renacer

En palabras de Herrera, J. (2017) “la violencia es la ausencia de paz, una fractura simbólica con y hacia el otro hacia el pacto social, es el resultado de la transgresión real, puesta en escenarios de violencia”. (OVI). Se parte entonces de hacer énfasis en lo que significa la violencia, así como el conflicto armado, pues es una realidad que está presente en los contextos en donde habitamos, tenemos una cotidianidad, nacimos, crecimos y nos hemos formado como personas, como profesionales, con nuestras parejas, amigos, familias, en base a unas creencias, costumbres, ideologías, propias de cada territorio; como lo es el caso del municipio de Guadalupe Huila, así como también de otras zonas de todo el país, las cuales han sido golpeadas por el flagelo de estos dos eventos, y que han acontecido desde hace décadas en el territorio colombiano.

Y que estos sucesos a su vez, han traído el conglomerado de consecuencias sobre las víctimas en consonancia con los demás daños causados por el conflicto armado, puede enmarcarse en los siguientes componentes: las huellas emocionales, el daño moral (estigmatización, devaluación y humillación), los daños socioculturales (desconfianza, aislamiento y no recreación), la vulneración de los más vulnerados (mujeres, niños, niñas y adolescentes, Afrocolombianos e indígenas), pérdida de espacios democráticos traducidos en la criminalización de líderes y lideresas, persecución y represión, todo lo cual se relaciona con el

terror extendido a las poblaciones, la devastación natural y social, y por supuesto, la incertidumbre. (Parra, M.2019, p.201)

Las consecuencias anteriormente mencionadas, son solo unas pocas, de las tantas afectaciones que realmente deja la violencia por parte de los grupos armados, y del daño tan irreparable que causa en las personas, que tuvieron que vivenciar el flagelo y el dolor de estos sucesos de terror. Es por ello que a través del ejercicio del foto voz y de las narrativas expresadas en cada fotografía se permite mostrar lo que lo que han tenido que vivir las personas que habitan estos espacios, quienes han sufrido toda clase de inclemencias por parte de grupos armados y delincuenciales, así como las consecuencias de malas administraciones y malos gobiernos, quienes han traído un retroceso, sufrimiento, dolor, abandono, inseguridad, miedo, terror, y que con ello, que la tranquilidad se haya visto vulnerada. Casos en donde han perdido seres queridos, pues han sido asesinados vilmente, y otros casos en donde han tenido que emigrar hacia otros territorios, sin llevar nada más lo que traen puesto en ese momento. Sin embargo, también se pueden observar en ellas, las manifestaciones de resiliencia quienes han afrontado estas situaciones, generando un cambio social, construyendo nuevos caminos, a pesar del dolor que los ha marcado, siguen firmes, no decaen, construyendo a su vez tejido social, tejiendo una identidad de superviviente y no de víctima, realizando acciones en pro de transformar su sufrimiento en esperanza; enfocados de ahora en adelante en alcanzar su proyecto de vida, y con ella sus metas, sueños, deseos, y no dejar que estos se los lleve también la violencia, aprovechando entonces los recursos con los que cuentan y tienen a su alcance, así como los propios, es decir, sus conocimientos, habilidades, actitudes, competencias, su optimismo y aspiraciones.

Figura 1

Tranquilidad Vulnerada, Capilla Santa Lucia, Guadalupe-Huila



Fuente. Autoría Propia.

Figura 2

Renacer, Vía a la Vereda el Mirador, Guadalupe-Huila



Fuente. Autoría Propia.

Conclusiones

El desarrollo de la tarea No. 3 del curso, permitió que desde la formación en psicología se llevara a cabo un ejercicio de indagación de mi lugar de residencia, es decir, el municipio de Guadalupe Huila; a través del cual plasmara la realidad que acontece en ellos, producto del flagelo del conflicto armado, y de las secuelas que ha dejado las diferentes tipologías de violencia existentes en este territorio, haciendo uso de una herramienta tan significativa como lo es la foto voz. En donde mediante fotografías se refleja a los lectores y observadores de este documento, esos hechos traumáticos que han acontecido y que posiblemente sigan aconteciendo pero ya en una menor proporción, pero que sin embargo, han cambiado la estructura del territorio, tanto físicamente, como también en cuanto a sus culturas y costumbres, trayendo consigo un panorama desolador, de abandono y de tristeza, pues después de una serie de hechos violentos, nada ni nadie vuelve hacer igual, se necesita de tiempo y de todo un proceso psicosocial, para que exista una verdadera transformación.

Así mismo, a través de la narrativa propuesta en cada una de las imágenes, se buscó mostrar las experiencias vividas durante las dos salidas realizadas, partiendo desde la asignación de un título, el cual refleja con un par de palabras, todo lo que se quiere expresar en el contexto de la fotografía, la cuales se tomaron desde el corazón, involucrando cada uno de nuestros sentidos durante la selección y adquisición de las mismas, pues a través de este ejercicio, se da cuenta de la memoria histórica, removiendo sucesos que aunque transcurrieron años atrás, siempre van a estar presentes en nuestra memoria individual y colectiva, porque trajeron consigo cambios, los cuales no fueron muy productivos, significativos o beneficiosos.

Referencias Bibliográficas

- 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>
- Comisión de la verdad. (2022, 14 de abril). Historias que retornan | Capítulo 4 - Nelson. [video].
- 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
- 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>
- Martínez, E. (2015, 25 de mayo). La pregunta como herramienta. [video]. Youtube.
<https://youtu.be/pT64PL4nAzs>
- Nensthiel, M. (2015, 30 de septiembre). Enfoque narrativo Colombia [video]. YouTube.
<https://youtu.be/5mitHZavXug>
- OVI Unidad 3. Herrera, J (2017) Memoria, subjetividad y violencia.

<http://hdl.handle.net/10596/13072> Parra, M. (2019). La narración como estrategia de resignificación de la subjetividad en víctimas del conflicto armado. *Revista Kavilando*, 11(1), 191–221.

<https://bibliotecavirtual.unad.edu.co/login?url=https://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=edsdnp&AN=edsdnp.7225269ART&lang=es&site=eds-live&scope=site>

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>

Salanueva, I. (2014) Recursos de afrontamiento. Una aproximación a su clasificación importancia de su potenciación <https://www.medigraphic.com/pdfs/epsicologia/epi-2014/epi143i.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>

Youtube. <https://youtu.be/JZeRIJf4u7k>

Apéndices

Apéndice A

Enlace del Video de You Tube Realizado en el Paso 3 Sobre la Experiencia del Foto Voz

<https://www.youtube.com/watch?v=C0bE1liW-Xs>