

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

Diana Consuelo Cedeño Pontón

Magda Lucero Mejía Díaz

María José Castro Muñoz

Noira Mercedes Medina Valencia

Yenny Collazos Ramírez

Asesor

Juan Andrés Soto Arroyave

Universidad Nacional Abierta y a Distancia UNAD

Escuela de Ciencias Sociales Artes y Humanidades ECSAH

Psicología

2023

Resumen

El conflicto armado en Colombia es un fenómeno que destruye todo a su paso, incluido el medio ambiente, vidas humanas sin importar género, edad, situación económica o religión; causando muertes, pérdidas materiales, desplazamientos, abusos, violencia sexual, destrucción de familias y proyectos de vida de numerosas víctimas que, además, sufren las consecuencias de la violencia manifestada en daños irreparables a su salud mental, como ansiedad, depresión, ideación suicida, miedo, duelo inacabado, desesperanza y estrés postraumático, que es una enfermedad que afecta a personas que sufren experiencias violentas o aterradoras.

Es importante implementar acciones psicosociales para acompañar todas estas historias de vida de los sobrevivientes del conflicto armado en el país, logrando de cierta manera apoyar los procesos de intervención e investigación a través de la memoria colectiva para la construcción de la memoria histórica. En relación con lo anterior, este trabajo pretende proponer recursos para el afrontamiento psicosocial del sufrimiento por violencia a través de la evaluación de eventos psicosociales traumáticos desde el enfoque narrativo, así como enriquecer nuestro conocimiento, lo que nos permite tener una visión holística de la sociedad.

Palabras clave: Masacre, resiliencia, conflicto armado, memorias.

Abstract

The armed conflict in Colombia is a phenomenon that destroys everything in its path, including the environment, human lives regardless of gender, age, economic situation or religion; causing deaths, material losses, displacement, abuse, sexual violence, destruction of families and life projects of numerous victims who, in addition, suffer the consequences of violence manifested in irreparable damage to their mental health, such as anxiety, depression, suicidal ideation, fear, unfinished grief, hopelessness and post-traumatic stress, which is a disease that affects people who suffer violent or terrifying experiences.

It is important to implement psychosocial actions to accompany all these life stories of the survivors of the armed conflict in the country, managing in a certain way to support the intervention and research processes through collective memory for the construction of historical memory. In relation to the above, this work aims to propose resources for psychosocial coping with suffering due to violence through the evaluation of traumatic psychosocial events from the narrative approach, as well as enrich our knowledge, which allows us to have a holistic vision of society.

Keywords: Massacre, resilience, armed conflict, memories.

Tabla de Contenido

Análisis de Relato de Historia del Caso de Nelson.....	7
Formulación de Preguntas Circulares, Reflexivas y Estratégicas.....	9
Análisis y Presentación de Estrategias de Abordaje Psicosocial para el Caso de “Masacre en El Salado”: Relatos de Resiliencia después de 20 años	12
Informe Reflexivo y Analítico de la Experiencia sobre las Imágenes y las Narrativas.....	23
Conclusión	26
Referencias Bibliográficas	27

Lista de Tablas

Tabla 1 <i>Formulación de Preguntas</i>	9
Tabla 2 <i>Programa de apoyo psicosocial</i>	16
Tabla 3 <i>Red de Apoyo Comunitario</i>	18
Tabla 4 <i>Espacios de Memoria y Reconciliación</i>	20

Lista de Apéndice

Apéndice A <i>Enlace del Video Magazín Informativo</i>	28
---	----

Análisis de Relato de Historia del Caso de Nelson

Los emergentes psicosociales en el caso de Nelson revelan la complejidad de las experiencias traumáticas y la capacidad de supervivencia del ser humano para enfrentar los hechos y sobreponerse ante la adversidad, en primera instancia se evidencia que el estrés postraumático derivado de extorciones y secuestros por parte de grupos al margen de la ley para intimidar, han dejado grandes secuelas en él y su familia a través de emergentes psicosociales los cuales se manifiestan en la falta de confianza, el miedo y la ansiedad.

La adaptación y estrategias de afrontamiento de Nelson al salir de su país de origen evidencian la importancia de la resiliencia ante los grandes desafíos, el apoyo social y familiar a la familia la cual es un refugio en la tormenta, y es la base para que se inicie un proceso de reconstrucción a partir de la aceptación de su historia y raíces, porque hechos como los que marcaron la vida de Nelson y la de toda su familia, también le han sucedido a muchos más compatriotas, por lo que es fundamental que se puedan hacer uso de los programas que el gobierno plantea, porque si no se es parte de ellos no se podrá tejer verdades a partir de la colectividad.

En cuanto al posicionamiento del discurso del protagonista como víctima o sobreviviente, en su narrativa se evidencia el rol de sobreviviente, su capacidad para superar sus conflictos internos producto de la violencia no le permitían ver la verdad sin dolor, hasta que se motivó a transformar su perspectiva de su país y del conflicto armado permitiéndole ver la diversidad que lo rodeaba y lo llevo a comprender desde la empatía que muchos más como él tuvieron que dejar su país por la violencia, y que el ser exiliado no te hace ser una persona mala, simplemente es una oportunidad que te da otro territorio para poder seguir construyendo un mejor futuro.

Desde la experiencia subjetiva de Nelson la violencia trasciende lo físico para adentrarse en lo psíquico, la deconstrucción de la seguridad, la ruptura de la identidad y la vulnerabilidad revelan la complejidad de la violencia como un factor determinante en la percepción del mundo y la reconstrucción de la identidad. Los recursos de afrontamiento de este personaje son fundamentales para enfrentar las adversidades, su resiliencia y la voluntad para compartir su historia demuestran la notable fuerza interior, se adaptó en circunstancias cambiantes y encontró significado transformador en su historia personal.

Formulación de Preguntas Circulares, Reflexivas y Estratégicas

Tabla 1

Formulación de Preguntas

Tipo de pregunta	Pregunta planteada	Justificación desde el campo psicosocial.
Circular	<p>¿Cómo describirías tu evolución emocional desde el momento en que decidiste exiliarte hasta el día de hoy?</p> <p>¿Cómo deseas que tu vida sea cuando retornes a tu país?</p> <p>¿Cómo ha afectado el desplazamiento a tus relaciones familiares y comunitarias?</p>	<p>Las preguntas pretenden explorar desde el abordaje psicosocial la evolución que tiene la persona con relación al duelo, permitiendo una introspección detallada sobre la adaptación continua a un entorno completamente diferente; tomando como base la historia de Nelson se buscara ahondar en ella sobre el proceso de adaptación continua a un entorno completamente nuevo, permitiendo una reflexión profunda sobre su evolución desde la salida abrupta de su país natal.</p>

Reflexiva	<p>¿Cómo puede aconsejar desde su experiencia de víctima de la violencia del conflicto armado a otras comunidades y personas que se encuentran viviendo esta situación actualmente?</p> <p>¿Cuáles son sus esperanzas y temores para el futuro, tanto a nivel personal como en el contexto más amplio de la situación en Colombia?</p> <p>¿Qué te gustaría contarles a amigos, o familiares sobre la experiencia que has vivido?</p>	<p>Este tipo de preguntas buscan analizar desde la perspectiva psicosocial cómo la historia de violencia del conflicto armado ha moldeado la percepción propia y como estas influyen en las interacciones sociales, permitiendo una exploración profunda de la influencia de su propia narrativa en sus relaciones, así mismo estas preguntas buscan analizar cómo la historia que comparte Nelson ha moldeado su percepción de sí mismo/a y su interacción con los demás, permitiendo explorar cómo ha sido influenciado por su propia narrativa.</p>
Estratégica	<p>¿Has pensado como sería tu vida, si te empoderas del presente</p>	<p>Estas preguntas están destinadas a identificar y comprender las estrategias o</p>

transformándolo en una historia resiliente?	recursos internos que Nelson ha utilizado para enfrentar los desafíos, permitiendo explorar qué herramientas ha encontrado más útiles durante su proceso de adaptación.
¿Cómo cree que la sociedad colombiana podría contribuir a la reconciliación y reconstrucción de comunidades afectadas por el conflicto armado?	
¿Nelson, Crees que la historia vivida puede contribuir a la transformación de vida de otras víctimas del conflicto armado?	

Análisis y Presentación de Estrategias de Abordaje Psicosocial para el Caso de “Masacre en El Salado”: Relatos de Resiliencia después de 20 años

En el caso de la masacre en El Salado: relatos de resiliencia después de 20 años ¿Qué emergentes psicosociales de la vida cotidiana y del proceso socio histórico de esta comunidad logra identificar?; La masacre de El Salado en los Montes de María ha dejado una profunda huella de crueldad humana en los territorios de Colombia, este acto evidencia una flagelante violación de los derechos humanos de la comunidad del Salado quienes fueron invadidos por paramilitares que despojaron de sus tierras, cultivos, familias y paz. Este territorio quedo devastado y prácticamente en el olvido, la vulnerabilidad al enfrentar una precariedad y perdida de tantas personas afectaron los núcleos sociales y familiares, afectando todos los aspectos de su esencia; los procesos sociohistóricos de esta comunidad revelan una adaptación específica a su realidad, diseñada en colaboración con miembros locales y profesionales, la construcción de un enfoque integral y respetuoso se vuelve esencial para avanzar hacia la sanación y reconstrucción después de eventos traumáticos como la Masacre de El Salado, los emergentes psicosociales manifestados en la vida cotidiana de cada individuo de la comunidad, son elementos clave para comprender y abordar las secuelas de esta tragedia.

Este caso permite identificar que los emergentes psicosociales son diversos y abarcan la vulneración de los derechos humanos, la inseguridad, el miedo, la incertidumbre, el dolor físico, la desolación, la zozobra, el desplazamiento forzado, la pérdida de identidad, la indignación, desintegración de familias, muerte, amenazas, intimidación, confusión y por sobre todo la impunidad; dentro de los relatos impactantes que se evidencia después de 20 años, es un claro ejemplo de la crueldad humana que ninguna persona debería presenciar, porque estos hechos no afectaron solo a quienes perdieron a sus seres queridos de la manera más vil, sino que a toda la

comunidad, por lo que es fundamental que estos actos no queden impunes y se haga justicia para que las víctimas recobren la paz en sus entornos, el retorno a las raíces de la comunidad ha sido un gran paso hacia la sanación.

¿Cuáles son los impactos desde lo bio-psico-sociocultural que se evidencian?

Los impactos desde las dimensiones bio-psico-socioculturales es crucial para diseñar intervenciones efectivas y respetuosas que aborden las necesidades complejas de las comunidades del saldo afectadas por la masacre y los impactos bio-psico-socio-culturales son:

Trauma físico y psicosomático, las víctimas de la masacre del Salado pueden haber experimentado traumas físicos directos, pero también se pueden observar impactos psicosomáticos, como problemas de sueño, trastornos alimentarios y enfermedades relacionadas con el estrés por el impacto que este género en cada una de las personas de la comunidad.

Impacto en la salud mental y física, la exposición a la violencia extrema da a lugar a trastornos de salud mental, como el trastorno de estrés postraumático (TEPT), depresión, ansiedad y salud física relacionados con el estrés crónico por la amarga experiencia vivida.

Desplazamiento y cambio en las dinámicas sociales; numerosos miembros de la comunidad de El Salado experimentaron personalmente el desplazamiento como consecuencia de la masacre, lo que supuso una pérdida considerable para cada individuo que forma parte del entramado familiar y social. Esta situación conlleva a diversas transformaciones en las dinámicas sociales y en la propia composición de la comunidad de El Salado.

Desafíos en la reconstrucción; la masacre en El Salado puede socavar el tejido social de la comunidad y esta puede crear una desconfianza y división a la reconstrucción de la cohesión social es un desafío fundamental.

Impactos bio-psico-socioculturales, se entrelazan y se manifiestan en múltiples aspectos de la vida de la comunidad, reflejando la complejidad y la profundidad de los efectos de la violencia en un nivel individual y colectivo. La recuperación y la reconstrucción en El Salado involucran abordar estos impactos desde una perspectiva integral que atienda tanto las necesidades físicas como emocionales, sociales y culturales de las personas afectadas.

Sociocultural, se evidencian cambios en la dinámica social y en la estructura comunitaria. La confianza en las instituciones, en las autoridades y en las relaciones interpersonales puede haberse visto fracturada. La cohesión social se ve afectada, y la reconstrucción de la confianza y la solidaridad entre los miembros de la comunidad es un desafío continuo.

¿Qué elementos simbólicos de violencia, resiliencia y experiencias de transformación se logran identificar en el discurso?

Dentro del discurso sobre la masacre en El Salado, varios elementos simbólicos resaltan tanto la violencia como la resiliencia y las experiencias de transformación. La violencia se simboliza a través de relatos que describen el horror y el sufrimiento experimentado por la comunidad. Estos relatos se convierten en símbolos de la brutalidad, el miedo y la pérdida que la comunidad tuvo que enfrentar.

La masacre de El Salado involucra diversos elementos simbólicos que representan la violencia, la resiliencia y las experiencias de transformación en la comunidad afectada que se logra identificar como:

Símbolos de agresión, como asesinatos y torturas, son símbolos impactantes de agresión y brutalidad que se vivió en El Salado.

Escenas de dolor y sufrimiento, la masacre de El Salado crea símbolos visuales y emocionales de dolor y sufrimiento, que perduran en la memoria colectiva de la comunidad

Símbolos de resistencia, la capacidad de la comunidad de El Salado para resistir y sobrevivir a la masacre se convierte en un poderoso símbolo de resiliencia.

Símbolos de búsqueda de justicia, la lucha por la justicia y la verdad sobre lo ocurrido se convierte en un símbolo de resistencia de la comunidad del Salado y un llamado a la rendición de cuentas.

Símbolos de memoria, la preservación de la memoria colectiva a través de relatos, testimonios y representaciones artísticas se convierte en un símbolo de la importancia de recordar para evitar la repetición de la violencia.

Estrategias de Afrontamiento para la Comunidad de El Salado

Tabla 2

Programa de Apoyo Psicosocial

Nombre de la estrategia	Renovación de la esperanza
Objetivo	Facilitar el proceso de recuperación emocional, promover la resiliencia y fortalecer los recursos de afrontamiento de los pobladores de El Salado.
Descripción fundamentada	Este programa tiene como objetivo central brindar apoyo psicosocial a los habitantes de El Salado, promoviendo la recuperación emocional y fortaleciendo los recursos de afrontamiento. Se basa en la necesidad de reconstruir la confianza, fomentar la resiliencia y restaurar el bienestar psicológico en la comunidad después de la violencia sufrida.
Fases y tiempos	<ol style="list-style-type: none"> 1. Fase de Evaluación y Diseño (3 meses): Identificación de necesidades emocionales y recursos de afrontamiento, diseño del programa adaptado a las necesidades detectadas. 2. Implementación (6 meses): Ejecución del programa con sesiones grupales e individuales, talleres de habilidades emocionales, y espacios de expresión y reflexión.

3. Seguimiento y Evaluación (4 meses): Evaluación continua del impacto del programa, ajustes según los resultados obtenidos y elaboración de informes finales.

Acciones por implementar Sesiones grupales de apoyo psicológico.

- Talleres de manejo del estrés y técnicas de afrontamiento.
- Espacios de expresión artística y terapéutica.
- Sesiones individuales de terapia psicológica, si es necesario.

Impacto deseado Mejora del bienestar emocional, aumento de la resiliencia, fortalecimiento de los recursos de afrontamiento y mayor cohesión social en la comunidad.

Nota. Autoría Propia

Tabla 3*Red de Apoyo Comunitario*

Nombre de la estrategia	Fortaleciendo Lazos
Objetivo	Fomentar una red de apoyo comunitario sólida que promueva la colaboración, el apoyo emocional y la cohesión entre los habitantes de El Salado.
Descripción fundamentada	Esta estrategia se enfoca en la creación y fortalecimiento de una red de apoyo entre los habitantes de El Salado. Busca potenciar la solidaridad y el apoyo mutuo como herramientas fundamentales para afrontar las dificultades y promover la recuperación.
Fases y tiempos	<ol style="list-style-type: none"> 1. Fase de Identificación y Formación (2 meses): Identificación de líderes comunitarios, formación de grupos de apoyo, capacitación en escucha activa y técnicas de apoyo emocional. 2. Fortalecimiento y Expansión (8 meses): Implementación de actividades de apoyo, sesiones de intercambio de experiencias, promoción de la colaboración y la solidaridad. 3. Evaluación y Consolidación (3 meses): Evaluación de la eficacia de la red, ajustes necesarios y consolidación de la red de apoyo comunitario.

Acciones por implementar - Formación de grupos de apoyo emocional.

- Actividades comunitarias para fortalecer la colaboración.

- Sesiones de intercambio de experiencias y consejería entre pares.

Impacto deseado Fortalecimiento de la red de apoyo comunitario, mayor colaboración entre los habitantes, y un sentido de pertenencia y solidaridad más fuerte en El Salado.

Nota. Autoría Propia

Tabla 4*Espacios de Memoria y Reconciliación*

Nombre de la estrategia	Sanando Juntos
Objetivo	Generar espacios de encuentro y reflexión que permitan la expresión de las vivencias individuales y colectivas, fomentando la reconciliación y la construcción de una narrativa colectiva positiva.
Descripción fundamentada	Esta estrategia se centra en la creación de espacios seguros y respetuosos para recordar, reflexionar y sanar colectivamente. Busca la construcción de la memoria histórica y la promoción de la reconciliación en la comunidad de El Salado.
Fases y tiempos	<ol style="list-style-type: none"> 1. Diseño y Planificación (2 meses): Identificación de espacios adecuados, diseño de actividades de memoria y reconciliación. 2. Implementación (9 meses): Realización de ceremonias conmemorativas, encuentros de reflexión, talleres de reconciliación, y creación de monumentos o espacios simbólicos. 3. Evaluación y Continuidad (4 meses): Evaluación del impacto, seguimiento de las actividades y propuestas para la continuidad de estos espacios en el tiempo.

Acciones por implementar - Ceremonias conmemorativas y actos simbólicos de recordación.

- Talleres de reconciliación y diálogo abierto.

- Creación de espacios físicos simbólicos para la memoria y reconciliación.

Impacto deseado

Fomentar la reconciliación, promover la construcción de una narrativa colectiva positiva y contribuir a la sanación emocional y social de la comunidad de El Salado.

Nota. Autoría Propia

El diseño de estas estrategias psicosociales para trabajar con la comunidad de El Salado representa un enfoque integral y sensible hacia la recuperación emocional y social de las personas afectadas por la violencia. Estos programas buscan no solo abordar el impacto psicológico individual, sino también fortalecer los lazos comunitarios, promover la resiliencia colectiva y facilitar la reconstrucción del tejido social. La implementación de estas estrategias implica una cuidadosa planificación, considerando las necesidades específicas de la comunidad y respetando su contexto cultural. Además, requiere la colaboración estrecha con líderes comunitarios, profesionales de la salud mental y otros actores locales para garantizar una ejecución efectiva y sostenible.

La clave de éxito de estos programas radica en su capacidad para brindar un espacio seguro y compasivo donde las personas puedan compartir sus experiencias, procesar el trauma y fortalecer sus recursos de afrontamiento. Al mismo tiempo, la promoción de la memoria colectiva, la reconciliación y la solidaridad comunitaria son aspectos esenciales para avanzar hacia la sanación y la reconstrucción de la identidad colectiva.

Estos esfuerzos representan un paso importante hacia la recuperación de El Salado, mostrando el compromiso con el bienestar emocional y social de la comunidad, así como la voluntad de crear un ambiente de apoyo y esperanza para aquellos que han sido afectados por la violencia. La implementación efectiva y continua de estas estrategias podría marcar un camino hacia la superación de los impactos traumáticos y el fortalecimiento de la comunidad en su proceso de recuperación.

Informe Reflexivo y Analítico de la Experiencia sobre las Imágenes y las Narrativas

Realizado el ejercicio práctico de foto voz, se evidenció las distintas perspectivas de las realidades que enmarcan a nuestra sociedad y se entran a analizar muchas similitudes en cada uno de los caso de violencia que nos rodean a diario como comunidad, como lo es el maltrato físico, maltrato psicológico, desplazamiento forzoso, migración, maltrato a mujeres, niños, niñas y adulto mayor, drogadicción, entre otros que observamos y que hemos vivido a diario por problemáticas de violencia y conflicto en nuestras regiones.

Una sociedad devastada por violencia colectiva y el conflicto, carente de crear un comportamiento económico equitativo y justo para restaurar las heridas psicosociales de laca una de las personas que han sido afectadas de manera muy significativa está atentando con la calidad de vida de la sociedad, pues, las entidades que velan por los derechos de las personas vulnerables, no se personalizan de estos casos, dejándole todo a manos de los ciudadanos que en ocasiones son los mismos que generan más violencia en la que todos los colombianos de manera directa o indirecta hemos sido afectados en especial por la violencia del conflicto armado, y al mismo tiempo es triste ver como los procesos de reconciliación no solo con los actores violentos sino con la historia no se han acompañado y orientado de manera oportuna, evidenciándose el descuido por parte de las entidades gubernamentales en dicho proceso; como se evidencia en mi contexto seleccionado, en el municipio de Gigante dentro de su parque principal, de manera subjetiva la ceiba de la libertad era considerada parte de la identidad cultural del municipio, reflejaba la historia de los giganteños, la frondosidad de los corazones de quienes lo habitan y día a día trabajan por construir un mejor entorno a partir de la reconciliación y que tras su caída no se realizó el debido proceso para transformar su valor dentro de la comunidad sino que se ha dejado en el olvido.

Se evidencia dentro del registro fotográfico de las dos visitas realizadas al contexto seleccionado y el municipio de manera general se puede evidenciar que dentro de los valores simbólicos se resaltan la reconstrucción de la memoria histórica a través de los murales, consolidación de asociaciones como Asodevit que es una asociación de mujeres víctimas del conflicto armado que día a día luchan para aceptar su pasado, convivir en el presente con su historia y trabajar por un mejor futuro; así mismo dentro de los valores subjetivos se destaca la naturaleza y su imponente en la identidad cultural de los giganteños. Siendo la fotografía dentro de este ejercicio para el proceso formativo profesional una herramienta que resalta a través de la perspectiva propia un hecho que se puede interpretar desde diversos puntos de vista, pero realizarlo mediante la concepción subjetiva incrementa su valor para la historia del contexto evidenciando que la historia no se encuentra solo en los hechos tangibles, sino que en todo lo que rodea el suceso.

Las actividades fomentan la reconstrucción de la historia a través de la aceptación de la violencia vivida, para transformar ese dolor en reconciliación y perdón, pero para esto la identidad y apropiación de las raíces culturales dentro de las comunidades son fundamentales para que dentro de esas colectividades se tejan las memorias y se construyan los recuerdos, no solo desde la conmemoración, sino reconociendo y aprovechando la diversidad en medio del todo para transformarla en nuestra historia.

Importancia del contexto y el territorio como entramado simbólico y vinculante a una mirada a la realidad es volver a revivir quizás esos sentimientos, de angustia de temor, que un tiempo pasado acontecieron, y que hoy por hoy estos lugares son símbolo para algunos de sufrimiento, o tal vez para otros de nuevos caminos, el renacer, el volver a vivir, el pasar la página, el volver a creer. Lo simbólico y la subjetividad es la violencia causa por el conflicto

armado está representado por el arte, por murales donde nos evocan que lo allí plasmando tiene un acontecimiento de memoria, que muy seguramente para los que no conocen la historia, se atrevan a preguntar por qué y el para que, o con que finalidad. Para las familias que un día sintieron que la vida, les había arrebatado sus seres queridos, y que nunca podrían volver a pasar por ese mismo lugar, sin revivir aquellos sucesos; Pero sabemos que el tener una mente abierta al cambio, es ese algo que permite trascender, es decir voltear la página, y ver eso desde otra perspectiva, sin rencor que la vida tiene momentos donde nos sacude fuertemente, pero depende de cómo yo, puedo afrontar la situación y salir de ello sin hacernos tanto daño. La imagen y la narrativa como dinamizadores de memorias vivas es el tipo de ejercicio que se desarrolló, se destacó por tener esa habilidad para reconocer aquellos contextos, que un día fueron marcados por un hecho de violencia, y que a través de ello se puedo analizar que la transformación psicosocial, ha involucrado a muchos más entes que de la mano y en pro de un mismo objetivo escatimaron en ideas transformadoras, y capaces de generar confianza, de volver a creer que, si existe las nuevas oportunidades, y que no todo lo que pasa en nuestras vida, es realmente malo.

Conclusión

El impacto psicológico del conflicto armado es profundo y duradero, deja cicatrices emocionales, físicas y biológicas en las personas y comunidades que tristemente viven estos hechos, la violencia tanto física como psicológica no solo amenaza la integridad física de los individuos sino que también permea en lo más profundo de su psique, alterando el bienestar integral, razón por la cual la Pérdida de un ser querido a manos de grupos al margen de la ley, el desplazamiento forzado, la exposición a actos de violencia generan consecuencias a corto, mediano y largo plazo, altera el comportamiento, distorsiona la percepción de la realidad y disminuye la calidad de vida.

El miedo la depresión, el estrés son las respuestas más comunes ante un acto de violencia incentivando la desconfianza, genera la Pérdida de la Esperanza y dificulta el establecimiento de relaciones saludables, el impacto psicológico del conflicto Armado no solo limita a los victimarios directos, sino que se extiende a las colectividades, generando una ruptura del tejido social, perdiendo la confianza interpersonal y generando una cohesión comunitaria, incluso en periodos del posconflicto.

Por lo que la restauración no solo de la salud mental sino la de las comunidades debe ser de manera integral, y esto desde el apoyo psicosocial en el que se trabaje en la prevención de la violencia, la construcción de la resiliencia en todos los entornos, pero por sobre todo a aceptar y perdonar para poder ver la historia y comprenderla como pasado y que sus consecuencias no se reflejen ni en su presente ni en su future; convirtiéndose en componente integral de los procesos de reconciliación y reconstrucción, reconociendo la importancia de sanar las heridas invisibles que perduran mucho después de los actos cometidos.

Referencias Bibliográficas

Bustamante, V (2017). De víctimas a sobrevivientes: implicaciones para la construcción de paces en Colombia. *Revista de Sociología y Antropología: VIRAJES*, 19 (1), 147-163. DOI: 10.17151/rasv.2017.19.1.8

Comisión de la verdad. (2022, 14 de abril). Historias que retornan | Capítulo 4 - Nelson. [video]. YouTube. <https://youtu.be/JZeRIJf4u7k>

El Tiempo Casa Editorial. (2020, 11 de febrero). Masacre en El Salado: relatos de resiliencia después de 20 años | El Tiempo. [video].

Martínez, E. (2015, 25 de mayo). La pregunta como herramienta. [video]. YouTube. <https://youtu.be/pT64PL4nAzs>

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>

Nensthiel, M. (2015, 30 de septiembre). Enfoque narrativo Colombia [video]. YouTube. <https://youtu.be/5mitHZavXug>

Apéndice

Apéndice A

Enlace del Video Magazín Informativo

https://drive.google.com/file/d/1FMLn3djWjDTEd42dXu6sJa_mrf9QpLb_/view?usp=sharing

Fuente. Autoría Propia