

**La imagen y la narrativa como herramientas para el abordaje psicosocial en
escenarios de violencia. Departamentos de Arauca, Boyacá y Meta.**

Alejandra Riobo Moreno

Elizabeth Sáenz Cárdenas

Luisa María Suarez Raad

María Andrea Martínez Montaña

María Fernanda Moreno Muñoz

Asesor

Talia Pérez Mendoza

Universidad Nacional Abierta y a Distancia UNAD

Escuela de Ciencias Sociales Artes y Humanidades ECSAH

Psicología

2024

Resumen

Este trabajo, muestra las huellas dejadas por la violencia en los diferentes contextos que permiten identificar la magnitud de las afectaciones que han sufrido las personas a lo largo de los años por causa de la violencia,

Revivir la memoria y los hechos violentos a través del repertorio con un abordaje idóneo con un enfoque psicosocial que oriente estrategias de acompañamiento, que puedan mejorar el dolor y la desesperanza y sean esa guía para salir adelante, como el caso de Luz, dicho relato muestra como la violencia siembra en su corazón una tristeza profunda por la experiencia de perder un miembro de su familia, en su relato se identifican aspectos considerables como el duelo, el desplazamiento, en el análisis se detalla las estrategias de afrontamiento, también los elementos resilientes. Para el caso de la entrevista en este documento referente al caso de Luz se plantean tres categorías de preguntas para realizar el abordaje desde la Disciplina.

Para el caso de la masacre del Salado se analizan los emergentes psicosociales, así como las consecuencias en las diferentes esferas psicológicas del individuo. los impactos desde lo bio-psico-sociocultural, los significados que hacen referencia a los hechos, la resiliencia y algunos elementos que permiten su transformación. Por tal motivo se realiza una propuesta para aplicar, desarrollar y fortalecer a las víctimas. También a partir de Foto voz se puede comprender y abordar problemáticas sociales complejas, ocurridas en los departamentos de Arauca, Boyacá y Meta.

Palabras clave: Foto voz, Resiliencia, Narrativa, Masacre, Transformación.

Abstract

This work shows the traces left by violence in different contexts that allow us to identify the magnitude of the effects that people have suffered over the years due to violence.

Relive the memory and violent events through the repertoire with an ideal approach with a psychosocial approach that guides support strategies that can improve pain and hopelessness and be that guide to move forward, as in the case of Luz, this story shows As violence sows deep sadness in his heart due to the experience of losing a member of his family, in his story considerable aspects are identified such as grief, displacement, the analysis details the coping strategies, as well as the resilient elements. In the case of the interview in this document referring to the case of Luz, three categories of questions are posed to carry out the approach from the discipline.

In the case of the Salado massacre, the psychosocial emergents are analyzed, as well as the consequences in the different psychological spheres of the individual. the impacts from the bio-psycho-sociocultural, the meanings that refer to the facts, resilience and some elements that allow its transformation. For this reason, a proposal is made to apply, develop and strengthen the victims. Also from Photo Voice you can understand and address complex social problems that occurred in the departments of Arauca, Boyacá and Meta.

Keywords: Photo voice, Resilience, Narrative, Massacre, Transformation.

Tabla de Contenido

Análisis de Relatos de Historias que Retornan. Caso Luz.....	7
Violencia con huellas.....	8
<i>De Víctima a sobreviviente</i>	9
La Violencia y su Impacto en la Subjetividad.....	10
Adaptándose a la Realidad.....	10
<i>La Resiliencia Frente a Eventos Estresores</i>	11
Análisis y Estrategias de Abordaje Psicosocial para el Caso de “Masacre en El Salado: Relatos de Resiliencia Después de 20 Años”.....	18
Emergentes Psicosociales.....	18
<i>Impacto Catastrófico en El Salado</i>	21
Proceso de Transformación.....	25
Informe Analítico y Reflexivo de la Experiencia de Foto Voz.....	33
Sentido subjetivo de lo Simbólico.....	35
<i>Recordando a Través de Imágenes y Relatos</i>	36
Haciendo Frente a la Adversidad.....	37
Apreciaciones Sobre la Experiencia.....	38
Conclusiones.....	41
Referencias Bibliográficas.....	43

Lista de Tablas

Tabla 1 *Preguntas Circulares, Reflexivas y Estratégicas*.....13

Tabla 2 *Estrategia de Abordaje Psicosocial*.....27

Lista de Apéndices

Apéndice A <i>Video Foto-Voz</i>	46
---	----

Análisis de Relatos de Historias que Retornan. Caso Luz

La historia de Luz refleja una profunda experiencia de violencia y trauma, marcada por la pérdida de sus tierras, la viudez y la persecución que tanto ella como su hija experimentaron, llevándolas a huir de su región y posteriormente de su país. A pesar de estos eventos devastadores, Luz muestra una notable capacidad de afrontamiento y resiliencia al buscar una vida mejor para ella y su hija en otro lugar. Así mismo, se considera valioso como Luz se posiciona como sobreviviente, no solo como víctima. A través de su experiencia, ella busca ser escuchada y lucha por sus derechos, mostrando una determinación admirable para hacer frente a los retos además define la violencia como cualquier acción que viole sus derechos y amenace su integridad y la de su familia. Esta definición muestra cómo la violencia ha impactado profundamente su percepción del mundo y su equilibrio emocional.

Luz manifiesta una respuesta adaptativa positiva, ya que experimenta nuevas situaciones y toma los pasos necesarios para proteger a su familia, su capacidad de buscar y contribuir con otros que también han sufrido situaciones similares muestra su voluntad de ayudar y encontrar sentido en medio de la adversidad. A través de su historia, se evidencian elementos resilientes, como la capacidad de adaptación y la búsqueda de soluciones ante la adversidad, representando un ejemplo de fortaleza y determinación ante circunstancias extremadamente difíciles, junto con su hija.

Según White, M. (2016), la terapia narrativa enfatiza la importancia de la colaboración entre terapeuta y cliente para co-crear nuevas narrativas más empoderadora y significativa. En el caso de Luz, esto implica ayudarla a reescribir su historia resaltando su resiliencia y fortaleza, en lugar de centrarse únicamente en las experiencias traumáticas que ha vivido. Esta terapia también busca externalizar los problemas, lo que significa separar la identidad de la persona de los

problemas que enfrenta; así Luz podrá ver que ella no es "una víctima" de la violencia, sino una persona que ha enfrentado situaciones difíciles y ha encontrado formas de sobrellevarlas (Pg. 27-75).

Violencia con Huellas

Los emergentes psicosociales de lo que habla Fabris (2010) hacen alusión a todos los sucesos de la cotidianidad y del constructo cultural y social que configuran al ser humano, en la historia de Luz, inicialmente la intranquilidad, sentimiento que vivió al tener Desplazamiento forzoso ya que debían salir de sus tierras por amenazas ya que los querían obligar a vender sus propiedades luego de esto y a causa de la misma violencia su hija vio morir a su padre, llegaron grupos al margen de la ley desterrando a las personas, y quitándoles sus viviendas, vivió la persecución hacia ella y su hija, esto siendo motivo para salir de la región hasta el punto de ser víctima de desplazamiento forzoso, al tener que salir del país para iniciar una vida en compañía de su hija. Estando fuera del país debe sufrió situaciones de necesidad e incomodidad por parte de extranjeros, también el desempleo y redes de apoyo para exiliados, estando lejos fallece su madre y ella sin regresar a acompañarla. Tiene que vivenciar varios momentos difíciles emocionalmente estando sola con su hija en un país donde no conoce mucho.

Teniendo en cuenta el impacto psicológico, se puede identificar que Luz presenta miedo, ansiedad, intimidación, tristeza, dolor, melancolía, desesperación, angustia, vacíos emocionales, duelo, resiliencia y, finalmente, se identifica el optimismo y la esperanza.

En cuanto a la población esta es diversa en todos los aspectos culturales, los unen los hechos violentos y la desprotección por parte del Estado.

De Víctima a Sobreviviente

Según la defensoría del pueblo, en el año 2023 fueron más de 54.000 personas desplazadas a consecuencia del conflicto armado (Defensoría del Pueblo, 2023). En el relato de Luz, tanto ella como su hija, experimentaron la dureza y crueldad del conflicto armado. Víctimas porque el esposo de Luz y padre de su hija fue asesinado; pero también porque están en condición de desplazamiento. Sobrevivientes, porque lograron salir con vida de su territorio a otro país y lograron contar la experiencia en un discurso aferrado a la esperanza, una práctica o un conocimiento que construye realidad y proporciona una forma común de entender el mundo por los individuos y pragmáticamente, es el lenguaje en uso y sus efectos en los distintos contextos sociales. (Urta, 2013).

Las cicatrices que Luz y su hija experimentan como por ejemplo el asesinato del esposo y padre; la segunda herida que se generó fue a causa del desplazamiento forzado. Por estos hechos y otros que han sufrido, es importante garantizar la reparación integral, con el fin de que puedan reconstruir su proyecto de vida; aunque, la condición de desplazamiento ejerce una presión para tomar decisiones rápidas que pueden ir en contravía con los proyectos de vida ya trazados, adicional la capacidad de reacción y enfrentamiento a nuevas situaciones se hace evidente.

Pero como todo en la vida, siempre habrá una luz o la esperanza de volver a empezar. A través del Enfoque Narrativo, Nenshiel, M. (2015) asegura que contar cada historia desde diferentes perspectivas y coincidir en la forma de comprender el caso de cada de cada víctima y sobreviviente, transporta a un ambiente positivo, de comprensión y entendimiento por los hechos ocurridos lo que significa un panorama que impulsa a la transformación y surgimiento.

A través de los relatos y los diferentes repertorios que proporcionan las víctimas y la comunidad en general, se puede obtener la subjetividad global y los deseos y necesidades de las víctimas (Jimeno, 2007, p. 180).

La Violencia y su Impacto en la Subjetividad. Para la protagonista, la violencia es todo acto realizado por personas externas a la comunidad donde se vean vulnerados sus derechos, en este caso el asesinato de su esposo que hizo, que se destruyera su familia y entrara en una crisis sumado al desplazamiento forzoso, esta presión y hostigamiento la obligaron a tener que huir a otro país para proteger su vida y la de su hija, tristemente tuvo que dejar a su mamá quien luego muere, es entonces otro duelo que se suma, surgen entonces nuevos aprendizajes para madre e hija, como por ejemplo el de estar como inmigrante indocumentada. Teniendo estos sucesos claros se puede decir que para la protagonista el significado de violencia es todo hecho que la haga perder su equilibrio emocional.

La configuración de lo que significa la experiencia subjetiva hace referencia a que se involucran varios aspectos tanto a nivel cultural, político, significados, símbolos, las emociones y las cogniciones mismos que dan un sentido al relato de la víctima. (Jimeno, 2007, p. 181).

El sentido subjetivo a través de la experiencia ha sido muy importante para servir de referente en otros casos similares que encuentran en el dolor un sentido de empatía y de reconocimiento en el relato analizado compartir esta experiencia con otras víctimas le da la posibilidad a Luz de estar en paz con ella misma, lo que permite una Paz compartida.

Adaptándose a la Realidad. Para la protagonista los recursos de afrontamiento se inician con el amor y la protección por su hija en el momento en que decide huir de sus tierras y buscar una mejor alternativa, luego de esto al verse y sentirse perseguida tomar la decisión de salir del país cruzar la frontera y llegar a la búsqueda de redes de apoyo que como ella se

encuentran indocumentadas en la ilegalidad y buscan otra forma de vida en otro lugar, para encontrar un sentido de vida, de identidad de pertenencia.

La memoria colectiva se produce de los relatos individuales que tienen un común denominador la violencia, mismos que reconstruyen el pasado y se mantienen desde el entendimiento en el presente. (Molinares y Orozco, 2020).

Para el caso objeto de análisis Luz tiene en cuenta unos recursos que le permiten afrontar su realidad como son el deseo de seguir adelante, la postura positiva que le impulsa a buscar mejores oportunidades tanto para ella como para su hija, la confianza que como persona y mujer tiene en la vida y en el futuro, autocontrol, habilidades sociales y su alta capacidad de resolución de problemas.

La Resiliencia Frente a Eventos Estresores. “El autocontrol es una capacidad cognitiva, emocional y conductual que permite a la persona inhibir deseos inmediatos y respuestas impulsivas, y regular su comportamiento” (Chaverri & León, 2022).

La confianza es poseer un sentido interno y realista de nuestras capacidades. Confiar en uno mismo y en sus capacidades es crucial para gestionar los retos emocionales y alcanzar objetivos en la vida.

El afrontamiento positivo de la adversidad “son los esfuerzos cognitivos y conductuales constantemente cambiantes que sirven para manejar las demandas externas y/o internas que son valoradas como excedentes o desbordantes de los recursos del individuo” (Poch, et al., 2015).

La conciencia de presente disfrutar de los pequeños detalles y no pierden su capacidad para asombrarse ante la vida; de esta forma es más fácil enfocarse en los aspectos positivos que nos ofrece cualquier situación, complicada o no.

La flexibilidad más perseverancia, hace referencia a la existencia de un propósito significativo en la vida le da la fuerza interior para responsabilizarse de perseguirla, con flexibilidad y sin obstinación.

La sociabilidad es la predisposición innata de los seres humanos a asociarse, interactuar y formar relaciones con otros.

La tolerancia a la frustración y a la incertidumbre es ser capaces de afrontar los problemas y limitaciones que nos encontramos a lo largo de la vida, así como las molestias o incomodidades que puedan causarnos.

Tabla 1*Preguntas Circulares, Reflexivas y Estratégicas*

Tipo de pregunta	Pregunta Planteada	Justificación desde el campo Psicosocial
Preguntas Circulares	¿Cuáles han sido los mecanismos de apoyo con los que ha contado para superar esta experiencia traumática que generó el conflicto armado?	Estas preguntas recaban información y buscan dinámicas que establezcan relaciones existentes entre los sistemas como originadores o desencadenantes del fenómeno. Para dar sustento cito a Lazarus y Folkman (1984), quienes hablan de la respuesta a los diferentes hechos que una persona sufrió y que experimentaron como amenazantes, a través de la racionalización se puede entender porque sucedieron.
	¿Qué piensa que cambio a nivel social y cultural por consecuencia del desplazamiento forzoso?	La forma como Luz se relacionaba con la gente de su comunidad muestra los rasgos sociales más fuertes tales como imaginarios, costumbres. Marcan a su vez una estructura cognitiva para hacer frente a una situación difícil como lo indica (Arévalo, 2010).
	¿Quién fue el integrante de su familia más golpeado desde su emocionalidad por los hechos sufridos a raíz de la violencia?	Esta pregunta es importante dado que nos permite conocer que miembro de la familia resultó más afectado con los hechos violentos, y poder hacer una intervención psicológica y terapéutica más oportuna y eficiente. Es claro que la influencia del ambiente y la relación

Preguntas Reflexivas	¿Cómo describiría su vida en un antes y un después de haber experimentado aquellos eventos a causa del conflicto armado?	existente en la dinámica familiar influyen en la manera como Luz toma las decisiones. Las afectaciones psicológicas pueden perduran en el tiempo y mantenerse lo que asegura el daño dependiendo esto dependiendo del tipo de violencia experimentada. (Cuadris y Barrios,2018)
	¿Qué es lo que más le preocupa de su situación actual como desplazado y exiliado?	Este tipo de preguntas generan un cambio significativo en la victima ya que a analizar desde el interior se logra una racionalización de lo vivido y una postura positivista que propende por el cambio. De acuerdo a Echeburúa (2007), callar es una forma de sobrellevar el dolor sin embargo narrar y contar hace parte de una internalización consciente que de alguna manera sirve de ejemplo y también se trabaja la proyección en el sujeto El trauma por hechos de violencia generalmente interfiere de manera negativa en la vida de las personas. Sin embargo, “muchas personas se muestran resistentes a la aparición de miedos intensos, de gravedad clínica, tras la experimentación de un suceso traumático y son capaces de retomar la vida cotidiana y de disfrutar de otras experiencias positivas” (Avia y Vázquez, 1998; Rojas Marcos, 2002;

Trujillo, 2002, citado por Echeburúa, 2007, p. 13).

¿Qué le gustaría sus familiares y demás personas a su alrededor, dijeran acerca de la forma como usted hizo frente a los hechos violentos?

Esta pregunta hace que Luz reflexione y sea consciente de los retos a los que se vio expuesta y la capacidad de afrontamiento en momentos de crisis y de caos, dicho cuestionamiento fortalece su autoestima, le resignifica como persona y le encuadra a nivel de valía, autonomía y suficiencia. Para apoyar esto es necesario que hablemos de lo que significa la resiliencia comunitaria, según White, M. (2016), cobrando importancia, ya que individuos son prototipos de vida en cuanto a los mecanismos de exigencia de derechos y actitudes para afrontar las consecuencias del conflicto armado además de la repercusión política y social que se pueda dar.

Preguntas
Estratégicas

¿Qué lecciones has aprendido sobre resiliencia y fortaleza personal a partir de la experiencia vivida dentro del conflicto armado?

Las preguntas estratégicas poseen una respuesta implícita y permiten la movilización de las personas en estados de frustración. Para White (2016), una de las cosas que primero considera es la restauración del valioso sentido de lo que son, de cómo ser persona, y del “sentido de si-mismo”. Algunos aspectos cruciales están relacionados con el descubrimiento de aquello a lo

que la persona le da valor en la vida. Por eso, es muy importante saber cuáles son las lecciones de resiliencia y como mediante estos eventos encuentran algo positivo para compartir y ayudar a otros en la misma situación.

¿Qué acciones o prácticas te han ayudado a mantener viva tu conexión con tu cultura y tus raíces a pesar de las dificultades?

Desde la perspectiva de la Psicología Positiva, en particular en el marco de la resiliencia y el crecimiento postraumático, la pregunta estratégica busca profundizar un posible catalizador para el crecimiento personal y la superación de adversidades. Según Vera, Carbelo y Vecina (2006), las personas pueden experimentar un crecimiento significativo después de enfrentar experiencias traumáticas, encontrando nuevos significados en la vida y desarrollando nuevas habilidades para afrontar futuros desafíos (Pp. 40 - 49).

¿De qué manera puede mejorar su calidad de vida después de haber vivido situaciones de violencia y de tener apoyo emocional y Psicológico?

Esta pregunta demuestra la importancia del apoyo psicosocial con los criterios de idoneidad, oportunidad, beneficencia principios que indican el código ético y deontológico del Psicólogo. En cuanto a Luz se le invita a generar un proceso de interiorización que le desarrolle como persona y que le permitan visibilizar su proyecto de vida. La construcción del proyecto de vida desarrollado a través de la reflexión y el entendimiento entre la

población víctima, su red social y los acompañantes, de alguna manera propicia sobrepasar los efectos sociales y emocionales de la violencia, como lo indica el autor “A través de la resignificación de la identidad y del reconocimiento de recursos personales y sociales, en el marco de la categoría de sujeto de derechos”. (Arévalo, 2010).

Nota. En la presente tabla se plantean preguntas circulares, reflexivas y estratégicas para el relato de Luz. *Fuente.* Autoría propia.

Análisis y Estrategias de Abordaje Psicosocial para el Caso de “Masacre en El Salado: Relatos de Resiliencia Después de 20 Años”

Un grupo de 450 paramilitares, acompañados por helicópteros, perpetraron en el Salado entre el 16 y el 21 de febrero del año 2000 y dieron muerte a 60 personas que estaban totalmente indefensas, ocasionando una de las peores masacres de las que han ocurrido por el conflicto de Colombia. El único escenario deportivo que existía en la comunidad fue el escenario donde todos los habitantes tuvieron que presenciar un teatro real de la barbarie donde el público eran los mismos saladeros, quienes fueron obligados a presenciar una borrasca de placer desmesurado por parte de los criminales utilizando la música que era parte sagrada de la cultura, como principal instrumento de humillación y burla para someterlos a todos. En el caso de Yirley, líder social y víctima del Salado, quien fue violentada, física, sexual, psicológica y emocionalmente, pero quien sobrevivió para contar la historia con secuelas y heridas que jamás fueron reparadas como ella misma lo narra, sin embargo, sigue su lucha con la esperanza de volver a reconstruir el tejido social en su comunidad. Finalmente, a raíz de la masacre, toda la población sobreviviente se desplazó a otros territorios y 2 años después, Yirley y otros sobrevivientes deciden emprender el retorno sin ninguna garantía o ayuda por parte de las instituciones colombianas (El Tiempo, 2020).

Emergentes Psicosociales

Fabris (2012) define los emergentes psicosociales como “los hechos y procesos que ocurren en situaciones cotidianas que nos permiten ubicar y comprender la subjetividad como una dimensión específica de los procesos sociohistóricos” (p36). Desde un punto de vista psicosocial, cultural y político los emergentes psicosociales son signos relevantes. Contribuyen con significados cualitativos importantes al proceso social y afectan en la

vida cotidiana, repercutiendo y subjetivando colectivamente. Los emergentes psicosociales específicamente no son urgencias o emergencias sociales, pueden incluso pasar desapercibidos.

En el centro poblado del Salado ubicado en la región de los Montes de María; antes de la masacre perpetrada por paramilitares; la gente vivía en paz, tenían sueños, proyectos de vida, existían lazos comunitarios, vivían arraigados a su cultura y costumbres, disfrutaban y compartían todo lo que les ofrecían esas tierras; pero lamentablemente, tuvieron que vivir en carne propia el terror de la violencia. Según el Centro de Memoria Histórica en los días comprendidos del 16 y 21 de febrero de 2000, 450 paramilitares exhibieron una puesta en escena de terror donde cualquiera de los saladeros era víctima potencial (de Memoria Histórica, 2009).

Los hechos de violencia ocurridos en El Salado mostraron un derroche de violencia en una comunidad marginada y olvidada, hechos que invadieron la historia de ese pueblo e impactaron negativamente en la salud física, emocional, mental, espiritual, social, ambiental y económica de todos los habitantes de esta humilde comunidad. De la misma manera, se modifican las dinámicas individuales, familiares, grupales y las subjetividades sociales, las costumbres, la cultura, las tradiciones y hasta los hábitos alimenticios.

Por tanto, los emergentes psicosociales del proceso sociohistórico y de la cotidianidad de El Salado que se logran identificar son los siguientes impactos psicosociales que afectaron a las víctimas: trastorno de pánico, tristeza, ansiedad generalizada, agorafobia, fobia social, fobia especificada, estrés postraumático, ansiedad por separación, depresión mayor, distimia, frustración, dolor y duelo por pérdida de los que ya no están, trastorno de la conducta y pérdida de la confianza y desesperanza como lo

expresa Yirley: “salí sin ganas de nada, ni de seguir viviendo” (El Tiempo, 2020. 20 mtos. 24s). En lo que se refiere a los impactos sociales como tal, en la comunidad se evidencia: ruptura de la estructura social; vulneración de los derechos humanos, pérdida la identidad comunitaria; falta o presencia de apoyo social y de respuesta institucional; extrema pobreza; desplazamiento forzado; violencia física, psicológica, emocional, sexual y mental; intimidación cuando se infundía el terror en toda la comunidad con hechos como el que relata Yirley en el documental de El Tiempo: “inician la selección de la próxima víctima jugando al 30 con cada uno de los que estaban en la cancha, al que le cayera el 30, a ese mataban, entre esos estaba mi hermano” (El Tempo, 2020. 9 mtos. 8s).

El documental donde se narra la masacre del salado, que 20 años después publicó El Tiempo, permite conocer una parte de la realidad colombiana que muchos ignoramos, específicamente la realidad de los hechos ocurridos en la comunidad El Salado apenas iniciando el año 2000. En otras palabras, lo que sucedió en este territorio y con los habitantes, se podría definir como otro” holocausto colombiano”. No solo arrebataron la vida de muchas personas, también acabaron con la identidad de una comunidad, dejaron innumerables daños físicos, mentales, materiales y sociales; logrando así sentimientos de dolor, tristeza, desesperanza, deseo de venganza, incredibilidad en las instituciones colombianas y por ende en los procesos de paz, el calvario de ciento de personas suplicando misericordia y respeto por la vida y la integridad de todos, la estigmatización a nivel regional y global como ellos mismos lo expresan, “entonces la gente dice: Montes de María y creen que es el conflicto; antes no existíamos y después del conflicto seguimos existiendo los que sobrevivimos”. (El Tiempo, 2020. 25 mtos. 44s). De la misma manera, se evidencia la falta de seguridad y garantías en lo que se refiere a la protección del territorio y sus habitantes, cambios demográficos, perturbación en las creencias religiosas, necesidad de la

reestructuración del proyecto de vida, sentimientos de daños irreparable, cambio en las dinámicas familiares e incluso separación y pérdida de seres queridos.

Impacto Catastrófico en El Salado

Para Valls Llobet (2010), “la calidad de vida es una medida de salud diseñada para analizar las condiciones biológicas, psicológicas y sociales y los hábitos de comportamiento, así como las discapacidades que impiden al ser humano desarrollar su vida con un grado aceptable de autonomía.” (p. 175).

De acuerdo con lo anterior, y en lo que narra Yirley líder social y comunitaria, sobrevive a la masacre en El Salado según el documental de El Tiempo, el impacto que generaron estos hechos en la vida de ella, su madre y demás habitantes identificamos la inconformidad y sin sabor que quedo en ella: “yo siento que no hubo justicia, no hubo reparación, no hubo verdad, para nada!” (El Tiempo, 2020. 23mts. 22s).

Las formas de violencia con las que fueron masacrados los habitantes de la población El Salado, dejaron en ellos daños físicos como fracturas, hematomas y sangrados por las heridas abiertas por la forma en que los torturaron y golpearon, daños quizás irreparables en sus órganos internos. De la misma manera, los actos de violencia sexual que ocurrieron con las mujeres y los estados de shock por tener que presenciar escenas verdaderamente inhumanas como las ocurridas y, para completar, pasar noches eternas sin poder dormir durante el tiempo que duro la masacre y después de esto, los que sobrevivieron como Yirley, su familia y demás habitantes, tener que lidiar con el dolor físico, moral, mental y emocional.

Dentro de los *impactos biológicos* que se evidencian en los sobrevivientes de la comunidad el Salado, están la necesidad de sentirse seguros, la necesidad de

acompañamiento, la necesidad de afecto, la necesidad de amor y poder y la necesidad de elaborar la cultura y manifestarla mediante el lenguaje.

El factor biológico determina el desarrollo de un macro ecosistema sociocultural que conducirá los factores conductuales suficientes para el componente sociocultural que es derivado de la herencia genética.

En cuanto a los impactos psicológicos, según la Ley 1616 de 2013, la Salud Mental en Colombia es uno de los principales derechos para los ciudadanos, prioritario en las mesas de salud pública, parte de los bienes de interés público y es componente del bienestar general y el mejoramiento de la calidad de vida de los colombianos (Citado por Castaño et al., 2018). Sin embargo, lo ocurrido con cada uno de los habitantes de la comunidad el salado, permite identificar que la salud mental no es tan “prioritaria” para las instituciones en Colombia porque jamás fueron reparados emocionalmente. Niños, niñas, jóvenes, adolescentes, adultos y adultos mayores sufrieron diferentes traumas psicológicos y emocionales alterando el comportamiento cultural de todos y todas, mostrándose personas inseguras, con conductas de timidez, frustración y todos estos comportamientos son evidencia de un desequilibrio social. El no saber sobrellevar el estrés influirá en conductas sociales futuras en la interacción dentro de la familia, la sociedad, los grupos, la educación, la religión, como también influirá para temas cotidianos de la vida: como la forma de enfrentarla, lo que se percibe de los demás y hasta problemas de sexualidad, etc.

Al hablar de *impacto socio – cultural*, Matus (2015), afirma que “la socio - cultura es central en la creación de expectativas, normas, interpretaciones y conductas prototípicas que rigen el comportamiento humano. Las normas de interacción humana son entonces transmitidas e inculcadas a través de los procesos de socialización” (p. 39).

Un 18 de febrero los habitantes de El Salado salieron en estampida, huyéndole a la muerte; porque los paramilitares habían invadido la historia de ese pueblo produciendo una transformación en la forma de vida y los sonidos musicales que se escuchaban a diario; profanando lo sagrado de ese territorio: la música, como lo narra Neida Narváez líder comunitaria y víctima: “entonces a veces las personas creían que no estaba pasando nada; porque se escuchaba mucha música, vamos que era que ellos estaban celebrando, ¿y que celebraban?... la muerte (El Tiempo, 2020. 1mto. 20s).

Después de la masacre, El Salado se convirtió en un pueblo fantasma, se apagó la música, todo se convirtió en llanto, dolor y tristeza, quedaron vulnerables y olvidados en su propio territorio. Jamás hubo más bailes, ni más fiestas. Se acabó el trabajo en el campo, los cultivos de tabaco se secaron. Los que quedaron necesitaban desplazarse a las ciudades principales o a los pueblos vecinos; pero que también estaban asediados por los grupos paramilitares.

Por largo tiempo los saladeros olvidaron esa cultura que los identificaba, de los trabajos del campo, la música, el baile y el canto. La masacre indudablemente quebró todo.

Para los saladeros, jamás hubo políticas de seguridad para ese territorio, por el contrario, “el ejército ingresa el mismo 19 en la tarde, saliendo ellos (los paramilitares) ingresa el ejército y empieza a decir hay que recogerlos porque definitivamente el calor aquí en el salado una temperatura muy alta” (El tiempo, 2020, 17mtos. 35 s). Era evidente que jamás hubo garantías de seguridad para los saladeros, ni antes y mucho menos después, porque lo único que les quedó fue el desplazamiento. Según Yirley, desde ahí empiezan a vivir todo el desplazamiento “nadie se atrevía a entrar del Carmen acá, ni de acá hacia el Carmen porque ellos en el momento de irse dijeron: esa trocha, ese camino está minado y nadie podría entrar o salir” (El Tiempo, 2020. 19 mtos. 4s).

Retornan algunos de los sobrevivientes, pero deben empezar de cero, lo que encuentran es un pueblo lleno de rastrojo, casas destruidas, el campo deportivo donde ocurrieron las masacres les recordaba a cada una de los individuos que enfrentaron torturas y que luego fueron asesinados, no había centro de educación, no había iglesia, la pobreza era extrema, se evidencia el analfabetismo; pero aun así, los saladeros retornaron a su tierra natal, aunque, sin ninguna garantía por parte de las instituciones colombianas afirma Yirley, líder y sobreviviente:

(...) lo hicimos sin ninguna garantía, sin acompañamiento de ninguna organización, fue enfrentarnos primero a la maleza que había en la comunidad, segundo enfrentarnos a muchas situaciones difíciles; porque hubo nuevamente otros asesinatos en otras veredas y la gente empezó a tener un poco de temor (El Tiempo, 2020. 3mtos. 6 s).

Como si fuera poco, la violencia produce dentro del núcleo familiar un sufrimiento dilatado y un desconsuelo casi imposible de superar. Las constates sensaciones de preocupación e intranquilidad, desencadenados por la falta de presencia del estado colombiano. Estos hechos hacen que se provoque la interrupción de proyectos y planes familiares, desatendiendo las necesidades de los demás miembros del hogar. De acuerdo con las afirmaciones de Yirley, líder social y sobreviviente, después del retorno, ahora eran víctimas de amenazas: “conmigo y con toda mi familia, en estos momentos, llevamos aproximadamente un año de estar siendo víctimas de amenazas constantes que nos van a matar y a picar a mi mama y que van a hacer que me la coma” (El Tiempo, 2020. 3 mtos. 51 s).

En sus arraigos por el territorio, por la cultura y por sus raíces, los saladeros que retornan realizan actos simbólicos con cada mata de maleza que arrancaban, arrancaban

plantas, arrancaban el dolor en los corazones de los que quedaron y se atrevieron a volver; pero en memoria de los que ya no están, estaban dispuestos a seguir adelante, lloraron, se secaron las lágrimas, se amarraron las abracas y se apretaron la pretina cogiendo la vida en peso para continuar y ayudar a los demás (El Tiempo, 2020). Esto permite evidenciar la reconstrucción de la estructura social y la resiliencia.

Proceso de Transformación. Frente a los traumatismos sufridos, los sobrevivientes de El Salado desarrollaron mecanismos de resiliencia como método de subsistencia. El cuidar de las personas que aman es una de las maneras de resiliencia más visibles de las víctimas. Patriarcalmente, han sido las mujeres las que compensan esos cuidados continuamente y casi siempre, pasan desapercibidas. Así, aun siendo ellas mismas las víctimas, se preocupan por brindar a los demás lo que ellas han perdido como estabilidad emocional, económica y un ambiente de armonía con miras al futuro.

Otra de las formas de resiliencia, es la familia como medio de salvación. Es la familia la principal preocupación para evadir los traumas. Las mujeres suelen tomar las riendas en la familia, protegiendo a sus padres, hijos, esposos, hermanos y hasta a los vecinos de la comunidad. El círculo familiar, es el lugar donde olvidan todo el sufrimiento y el dolor que sienten.

Uno de los símbolos de resistencia que les permitió construir una puerta para poder perdonar, pero sin dejar atrás las memorias, fue la música. La música fue el medio para cantarle a los momentos difíciles, porque algo tenían claro todos los sobrevivientes es que la música cura el alma, la música los hacía sentir vivos. Después de mucho tiempo sintiendo miedo y estar en silencio; los tambores, las flautas y los cantos, callaron el sonido de las balas en El Salado.

Por otra parte, se resalta la construcción de un espacio social de encuentro que permite construir las memorias individuales y colectivas en pro de la reconciliación. La memoria permite recordar el pasado y proyectar el futuro, las memorias dan sentido al pasado de las víctimas y les da la oportunidad reconstruirse de forma menos dolorosa.

En las actitudes positivas de los sobrevivientes de El Salado, se identifica que se les dificulta más aceptar el abandono por parte del estado; porque Yirley asegura que “que sin importar los hechos tan atroces que vivió, comprendió que ella solo murió ese 8 de febrero, porque aún está en pie de lucha, no se quedó en la condición de víctima” (El Tiempo, 2020. 26 mtos. 4s).

Tabla 2*Estrategias de Abordaje Psicosocial*

Estrategia 1. Logrando la Resolución o Modificación del Estrés	
Descripción Fundamentada	<p>“Para las víctimas de la violencia, las estrategias de afrontamiento en son importantes, ya que son recursos de las personas ante situaciones que les generan estrés y en el que por instinto buscan salidas frente a intimidaciones. Lazarus y Folkman (1984), aseguran que el afrontamiento es el “esfuerzo cognitivo y conductual que debe realizar un individuo para manejar esas demandas externas o internas y que son evaluadas como algo que excede los recursos de la persona, es lo que se ha acordado denominar estrategias de afrontamiento” (citado por Bermejo-Martins, 2020).</p>
Objetivo	Fortalecer los esfuerzos conductuales y cognitivos realizados por los sobrevivientes del Salado, a través de la participación en talleres de ayuda psico-emocional para afrontar las situaciones que les está generando estrés.
Fases y Tiempo	<p>Fase 1: Estudio</p> <p>Descripción del lugar donde se realizará el diagnóstico y de los participantes, identificación de los problemas sociales, selección de herramientas y técnicas para recolectar la información de la comunidad El Salado.</p> <p>Duración: 1 mes</p> <p>Fase 2: Diagnostico</p> <p>Realizar el diagnóstico psicosocial de los pobladores y el contexto de la comunidad El Salado.</p> <p>Duración: 1 mes</p> <p>Fase 3: Diseño</p> <p>Se diseñará un plan de acción psicosocial enfocado a fortalecer los esfuerzos conductuales y cognitivos centrado en resolver el problema de</p>

manera lógica, en las soluciones y acciones para la adaptación de la situación.

Duración: 1 mes

Fase 4: Implementación

Se realizarán encuentros con los participantes de los pobladores de El Salado mediante la promoción y talleres lúdico-dinámicos promoviendo el bienestar individual, familiar y comunitario.

Duración: 4 meses

Fase 5: Evaluación

En esta fase se evalúa el impacto de la intervención psicosocial a través de un post test que se aplica a todos los participantes del Salado.

Duración: 1 mes

Acciones por Implementar	Inicialmente, se dará la bienvenida a los encuentros grupales y se realizará una dinámica de presentación; se hace entrega a cada participante del álbum de la estrategia; se realizan ejercicios de autorregulación física, manejo de la respiración; construcción de la noción de sobreviviente; representación del evento que cambio mi vida; mi vivencia; círculos concéntricos; las crisis; acto heroico; sendero de la vida y la evaluación final.
Impacto Deseado	Se espera que los pobladores de El Salado que participaron en la estrategia fortalezcan las habilidades conductuales y cognitivas que les permita hacer frente a las situaciones de estrés individual, familiar y comunitario generado por la violencia.

Estrategia 2. Regulando las emociones generadas por los hechos de violencia

Descripción Fundamentada	La reparación integral a las víctimas del conflicto armado interno en Colombia busca “la construcción de un tejido social que favorezca el reconocimiento y re significación del sufrimiento, la continuidad del sentido y proyecto de vida, pensando que es posible la recuperación
--------------------------	--

emocional de las personas que han sido víctimas directas o indirectas” (Unidad de Víctimas, 2024, p. 3). A través de la narrativa nos acercaremos a los significados con que las víctimas han definido los hechos victimizantes, conociendo estos significados nos permitirá entender como ellos construyen y estimulan las historias a nivel personal, familiar y social.

Objetivo	Favorecer las prácticas individuales, familiares y sociales de los sobrevivientes de El Salado para regular las emociones generadas por los hechos violentos.
Fases	y Fase 1: Organización de grupos
Tiempo	Los grupos se conformarán por un máximo de 15 participantes. Se realizará 1 encuentro por semana durante 2 meses y cada encuentro tendrá una duración de 2 horas.
	Duración: 15 días
	Fase 2: Diagnóstico
	El diagnóstico para la estrategia se realizará en encuentros grupales donde se formularán preguntas lineales, circulares y reflexivas para visualizar un panorama de probables respuestas, probables emociones o acciones nuevas.
	Duración: 1 mes
	Fase 3: Diseño
	Se diseñará un plan de acción psicosocial orientado en favorecer las prácticas individuales, familiares y sociales para regular las emociones generadas por los actos de violencia.
	Duración: 1 mes
	Fase 4: Implementación
	Se llevará a cabo 1 encuentro semanal con los participantes de la población del Salado durante 2 meses con una duración de 2 horas cada uno. En cada encuentro se realizarán actividades lúdico-dinámicas que contribuyan al fortalecimiento de los recursos de afrontamiento a la situación vivida.

Duración: 2 meses

Fase 5: Evaluación

En esta fase se evalúa el impacto de la intervención psicosocial a través de un post test que se aplica a todas las personas que hicieron parte de la estrategia.

Duración: 1 mes

Acciones por Implementar	<p>Paso 1. Saludo y presentación</p> <p>Paso 2. Invitación de participación en los encuentros</p> <p>Paso 3. Encuentros: Construyendo el contexto; Consecuencias de la violencia; El reencuentro, más que dolor; Autoconocimiento; Construir memorias; Rehaciendo nuestras vidas; Sanando mis cicatrices y la Evaluación.</p>
Impacto Deseado	<p>Se espera que los pobladores del Salado (Departamento de Bolívar) que participaron en la estrategia, cuenten con herramientas que les permitan regular las emociones generadas por los actos de violencia a nivel individual, familiar y social y de esta manera puedan responder de forma constructiva.</p>

Estrategia 3. Recuperando el Tejido Social

Descripción Fundamentada	<p>El apoyo social según Almagiá (2004), ayuda a las víctimas de la violencia a sentirse estables, a predecir y controlar lo que les hace sentirse mejor y a tomar positivamente el entorno, así mismo, esas emociones los motivaran al autocuidado y a la interacción de manera más asertiva con los demás y a hacer uso de recursos individuales y sociales para afrontar los factores estresores.</p>
Objetivo	<p>Brindar herramientas que les permita a los pobladores del Salado, reconocer y hacer uso de las redes de apoyo social a nivel individual, familiar y comunitario para movilizarlos a las víctimas a favor del bienestar.</p>

Fases	<p>y Fase 1. Identificación</p>
Tiempo	<p>En esta fase se busca conocer las formas de apoyo real que han recibido las víctimas y a las que pueden acudir cuando lo requieran Así mismo, conocer las formas de ayuda que las víctimas perciben acerca del apoyo con el que creen pueden contar.</p> <p>Duración: 15 días</p> <p>Fase 2: Diagnóstico</p> <p>El diagnóstico para la estrategia se realizará con una entrevista semiestructurada que consta de 10 preguntas abiertas, que se aplicará a los pobladores y participantes del Salado para identificar la problemática principal y las posibles soluciones en cuanto a la red de apoyo social.</p> <p>Duración: 1 mes</p> <p>Fase 3: Diseño</p> <p>Se diseñará un plan de acción psicosocial que brinde herramientas a los pobladores del Salado, para reconocer y hacer uso de las redes de apoyo social a nivel individual, familiar y comunitario y así movilizarlos a favor del bienestar.</p> <p>Duración: 1 mes</p> <p>Fase 4: Implementación</p> <p>Se llevará a cabo 1 encuentro semanal con los participantes de la población del Salado durante 1 mes 1 semana con una duración de 2 horas cada uno. En cada encuentro se realizarán actividades lúdico-dinámicas que contribuyan al fortalecimiento de los recursos de afrontamiento a la situación vivida.</p> <p>Duración: 2 meses</p> <p>Fase 5: Evaluación</p> <p>En esta fase se evalúa el impacto de la intervención psicosocial a través de un ejercicio reflexivo para escuchar los comentarios y reflexiones por parte de los participantes.</p> <p>Duración: 1 mes</p>

Acciones	por	Paso 1. Saludo y presentación
Implementar		Paso 2. Invitación de participación en los encuentros Paso 3. Encuentros: El árbol de mi vida; Mi red; Caja de herramientas; Mapa de redes y el Seguimiento.
Impacto Deseado		Se espera que los pobladores del Salado (Departamento de Bolívar) que participaron en la estrategia, hagan uso de la red de apoyo social con las que cuentan para que se puedan movilizar a favor del bienestar individual, familiar y comunitario. De esta manera, se reconstruya el proyecto de vida y el tejido social.

Nota: En esta tabla planteamos estrategias psicosociales para la potenciación de recursos de afrontamiento en los sobrevivientes de El Salado. *Fuente:* Autoría propia.

Informe de Análisis y Reflexión sobre la Experiencia de Foto-Voz

La violencia, en sus diversas manifestaciones, ha dejado una profunda huella en muchas comunidades alrededor del mundo. Las secuelas de conflictos armados, la violencia de género, el narcotráfico y otras formas de violencia han impactado de manera significativa la vida de poblaciones enteras, alterando no solo su presente, sino también su futuro. En este contexto, la metodología de foto voz se ha convertido en una herramienta poderosa para permitir que las comunidades expresen sus vivencias, emociones y percepciones en torno a la violencia y sus efectos en sus vidas y entornos.

El caso del Parque Morichal en Villas de Granada, Granada Meta, es un ejemplo claro de cómo los lugares pueden transformarse y adquirir nuevos significados a lo largo del tiempo. Anteriormente, este terreno se usaba para actividades violentas, lo que generaba una percepción negativa del lugar. Sin embargo, con el tiempo y el crecimiento de la comunidad, se decidió transformar este espacio en un parque, lo que representa una forma de resignificarlo y convertirlo en un lugar de encuentro y recreación para la comunidad. En este ejercicio de foto-voz, se pone de manifiesto la relevancia de las memorias individuales y colectivas desarrolladas por los sobrevivientes del flagelo de la violencia. Es crucial destacar la importancia del territorio, en el cual intervienen factores sociales, políticos, institucionales y ambientales; todos estos elementos contribuyen a su complejidad, convirtiendo al territorio en el contexto y en el lienzo en el que se plasma la realidad. Como lo describen Álvarez y Rendon (2010), "el territorio trasciende el escenario del espacio como figura geográfica y resalta como factor de desarrollo".

Las experiencias narradas desde el municipio de Saravena en la comunidad del barrio el Cofavi, reflejan la manera como las personas crean vínculos con los espacios; el apego al lugar, la identidad de lugar, la identidad social urbana o el espacio simbólico

urbano. La apropiación es un mecanismo básico del desarrollo humano que permite reconstruir esos sentidos y significados necesariamente compartidos.

El caso presentado desde el municipio de Socha (Boyacá), se puede observar cómo, un reflejo de la manera en que cada una de las personas puede observar y apropiarse de las cosas que pasan a nuestro alrededor, todos tienen una perspectiva propia de los escenarios de violencia, además de afrontarla directa o indirectamente teniendo en cuenta el grado en que afecte una situación; es decir, cada imagen tomada en la foto voz permite tener una imagen de la situación desde afuera pero que en el momento de analizar el contexto se logra evidenciar la trascendencia y tomar conciencia del dolor que allí se ha vivido (Rodríguez R. Cantera, L. (2016).

La personalidad es un elemento clave en la configuración subjetiva de las diferentes expresiones de un individuo. La socialización, la interacción e incluso la comunicación son propias de cada persona, especialmente frente a escenarios de violencia, lo cual puede ser relevante a la hora de realizar un ejercicio de foto voz.

Así mismo, podemos mencionar el caso de Casa Mellas, donde un par de hermanas sufrieron violencia hasta la muerte. Esta casa cobra un significado simbólico como epicentro de cultura para niños, niñas y adolescentes, quienes se reúnen el primer sábado de cada mes en el Municipio de Motavita (Boyacá).

En el caso de Fusagasugá, Cundinamarca, y sus veredas o corregimientos, son lugares que con el paso del tiempo han sido muy golpeados por la violencia y el conflicto armado. Principalmente, estos terrenos han sufrido violencia relacionada con la tierra. Los llamados terreros han sembrado terror en las comunidades rurales durante muchos años al apropiarse de terrenos para lotear y vender sin documentos. La comunidad ha logrado salir

adelante y sembrar esperanza, pese a la despoja de parte de sus tierras, por la resiliencia. Gracias a las instituciones gubernamentales y a la misma comunidad, donde antes se sentía miedo por la presencia de estas personas, ahora se percibe paz y tranquilidad. La comunidad se ha encargado de generar un cambio transformador y hacer respetar sus terrenos, los cuales han logrado conservar.

Sentido Subjetivo de lo Simbólico

Los valores simbólicos y subjetivos que se pueden identificar en la vida son la esperanza, la reparación material y emocional, la justicia social, la libertad, la paz, el empoderamiento y el trabajo en equipo. Es importante resaltar que estos valores simbólicos y la subjetividad están íntimamente ligados a la cultura de una comunidad. Por ello, es relevante enfatizar la identidad y pertenencia; los habitantes se identifican como un grupo, una sociedad a la cual pertenecen y se apropian de ello. Celebran juntos las victorias y sufren las derrotas; no son ajenos al sufrimiento de algunos a causa de la violencia. Se apropian de las memorias, de los recuerdos como si les hubiera pasado a ellos mismos. Eso es comunidad.

Además, los valores simbólicos que pudimos identificar en los diferentes escenarios al realizar este ejercicio de foto voz muestran la fuerza y valentía de las víctimas de la violencia. Queda claro que se levantan para seguir adelante, lo que llamamos resiliencia. A través de los procesos de afrontamiento, la comunidad busca encontrar justicia, verdad y paz.

Como menciona Fabris (2010), "La subjetividad colectiva hace referencia a los modos de pensar, sentir y actuar que tienen los integrantes de un colectivo, incluyendo sus representaciones sociales, emociones y acciones". Cada persona tiene su manera única de

ver el mundo y actuar en consecuencia. Por lo tanto, la configuración de la subjetividad está ligada a hechos que marcan su forma de comprender el mundo.

Es importante tener en cuenta que la construcción de los sujetos se basa en lo aprendido a través de la historia personal y colectiva. Sin embargo, cómo se enfrentan a su realidad está vinculada a una actitud pasiva o activa dentro del rol como sujetos. Algunas personas piensan en no tomar acción y esperar la protección del Estado, mientras que otras transforman su dolor en acciones que resignifiquen los hechos y sensibilicen a otros en solidaridad, perdón y cultura.

En el ejercicio de foto voz realizado en diferentes contextos logramos identificar la importancia de valores simbólicos como la esperanza, la resiliencia, la tolerancia, la comprensión, el bienestar social, el respeto a las creencias individuales y el compromiso con el bienestar común por encima del individual. También es relevante destacar que se evidencia una lucha no solo por un territorio, sino por el bienestar de toda una comunidad. Se hace evidente una violencia acompañada de historias, aprendizajes y momentos que han llevado a valorar más el territorio en la actualidad.

Recordando a Través de Imágenes y Relatos

Las fotografías y la narrativa permiten recordar aquellos hechos victimizantes que generaron malestar a nivel individual, familiar y comunitario. Además, nos recuerdan que no debemos perder la esperanza de alcanzar la paz tan anhelada. En algunas ocasiones, una imagen puede hablar por sí sola, transmitir sentimientos o hacernos reflexionar sobre cómo ven los demás la vida. La fotografía puede contribuir positivamente a las reconstrucciones de memoria de las víctimas de violencia; junto con la narración, puede ser un vehículo para compartir un dolor y que los demás se sientan identificados y repliquen estas acciones,

transformando así una comunidad psicosocialmente y favoreciendo la recuperación emocional de la víctima, su familia y la comunidad en general.

La foto intervención es una técnica de análisis y acción psicosocial que considera la fotografía para visualizar realidades sociales y problemáticas, acorde a los principios de investigación e intervención de la psicología social comunitaria, comprometida con el cambio de realidades (Cantera, 2009).

Con la técnica foto voz se puede documentar los hechos violentos que aquejan a las comunidades; se construye una memoria viva del dolor experimentado y se reconstruyen los fragmentos de tristeza y amargura. Esto fomenta solidaridad y una óptica diferente que propende por la transformación y la empatía. Este ejercicio nos lleva a una reflexión profunda a nivel personal y profesional, ya que está en nuestras manos hacer de nuestro país algo mejor.

La imagen y la narrativa son fundamentales en la construcción de la memoria histórica de las comunidades. Para personas fuera de las comunidades, solo son caminos que conllevan a las veredas; para quienes vivieron las violencias, son recuerdos importantes, son la construcción de las memorias históricas gracias al papel dinamizador que forma la imagen y la narrativa. Se logra desarrollar un recurso muy elocuente sobre la comunidad con la que se trabajó y, por ende, valioso para las mismas comunidades.

Haciendo Frente a la Adversidad. Las imágenes y narrativas muestran la resiliencia de una comunidad que sigue creyendo en la paz y la justicia, una comunidad que sigue desarrollando proyectos beneficiados y que se levanta cada día con el sueño y la esperanza de vivir en paz. No podemos ignorar la importancia de la unión, la valentía y la empatía, recursos que las personas utilizan para enfrentar situaciones de violencia en su comunidad. El apoyo mutuo, el liderazgo para generar cambios positivos a nivel local, y la

capacidad de adaptación frente a situaciones adversas se convierten en oportunidades para comenzar de nuevo, establecer metas claras y ayudar a otros que enfrentan circunstancias similares.

En los contextos analizados se evidencian estrategias de afrontamiento materializadas a través de espacios culturales, parques conmemorativos, entre otros. Se observan diferentes tipos de afrontamiento, como el cognitivo, que abarca la aceptación, la anticipación, el uso del humor, el autoanálisis, la planificación, el poder mental, la preocupación constructiva, el restablecimiento emocional y la reevaluación positiva. Asimismo, el afrontamiento afectivo incluye respuestas como agresión pasiva, hostilidad o resentimiento latente hacia los demás, aislamiento social, búsqueda de apoyo social, autocontrol emocional, catarsis, escape o evitación y supresión emocional. En cuanto al afrontamiento conductual se destacan estrategias como el enfrentamiento directo, la autoafirmación, la falta de afrontamiento y la postergación (Anaya y Romero, 2020).

Es fundamental resaltar los logros y avances de las comunidades que no se resignan al pasado y buscan crear un nuevo estilo de vida. Estas comunidades son ejemplos transformadores para otras que posiblemente atraviesan situaciones similares. Un ejemplo notable es el municipio de Fusagasugá y la vereda que hemos estudiado. Esta comunidad lucha por obtener su documentación legal ante el municipio, ya que por su historia de conflicto no pudo regularizar su situación.

Apreciaciones Sobre la Experiencia. La interacción social puede ser el punto de partida para comprender el origen y las ramificaciones de los diferentes tipos de violencia. A través de diversas ideas y propuestas para abordar el origen de los conflictos presentes en la sociedad, se hace evidente la necesidad de intervenir desde la psique para erradicar cualquier tipo de acción beligerante que afecte al colectivo. Hablar sobre violencia puede

resultar difícil, por eso es crucial establecer encuentros y diálogos con personas que hayan sido víctimas de algún tipo de violencia. Aquellos que han pasado por experiencias similares pueden comprender mejor la situación que otros enfrentan. Compartir experiencias y reconstruir memorias puede contribuir psicosocialmente a sanar las secuelas o el sufrimiento emocional que una persona pueda estar experimentando. Convertir un hecho doloroso en una oportunidad para explorar posibilidades expresivas, como el arte, la narración, la fotografía e incluso el teatro, refleja la fortaleza de la resiliencia en una comunidad.

El ámbito psicosocial es sumamente valioso, ya que resalta la importancia del bienestar social para las comunidades. Se deja de lado el interés individual para luchar por el bienestar común; no es una lucha individual, sino colectiva. Además, resulta relevante el valor político de esta experiencia, pues destaca la importancia del uso adecuado del poder en la recuperación de los lugares o contextos trabajados.

Tras cada experiencia en un lugar visitado, es fundamental brindar apoyo psicosocial que fomente la memoria, la cultura y la historia para valorar los esfuerzos de la comunidad y la experiencia vivida. Esto permite que quienes han sufrido encuentren significado en su dolor y sientan que sus voces son escuchadas por la sociedad. Invita a la reflexión y a intervenir para lograr una transformación positiva que genere desarrollo. Para respaldar esta idea, es pertinente citar a Caballero (2017), quien habla sobre la dimensión psicosocial como el conjunto de acciones destinadas a cambiar conductas y reconstruir la historia.

De acuerdo con Rodríguez & Cantera (2016), el ejercicio realizado permite realizar un análisis exhaustivo de las intervenciones llevadas a cabo, evidenciando que la violencia es un problema universal que atenta contra los derechos humanos y está presente en todos

los contextos sociales. Esto da voz a las problemáticas identificadas en busca de transformación social y nuevas estrategias que permitan visibilizar y brindar soluciones a los afectados.

Conclusiones

La metodología de foto voz ha sido fundamental para comprender las realidades complejas y silenciadas de las comunidades afectadas por la violencia, permitiendo visibilizar sus experiencias, emociones y percepciones. Este enfoque ha facilitado una reflexión profunda y colectiva sobre las causas y consecuencias de la violencia, destacando la importancia de garantizar el acompañamiento psicosocial a las víctimas.

Según Cantera, L. (2016), este enfoque permite visualizar y analizar de manera profunda las experiencias de las mujeres inmigrantes que enfrentan situaciones de violencia, brindando una plataforma para amplificar sus voces y promover la conciencia y el cambio social (Pg. 927 – 945).

La reconstrucción de la historia a través de la narrativa y los repertorios ha sido fundamental para dar voz a aquellos que desean ser escuchados y recordar a quienes ya no están. Este proceso no solo busca dar valor a los sucesos victimizantes, sino también acompañar el proceso hacia la reconciliación, el perdón, la reparación y la no repetición en busca de la paz.

El caso de la señora Luz ejemplifica la resiliencia y la capacidad de afrontamiento frente a la violencia y el trauma. A pesar de haber vivido experiencias devastadoras, Luz muestra una notable determinación para buscar una vida mejor para ella y su hija, destacando la importancia de su posición como sobreviviente y no solo como víctima.

Según White, M. (2016), la terapia narrativa enfatiza la importancia de la colaboración entre terapeuta y cliente para co-crear nuevas narrativas más empoderadoras y significativas. En el caso de la señora Luz, esto implica ayudarla a reescribir su historia resaltando su resiliencia y fortaleza, en lugar de centrarse únicamente en las experiencias traumáticas que ha vivido.

Otro aspecto clave de la terapia narrativa es su enfoque en externalizar los problemas, lo que significa separar la identidad de la persona de los problemas que enfrenta. En el caso de la señora Luz, esto le ayudaría a ver que ella no es "una víctima" de la violencia, sino una persona que ha enfrentado situaciones difíciles y ha encontrado formas de sobrellevarlas (Pg. 27 -75).

En el caso de la masacre en El Salado, se identifican huellas profundas en la vida cotidiana de los sobrevivientes y el proceso socio histórico de esta comunidad, evidenciando una serie de emergentes psicosociales. La pérdida de sentido de seguridad y confianza en el entorno, la desconfianza en las instituciones y en las capacidades protectoras del Estado, entre otros aspectos, han marcado significativamente la vida comunitaria.

Estos impactos se manifiestan a nivel bio-psico-sociocultural, evidenciando traumas físicos y emocionales, afectación de la salud mental, trastornos de estrés postraumático, depresión, ansiedad, problemas de adaptación, desarticulación del tejido social, pérdida de valores culturales, cambios en la estructura familiar y comunitaria, así como estigmatización y discriminación.

En el discurso de esta comunidad se identifican elementos simbólicos de violencia, resiliencia y experiencias de transformación. La violencia se convierte en un elemento simbólico que marca la vida comunitaria generando temor y desconfianza; sin embargo, también emerge la resiliencia como capacidad para sobreponerse a la adversidad reconstruyendo sus vidas a pesar de las tragedias vividas. Estas experiencias han llevado a una profunda transformación en su forma de ver el mundo y relacionarse con él generando una nueva identidad y sentido de pertenencia (Comisión de la verdad. (2022, 11 de abril).

Referencias

- Almagiá, E. B. (2004). Apoyo social, estrés y salud. *Psicología y salud*, 14(2), 237-243.
<https://psicologiaysalud.uv.mx/index.php/psicysalud/article/view/848/1562>
- Bermejo-Martins, E. (2020). Estrategias de afrontamiento.
<https://dadun.unav.edu/bitstream/10171/59843/5/3.%20Estrategias%20de%20afrontamiento.pdf>
- Cantera, L. (2009). La foto intervención como herramienta docente. En Revista de Enseñanza de la Psicología: Teoría y Experiencia Vol. 5 (1).
- Castaño Pérez, G. A., Sánchez Acosta, D., Moratto Vásquez, N. S., Salas Zapata, C., Buitrago Salazar, C., & Agudelo Martínez, M. A. (2018). Salud mental en víctimas de desplazamiento forzado por la violencia en Colombia. El caso de Bogotá, Medellín y Buenaventura. [bitstream/handle/10946/3846/Salud-mental-en-victimas-de-desplazamiento-forzado-por-la-violencia-](https://dadun.unav.edu/bitstream/handle/10946/3846/Salud-mental-en-victimas-de-desplazamiento-forzado-por-la-violencia-en-bogota-medellin-y-buenaventura.pdf)
- Cerquera Córdoba, A. M., Matajira Camacho, Y. J., & Peña, A. J. (2020). Estrategias de afrontamiento y nivel de resiliencia presentes en adultos jóvenes víctimas del conflicto armado colombiano: un estudio correlacional. *Psykhe (Santiago)*, 29(2), 1-14. https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0718-2282020000200107&script=sci_arttexthttps://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0718-2282020000200107&script=sci_arttext#B60
- Comisión de la verdad. (2022, 11 de abril). Historias que retornan | Capítulo 1 - Luz. [video]. YouTube. https://youtu.be/oIUMWf_NnH4
- de Memoria Histórica, G. (2009). La masacre de El Salado: esa guerra no era nuestra. Bogotá: Memoria Histórica.

https://www.centrodehistoriahistorica.gov.co/descargas/informes2009/informe_la_masacre_de_el_salado.pdf

Echeburúa, E. (2007). Intervención en crisis en víctimas de sucesos traumáticos: ¿Cuándo, cómo y para qué? Open this document with ReadSpeaker docReader En *Psicología Conductual*, Vol. 15, N° 3, 2007, pp. 373-387.

https://www.behavioralpsycho.com/wp-content/uploads/2020/04/04.Echeburua_15-30a-1.pdf

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

https://youtu.be/m5_xwJ93cSg

Fabris, F. A. (2012). La subjetividad colectiva como dimensión psicosocial del proceso sociohistórico y la vida cotidiana: su análisis a través de los emergentes psicosociales. *Hologramática*, 16(1), 23-42.

Matus, P. W. V. (2015). *Una Aproximación Bio-Psico-Socio-Cultural al Estudio del Bienestar Subjetivo en México: Un Modelo Explicativo-Predictivo* (Doctoral dissertation, Tesis doctoral) Universidad Autónoma de Sinaloa-México).

https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/44459469/BienestarSubjetivo.desbloqueado-libre.pdf?1459917669=&response-content-disposition=inline%3B+filename%3DBienestar_Subjetivo_desbloqueado.pdf&Expires=1714272973&Signature=fBJFQrqvLRj9q6DUmMKsevSkvNYILIRHGEA-zpkEzSBABTMin6tPt4ucXiShAhTsYgFHQGLLQzlj~65W06CuE1F2laRKXJpEmCzmatXjLHccFpL1vgG2gBwfdNMtYSfmuzFR7rPIP7B2apmLBmji1QGeaAZXpVN-QHWpzu17h1eQWmuvLS~BvAGCp5sPG1vLt0ZDyRh-di03SLkEBaLvP6~7idAksofyZT8iqsPBhcLrVkW~fi9QD9xLIDWw~e9gAVGSg~7

X~EOF2RS0dd2WJdW25gJyS9bIBmsqVaeXXzB42gqOpDMyDan8KSqrmA-
 Y71rTY7~oAsIxArr4AHzFnQ__&Key-Pair-Id=APKAJLOHF5GGSLRBV4ZA

Valls-Llobet, C. (2010). La salud bio-psico-social re-generada. *Quaderns de Psicologia*,
 12(2), 175-181. <https://quadernsdepsicologia.cat/article/view/v12-n2-valls/720>

White, M. (2016). El Trabajo con Personas que Sufren las Consecuencias de Trauma
 Múltiple: Una Perspectiva Narrativa Open this document with ReadSpeaker
 docReader . En: Recursos psicosociales para el post conflicto, pp. 27 -75. Taos
 Institute. Chagrin Falls, Ohio USA. [https://pranaschile.org/wp-
 content/uploads/2018/04/MW-Consecuencias-del-trauma.pdf](https://pranaschile.org/wp-content/uploads/2018/04/MW-Consecuencias-del-trauma.pdf)
[https://www.unidadvictimas.gov.co/sites/default/files/documentosbiblioteca/3912-
 estrategia-de-recuperacion-emocional-nivel-grupal-con-adultos-ereg-v1.pdf](https://www.unidadvictimas.gov.co/sites/default/files/documentosbiblioteca/3912-estrategia-de-recuperacion-emocional-nivel-grupal-con-adultos-ereg-v1.pdf)

Apéndices

Apéndice A

Video Foto-Voz

<https://www.youtube.com/watch?v=59yx84DigtM>

