

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

Ana Cristina Arciniegas Estrella

Ana María Polo Franco

Angela Gisella Pasichana Portillo

Bayrón Andrés Guerrero Suarez

Mónica Maribel Rosero Toro

Asesor

Amparo Dagua Paz

Universidad Nacional Abierta y a Distancia UNAD

Escuela de Ciencias Sociales Artes y Humanidades ECSAH

Psicología

2024

Resumen

El acompañamiento psicosocial a las víctimas es muy relevante ya que permite que las personas compartan aquello que el miedo no les permite expresar, por lo cual es necesario identificar los recursos de afrontamiento psicosocial, la aproximación y análisis al enfoque narrativo de las historias contadas porque logra observar las problemáticas que estos sucesos han generado en las víctimas, los efectos psicológicos, económicos y sociales, creando concientización para recordar a personas o sucesos del pasado o presente; este es un proceso de apoyo y asistencia que busca que las personas enfrenten las dificultades, brindando orientación, contención emocional y bienestar psicológico a las personas. En este sentido, se alcanza a comprender que los enfoques narrativos son un marco teórico y metodológico el cual permite que las personas construyan y den sentido a sus experiencias de víctimas, obteniendo empoderamiento al explorar y reconstruir sus experiencias, resiliencia la cual ayuda a las personas o comunidad a reescribir de forma positiva y fortalecedora sus historias de vida, el autoconocimiento contribuyendo a un mayor bienestar desde la comprensión de si mismos y un cambio de perspectiva que permiten explorar desde diferentes interpretaciones y significados las experiencias que han dejado como huella la violencia en la sociedad.

Palabras clave: Acompañamiento psicosocial, víctimas, violencia, enfoques narrativos, bienestar.

Abstract

Psychosocial support for victims is very relevant since it allows people to share what fear does not allow them to express, which is why it is necessary to identify psychosocial coping resources, the approach and analysis of the narrative approach of the stories told because it achieves observe the problems that these events have generated in the victims, the psychological, economic and social effects, creating awareness to remember people or events from the past or present; This is a process of support and assistance that seeks to help people face difficulties, providing guidance, emotional support and psychological well-being to people. In this sense, it is possible to understand that narrative approaches are a theoretical and methodological framework which allows people to construct and give meaning to their experiences as victims, obtaining empowerment by exploring and reconstructing their experiences, resilience which helps people or community to rewrite their life stories in a positive and strengthening way, self-knowledge contributing to greater well-being from the understanding of themselves and a change of perspective that allows exploring from different interpretations and meanings the experiences that violence has left as a mark in the society.

Keywords: Psychosocial support, victims, violence, narrative approaches, welfare

Tabla de Contenido

Análisis de Relatos de Historias que Retornan	7
Análisis y Estrategias de Abordaje Psicosocial para el Caso de Masacre en El Salado: Relatos de Resiliencia Después de 20 Años	19
Emergentes Psicosociales de la Vida Cotidiana y del Proceso Sociohistórico de esta Comunidad	19
Impactos Bio-Psico-Sociocultural Identificados.....	20
Elementos Simbólicos de Violencia, Resiliencia y Experiencias de Transformación Identificados en el Discurso	21
Informe Analítico y Reflexivo de la Experiencia Realizada en el Paso 3	28
Conclusiones	33
Referencias Bibliográficas	35

Lista de Tablas

Tabla 1 <i>Formulación De Preguntas Circulares, Reflexivas y Estratégicas</i>	11
Tabla 2 <i>Estrategias de Abordaje Psicosocial</i>	23

Lista de Apéndices

Apéndice A. <i>Aplicación de la imagen y la narrativa</i>	38
--	----

Análisis de Relatos de Historias que Retornan

Nelson, un colombiano que emigró debido a los problemas causados por el conflicto armado en su país, ha enfrentado desafíos psicosociales y huellas emocionales, como prejuicios, desconfianza y miedo. Estos sentimientos se han generado a raíz de vivir en entornos violentos, incluyendo experiencias de desplazamiento, extorsión y secuestro, dejando traumas y profundas consecuencias emocionales, económicas y sociales tanto para Nelson como para su familia.

“Como nunca antes se había visto en la historia, en los últimos años muchas poblaciones han sido desplazadas en el contexto de conflictos armados; se estima que en el mundo existen, actualmente, 50 millones de desplazados. Como consecuencia, se producen cuantiosas pérdidas económicas y un aumento en la morbilidad psiquiátrica y los problemas sociales derivados de los desplazamientos” (Rodríguez et al., 2002, p. 338)

Por lo cual, se reconoce que estos sucesos han desencadenado emergentes psicosociales como estrés postraumático y una persistente desconfianza frente a situaciones similares, lo que se convierte en una barrera significativa en su proceso de adaptación al nuevo entorno. La pérdida de identidad y arraigo cultural también se hace evidente al abandonar su tierra natal y enfrentar una realidad culturalmente diferente en otro país, afectando la subjetividad de las personas, esta puede influir en cómo se siente el sujeto acerca de dicha pérdida, cómo la interpreta y cómo decide afrontarla, juega un papel importante en la forma en que las personas experimentan la situación, lo que puede variar significativamente según su contexto personal, experiencias pasadas y sentido de pertenencia.

Por otro lado, se comprende que la subjetividad también puede influir en la capacidad de adaptación y resiliencia que cada persona asume frente a las circunstancias, sin embargo, algunas personas tienen la capacidad de encontrar formas creativas de preservar su identidad cultural a pesar de las adversidades, en cambio otras mientras pueden experimentar ciertas dificultades para reconciliar su pasado con su presente. Bello, M. (2010) señala que “Considerando la relación constructora recíproca entre el sujeto, los grupos y las estructuras sociales en las que se halla inscrito, se asume que los acontecimientos y las transformaciones en los distintos ámbitos de interacción inciden directamente en su subjetividad”. (p.16)

Por lo cual, la presión amenazante que ejercen los grupos armados al margen de la ley obliga a las víctimas a actuar de cierta manera para obtener dinero, generando temor e inseguridad. Este tipo de presión conduce al desplazamiento forzado, dejando atrás hogares, costumbres y todo lo que forma parte de la vida de las víctimas. Para Nelson y su familia, esta situación significó comenzar una nueva vida en otro país, adaptándose de manera forzada debido a la desesperanza y la necesidad, se comprende que estos eventos traen consigo grandes consecuencias culturales, económicas, sociales, políticas y psicosociales para las víctimas, sin embargo, para Nelson lo más importante fue encontrar seguridad y medios de subsistencia para su familia, lográndolo lejos de su hogar, de su país y de su comunidad, gracias a la decisión de emigrar, Nelson y su familia reciben ayuda en un país diferente al suyo y logran surgir con esfuerzo. Durante este proceso, Nelson reconoce su valor en la sociedad al participar en actividades con un grupo de colombianos y exiliados. Estas acciones le permiten revivir sus memorias y reconectar con sus raíces y costumbres, Uribe, M (2009) menciona “la memoria es la base sobre la cual se asienta la identidad de cada persona, puesto que cuando preguntamos a otro quién es, necesariamente recurre a la memoria para poder contarnos los trozos de su historia”

(p.75). Además, se reconoce que gracias a la unión que finalmente hizo con el grupo de exiliados, Nelson logra identificar las problemáticas que vivía en silencio, lo que contribuye a su liberación y perdón gracias al apoyo brindado por personas que pasaron por situaciones similares.

A pesar de estos desafíos, la historia de Nelson y su familia también refleja la resiliencia humana. “La resiliencia, entendida como la capacidad para mantener un funcionamiento adaptativo de las funciones físicas y psicológicas en situaciones críticas” (Vera et al, 2006, p. 44). El hecho de reconstruir su vida económica en el país de acogida mediante un nuevo negocio muestra una notable capacidad para sobreponerse a la adversidad, este acto de resiliencia se ve complementado por la búsqueda activa de apoyo emocional y social, como lo evidencia su encuentro con un lugar de ayuda para exiliados, quienes formaron parte importante para su proceso de sanación y recuperación emocional.

En el relato se encuentra diversos elementos resilientes que ayudaron a Nelson y su familia a adaptarse a la adversidad, en el cual se destaca la empatía brindada por sus familiares para sobrellevar la situación, la fortaleza mostrada al enfrentar el nuevo entorno, la perseverancia ante las dificultades sin perder la voluntad y la esperanza para salir adelante. Además, se reconoce que tanto la comunidad de colombianos residentes en ese país como su grupo de apoyo fueron fundamentales para superar la situación, ya que proporcionaron un enfoque positivo ante la adversidad a través de sus exposiciones culturales y relatos de experiencias, generando conciencia del presente y optimismo para superar la situación, lo que permitió sanar sus heridas y seguir adelante con la oportunidad y el deseo de construir un futuro mejor para él y su familia.

Finalmente, se menciona que el relato de Nelson y su familia resalta la importancia crucial de abordar estos desafíos psicosociales con comprensión y apoyo. La terapia y los espacios de expresión emocional se revelan como herramientas fundamentales para la sanación y reconstrucción de la identidad en entornos nuevos y complejos, “la Intervención Psicosocial es una actividad dirigida a la solución de problemáticas sociales, que privilegia la participación de los intervenidos con los interventores en la construcción de cambio social y emancipación” (Alvis, A. 2009, p. 4). A pesar de los desafíos, Nelson y su familia representan un testimonio de fortaleza y esperanza, destacando la importancia de la solidaridad y el acompañamiento en la búsqueda de una vida plena y resiliente después de experiencias traumáticas. Su historia recuerda que, incluso en las circunstancias más difíciles, el apoyo mutuo y la búsqueda de ayuda profesional pueden marcar la diferencia en el proceso de recuperación y adaptación psicosocial de las personas que vivieron sucesos traumáticos como la violencia en general.

Formulación de Preguntas Circulares, Reflexivas y Estratégicas

Tabla 1

Formulación De Preguntas Circulares, Reflexivas y Estratégicas

Tipo de pregunta	Pregunta planteada	Justificación desde el campo psicosocial
Preguntas circulares	¿Cómo crees que los eventos pasados han influido en su capacidad para adaptarse a nuevos desafíos y situaciones en términos económicos y culturales?	Conexión entre eventos pasados y situación actual: Al comprender cómo los eventos pasados de extorsión y violencia han afectado la capacidad de adaptación de Nelson y su familia en su nuevo entorno económico y cultural, se pueden identificar los desafíos específicos que enfrentan. Esto es crucial para diseñar estrategias de apoyo y desarrollo que aborden sus necesidades fundamentales y promuevan una integración exitosa en su nueva comunidad, es decir el trabajar con personas que han pasado por situaciones o traumas recurrentes, es de gran importancia la escucha activa respecto a la situación violenta o experiencia traumática que la persona desee compartir, esta escucha se realiza gracias a la intervención de terapia narrativa. (White 2003)
	¿Cómo crees que la narración de sus experiencias pasadas ha impactado su percepción del	Explorar cómo el proceso de narración de la historia de violencia de Nelson ha influido en su percepción actual y en sus expectativas es esencial para entender su proceso de sanación y resiliencia.

presente y sus expectativas para el futuro?

Reconocer cómo el acto de compartir su historia en un entorno seguro y de apoyo ha cambiado su perspectiva hacia el miedo y los desafíos, puede inspirar estrategias similares de intervención y apoyo para otros individuos o comunidades que han experimentado traumas similares. Contar una experiencia traumática puede ser crucial para la recuperación, ya que cuando una persona no logra adaptarse a la situación, puede sentirse vulnerable y perder la esperanza en el futuro. Esto puede dificultar su capacidad para manejar su vida con éxito y desencadenar problemas adicionales, como malestar emocional, abuso de sustancias, dificultades en las relaciones interpersonales y un impacto negativo en su rendimiento laboral o académico. En comparación con accidentes o desastres naturales, el daño deliberado tiene un impacto psicológico mucho más profundo en la víctima, según estudios como los de (Echeburúa, et-al, 2004).

¿De qué manera se reconstruye y renace el fortalecimiento de la esperanza a sus vidas?

El apoyo y la empatía de parte de sus familiares, fue un acto de amor y nobleza que ayudo mucho a la familia de Nelson, siendo esto un abrigo para su familia, pero algo muy importante que representa a esta familia es la resiliencia con que afrontaron la situación, demostrando que

son seres muy fuertes y capaces ante las diferentes adversidades que se les presenta en la vida y que buscar apoyo es fundamental, mediante el desarrollo psicosocial que tiene el ser humano en su entorno, que generan cambios en su personalidad, lo que permite superar los miedos y dejarlos atrás, haciendo que las experiencias tristes queden en el pasado. Generando actitudes y conductas de conciencia del presente y con grandes metas hacia el futuro, con mucha fortaleza y esperanza. Según Echeburúa, E. (2007). “En primer lugar, se trata de hacer frente a los síntomas más graves (insomnio, pesadillas, ansiedad intensa, humor depresivo, etc.). En segundo lugar, hay que abordar el núcleo del trauma (reexperimentación del suceso ocurrido, conductas de evitación y reacciones de sobresalto). Y, por último, se trata de regular las emociones, de recobrar la autoestima y de recuperar la confianza en las demás personas” (p.379).

Preguntas reflexivas ¿Qué hubiera pasado si usted no decide participar de las reuniones de exiliados?

La formulación de esta pregunta permite reflexionar de la decisión que tomo Nelson al aceptar participar de las reuniones de los exiliados del conflicto armado, ya que como él lo menciona estas reuniones y el poder escuchar otras historias permitió quitar los perjuicios

que cargaba desde que salió de su país, permitiéndole reflexionar sobre la importancia de poder compartir aquellas historias de violencias, ser escuchados por otros y junto a los demás alzar una voz para la no repetición. (Bello, M. 2010) Menciona:

“La capacidad generativa que los seres humanos compartimos nos permite preguntarnos acerca de nuestras maneras de comprender, poner en perspectiva y flexibilizar nuestras visiones de la realidad, nuestros valores y relaciones; recuperar nuestros recursos y potencialidades; reconsiderar aquello que tomamos o se toma por “dado”; implementar capacidades para la reflexión y el aprendizaje; revisar perspectivas, relaciones y posibilidades alternativas; formularnos preguntas fundamentales acerca de nuestra vida personal, social, organizacional, comunitaria; considerar nuevas alternativas para la acción personal y social en el presente, y a futuro”

¿Qué cambio al escuchar las otras historias que compartieron los exiliados?

La formulación de esta pregunta pretende reflexionar de aquellas historias compartidas y los diferentes procesos de exiliación que han vivido las víctimas del conflicto armado, porque hay sucesos donde el victimario no menciona, sin

¿Qué transformación
tuvieron las víctimas sobre
lo emergentes psicosociales
que afectaron
emocionalmente sus vidas?

embargo, al compartir con diferentes
personas su mentalidad cambia, por lo
cual se comprende la importancia de
aquellos diálogos. (Bello, M. 2010)
menciona: “Los diálogos interpersonales,
sociales y políticos constituyen procesos
básicos para la recuperación de personas,
vínculos y redes sociales, y para la
construcción de ciudadanía en situación
de afectación por conflictos armados”

Nelson y su familia pasaron por
amenazante momento que afectaron su
salud mental, creando en ellos grandes
emergentes psicosociales, estableciendo
temor e inseguridad en cada una de sus
vidas. Y que cada una de sus emociones
y sentimientos se fueron transformando
mediante el apoyo de su familia el amor
de su hogar, el valor de Nelson de buscar
ayuda en grupo de exiliados, son actos
que hacen fortalecer su espíritu y cuerpo,
y en esa búsqueda encuentra una
conexión con el grupo de exiliados
quienes fueron un gran apoyo de
liberación a todas esas emociones
vivas, hechos que permiten reconstruir
las problemáticas vividas en silencio.
convirtiendo sus vidas en un nuevo
comienzo.

“Es importante recordar que cuando se
habla de crecimiento postraumático se

Preguntas estratégicas	¿Qué beneficios ha encontrado en la integración al grupo de exiliados, que desafíos ha enfrentado y como ha contribuido esta integración a su proceso de adaptación y sanación?	<p>hace referencia al cambio positivo que experimenta una persona como resultado del proceso de lucha que emprende a partir de un suceso traumático, que no es universal y que no todas las personas que pasan por una experiencia traumática encuentran beneficio y crecimiento personal en ella” (Park,1998; Calhoun y Tedeschi, 1999 como se citó en Vera et al, 2006. p 45)</p> <p>Se comprende que el proceso de la transformación del dolor a una energía positiva es más fácil cuando hay un grupo de apoyo con el se puede contar, ya que brinda la oportunidad de compartir recursos, información y estrategias para enfrentar los desafíos comunes a los cuales están expuestos, en el caso de Nelson se evidencia que sus temores, miedos e inseguridades fueron superados gracias a que contó con la ayuda de un grupo de exiliados que pasaron por los mismos sucesos, por tal motivo es importante reconocer que estos grupos permiten afrontar y ayudar en las situaciones difíciles, pues pueden abrir nuevas oportunidades laborales y sociales, además permite que los cambios a los que se vean expuestos sean más llevaderos. De acuerdo con (Echeburúa, E. 2007)</p>
---------------------------	---	---

“Se consigue a veces transformar el odio o el dolor en energía positiva cuando se cuenta con una red de apoyo social, se forma parte de un grupo solidario o se recurre a la espiritualidad en busca de consuelo. En este sentido los grupos de autoayuda pueden desempeñar un papel muy significativo, pero sólo para algunas personas.” (p.384)

¿Como describe el estado emocional de una persona víctima de un accidente ocasionado por un conflicto social?

Es una excelente estrategia para ayudar a la persona a identificar y comprender mejor sus emociones, fortalezas y áreas de mejora. Al fomentar la autoevaluación y el autoconocimiento, se pueden potenciar las fortalezas emocionales y abordar de manera efectiva las áreas de falencia para promover el bienestar emocional y la salud mental.

Según Castro (2023), “El autoconcepto se refiere a la opinión, concepto o impresión que las personas han desarrollado a lo largo de sus vidas sobre sí mismas. Este abarca percepciones cognitivas y actitudes que pueden variar según las circunstancias y relaciones individuales. Uno de los componentes fundamentales del autoconcepto es el nivel cognitivo intelectual. Este se compone de ideas, opiniones, creencias, percepciones, procesamiento de información exterior y experiencias que contribuyen a la

construcción de nuestra identidad personal”. (p.09)

¿Cuál fue la mayor cualidad a la hora de enfrentar la situación?

La ira implica un señalamiento al otro de la disposición a utilizar el poder en su contra, ya sea de manera violenta o no, según señala Bericat (2000). Es importante destacar que esta emoción puede estar asociada a la creencia de que es posible modificar una situación conflictiva, lo que la acerca a la indignación y le permite ser utilizada de manera constructiva en pos de la paz, según Halperin y Pliskin (2015).

Nota. Se plantea la formulación de preguntas circulares, reflexivas y estratégicas. Fuente.

Elaboración propia.

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

El abordaje psicosocial “caso de la masacre en el salado” es un acto de violencia colectiva por parte de grupos armados al margen de la ley, quienes atacan violentamente hasta provocar desplazamiento de manera forzada, aquellos que sufrieron un impacto negativo en su salud mental, en lo social, en lo cultural y en lo económico, lo que creó grandes emergentes psicosociales e impactos Bio-Psico-Socioculturales dentro de la comunidad gracias a las experiencias traumáticas presentadas.

Emergentes Psicosociales de la Vida Cotidiana y del Proceso Sociohistórico de esta Comunidad

Violencia Colectiva

La Masacre en El Salado representa un acto extremo de violencia colectiva, donde un grupo ilegal ataca a la comunidad de manera sistemática y brutal. Este evento dejó una huella profunda en la psique de la comunidad, generando un ciclo de miedo, desconfianza y vulnerabilidad ante futuros eventos similares.

Género y Violencia Sexual

Las mujeres en situaciones de conflicto y violencia, como la ocurrida en El Salado, enfrentan mayores riesgos de violencia sexual y de género. Las violaciones descritas en el relato no solo causan traumas físicos y psicológicos profundos, sino que también impactan negativamente en la identidad y autonomía de las víctimas, perpetuando ciclos de estigmatización y exclusión en la comunidad.

Resiliencia y Memoria Colectiva

A pesar de la devastación sufrida, la comunidad de El Salado ha demostrado una notable resiliencia a lo largo de los años. Su capacidad para reconstruir sus vidas y hogares, así como para preservar la memoria de las víctimas, refleja una determinación excepcional para enfrentar la adversidad extrema y evitar que los eventos traumáticos se borren o se repitan en el futuro.

Liderazgo y Empoderamiento

El liderazgo ejercido por aquellos que sobrevivieron a la masacre y ahora trabajan por su comunidad es inspirador. Representa una fuerza y determinación excepcionales para promover el cambio, la justicia y el empoderamiento dentro de la comunidad. A través de la adversidad, estas personas han encontrado formas de reclamar sus derechos, fortalecer sus lazos comunitarios y trabajar por un futuro mejor para ellos y las generaciones futuras.

Impactos Bio-Psico-Sociocultural Identificados

En la masacre de El Salado en Colombia, la cual tuvo impactos significativos a niveles bio-psico-socioculturales, se evidenciaron en gran magnitud el sufrimiento humano y las consecuencias devastadoras de esta masacre, dentro de lo cual se evidencia el Impacto biológico; las víctimas de la masacre sufrieron lesiones físicas graves, incluyendo heridas de bala, torturas, mutilaciones, violaciones, lo que generó secuelas tanto físicas y psicológicas a las víctimas, presenciando impactos en su salud mental y emocional con trastorno de estrés postraumático, ansiedad y depresión.

Por otro lado se menciona, que a un nivel psicológico la masacre dejó muchas secuelas en los sobrevivientes y en las comunidades que fueron afectadas, donde se percibe el miedo

profundo, la desconfianza, sensación de inseguridad, angustia emocional, secuelas que pueden perdurar a lo largo del tiempo dentro de sus habitantes y afectando la cohesión social y el tejido comunitario, pues las relaciones interpersonales se vieron afectadas, ya que había presencia de un clima de desconfianza, además, el impacto a nivel de identidad también se vio afectado, pues la pérdida de sus seres queridos, el desplazamiento forzado y la violencia infligida dañaron la identidad cultural y el sentido de pertenencia, lo que produjo un impacto en las prácticas culturales y tradiciones locales que realizaba la comunidad golpeada por la violencia.

Elementos Simbólicos de Violencia, Resiliencia y Experiencias de Transformación

Identificados en el Discurso

La violencia es una experiencia devastadora que deja profundas secuelas en quienes la sufren y la presencian. Los relatos de sobrevivientes que han sido testigos de atrocidades como asesinatos, violaciones y humillaciones hacia sus seres queridos reflejan el dolor, el resentimiento, el odio y la frustración que quedan grabados en sus memorias. Es comprensible que enfrentar tales eventos traumáticos sea extremadamente difícil e incluso imposible de borrar completamente.

Es impactante observar cómo los perpetradores de actos violentos se arrogan el poder de decidir quién vive y quién muere, jugando con la vida de las personas como si fueran meros objetos. Esta sensación de impotencia y vulnerabilidad puede generar un profundo sentimiento de injusticia y rabia en aquellos afectados por la violencia.

Sin embargo, y a pesar de las heridas emocionales y psicológicas que quedan después de vivir situaciones tan traumáticas, es inspirador ver cómo muchos sobrevivientes encuentran

fuerza y valor para regresar a sus comunidades y contribuir a su reconstrucción. El acto simbólico de limpiar las calles, quitar la maleza y reconstruir lo que fue destruido representa un nuevo comienzo, un intento de sanar y seguir adelante a pesar del dolor y las pérdidas.

Estas personas valientes hablan de lucha, esfuerzo y resiliencia. No quieren quedarse estancadas en el papel de víctimas, sino que desean ser autoras de nuevas posibilidades, de experiencias de sanación y crecimiento personal. Su deseo de acompañar a otros que han pasado por situaciones similares muestra una profunda empatía y solidaridad, creando redes de apoyo y comprensión mutua en medio del sufrimiento.

Finalmente, se comprende que es importante reconocer la fuerza y la valentía de estos sobrevivientes que, a pesar de todo, eligen seguir adelante, encontrar significado en sus experiencias y construir un futuro más esperanzador. Su ejemplo nos invita a reflexionar sobre la capacidad humana de superar la adversidad y transformar el dolor en una oportunidad para crecer, sanar y construir un mundo más justo y compasivo.

Estrategias de Abordaje Psicosocial

Tabla 2

Estrategias de Abordaje Psicosocial

Estrategias de Abordaje Psicosocial	
Estrategia 1	
Nombre de la estrategia	Abrazos de esperanza
Descripción fundamentada	Se requiere realizar grupos de apoyo emocional, en el cual se desarrollará sesiones grupales donde los pobladores puedan compartir sus experiencias, expresando sus emociones con la finalidad de recibir apoyo mutuo, reducir el aislamiento, promover el sentimiento de pertenencia, afrontar el trauma, brindando un espacio seguro donde cada persona logre una expresión emocional. Según White, M. (2016). “Al trabajar con personas que han pasado por traumas recurrentes, es muy importante que yo oiga todo aquello que la persona quiere compartir conmigo acerca de la experiencia traumática. Para que esto sea posible, ofrezco la terapia como un contexto en donde la gente pueda decir lo que no ha dicho anteriormente. Pero al mismo tiempo, es de vital importancia que yo escuche los signos de aquello a lo que la persona ha continuado dando valor en su vida, a pesar de todo lo que ha pasado. También atenderé a cualquier expresión que dé oportunidad de ver la respuesta que la persona dio al evento traumático” (p.4).
Objetivo	Ofrecer un espacio seguro y de apoyo mutuo para que los pobladores afectados logren expresar y compartir sus experiencias, relatando sus emociones y sentimientos, con la finalidad de ser escuchados y comprendidos
Fases y tiempo	Fase 1: En la fase 1 se realizará la semana de preparación y organización, para lo cual se ocupará un tiempo de 8 días, difundiendo la información sobre el programa de apoyo que se llevara a cabo, durante esta fase se establecerán los posibles líderes comunitarios,

horarios y lugares que se ocuparan para realizar las sesiones programadas.

Fase 2: En la fase 2 se realizarán sesiones grupales, para esto se ocupará un tiempo de 8 a 12 semanas, estas sesiones serán realizadas con un tiempo aproximado de 1 a 2 horas semanalmente. El propósito de estas sesiones es brindar un espacio expresando emociones para compartir experiencias, identificar las necesidades individuales y colectivas y así recibir apoyo mutuo para facilitar la posible solución.

Acciones por implementar

Intervención psicosocial mediante la comprensión de los hechos vividos y concienciar la conducta social de las personas, modificando los aspectos desfavorables de su contexto con el objetivo de mejorar la calidad de vida.

Impacto deseado

La estrategia abrazos de esperanza el impacto esperado es que las víctimas del conflicto armado logren un equilibrio emocional, de sanación, de alivio y recuperación de su identidad y pertenencia.

Estrategia 2

Nombre de la estrategia

Actos de resiliencia

Descripción fundamentada

Se requiere realizar talleres de fortalecimiento psicológico, en los cuales se abordará temas como el manejo de estrés, ansiedad, autoestima, resiliencia y destrezas para afrontar los traumas causados por la masacre presenciada, proporcionando herramientas que puedan mejorar el bienestar emocional y mental de los afectados.

“Para la Psicología Social Comunitaria la principal intención es el desarrollo de prácticas profesionales (investigación, teorías y acciones) conducentes a la mejora de la calidad de vida. Para ello, considera que, retomando las palabras de Martín Baró, la psicología debe ser una disciplina comprometida con, y pendiente de, los sucesos sociales y personales; para poder señalar una realidad injusta y oprimiente,

	mostrar indignación ante la misma, aspirar a cambiarla y proyectar líneas de acción en esta dirección”. (Cantera, L. 2009, p.19)
Objetivo	Apoyar al bienestar emocional y mental de la comunidad afectada, promoviendo la capacidad para afrontar las diferentes dificultades con gran capacidad de adaptación, fortaleza.
Fases y tiempo	<p>Fase 1: En la fase 1 se realizará el diseño y planificación comprendido entre 2 semanas, en el cual se elaborará el tema de los talleres, se establecerán los profesionales o facilitadores de salud mental, quienes ayudarán a coordinar los horarios y lugares para la ejecución del objetivo planteado.</p> <p>Fase 2: En la fase 2 se realizará la implementación de los talleres establecidos en la fase 1, estas actividades se llevarán a cabo entre 6 a 8 semanas, con una duración de 1 a 2 horas semanalmente, en donde se abordará temas como el manejo de estrés, ansiedad, autoestima, resiliencia y destrezas para afrontar los traumas causados por la masacre presenciada.</p>
Acciones por implementar	Implementar acciones de apoyo y empoderamiento para el fortalecimiento de sus capacidades, confianza y visión para transformar positivamente las situaciones en las que viven.
Impacto deseado	La estrategia de actos de resiliencia, el impacto esperado es que las víctimas reciban el fortalecimiento psicológico a través de la atención psicosocial gestionando los diferentes tipos de emociones acumulados por los hechos ocurridos y les permita expresar sentimientos de esperanza y empoderamiento, para así adquirir reconstruir nuevos sentimientos y emociones.

Estrategia 3

Nombre de la estrategia	Jugando, aprendiendo y sanando
Descripción fundamentada	En esta estrategia planteada se desarrollará programas de recreación y cultura, con el fin de fomentar diferentes actividades recreativas,

artísticas y culturales que ayuden a la expresión creativa, el fortalecimiento comunitario y la distracción positiva. Con el propósito de contribuir al fortalecimiento de los lazos de la comunidad y a su recuperación emocional. . Schnitman, D. (2010). Menciona:

“Un vínculo o una cultura comunitaria u organizacional que privilegia las relaciones y propone la creatividad, el reconocimiento de recursos y la innovación crea condiciones favorables para el aprendizaje, la confianza y el clima emocional necesario para la participación, la construcción de redes de conocimiento y, básicamente, la capacidad de vivir situaciones difíciles con interés, responsabilidad, compromiso y bienestar” (p. 57)

Objetivo	Promover la expresión creativa, la distracción positiva y el fortalecimiento de la comunidad, mediante actividades recreativas, artísticas y culturales para contribuir al bienestar emocional de la comunidad.
Fases y tiempo	<p>Fase 1: Durante esta fase se realizará la planificación de las actividades, durante 3 semanas, diseñando las acciones recreativas, artísticas y culturales que se llevaran a cabo dentro de la comunidad, para lo cual será necesario identificar los recursos necesarios a utilizar, coordinar horarios y espacios para su realización.</p> <p>Fase 2: En la fase 2 se realizará la ejecución de los programas o actividades que se elaboraron en la fase anterior, para la cual se necesitara un tiempo de 4 a 6 semanas, dentro de lo cual se llevara a cabo actividades como danzas, deportes, presentaciones de arte, música, poesía para promover la expresión creativa, la distracción positiva y el fortalecimiento de la comunidad.</p>
Acciones por implementar	Implementar acciones de atención psicosocial creado a partir de la ley 1448 del 2011 la cual menciona establecer las 4 estrategias de abordamiento; individual, familiar, comunitaria y colectiva etnia, 4

estrategias que permiten abordar el sufrimiento emocional y reducir los riesgos psicosociales de las víctimas.

Impacto deseado Mediante la estrategia Jugando, aprendiendo y sanando se espera que las víctimas del conflicto armado sientan el apoyo y protección, con el fin de sentirse sanados, aliviados y reparados en sus reacciones emocionales y comportamentales, reparando desde la parte individual, familiar y comunitario favoreciendo las necesidades mentales, emocionales, sociales y espirituales de las víctimas, recuperando la integridad de las personas.

Nota. Implementación de estrategias psicosociales para El Salado. Fuente. Elaboración propia

Informe Analítico y Reflexivo de la Experiencia Realizada en el Paso 3

Mediante el ejercicio realizado se logra un acercamiento a diferentes contextos para la obtención de información y conocimiento desde la identificación de diferentes problemáticas psicosociales que vivencian las comunidades, lo que permite percibir y sentir los fenómenos de violencia de una forma más cercana y más consiente por parte del estudiante, destacando los valores simbólicos que expresan pequeños sucesos, recuerdos, momentos como la tristeza, el temor, la desolación, la angustia, la desesperanza, la anhedonia, el miedo, el sufrimiento de quienes los padecieron, aquellas comunidades, familias que tuvieron que afrontar a raíz la injusticia y la violencia la cual ha coexistido en cada uno de los contextos estudiados, comprendiendo la situación y que bajo la mirada de un investigador se perciba episodios narrativos los cuales son expresados por medio de fotografías que involucran un pasado doloroso y trágico y un surgimiento vivido desde el contexto.

En este sentido, se comprende que las imágenes son representaciones de entornos y de actos vividos que expresan sentimientos, emociones, reflejando eventos dolorosos que han vivido las víctimas por culpa de la violencia, son retratos capaces de plasmar una realidad comunitaria, comprendiendo que una imagen trasciende más allá de una simple fotografía, esto se percibe desde el momento en que se busca la mejor toma, la persona se conecta con la imagen que se quiere capturar y al observarla detenidamente se puede vislumbrar el alma del contexto plasmado en ella.

“Foto-voz es una técnica de investigación participativa basada en la comunidad. Esta técnica surgió en la década de los 80, por iniciativa de Caroline Wang, profesora norteamericana de la Universidad de Michigan, especializada en cuestiones de la

educación de la salud, y por Mary Ann Burris miembro de la Fundación Ford en Nairobi, Kenya. Ellas la definieron como “una metodología de fotografía participativa que busca dar voz a través de la imagen, creando nuevas oportunidades para reflexionar y presentar asuntos de la comunidad de una forma creativa y personal”. Montoya, E. (2020)

Por lo tanto, las fotografías no solo reflejan sentimientos de dolor, angustia, soledad, desalajo, muertes entre otras, en la fotografía también puede reflejar actos inspiradores en los cuales se percibe el desarrollado de estrategias para convertir el dolor y el sufrimiento en esperanza, reflejando valores simbólicos y emocionales que emergen de las experiencias vividas por las personas, por las comunidades, permitiendo visualizar no solo las diferentes formas de violencia que se ha atravesado, sino también identificar un sentimiento positivo, resiliente, de solidaridad, en el cual hay individuos capaces de enfrentar la adversidad y manejar de distintas maneras las situaciones surgidas a raíz de la violencia, buscando la reparación tanto a nivel individual como colectivo, tejiendo así la reconstrucción del tejido social y abrazando el perdón absoluto para construir una nueva vida, un futuro mejor.

Por lo cual, se comprende que la imagen es una herramienta narrativa que permite describir escenas o contextos mediante la implementación de imágenes, expresando cualquier tipo de experiencia, recuerdo o situación que se desea mantener vivo como recuerdo. La fotografía y la narrativa son dos aspectos que, al trabajar en conjunto, logran que una imagen tenga una voz que el lector y toda la población pueden evidenciar como un hecho vivo a través del relato, se trata de dar vida descriptiva a una imagen que en muchas circunstancias permite guardar un recuerdo o hecho traumático, el cual, gracias a una correcta descripción narrativa, no calla, sino que se vuelve más visible ante todo un contexto social.

Y es así como gracias a la fotografía y a sus diferentes narrativas se logra identificar diversas habilidades resilientes, sobrepasando los duelos, las cuales han motivado a la solución de las problemáticas evidenciadas como la violencia, las muertes, los desplazamientos, la delincuencia, los conflictos, sin embargo, las comunidades se han logrado sobreponer y reconstruir los contextos a través de las nuevas expectativas y sueños por medio de las capacidades como el empoderamiento, el fortalecimiento, la determinación, la motivación, la esperanza, la creatividad, entre otros, presentado un recurso mayor de afrontamiento, lo que resulta indispensable percibir que, para lograr cambios sociales en la comunidad es necesario la participación de la misma población. Según Vanistaendel, (2002).

“La resiliencia no está en los seres excepcionales sino en las personas normales y en las variables naturales del entorno inmediato. Por eso se entiende que es una cualidad humana universal presente en todo tipo de situaciones difíciles y contextos desfavorecidos, guerra, violencia, desastres, maltratos, explotaciones, abusos, y sirve para hacerlos frente y salir fortalecido e incluso transformado de la experiencia”
(Vanistaendel, 2002).

En relación con lo anterior, se comprende que es necesario afrontar la realidad, desarrollando habilidades para aprender de esta desde la misma comunidad, se desea que las mismas comunidades sean las autogestoras para la solución de sus problemas, con capacidades de generar la transformación social, desde los procesos psicosociales mediante el desarrollo y solución de sus problemáticas, por lo tanto, vemos que la actuación directa de la comunidad, genera una nueva perspectiva, con otro tipo de pensamientos, de conciencia, de empatía y de acciones que contribuyan al fortalecimiento de la integridad de las personas afectadas con cambios desde la realidad de la violencia social.

En este sentido, se distingue que las manifestaciones para sobrellevar los actos destructivos son muchas, identificando que el ejercicio de foto voz permite contar historias, revivir memorias, escarbar en el pasado aquellos eventos que dejaron huellas en las comunidades, aquellas que surgen de las cenizas, de los destrozos que puede dejar una violencia que marcó generaciones, estos encuentros logran empatizar con el otro, ya que se conoce otras perspectivas, otras maneras de ver la realidad, permitiendo compartir formas en las cuales se ha visto la posibilidad de surgimiento, en las que han sido sus sustento, este trabajo posibilita tener una mirada consiente, una mirada que evoca la necesidad de apoyar aquellas comunidades que enfrentar solas su dolor.

Por lo tanto, se identifica el gran impacto que puede tener esta acción en la transformación social, mediante acciones de guardar memoria. En muchos casos, personas víctimas de escenarios violentos han estado por años silenciadas y anuladas por contextos políticos y acciones legales, pero gracias a la descripción narrativa, se permite expresar sentimientos y emociones convirtiéndose en un modo para sanar lo que en muchas ocasiones no se pudo hablar. Según Madrigal y Sánchez (2013)

“la palabra memoria se asocia a la recordación, definida como aquella facultad psíquica por medio de la cual se retiene y recuerda el pasado, concepto de orden psicológico que describe una capacidad humana fundamental para la vida que permita saber quiénes somos a partir de nuestras propias huellas de lo vivido y almacenado en la mente”. (pág. 72).

Finalmente, se reconoce que esta experiencia la cual fue desarrollada a través de la fotografía y las narrativas permiten construir memorias colectivas que expresan realidades sociales vividas, además se logra identificar la transformación del dolor por medio del

empoderamiento, solidaridad, apoyo y fuerza de las comunidades, utilizando una herramienta la cual logra documentar, reflexionar y accionar sobre las necesidades y realidades de un país, por medio del trabajo grupal, desde la comunicación, el manejo de dificultades, la flexibilidad, la responsabilidad y la motivación para cambiar la realidad social y mejorar las condiciones de vida de la humanidad.

Conclusiones

El estudio detallado de casos relacionados con el conflicto armado revela un panorama desolador en términos de las secuelas que deja en las poblaciones afectadas. Estas secuelas van más allá de la destrucción física y material, penetrando profundamente en las estructuras sociales, emocionales y psicológicas de las comunidades.

La experiencia de vivir en zonas de conflicto armado no solo afecta la seguridad básica de las personas, sino que también influye en su acceso a oportunidades educativas, laborales y de desarrollo personal. Las dinámicas familiares y sociales se ven alteradas de manera significativa, generando tensiones y desafíos adicionales para la cohesión comunitaria.

Es triste y devastador ver cómo el conflicto armado ha dejado profundas huellas en la vida de las personas afectadas. Los daños causados por la violencia adquieren múltiples dimensiones que impactan de manera diversa a cada individuo. Desde heridas físicas visibles hasta cicatrices emocionales invisibles, el conflicto ha dejado una marca indeleble en la vida de quienes lo han vivido.

El impacto del conflicto armado se manifiesta en diferentes aspectos de la vida de los sobrevivientes. Algunos sufren directamente en sus cuerpos, con lesiones físicas permanentes o discapacidades provocadas por la violencia. Otros experimentan secuelas emocionales profundas, como traumas psicológicos, depresión, ansiedad o estrés postraumático. Además, el conflicto también afecta lo moral de las personas, cuestionando sus valores y creencias más íntimas debido a las atrocidades presenciadas o vividas.

Por lo tanto, es fundamental reconocer que abordar estas secuelas requiere un enfoque integral que combine la atención inmediata a las necesidades básicas con estrategias a largo plazo para la reconciliación y la reconstrucción. Esto implica no solo proporcionar ayuda humanitaria y seguridad, sino también crear espacios seguros para el diálogo, la escucha activa y la participación de las comunidades afectadas en la toma de decisiones que afectan sus vidas.

El papel de la comunidad internacional también es crucial en este proceso, ya que se necesita un compromiso colectivo con la promoción de la paz, la justicia y los derechos humanos en todas las etapas del conflicto y el post-conflicto. La inversión en programas de desarrollo sostenible, la prevención de conflictos y la protección de los derechos de las personas afectadas son pilares fundamentales para construir sociedades más resilientes y pacíficas en el futuro.

El camino hacia la aceptación de una realidad difícil puede ser complejo y requiere tiempo, paciencia y comprensión hacia uno mismo. No hay una fórmula única, cada persona encontrará las herramientas que mejor se adapten a sus necesidades y circunstancias

En última instancia, reflexionar sobre el impacto del conflicto armado nos invita a reafirmar nuestro compromiso con la dignidad humana y la construcción de un mundo donde la violencia y el sufrimiento innecesario sean cosa del pasado.

Referencias Bibliográficas

- Alvis, A. (2009). Aproximación teórica a la intervención psicosocial. *Poiésis*, 9(17). Pp. 1- 6
<https://revistas.ucatolicaluisamigo.edu.co/index.php/poiesis/article/view/189>
- Bello, M. (2010). Propuesta para la Formulación de Indicadores de Seguimiento y Evaluación a los Proyectos de Acompañamiento Psicosocial. El daño desde el enfoque psicosocial. Programa de Iniciativas Universitarias para la Paz y la Convivencia (PIUPC). Universidad Nacional de Colombia. Pp 65-70
<http://www.bivipas.unal.edu.co/handle/10720/595>
- Cantera, L. (2009). La foto intervención como herramienta docente. En *Revista de Enseñanza de la Psicología: Teoría y Experiencia* Vol. 5 (1).
- Charria Isaacs, J. (2023). El Autoconcepto y la Calidad de Vida Laboral en Personas en Proceso de Reintegración [PPR] y Civiles Vinculados a La Trocha Cerveza - La Casa de la Paz en Bogotá. Universidad Santo Tomás. <https://repository.usta.edu.co/bitstream/handle/11634/51255/PROYECTO%20DE%20GRADO%20ULTIMA%20REVISI%C3%93N.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- 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_15-3oa-1.pdf
- Gestor Normativo-Consulta Ley 1448/11. Recuperado de:
<https://www.funcionpublica.gov.co/eva/gestornormativo/norma.php?i=43043>

Madrigal y Sánchez (2013) Las memorias del conflicto armado y la violencia en Colombia.

file:///C:/Users/MONICA%20ROSERO/Downloads/aabuchar,+5356-23667-1-CE-1.pdf

Montoya, E. (2020). Foto voz como técnica de investigación en jóvenes migrantes de retorno.

Trayectorias migratorias, identidad y educación. EMPIRIA. Revista de Metodología de las Ciencias Sociales, núm. 45, pp. 15-49.

<https://www.redalyc.org/journal/2971/297168309001/html/>

Rodríguez, J.; De la Torre, A.; Miranda, C. (2002). La salud mental en situaciones de conflicto

armado. Open this document with ReadSpeaker docReader En Biomédicas Vol. 22 pp.

337-346. <https://www.redalyc.org/pdf/843/84309603.pdf>

Schnitman, D. (2010). Perspectiva generativa en la gestión de conflictos sociales. Revista de

Estudios Sociales; Vol. 36 pp. 51-63. Bogotá Colombia.

<https://journals.openedition.org/revestudsoc/13316>

Uribe, M (2009). Iniciativas no oficiales: un repertorio de memorias vivas Open this document

with ReadSpeaker docReader . Recordar en conflicto: iniciativas no oficiales de memoria en Colombia. P. 43-69. <https://www.ictj.org/sites/default/files/ICTJ-Colombia->

Unofficial-memory-initiatives-July2009-Spanish.pdf

Vanistendael, S. (1995). Como crecer superando los percances. Resiliencia: capitalizar las

fuerzas del individuo. Ginebra: Oficina Internacional Católica de la Infancia. BICE

Vera, B.; Carbelo B.; Vecina, M. (2006). La experiencia traumática desde la Psicología Positiva:

Resiliencia y Crecimiento Postraumático. En papeles del psicólogo Vol. 27 (1) pp. 40-49.

<https://bibliotecavirtual.unad.edu.co/login?url=https://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=edsdnp&AN=edsdnp.1417558ART&lang=es&site=eds-live&scope=site>

Villa Gómez, J. D., Rúa Álvarez, S., Serna, N., Barrera Machado, D., y Estrada Atehortúa, C. E.

(2019). Orientaciones emocionales colectivas sobre el conflicto armado y sus actores como barreras para la construcción de la paz y la reconciliación en Colombia. *El Ágora USB*, 19(1), 35–63. <https://doi.org/10.21500/16578031.4122>

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>

Lista de Apéndices

Apéndice A

Polo, A (2024). Foto voz en escenarios de violencia. YouTube.....38

<https://www.youtube.com/watch?v=8-dXrVmfpDQ>