

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

Cindy Yerlein Otero Villa

Geraldine Andrea Pérez Méndez

Karen Daniela Cubillos Cangrejo

Katherine Toloza Gómez

Luisa Fernanda Vergara García

Asesora

Marisol Bejarano Peláez

Universidad Nacional Abierta y a Distancia UNAD

Escuela de Ciencias Sociales, Artes y Humanidades ECSAH

Psicología

2024

Resumen

Los eventos de victimización en la historia han permeado en Colombia desde diferentes tipos de violencia, han impactado de manera contundente la sociedad y han desconfigurado los lazos sociales y las dinámicas en las comunidades. Gran parte de estas situaciones se han generado a partir de una violencia sociopolítica que ha priorizado los intereses de sectores dominantes que han utilizado la violencia como instrumento de terror e imposición sobre las comunidades más vulnerables, una violencia sociopolítica entendida por la ineficiencia del estado en las medidas adoptadas para evitar estos hechos. Las poblaciones afectadas por el conflicto han generado recursos de afrontamiento que les ha permitido avanzar en los procesos de reconciliación, búsqueda de la verdad y la justicia. De aquí la importancia de proponer acciones psicosociales que acompañen a las víctimas y sobrevivientes en el desarrollo comunitario y la potenciación de sus capacidades. El presente trabajo resalta la importancia de analizar y construir desde la imagen, la narrativa, la memoria histórica, acciones psicosociales pertinentes para que los procesos sean eficaces y con un propósito no solo individual sino colectivo, comprendiendo las formas de abordaje desde un contexto dinamizador y no revictimizante.

Palabras clave: Memoria, resiliencia, emergentes psicosociales y justicia.

Abstract

The victimizing events that throughout history have permeated Colombia through different types of violence have had a strong impact on society and have disfigured social ties and dynamics in communities. A large part of these situations has been generated from sociopolitical violence that has prioritized the interests of dominant sectors that have used violence as a mechanism of terror and imposition on the most vulnerable communities, a sociopolitical violence understood by the inefficiency of the state in the measurements adopted to avoid these events. The populations affected by the conflict have generated coping resources that have allowed them to advance in the processes of reconciliation, search for truth and justice. Hence the importance of proposing psychosocial actions that accompany victims and survivors in community development and the enhancement of their capacities. The present work highlights the importance of analyzing and constructing from the image, the narrative, the historical memory, relevant psychosocial actions so that the processes are effective and with a purpose not only individual but collective, understanding the forms of approach from a dynamic context and not revictimizing.

Keywords: Memory, resilience, psychosocial emergencies and justice.

Tabla de contenido

Exploración y análisis del relato de Shimaia.....	7
Planteamiento de preguntas circulares, reflexivas y estratégicas.....	11
Análisis desde un abordaje psicosocial para el Caso de Masacre en El Salado.....	15
Estrategias Psicosociales para el Caso de Masacre en El Salado.....	20
Informe de reflexión y análisis de las experiencias de foto-voz en Cundinamarca.....	24
Conclusiones.....	30
Referencias.....	32

Lista de tablas

Tabla 1 *Preguntas Circulares, Reflexivas y Estratégicas entorno al relato de Shimaia...*11

Tabla 2 *Estrategias-Acciones Psicosociales.....*21

Lista de Figuras

Figura 1 <i>Tierra de esperanza – Municipio de Silvania</i>	26
Figura 2 <i>Persistencia en el mapa –Municipio de Arbeláez</i>	27
Figura 3 <i>Pueblo Bello – Municipio de Pasca</i>	29
Figura 4 <i>País sin memoria – Bogotá</i>	31
Figura 5 <i>Narrar la memoria – Municipio de Fusagasugá</i>	33

Lista de Apéndices

Apéndice A <i>Enlace de video Noticiero Magazín Paso 3</i>	34
---	----

Exploración y análisis del relato de Shimaia

La violencia generalizada hacia las comunidades vulnerables en Colombia ejercida por diferentes actores, en un extenso periodo de tiempo, ha originado un sin número de emergentes psicosociales que pueden considerarse positivos o negativos, este video a pesar de que es la historia contada por una sola persona nos muestra la realidad vivida por muchas generaciones de colombianos.

El relato de Shimaia pertenece a unos de los capítulos que desde la Comisión de la Verdad se han realizado con el propósito de brindar un reconocimiento a las víctimas por medio de sus experiencias y formas de resiliencia. La Comisión de la Verdad nace en el año 2017, a partir de los acuerdos de paz implementados en Colombia, con el propósito de garantizar la dignidad y derechos fundamentales de las víctimas, articulada a la ley 1448, frente a la verdad, justicia, reparación y no repetición de las víctimas, la comisión de la verdad recoge las historias de vida y narrativas de las víctimas del conflicto armado en Colombia. Por lo que con base en lo anterior traemos a colación la historia de vida o la narrativa de Shimaia.

Emergentes psicosociales derivados de la experiencia.

La narración de Shimaia revela una sucesión de emergentes psicosociales procedentes de la violencia e injusticia en Colombia. Estos incluyen la migración forzada, la pérdida de identidad cultural, la adaptación a economías ilegales, la fragmentación familiar y comunitaria, así como el temor constante y la necesidad de adaptación a nuevas realidades. Dentro de estos aspectos es importante recalcar algunos emergentes en el caso de Shimaia tales como:

- La inmigración de comunidades indígenas fuera del territorio nacional.
- La pérdida de identidad cultural.

- Transición hacia economías ilegales como sustento de los campesinos.
- La pérdida de control del territorio.
- El rompimiento de las familias y las comunidades.
- El miedo y el silencio como canje por el derecho a vivir.

Análisis de su discurso sobre su posicionamiento como sobreviviente

Shimaia se posiciona principalmente como sobreviviente de la violencia, a lo largo de su historia, muestra fuerza y determinación para superar las dificultades que enfrenta. Aunque fue víctima de violencia, se vio a sí misma como alguien que resistió con éxito y siguió adelante.

En su narración se evidencia siempre como un individuo resiliente que al sobrevivir al conflicto armado en su territorio y a pesar de tener que dejarlo, trasciende de su rol como víctima, para convertirse en recuperadora de las costumbres y tradiciones, además de protectora del territorio que, surgido de la resiliencia de ella y otros individuos de la colectividad, que en oposición a los actos violentos y a las fronteras que los separan concluyeron expresar la nación Bari como forma de firmeza, y de garantizar el futuro de las nuevas generaciones.

Significados de la violencia desde la experiencia subjetiva

Según la vivencia de Shimaia, la violencia es la ruptura en la vida y en la sociedad, la violencia significó quebranto, dolor y destrucción, pero también le dio a ella y a otros sobrevivientes un sentido de solidaridad y resistencia. En su narrativa, la violencia es un factor que implica no sólo la pérdida de los derechos humanos y posiblemente de su vida, sino la pérdida de su idiosincrasia, de la cultura, de las costumbres, de su derecho a caminar en su territorio y de ejercer control sobre él, desde su percepción subjetiva la violencia fue una oportunidad de construir un

futuro donde ellos tienen la responsabilidad de cuidar y conservar lo reconstruido y garantizar que se conserve en el tiempo.

Formas y medios de afrontamiento

La protección del territorio y el trabajo en colectivo fue el elemento principal que le permitió sobrellevar todas las situaciones a las que estuvo expuesta Shimaia y su comunidad, las formas en que las comunidades indígenas han resistido a la violencia y han perseverado en la lucha por el medio ambiente y la conservación de sus costumbres, ha fortalecido los recursos de afrontamiento manteniendo una nación que se integra desde el gobierno propio y el valor de sus creencias y costumbres.

Las comunidades indígenas colombianas en busca de proteger sus derechos y sus vidas, se han visto obligadas a utilizar diferentes recursos de afrontamiento, en este caso una de las primeras fue encerrarse en sus comunidades y tratar seguir las normas que les fueron impuestas, después de perder miembros de su comunidad decidieron abandonar su tierra (su Ishtana), al llegar a otras comunidades tuvieron que acoger nuevas reglas y respetarlas, cuando tuvieron la posibilidad de reconstruir lo que habían perdido, declarando la nación Bari y como uno de los recursos más importantes decidieron negar el ingreso de cualquier actor armado a su territorio.

Elementos resilientes en el proceso de afrontamiento

En esta historia la resiliencia es un eje fundamental puesto que, a pesar de las adversidades y de ser sobrevivientes de diferentes fenómenos de violencia lograron reconstruir su comunidad, dicha resiliencia se puede evidenciar en diferentes momentos del relato como: el buscar otra comunidad donde pudieran conservar parte de sus costumbres y creencias al verse

desplazados de su territorio, al igual que retornar al territorio aunque este se encontrara devastado por el conflicto y por otro lado el unir las diferentes comunidades para conformar la nación Barí resistiendo a los actores armados, si bien esto no garantiza la reparación si es un paso muy importante hacia la no repetición.

La lucha histórica de los pueblos indígenas ha sido una lucha atravesada por la resiliencia, en el relato de Shimaia se destaca la fuerza, el respeto a la vida, el reconocimiento de su nación y los territorios, la organización social y las formas en que se han dignificado y han hecho frente a la violencia.

Planteamiento de preguntas circulares, reflexivas y estratégicas

Tabla 1

Preguntas Circulares, Reflexivas y Estratégicas entorno al relato de Shimaia.

Tipo de pregunta	Pregunta Planteada	Justificación desde el campo psicosocial
Circulares	¿Cuál es el principal aporte que considera dejan las experiencias vividas por usted para las próximas generaciones?	La reconstrucción de la idiosincrasia de las poblaciones parte de una memoria histórica que retome aspectos del pasado para hallar estrategias que estén al servicio del presente, las personas tienen sueños, proyecciones que evocan a la reconstrucción del tejido social. De manera amplia Blair (2002) hace referencia a que “las memorias individuales, en lugar de ser la expresión de una realidad interior son construcciones eminentemente sociales. Los seres humanos somos simultáneamente sujetos y objetos de nuestra construcción, por eso mediante nuestro lenguaje y nuestras prácticas podemos contribuir a la creación de una realidad social que es a su vez sujeto y objeto de inscripción de nuestras relaciones y donde estas adquieren significado” (p.27).
	¿Cómo imaginarías tu vida si pudieras dejar atrás las experiencias que has tenido que atravesar para seguir protegiendo tu territorio?	Cuando las víctimas logran recuperar el objetivo y propósito de su vida después de vivir episodios traumáticos, recobran las razones por las cuales sus luchas e intereses son fundamentales no solo en el desarrollo individual sino colectivo. En relación a ello, Echeburúa (2017) menciona que “un trauma se supera cuando la persona, aun con dolor, es capaz de integrar el suceso traumático como algo pasado que forma parte de su historia personal, sin la presencia excesiva de emociones negativas (como odio, rabia o impotencia), puede vivir con normalidad el día a día y utilizar unas estrategias de afrontamiento positivas” (p.384).

¿Qué consideras te dio la fuerza para volver a tu territorio y recuperar tu vida?	Enfocarse en las fortalezas y potencialidades genera emociones positivas que posibilitan la revaloración de las situaciones por medio de estrategias adaptativas. A partir de la psicología positiva Rey & Mesa (2017) indican que “los beneficios relacionados con las emociones positivas son variados: facilitan un pensamiento más flexible, creativo y eficiente” (p.11).
Reflexivas	
¿Qué aspectos de tu identidad crees que te han desafiado o has podido reafirmar por esta experiencia que viviste?	La manera en que las víctimas de hechos traumáticos buscan estrategias para resignificar las experiencias, denota la intensidad en la que el ser humano busca salidas para lidiar con el sufrimiento, pero, sobre todo, construir nuevas formas de entender el sistema de valores y el contexto.
¿Qué significado le otorga a su papel como guardiana de la cultura y protectora del territorio en el contexto actual?	Esta pregunta se basa en la teoría de intervención en crisis de Echeburúa (2007), que subraya la relevancia de identificar y fortalecer tanto los recursos individuales como los que provienen del entorno social de cada persona que han vivido situaciones traumáticas. En el caso de Shimaia, la pregunta busca explorar cómo percibe su papel como guardiana de la cultura y protectora del territorio después de haber experimentado la violencia y el desplazamiento. Además, la pregunta también está en línea con perspectiva Según la psicología positiva de Vera, Carbelo y Vecinas (2006), que destaca toda capacidad de crecimiento o resiliencia de los individuos a través del proceso de afrontamiento y reconstrucción después de experiencias traumáticas.
Desde su punto de vista ¿cuál cree que debería ser el objetivo de las comunidades indígenas en los procesos de justicia y reparación?	Las comunidades indígenas tienen formas significativas de dignificar sus territorios y construir la identidad de sus pueblos, el valor y el reconocimiento de sus luchas son parte vital de sus tradiciones. En la búsqueda de esa dignificación, la resistencia por la protección de territorio amplia el

panorama resiliente de las comunidades.

Es allí, cuando la memoria histórica y narrativa recobran importancia con las dinámicas de reconstrucción, de acuerdo a esto, Blair (2002) menciona que “la memoria histórica construye la identidad de los pueblos y es lógico recurrir al pasado para ponerlo al servicio del presente, lo cual no significa que todos los usos del pasado sean lícitos: la lección a extraer de la historia debe tener legitimidad en sí misma, no porque provenga de un recuerdo querido o favorezca determinados intereses” (p.17).

Estratégicas ¿Qué recursos o apoyo externos le han resultado más eficientes para afrontar los efectos de las situaciones vividas?

Esta pregunta se basa en la teoría de coaliciones comunitarias de Martínez y Martínez (2003), que propone que el trabajo en conjunto de diferentes actores sociales puede generar cambios significativos en la comunidad. Además, se relaciona con la perspectiva de la cartografía como herramienta de investigación y pedagógico de Osorio Campillo (2011), que sugiere que el mapeo de recursos y necesidades de una comunidad puede ser útil para identificar áreas de fortaleza y áreas de mejora.

¿Qué habilidades desarrolló para que le ayudarán en el proceso de superación y cómo logró avanzar en las dificultades?

Esta pregunta se fundamenta en la teoría de intervención en crisis de Echeburúa (2007), que destaca la relevancia de reconocer y aprovechar los recursos individuales y sociales de los sujetos que han pasado por escenarios traumáticos. Además, se relaciona con el concepto de fortaleza y desarrollo postraumático de Vera, Carbelo y Vecina (2006), que sugiere que las experiencias traumáticas pueden llevar al crecimiento personal y consolidar los recursos del ser humano.

¿Qué papel pueden jugar las poblaciones indígenas para alcanzar la paz y apaciguamiento en el territorio?

Esta pregunta se fundamenta en la teoría de intervención en crisis de Echeburúa (2007), quien Resalta la relevancia de reconocer y potenciar los recursos tanto personales como los que provienen del entorno de cada individuo que ha experimentado situaciones traumáticas. Según Echeburúa, durante el proceso de crisis, las personas pueden activar

recursos personales y comunitarios que les permiten enfrentar la adversidad de manera resiliente. Al hacer esta pregunta, se busca explorar los momentos en los que Shimaia ha experimentado una sensación de fortaleza y conexión con su comunidad, lo que reflejaría la activación de recursos de afrontamiento. Además, la pregunta también se organiza con la perspectiva de Vera, Carbelo y Vecina Psicología positiva (2006), que destaca las habilidades humanas para desarrollarse y ajustarse ante circunstancias desafiantes después de experiencias traumáticas.

Nota. Estructuración de las preguntas en base al relato de Shimaia. *Fuente.* Autoría propia.

Análisis desde un abordaje psicosocial para el Caso de Masacre en El Salado: relatos de resiliencia después de 20 años

La masacre en el corregimiento el Salado se perpetró durante el año 2000 comandada por paramilitares, políticos y militares en Villas del Rosario – El Salado departamento de Bolívar, alrededor de 60 personas fueron asesinadas entre hombres, mujeres y niños, así como un gran fenómeno de desplazamiento de la comunidad afectada. Esta masacre es considerada la más sanguinaria y cruel en Colombia, gran parte de los hechos que acontecieron marcaron la vida de las poblaciones dejando huellas imborrables y afectaciones en todos los niveles.

Emergentes psicosociales identificados en la comunidad

La crudeza y la magnitud de la violencia que vivieron los habitantes del Salado propicio profundas repercusiones psicológicas en cada uno de ellos, en donde es evidente desde el relato dado por las víctimas que se ha tomado el camino de la reconstrucción y la búsqueda de la no repetición, a pesar de que 20 años después aún existen profundas cicatrices en la memoria de los que vivieron las atrocidades de la violencia que se apoderó en el corregimiento entre el 16 y el 22 de febrero del año 2000, y que los forzó a cambiar su forma de vida generando así que surgieran emergentes psicosociales como: **la resiliencia** que necesitaron para continuar viviendo y recuperar sus vidas, **la restauración del tejido social** de los afectados que regresaron a su territorio a pesar del sufrimiento y la pérdida de varios miembros de la comunidad del Salado, **el empoderamiento** de los sobrevivientes y el fortalecimiento del arraigo hacia su tierra, **los actos simbólicos** como desarraigar la maleza como sinónimo de quitar el padecimiento, **el surgimiento de líderes sociales** dentro de los sobrevivientes y la iniciativa de la comunidad para emprender.

Sin embargo, no todos los emergentes psicosociales impactaron de forma positiva en la comunidad, puesto que se presentan algunos de connotación negativa como: **el desmembramiento de las familias, el desplazamiento forzado** de los sobrevivientes emerge **impunidad** al no brindar reparación a las víctimas y **el daño psicológico** ocasionado por la violencia vivida hace 20 años.

Efectos de la violencia desde una análisis bio-psico-sociocultural

La tragedia ocurrida hace 20 años en el Salado, dejó una cicatriz inquebrantable en la comunidad, cambiando la vida de cada una de las personas que vivieron esta tragedia. Sin embargo, a pesar del dolor y de muchas acciones, la gente sigue siendo sorprendentemente resistente, reinventando de manera constante sus vidas y comunidades. Las consecuencias de la bio-psico-sociocultural son una red compleja de aspectos que vinculan y afectan la salud, la mente, las relaciones en la sociedad y la cultura de la colectividad. Por lo tanto, abordar estos aspectos de manera integral es fundamental para involucrar la resiliencia y la recuperación. Después de la masacre del Salado, los evidentes efectos biológicos, psicológicos, sociales y culturales fueron múltiples y profundos.

Impactos Biológicos: Los efectos biológicos de la masacre del Salado se reflejaron en la salud física de las víctimas, aumentan los trastornos similares con la ansiedad y el estrés posteriores a una lesión, como los trastornos gastrointestinales, cardiovasculares y musculoesqueléticos. Además, la falta de servicios médicos adecuados empeora estas condiciones y afecta la eficacia de vida de los sobrevivientes. Es importante destacar que, si no se abordan adecuadamente, estos efectos biológicos pueden persistir en el tiempo, lo que subraya la necesidad de intervenciones integrales que consideren la salud física e intelectual de las poblaciones afectadas.

Impactos Psicológicos: El impacto psicológico de la masacre del Salado fue profundo y duradero. Muchos sobrevivientes experimentan trastornos de depresión, estrés y ansiedad como consecuencia directa de presenciar y experimentar el abuso. Estos trastornos además de aquejar la salud emocional de los individuos, también interviene en la capacidad de interactuar con los demás y llevar una vida normal. Además, ha aumentado la desconfianza de la gente hacia los demás y hacia las autoridades, lo que dificulta restablecer el sentido de comunidad. Por tal motivo las personas afectadas necesitan apoyo psicológico especializado que les ayude a superar estos traumas y reconstruir sus vidas de forma saludable.

Impacto Sociales: El impacto social de la masacre fue enorme y dejó una profunda huella en la sociedad, se desarrolló entre la población una atmósfera de desconfianza y miedo que condujo a su alienación y fragmentación del tejido social y comunitario. Muchas personas optan por migrar a otras zonas en busca de mayor seguridad, lo que genera cambios en la dinámica poblacional y en las relaciones interpersonales. Además, el holocausto afectó la relación de la sociedad con el moderado ambiente y creó una sensación de inseguridad y vulnerabilidad, que afectó la calidad de vida del pueblo. Por tanto, se hace fundamental trabajar para rehacer el tejido social y fundar áreas de encuentro y plática, en el que se promueva la confianza y el respaldo entre los miembros del cuerpo social.

Impactos Culturales: La conmoción cultural de la matanza se manifiesta en cambios en las tradiciones, costumbres y creencias de la comunidad. La violencia que vivieron dejó profundas huellas en la identidad cultural de la población y cambió su forma de ver el mundo y sus relaciones con su entorno. El holocausto provocó una ruptura en la continuidad cultural, afectando la forma en que el conocimiento y los valores se transmiten entre generaciones. Además, el aumento de la desconfianza y la vulnerabilidad han afectado la interconexión de las

comunidades. Sin embargo, para prevenir estas consecuencias es necesario promover procesos de reconstrucción cultural que fortalezcan la identidad comunitaria y la cohesión social.

Elementos simbólicos y experiencias de transformación desde la violencia y resiliencia

Estos grupos armados ilegales como lo son los paramilitares no tenían vergüenza, perdón de nadie, por tanto sufrimiento y dolor causado a los habitantes de esta comunidad, se apoderaron de tierras acabaron con los emprendimientos de la población sin importar que en aquellas casas se encontraban niños, niñas y adolescentes indefensos y sin saber qué ocurría con sus seres queridos, claramente se ve afectada esta población en todos los tipos de violencia tanto sexual, física y verbal, el desplazamiento, acorralamiento y vulneración de los derechos humanos con la finalidad de infundir el terror y el miedo con actos terroristas y muertes inolvidables.

Todo acto de vandalismo y guerra se superó, gracias a la resiliencia como paso a la libertad, volviendo a retomar su pueblo, buscando las tierras abandonadas. Cada experiencia vivida queda en los corazones como aprendizaje, que se transmite a toda la comunidad del Salado y a otros pueblos que quieren ser partícipes de esta renovación que se llevará a los más pequeños. La memoria histórica se crea con el fin de hacer participación con la población juvenil para que ellos tomen decisiones en la construcción de tratos de paz para las familias y comunidades.

También se analiza cómo en el relato se mencionan y se relatan lugares específicos de este pueblo. Un lugar violento y lleno de sufrimiento es la cancha que en su centro se encuentra dibujadas flores y ramas de colores, la casa blanca de puertas azules. Dolor de la juventud, trauma y dolor, terreno de resiliencia, la valentía de una madre, la unión de una familia en una iglesia zona de refugio y esperanza, las experiencias vividas momento de la llegada de grupos

paramilitares y ejército, salir del pueblo en busca de paz y restauración de tierras; La compensación por perjuicios causados, recuerdo de las memorias en el monumento donde se encuentran seres queridos sepultados; estos hechos victimizantes siempre van a quedar en la memoria de los campesinos y las marcas en la piel de aquella época, la esperanza de las nuevas oportunidades para continuar con la vida y ser ejemplo de superación, transformar vidas en otras comunidades es la capacidad que se desarrolla luego de tanto dolor.

Estrategias Psicosociales para el Caso de Masacre en El Salado: Relatos de Resiliencia

Después de 20 Años

Tabla 2

Estrategias-Acciones Psicosociales.

Estrategia 1. Red de apoyo comunitario para la resiliencia.	
Descripción Fundamentada	Esta estrategia se fundamenta en la formación de una red de ayuda dentro de la comunidad que promueva la superación en los habitantes del Salado. Se busca fortalecer los lazos sociales y emocionales entre los habitantes, brindando un espacio seguro para compartir experiencias y emociones. Según Alberich (2008), las redes y mapas sociales son herramientas fundamentales en la intervención social, ya que permiten identificar los recursos y apoyos disponibles en la comunidad.
Objetivo	Promover la expresión emocional y la cooperación desde el acompañamiento psicosocial en la comunidad del Salado con el fin de superar las situaciones de violencia.
Fases y Tiempos	<p>Fase 1 (Inicio): Reconocimiento de líderes comunitarios y convocatoria a reuniones informativas (2 semanas).</p> <p>Fase 2 (Desarrollo): Implementación de actividades de integración y formación de grupos de apoyo (6 semanas).</p> <p>Fase 3 (Consolidación): Evaluación de la red y seguimiento de los grupos de apoyo (3 meses).</p>
Acciones por Implementar	<ul style="list-style-type: none"> • Realización de psicoeducación frente a los conceptos claves como: red de soporte y resiliencia. • Convocatoria a líderes comunitarios. • Creación de grupos de apoyo. • Realización de talleres. • Seguimiento y evaluación. • Dinámicas grupales. • Entrevistas individuales. • Cuestionarios de evaluación de la red de apoyo.

Impacto Esperado	Según Echeburúa (2007), la resiliencia hace alusión a las forma en las que un individuo o comunidad puede hacer frente a las situaciones adversas y recuperarse de ellas. Al fortalecer los lazos sociales y emocionales, se espera que los habitantes del Salado desarrollen una mayor resiliencia, lo que les permitirá enfrentar de manera más efectiva los desafíos futuros.
------------------	--

Además, según White (2016), el trabajo en redes y comunidades puede afianzar los tejidos sociales y crear un sentido de apropiación, lo que contribuye a una mayor cohesión social. Esta mayor cohesión puede ayudar a generar un ambiente de apoyo mutuo y solidaridad en la población del Salado.

Estrategia 2. Fortalecimiento emocional y habilidades de afrontamiento.

Descripción Fundamentada	La estrategia consiste en la realización e implementación de talleres periódicos dirigidos a los pobladores del Salado, enfocados en fortalecer sus habilidades emocionales y de afrontamiento. Los talleres abordarán temas como el manejo del estrés, comunicación efectiva y resolver desacuerdos. Según Echeburúa (2007), la asistencia durante situaciones de emergencia a personas afectadas por eventos traumáticos puede incluir actividades grupales que fomenten la expresión emocional y el apoyo mutuo.
--------------------------	---

Objetivo	Dotar a la comunidad de herramientas emocionales y cognitivas para afrontar de manera saludable situaciones adversas y fortalecer su bienestar psicológico.
----------	---

Fases y Tiempos	<p>Fase 1 (Planificación): Diseño de los talleres y selección de facilitadores (2 semanas).</p> <p>Fase 2 (Implementación): Realización de los talleres de forma semanal (8 semanas).</p> <p>Fase 3 (Evaluación): Evaluación de impacto y ajustes necesarios para futuras ediciones (2 semanas).</p>
-----------------	---

Acciones por Implementar	<ul style="list-style-type: none"> • Diseño de contenidos y material didáctico, para psicoeducación. • Selección de facilitadores capacitados en psicología comunitaria. • Realización de talleres semanales. • Técnicas de relajación y respiración. • Role-playing para practicar habilidades de afrontamiento. • Encuestas de satisfacción y evaluación al final de cada taller.
--------------------------	---

Impacto Esperado	Vera, Carbelo, y Vecina (2006) destacan que el fortalecimiento de habilidades emocionales puede contribuir a un mejor manejo del estrés. Se espera que los talleres
------------------	---

permitan a la población del Salado identificar y gestionar de manera más efectiva sus emociones, lo que les permitirá enfrentar situaciones estresantes de forma más asertiva.

Por su parte Alberich (2008) menciona que “el fortalecimiento de habilidades de afrontamiento puede aumentar la habilidad de los individuos para enfrentar situaciones difíciles”. Se espera que los talleres proporcionen a los pobladores del Salado herramientas y técnicas prácticas para enfrentar los desafíos cotidianos con mayor eficacia.

Estrategia 3. La mente respira y la comunidad se empodera.

Descripción Fundamentada Esta estrategia tiene como propósito implementar acciones psicosociales donde se trabajará de manera individual, familiar y grupal, educando, fortaleciendo la resiliencia y la cultura, teniendo en cuenta el enfoque diferencial de acuerdo a su etnia y género, con el fin de garantizar la igualdad de oportunidades a la población según sus potencialidades, para propender en el fortalecimiento, el confort y el grado de vida de la comunidad.

La estrategia se propone desde el modelo de Empowerment para la comunidad del Salado, ya que, permite reducir los factores de riesgo social, físico y mental, en donde la comunidad tendrá la habilidad de examinar y comprender las situaciones vividas.

Además, se brindan herramientas para que puedan afrontar de manera efectiva la situación traumática que han vivido. En referencia a ello, Musitu & Buelga (2004) indican que “ampliada la unidad de análisis y de intervención a los sistemas sociales y en concreto a las interrelaciones que se producen entre el entorno y la persona, la intervención no pretende eliminar los déficits o las debilidades de los individuos buscando una solución a los problemas presentes sino que desde una acción preventiva se busca promover y movilizar los recursos y potencialidades que posibiliten que las personas, los grupos o las comunidades adquieran dominio y control sobre sus vidas” (p.2).

Objetivo Afianzar el empoderamiento a los pobladores del Salado para que participen dinámicamente en la toma de decisiones y en la implementación de acciones que permitan mejorar su calidad de vida y afrontar los desafíos actuales y futuros.

Fases y Tiempos Fase 1 (Psicoeducación): Contextualización del tema de empoderamiento a las comunidades (**1 semana**).

Fase 2 (Planificación): Diseño de talleres, material didáctico y audiovisual, basado en un plan de acción comunitario para la participación activa (**2 semanas**).

Fase 3 (Implementación): Realización de los talleres de forma semanal (**8 semanas**).

Fase 4 (Evaluación): Evaluación de impacto y arreglos indispensables para futuras ediciones (**2 semanas**).

Acciones por Implementar	<ul style="list-style-type: none"> • Diseño de campañas educativas e informativas en cuanto a la importancia de la autogestión comunitaria. • Educar y capacitar a la comunidad en las técnicas y herramientas en base al liderazgo, compromiso y la participación de las mismas. • Fortalecer las costumbres y resaltar el arte como hábito de superación. • Grupo de escucha que le permita a la comunidad identificar sus recursos, herramientas y potencialidades. • Dinámicas que promuevan el desarrollo social, las relaciones y los procesos de resiliencia.
--------------------------	---

Impacto Esperado	<p>La comunidad del Salado obtendrá una información clara y oportuna basada en las redes de apoyo y el empoderamiento, las cuales transmiten la historia desde diferentes técnicas de afrontamiento y recursos que ayudarán al cuerpo social en la fase de reparación, justicia y no repetición.</p>
------------------	--

Se basa en la idea de que, al fortalecer la comunidad, se fortalecen también los recursos individuales de afrontamiento.

Se utilizará un enfoque participativo que involucre a los pobladores en la identificación de sus propias fortalezas y recursos, fomentando así un sentido de pertenencia y empoderamiento. En línea con la teoría de la resiliencia de la Psicología Positiva (Vera, Carbelo, & Vecina, 2006) mencionan que “se espera que, al empoderar a la comunidad y fomentar su participación activa, se promueva un sentido de pertenencia y solidaridad que contribuya a superar los efectos del trauma colectivo causado por la masacre en El Salado” (p.44).

Además, se busca afianzar los recursos individuales y colectivos de los residentes, promoviendo la autoeficacia de la idoneidad acerca del afrontamiento.

Nota. Formulación de estrategias psicosociales. *Fuente.* Autoría propia.

Informe de reflexión y análisis de las experiencias de foto-voz en Cundinamarca

La captura sobre la imagen como discurso narrativo realizados, reflejan la profunda conexión entre las personas y los lugares en los que viven, así como la manera en que se apropian de esos espacios para construir su identidad y sentido de pertenencia. Cantera (2009) indica que la foto intervención permite que las personas manifiesten sus percepciones, pensamientos y emociones por medio de imágenes fotográficas, facilitando la reflexión y el diálogo sobre aspectos significativos de sus vidas. Las fotografías capturan no sólo la realidad física de los entornos, sino además las emociones, recuerdos y significados simbólicos que los habitantes atribuyen a esos lugares.

En el contexto de Fusagasugá, Silvania y Pasca, las fotografías muestran la huella indeleble que la violencia ha dejado en las comunidades, pero también evidencian los procesos de resiliencia y la capacidad de reintegración de estas. Montoya (2020) señala que la foto voz "permite a los participantes compartir sus vivencias, emociones y reflexiones sobre su entorno y su experiencia migratoria, otorgándoles voz y visibilidad" (p.21).

Las zonas que anteriormente fueron escenas de dolencia y desolación se convierten en símbolos de esperanza y renovación, reflejando la manera en que las comunidades se apropian de su historia para transformarla en un motor de cambio. Rodríguez & Cantera (2016) destacan que la foto intervención "facilita la reflexión crítica sobre la realidad, promoviendo la conciencia social y la acción transformadora" (p.234).

Figura 1

Tierra de esperanza



Fuente. Autoría Propia. Katherine Toloza. Marzo 30-2024 -Silvania

En conclusión, este ejercicio desde la imagen permite poner en evidencia y reflexionar sobre la incidencia del tejido y la zona como pilares fundamentales en la formación del carácter distintivo en escala personal como conjunta. Estas herramientas, como la foto intervención, no solo nos ayudan a percibir mejor la realidad de las comunidades, sino que también pueden utilizarse como herramientas de empoderamiento y transformación social.

Lo simbólico y la subjetividad

Los elementos van teniendo validez cuando un conjunto de personas desencadenan el mismo texto y los trabajos generales con la misma finalidad de exponer y revelar a cada municipio, nos encontramos con diferentes lugares los cuales nos evidencian diferentes escenas mostrando que entre sí, guardan sufrimiento, dolor y perdón por el contexto de violencia, los valores subjetivos se pueden caracterizar mediante el individuo que realiza el ejercicio en este caso los compañeros lograron identificar unas palabras significativas y reales de cada contexto

donde se lucha por tener paz. El esfuerzo y el compromiso es parte fundamental de este proceso porque también se enfrentan a una realidad que en ocasiones es imposible revertirla, pero se cuenta con la resiliencia que es garante de las soluciones ante las desiguales inseguras que se muestran en los entornos, lo gratificante es la superación de sí mismo y poder brindar a la comunidad una acción para mejorar la calidad de vida.

La foto-voz, fue espacio donde se identificaron diferentes etapas de las cuales atravesaban varias familias de los muchos valores encontrados se manifiestan unos que vinculan a la familia al medio ambiente y al bienestar personal de cada víctima, entre ellas encontramos la reconstrucción de las familias la resiliencia para vincularse en los nuevos entornos la reconciliación de cada vida individual, por lo tanto cada individuo tiene la oportunidad de convertir su vida y seguir guardando fe y la esperanza para continuar después de tanta adversidad. Y es así como para cada persona estos contextos de violencia son interpretados de diferentes maneras, cada uno tendrá una perspectiva, la cual para la víctima es recordar aquel dolor y sufrimiento y para otras solo será una historia más.

Las experiencias significativas de la imagen en la construcción de memorias vivas

Gestar la memoria histórica es un elemento primordial para garantizar la reparación y la no repetición, sin embargo, es difícil transmitir de forma precisa lo sucedido y lo que significó para las personas que sufrieron los hechos victimizantes, por esta razón es importante tener en cuenta recursos como la fotografía que permite capturar visualmente un evento y guardar de él detalles que de otra manera podrían perderse con el pasar de los años, a través de la imagen se logra impactar la subjetividad de las personas, brindando la oportunidad de que estas puedan evocar sentimientos y conciencia sobre el pasado, de igual manera, la narrativa es el

complemento de las imágenes, está refuerza los sentimientos, contando lo sucedido de forma que se comprendan las percepciones subjetivas y las experiencias individuales que conforman los acontecimientos históricos, esta combinación lleva a la reflexión y crea empatía y solidaridad facilitando la comprensión entre las personas que vivieron los hechos y las que están conociendo la historia.

Figura 3

Pueblo Bello



Fuente. Autoría Propia. Fernanda Vergara. Marzo 27-2024 -Pasca

Por ende, las imágenes y la narrativa pueden impactar de forma significativa en la manera que los individuos distinguen y comprenden el contexto histórico, lo cual permite que el individuo analice de forma crítica y reflexiva para crear conciencia desde lo individual hacia lo colectivo impulsando así la transformación psicosocial.

Recursos de afrontamiento

Cada imagen capturada y contada evidencia cómo las víctimas de la violencia son capaces de encontrar el perdón y las expresiones de resiliencia que surgen al darse cuenta de la verdadera naturaleza de lo que significa ser humano. Compensar su dolor y transformar las historias de la brutalidad que vivieron hace parte en las formas de construcción de una vida digna basada en el perdón y la reconciliación. Cabe destacar, que las personas tienen las destrezas y habilidades necesarias para desplegar la capacidad de soportar las dificultades que se puedan presentar, todo dependiendo del grado de consecuencias y del deseo de la víctima de recuperarse.

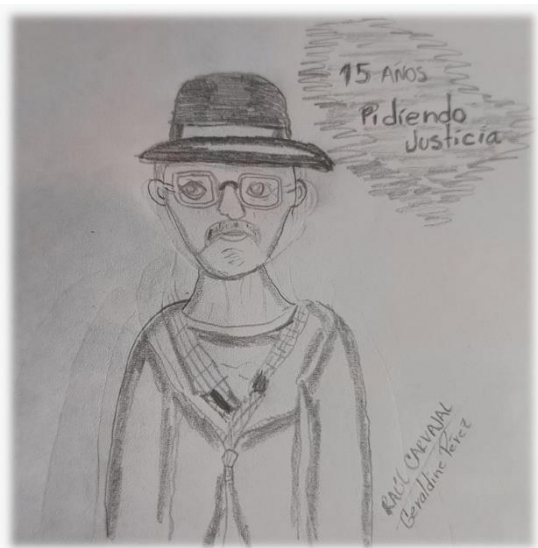
Los actos violentos dejan en los individuos cicatrices profundas, llenas de rencor y sufrimiento, pero también curan heridas con el tiempo y renacen con la individualidad de cada hecho, creando un espacio para seguir creando el viaje de sus vidas. La forma en que el individuo se mantiene en pie es la forma en que se reestructura el evento traumático, y estos procesos reflejan la capacidad de aceptar y superar los obstáculos encontrados, como la tristeza, la capacidad de admitir cambios en uno mismo y adecuarse a las condiciones sociales. Estas representaciones resilientes ayudan a modificar, afrontar, minimizar o eliminar conflictos o problemas, “haciendo hincapié en la enorme capacidad de la humanidad para resistir y recuperarse”.

Otras manifestaciones de resiliencia que se puede reflejar en cada foto-voz presentada es enfrentar diversos incidentes de violencia para iniciar una búsqueda radical de una mejor calidad de vida, que se puede lograr promoviendo la lucha contra grupos socialmente dañinos, asumiendo la responsabilidad de la marginación para que se pueda superar a los gobiernos

abusivos e indiferentes y llevar progreso y justicia a todos “Las personas tienen una gran capacidad para adaptarse a las experiencias traumáticas más horribles y encontrar significado”.

Figura 3

País sin Memoria



Fuente. Autoría Propia. Geraldine Pérez. Marzo 27-2024 -Bogotá

Finalmente, es sumamente importante enfatizar que la resiliencia es un paso muy importante que se puede verificar mirando detenidamente las imágenes y narrativas que representan la disputa por una mejor calidad de vida y que afronta diversas situaciones relacionadas con la violencia y la indiferencia. La gente siempre sueña con mejorar no importa cuán difícil sea la situación, quieren mejorarla y seguir adelante, los colombianos son personas trabajadoras, progresistas, optimistas y felices, y gracias a estas cualidades han creado paradigmas que permiten crear expresiones resilientes que hacen que las comunidades superen el sufrimiento y creen nuevas oportunidades para transformar sus vidas, mejorar su autoestima, su identidad y respeto. Las personas que obtienen control sobre sus emociones y su comportamiento

intentan implementar los objetivos establecidos para lograr sus intereses individuales o sociales, de manera que la subjetividad colectiva sea satisfecha y aceptada por todos.

Reflexión psicosocial y política de la experiencia

A treves de los daños causados a la población y a la sociedad por medio de diferentes dispositivos de violencia, que se han enfocado en fundar terror e imposición sobre las comunidades, han implantado una fuerza transformadora en las poblaciones afectadas con un principio emancipador y de fortaleza por la verdad y la justicia.

Los individuos afectados por el conflicto armado son eje central de la justicia transicional, porque luchan por un reconocimiento de sus derechos humanos, enfocado en la reparación directa del estado y el acompañamiento psicosocial. Teniendo en cuenta los procesos de búsqueda de la verdad, las poblaciones han empleado diferentes estrategias que han impactado de manera positiva no solo en el proceso de sus pérdidas y vivencias violentas, sino en las formas de reconciliación a través de sus voces, el arte, la movilización, la búsqueda y en grandes proporciones el trabajo en colectivo.

Las relaciones entre víctimas y victimarios a través de procesos de diálogo y reconciliación, creó vínculos simbólicos que han permitido desde el perdón, construir una mirada diferencial del conflicto, las técnicas de sanación les han permitido a las víctimas tener otra visión de su malestar y lidiar con sus experiencias traumáticas, resignificando los hechos para una justa reparación y su bienestar físico y mental.

Figura 4

Narrar la memoria



Fuente: Autoría Propia. Cindy Otero. Marzo 26-2024 -Fusagasugá

Es importante recalcar la importancia del estado y las instituciones pertinentes para lograr una justa reparación y que priorice la no repetición de los hechos, esto definiría realmente no revictimizar a las víctimas y combatir la impunidad.

Conclusiones

La violencia en Colombia ha dejado profundas marcas en las comunidades, generando emergentes psicosociales tanto positivos como negativos. Las narraciones de Shimaia reflejan la dificultad con estas experiencias y las diversas marcas en la vida de las poblaciones afectadas.

Desde una perspectiva psicosocial, se evidencia la relevancia de las estrategias para enfrentar dificultades y la disposición de adaptación en la recuperación de las sociedades impactadas por el terrorismo. La protección en cuanto al territorio, el trabajo en colectivo y la resistencia activa son elementos clave que permiten afrontar las adversidades y construir un futuro más consolador.

El análisis de las capturas y narrativas en el contexto de Fusagasugá, Silvania y Pasca muestra la profunda conexión entre las personas y sus entornos, así como la capacidad de transformar el dolor en acciones de reconciliación y reconstrucción. La combinación de imagen y sonido se transforma en un instrumento potente para expresar las vivencias, emociones y reflexiones de las comunidades afectadas.

Es crucial que las políticas gubernamentales y los programas de rehabilitación reconozcan y valoren la capacidad de recuperación y las habilidades para enfrentar desafíos de las comunidades afectadas. La justicia transicional debe enfocarse en reconocer los derechos esenciales de los afectados y en establecer procedimientos para revelar la verdad, buscar justicia y proporcionar reparación para prevenir la repetición de actos violentos.

En conclusión, la resiliencia, la restauración de la unión social y la indagación de la verdad y la justicia son elementos clave en el proceso de dejar atrás la violencia en Colombia. Es crucial continuar impulsando la preservación de la memoria histórica, la armonía y la edificación de una comunidad justa para todas las personas impactadas por la violencia.

Referencias bibliográficas

- Blair, E. (2002). Memoria y Narrativa: La puesta del dolor en la escena pública. *Estudios Políticos*, (21), 9–28. <https://doi.org/10.17533/udea.espo.1413>
- Cantera, L. (2009). La foto intervención como herramienta docente. En *Revista de Enseñanza de la Psicología: Teoría y Experiencia* Vol. 5 (1).
https://www.researchgate.net/publication/37808070_La_fotointervencion_como_herramienta_docente
- Comisión de la verdad. (2022, 12 de abril). Historias que retornan | Capítulo 2 - Ernesto. [video]. YouTube. <https://youtu.be/p2kJpmnQ1dc>
- Echeburúa, E. (2007). Intervención en crisis en víctimas de sucesos traumáticos: ¿Cuándo, ¿cómo y para qué? En *Psicología Conductual*, Vol. 15, Nº 3, 2007, pp. 373-387.
https://www.behavioralpsycho.com/wp-content/uploads/2020/04/04.Echeburua_15-3oa-1.pdf
- 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/>
- Musitu, G. & Buelga, S. (2004) *Desarrollo Comunitario y Potenciación*. En G. Musitu, J. Herrero, L.Cantera y M. Montenegro (Eds.), *Introducción a la Psicología Comunitaria*, (pp. 167-195). Barcelona: UOC

- OVI Unidad 8 Rodríguez, M. (2020). Michael White y Amalio Blanco en la comprensión del trauma psicosocial. <https://repository.unad.edu.co/handle/10596/36167>
- OVI Unidad 8 Arenas, A (2017) Intervención en crisis. <http://hdl.handle.net/10596/13022>
- Rey, D y Mesa, M. (2017). Psicología positiva aplicada para el abordaje psicosocial y proceso terapéutico de niños, niñas y adolescentes sobrevivientes del conflicto armado en Colombia. Arauca. <https://hdl.handle.net/20.500.12494/1850>
- Rodríguez R. Cantera, L. (2016). La foto intervención como instrumento de reflexión sobre la violencia de género e inmigración. En Temas en Psicología, Vol. 24, n° 3, pp. 927 - 945. <https://dx.doi.org/10.9788/TP2016.3-09>
- 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>
- White, M. (2016). El Trabajo con Personas que Sufren las Consecuencias de Trauma Múltiple: Una Perspectiva. En: Recursos psicosociales para el post conflicto, pp. 27 -75. Taos Institute. Chagrín Falls, Ohio USA. <https://pranaschile.org/wp-content/uploads/2018/04/MW-Consecuencias-del-trauma.pdf>

Apéndices

Apéndice A

Enlace de video Noticiero Magazín Paso 3

<https://youtu.be/hb2yLNEgMcc>