

La imagen y la narrativa como herramientas para el abordaje psicosocial en escenarios de violencia. Departamentos del Meta: municipios Puerto Rico y Granada; zonas de Villavicencio como la vereda Alto Pompeya y barrios Danubio y Porfía

Alexandra Pirachican

Emily Daniela Prada Castaño

María Fernanda Hernández Jiménez

Sandy Mileidy Hernández Suta

Yady Katherine Rojas Gutiérrez

Asesor

Yaqueline Cruz Vargas

Universidad Nacional Abierta y a Distancia UNAD

Escuela de Ciencias Sociales Artes y Humanidades ECSAH

Psicología

2025

Resumen

El enfoque narrativo es fundamental en el abordaje psicosocial de comunidades afectadas por el conflicto y la violencia, ya que esto nos ayuda a entender lo que significan sus experiencias mediante la creación de historias. En este trabajo se analizan historias personales que evidencian la transformación de los protagonistas, pasando de ser víctimas para volverse individuos activos con la capacidad de superar adversidades. Se destaca la necesidad de leer estos relatos en su contexto, analizando no solo lo que se dice, sino también los silencios, los símbolos y las emociones que se presentan. Además, se resalta el rol del psicólogo como facilitador del relato, enfocándose en escuchar sin emitir juicios y en facilitar un ambiente donde se pueda reinterpretar las experiencias desde una perspectiva de dignidad y reconocimiento. También se incorporan elementos como la memoria histórica y los saberes culturales en el proceso de intervención psicosocial, promoviendo la sanación colectiva y el fortalecimiento comunitario. Por último, se reafirma de que las personas y comunidades no solo viven sus experiencias, sino que las interpretan y reconstruyen sentido a través de ellas, convirtiendo sus narrativas en herramientas de transformación social.

Palabras clave: Enfoque narrativo, resiliencia, memoria, comunidad, transformación.

Abstract

The narrative approach is fundamental in the psychosocial approach to communities affected by conflict and violence, as it helps to understand what their experiences mean through the creation of stories. This paper analyzes personal stories that show the transformation of the protagonists, going from being victims to becoming active individuals with the ability to overcome adversity. The need to read these stories in their context is highlighted, analyzing not only what is said, but also the silences, symbols, and emotions that are presented. In addition, the role of the psychologist as a facilitator of the story is highlighted, focusing on listening without making judgments and facilitating an environment where experiences can be reinterpreted from a perspective of dignity and recognition. Elements such as historical memory and cultural knowledge are also incorporated into the psychosocial intervention process, promoting collective healing and community strengthening. Finally, it reaffirms that people and communities not only live their experiences, but also interpret them and reconstruct meaning through them, turning their narratives into tools for social transformation.

Keywords: Narrative approach, resilience, memory, community, transformation.

Tabla de Contenido

Análisis de Relato Una Madre Valiente y Echada Pa'lante.....	7
Emergentes Psicosociales	7
Exploración del Discurso Sobre su Identidad como Víctima o Sobreviviente	8
Análisis Subjetivo de la Violencia desde su Experiencia Personal	9
Reconocimiento de sus Estrategias de Afrontamiento.....	10
Interpretaciones Personales del Sufrimiento y la Resistencia.....	11
Preguntas para la Comprensión Profunda del Sujeto y su Realidad.....	12
Emergentes Psicosociales en la Cotidiana y la Memoria de Bojayá	14
Impactos Biológicos, Psicológicos, Sociales y Culturales Derivados del Conflicto	16
Símbolos de Violencia, Resiliencia y Transformación en la Comunidad	18
Acciones Colectivas para Sanar	19
Referencias.....	27

Lista de Tablas

Tabla 1 Preguntas dinámicas, analíticas y orientadas a la acción	12
Tabla 2 Reconstrucción comunitaria a través de la memoria histórica	20
Tabla 3 Fortalecimiento de redes de apoyo psicosocial	21
Tabla 4 Programa de expresión artística para la sanación	22

Lista de Apéndices

Apéndice A <i>Foto voz en acción 24</i>	29
--	----

Análisis de Relato Una Madre Valiente y Echada Pa'lante

El relato "Una madre valiente y echada Pa'lante" presenta la historia de Gloria, una mujer marcada por experiencias de violencia desde su infancia, incluyendo abuso físico, desplazamiento forzado y abandono. Estos eventos traumáticos no solo impactaron su desarrollo personal, sino que también condicionaron su visión del mundo y de sí misma. Sin embargo, a lo largo de la narración se observa el proceso de transformación y resiliencia que permite a Gloria reescribir su historia y disponer de nuevos significados a su sufrimiento.

La maternidad tiene un rol significativo en el proceso, ya que a través de sus hijos descubre un motivo y una esperanza que le ayudan a seguir adelante y resistir. Lejos de quedar atrapada en el rol de víctima, ella reconstruye su identidad desde la fuerza, el coraje y el compromiso con su familia. Su relato es un ejemplo de lucha, renovación y resiliencia donde la maternidad deja de ser una carga emocional para convertirse en una fuente de poder y sanación.

Desde el enfoque narrativo, tal como lo plantea White (2009), las personas pueden volver a tomar control de sus vidas al reconocer sus acciones y valores ante las dificultades. Gloria es un claro ejemplo de este proceso de recuperación, contando su historia desde el dolor, la fortaleza, el compromiso hacia su familia y el valor de sus elecciones. Este cambio de perspectiva le permite a Gloria no definirse por sus traumas, sino por su capacidad de resistir y reinventarse.

Emergentes Psicosociales

La vida de Gloria refleja problemáticas estructurales que afectan tanto su bienestar individual como familiar. Uno de los principales emergentes es el desplazamiento forzado, que ha generado una profunda ruptura en la estabilidad familiar, afectando la seguridad emocional y económica de quienes lo padecen. Ante esta situación, también suma la violencia de género la

cual marca significativamente la historia de Gloria debido a las amenazas, el control sobre su cuerpo, los intentos de coacción y la humillación que afectaron específicamente su integridad como mujer, exponiéndola así a múltiples formas de vulnerabilidad.

La madre en este relato enfrenta la pobreza estructural y la falta de apoyo institucional, lo que limita su acceso a bienestar, a derechos básicos y a oportunidades de desarrollo. La pobreza no se limita a la carencia de bienes materiales, sino también en la marginación social y la ausencia de oportunidades, lo que mantiene situaciones de vulnerabilidad, en el caso de Gloria, esto refleja la lucha constante por superar esta situación a pesar de la soledad y la falta de redes de apoyo efectivas la cual permita aliviar la carga emocional y material.

Otro emergente relevante es el impacto psicológico de las experiencias traumáticas acumuladas, que afecta la autoestima, la percepción personal y las relaciones con otros. Sin embargo, es notable como a pesar de esas circunstancias adversas, Gloria logra activar recursos de resiliencia y transformar su sufrimiento en fuerza. Finalmente, estos emergentes psicosociales permiten entender que su situación no es solo individual si no que suma dinámicas sociales más amplias, que requieren ser abordadas desde un enfoque comunitario y de derechos humanos.

Exploración del Discurso Sobre su Identidad como Víctima o Sobreviviente

Desde una perspectiva discursiva, Gloria no cuenta únicamente su experiencia desde el sufrimiento, sino que también resalta su camino de víctima a sobreviviente. Su forma de expresarse cambia de la falta de esperanza a la acción, lo que se refleja en un cambio en el uso del lenguaje, pasando de un tono de dolor y pérdida a uno de lucha y empoderamiento. Este cambio también se evidencia en la construcción de su identidad, presentándose como una mujer fuerte y resiliente, dejando atrás la historia de victimización. Según Jimeno (2007), “la comunicación de las experiencias de sufrimiento permite crear una comunidad emocional que

alienta la recuperación del sujeto y se convierte en un vehículo de recomposición cultural y política” (p.170). Este análisis permite comprender cómo la resignificación del sufrimiento a través del lenguaje es un proceso esencial en la reconstrucción de identidad y en el proceso de sanación emocional de las personas afectadas por la violencia, por lo que la reestructuración de su testimonio no es solo una denuncia, sino también una afirmación de su resistencia y capacidad de adaptarse.

Análisis Subjetivo de la Violencia desde su Experiencia Personal

La experiencia de Gloria nos ofrece la oportunidad de reflexionar en los significados profundos y complicados que tiene la violencia. Para ella, la violencia no es un episodio aislado, sino un proceso continuo que ha moldeado su visión del mundo y su identidad. Desde la infancia, Gloria ha enfrentado escenarios de abuso, desplazamiento forzado y carencias afectivas. Esto ha generado en ella una sensación de desesperanza y vulnerabilidad, haciéndola sentir que la protección es inalcanzable y que escapar de esa realidad parece imposible. La violencia, entonces, no solo deja marcas físicas, sino que penetra el tejido emocional y social de quien la padece, alterando profundamente su capacidad de confiar, de proyectarse hacia el futuro y de sentirse segura en su entorno inmediato.

Además, las normas culturales han influido en su experiencia, ya que la presión social la ha llevado a disimular su dolor para poder seguir adelante. Esto refuerza dinámicas que minimizan el impacto de la violencia en las mujeres y normalizan el sufrimiento como parte de la vida cotidiana. En muchas comunidades, las víctimas de violencia son obligadas a guardar silencio por miedo al estigma, la revictimización o la indiferencia institucional. Como lo plantea la Comisión de la Verdad (2022), “el silencio impuesto a las víctimas se convierte en una forma de violencia que perpetúa el daño y bloquea los caminos hacia la reparación y la justicia” (p. 18).

Sin embargo, Gloria ha encontrado una forma de resistencia a través de su testimonio. Al compartir su historia, no solo reivindica su voz, sino que convierte su experiencia en una herramienta política para reconstruir su identidad desde la dignidad y el empoderamiento. Su palabra se convierte en una forma de agencia, un acto de sanación y una denuncia contra las estructuras que permiten y reproducen el maltrato.

Reconocimiento de sus Estrategias de Afrontamiento

La historia de Gloria ilustra cómo el afrontamiento de la violencia puede transformar su identidad y dar un nuevo significado a su maternidad. Al dejar de ver la crianza como una carga emocional, redefine su papel como madre desde una perspectiva de sentido y propósito. Gloria fortalece su conexión emocional con sus hijos, convirtiéndolos en el núcleo de su sanación y resiliencia. La familia se vuelve el motor que impulsa su recuperación.

Además, Gloria encuentra apoyo en su comunidad a través de grupos de mujeres y organizaciones, donde comparte sus experiencias y encuentra espacios de escucha y solidaridad donde su dolor es reconocido sin ser minimizado. Al narrar su historia, Gloria se reconoce a sí misma desde una nueva perspectiva y reivindica su derecho a una voz propia en espacios públicos. La narración se convierte en un acto de resistencia que redefine el significado de su vida y la de quienes la rodean.

Gloria utiliza recursos de afrontamiento internos y externos, como la resiliencia, la reestructuración cognitiva y el apoyo social. La evolución de su relato demuestra el poder de la palabra como un medio de reconstrucción emocional y política, permitiéndole construir una nueva identidad y encontrando un sentido a su experiencia.

Interpretaciones Personales del Sufrimiento y la Resistencia

El reconocimiento del sufrimiento marca el inicio del proceso de sanación. Al expresar su dolor, comienza a reconstruirse, encontrando en el autocuidado una forma de resistencia ante la adversidad. Descubre estrategias para gestionar la ansiedad y recuperar su equilibrio emocional, lo que le permite redefinir su vida desde el crecimiento y la independencia. En este proceso, el lenguaje positivo y de empoderamiento juega un papel crucial, pues al describirse como una mujer fuerte y defensora, reafirma su identidad a través de su capacidad para seguir avanzando.

Su relato pone de manifiesto la importancia de la narrativa personal como herramienta de transformación, ya que le permite construir una visión esperanzadora del futuro. Según White (2009), en situaciones de trauma severo, las personas pueden recuperar el control de sus vidas al reconocer sus acciones y valores ante las dificultades, lo que facilita la resignificación de la experiencia y refuerza la autonomía emocional de quienes han vivido violencia. Específicamente, White (2009, p.12) explica cómo la restauración del “sentido de sí mismo” es clave para la reconstrucción de la identidad después del trauma.

Preguntas para la Comprensión Profunda del Sujeto y su Realidad

Tabla 1

Preguntas dinámicas, analíticas y orientadas a la acción

Categoría de Pregunta	Interrogante Planteado	Fundamento Psicosocial
Circular	¿Cómo ha cambiado la relación con sus hijos desde el momento en que comenzó a sentirse más fuerte emocionalmente?	Permite explorar los efectos de la resiliencia en sus vínculos afectivos, especialmente el impacto de la reconstrucción emocional en la dinámica familiar.
	¿Quiénes estuvieron a su lado durante los momentos más críticos?	Explora el rol de la familia y las redes de apoyo en el proceso de sanación, ayudando a comprender cómo su entorno ha influido en su capacidad de recuperación.
	¿Qué aspectos de su vida han sido más difíciles de reconstruir después de todo lo que vivió?	Facilita una comprensión integral sobre las dimensiones afectadas por la violencia y el desplazamiento, permitiendo detectar áreas que aún requieren intervención.
Reflexiva	¿Qué emociones predominaban en usted cuando atravesaba los momentos más difíciles de su historia?	Profundiza en la dimensión emocional del relato, favoreciendo la expresión de sentimientos y el reconocimiento del impacto psicológico de la violencia.
	Gloria, ¿Cómo siente que experiencia de desplazamiento y	Invita a Gloria a analizar el impacto profundo del desplazamiento en su identidad y

	perdida ha transformado su perspectiva de la vida?	visión del mundo, promoviendo una reconstrucción de memoria desde su experiencia.
	¿Cómo definiría hoy su identidad después de todo lo que ha vivido?	Explora su proceso de transformación personal, analizando cómo ha logrado construir una nueva percepción de sí misma tras el sufrimiento.
Estratégica	Usted menciona que fue “muy valiente”. ¿Podría compartir con nosotros cómo fue construyendo esa fuerza interior?	Permite profundizar en su capacidad de afrontamiento y resiliencia, destacando los mecanismos internos que le han permitido superar la adversidad.
	¿Qué mensaje les daría a otras mujeres que han vivido situaciones parecidas a la suya?	Permite abordar el testimonio desde una perspectiva de agencia, resaltando el potencial de su experiencia como herramienta de apoyo y motivación para otras mujeres en contexto de violencia.
	Si pudiera describir en una palabra lo que ha significado este proceso para usted, ¿cuál sería y por qué?	Favorece una síntesis emocional y discursiva que permite comprender cómo resignifica su historia y cuáles son los valores o conceptos clave en su proceso de recuperación.

Nota. Esta tabla presenta preguntas diseñadas para explorar el impacto psicosocial del caso, facilitando la comprensión de las tácticas de afrontamiento y la resiliencia de la comunidad.

Fuente. Elaboración colectiva (2025).

Bojayá en Perspectiva: Estrategias para la Transformación

El 2 de mayo de 2002, se produjo la tragedia de Bojayá en la zona de Chocó, en Colombia. Durante un enfrentamiento entre grupos armados ilegales, los habitantes civiles quedaron atrapados en medio del fuego cruzado. Un artefacto explosivo impactó la iglesia donde se habían refugiado cientos de personas, resultando en una tragedia con un sin número de víctimas. Este suceso marcó la memoria colectiva de la comunidad, causando efectos psicosociales duraderos.

De acuerdo con (Piñeros Ortiz, y otros, 2021), “los conflictos armados dejan consecuencias evidentes en la salud mental de la población, afectando la cohesión social y la resiliencia comunitaria” (p. 425). La recuperación de la comunidad ha dependido en gran medida de la reconstrucción de la historia y la búsqueda de la realidad, elementos fundamentales para la resiliencia colectiva. Las heridas emocionales y sociales que dejó este evento muestran la importancia de reconocer el impacto psicosocial de los conflictos armados y la necesidad de procesos de reparación que incluyan tanto justicia como memoria histórica.

Este caso es un recordatorio doloroso de las consecuencias humanas de la violencia y de cómo el trauma colectivo requiere respuestas integrales para sanar a nivel individual y comunitario.

Emergentes Psicosociales en la Cotidiana y la Memoria de Bojayá

La guerra en Bojayá ha impactado en las rutinas diarias, las festividades tradicionales y las ceremonias religiosas debido al miedo persistente, el duelo y la desconfianza que se instauraron en la comunidad, ya que las prácticas culturales antes fortalecían los lazos comunitarios y ahora se transformarían en un recuerdo de dolor y pérdida.

La masacre ha dejado una huella en la identidad y el sentido de pertenencia de la comunidad. El recuerdo colectivo del trauma sigue presente, afectando a quienes vivieron el evento como a sus descendientes. Este dolor intergeneracional se manifiesta en la transmisión del sufrimiento a nuevas generaciones, quienes heredan no solo las memorias del conflicto, sino también sus consecuencias emocionales y sociales.

Desde el proceso sociohistórico, se identifican emergentes relacionado con la memoria colectiva, la formación del tejido social y la exigencia de verdad y justicia. Bello (2005) señala que la comunidad ha desarrollado una forma de resiliencia que une el duelo por las víctimas con la lucha por mantener viva la memoria de lo ocurrido. Otro aspecto relevante es desconfianza hacia las instituciones. La sensación de abandono y la falta de apoyo gubernamental han generado frustración en la comunidad, dificultando los procesos de reparación y reconciliación. A pesar de ello, la resistencia cultural ha sido clave en la reconstrucción de la comunidad. A través de sus costumbres y prácticas tradicionales, los habitantes de Bojayá han encontrado formas de resignificar su historia y fortalecer su identidad. No obstante, como señala Urrego Mendoza et al. (2024) la salud mental de los sobrevivientes de la masacre sigue afectada por síntomas persistentes de tristeza, miedo y desesperanza. Sin embargo, las redes familiares y comunitarias han sido fundamentales para el bienestar y la resiliencia de la población.

Así los procesos sociohistóricos de Bojayá no solo reflejan heridas del pasado, sino también las capacidades de resistencia, la memoria y construcción colectiva, que emergen como herramienta clave para enfrentar los efectos psicosociales que persisten en la vida cotidiana de la comunidad.

Impactos Biológicos, Psicológicos, Sociales y Culturales Derivados del Conflicto

Biológicos: La violencia se manifestó no solo en lesiones físicas inmediatas y discapacidades permanentes, sino también en una serie de enfermedades relacionadas con el estrés crónico, como trastornos cardiovasculares, inmunológicos y digestivos. Estas afecciones no solo impactan la calidad de vida de quienes las padecen, sino que también están altamente ligadas a las secuelas emocionales del maltrato. Además, diversos estudios han demostrado que el trauma experimentado por los padres puede producir alteraciones epigenéticas, es decir, cambios en la expresión genética sin modificar el ADN, que pueden transmitirse a sus hijos. Esto implica que los efectos de la violencia no se limitan a una sola generación, sino que pueden afectar la salud física y mental de los descendientes, alargando ciclos de sufrimiento y vulnerabilidad. Como lo señala el Instituto Nacional de Medicina Legal y Ciencias Forenses (2022), “la violencia tiene efectos profundos y duraderos en la salud física y mental, algunos de los cuales pueden manifestarse años después del hecho victimizante y afectar a futuras generaciones” (p. 57). A esto se suma la dificultad para acceder a servicios médicos oportunos y adecuados, especialmente en contextos de pobreza o desplazamiento forzado, donde las víctimas enfrentan barreras geográficas, económicas y culturales que agravan su situación y limitan sus posibilidades de recuperación integral.

Psicológicas: El trauma y el trastorno de estrés postraumático afectan profundamente a los sobrevivientes, manifestándose en “recuerdos intrusivos, conductas de evitación, hiperactividad autonómica, trastornos del sueño, alteraciones del estado de ánimo y cogniciones negativas relacionadas con el suceso traumático” (Gutiérrez & Ocampo, 2021, p. 76).

El proceso de duelo y la pérdida de seres queridos pueden generar un dolor prolongado, caracterizado por una tristeza persistente y dificultades para concentrarse. A esto se suma la

ansiedad y el miedo, que pueden llevar al aislamiento social, afectando la capacidad de los individuos para conectarse con su entorno.

La depresión y la desesperanza se reflejan en la pérdida de interés por actividades cotidianas, mientras que los sentimientos de culpa e impotencia surgen como consecuencia de los eventos vividos y la incapacidad percibida para proteger a sus seres queridos. Además, la baja autoestima y la inseguridad refuerzan estas emociones negativas, dificultando el proceso de recuperación y adaptación.

Sociales: La fragmentación del tejido comunitario, la pérdida de confianza entre vecinos, la ruptura de las relaciones sociales y la desconfianza generalizada son algunas de las consecuencias más profundas y persistentes de la violencia en contextos comunitarios. Estos factores no solo afectan la convivencia cotidiana, sino que dificultan seriamente la reconstrucción del sentido de pertenencia y los procesos de reconciliación colectiva. Cuando las personas ya no se sienten seguras en su entorno ni confían en quienes las rodean, se debilita la cohesión social necesaria para emprender proyectos comunes, ejercer la solidaridad y reconstruir la memoria compartida. Tal como lo señala la Comisión de la Verdad (2022), “la guerra rompió los vínculos de confianza, dañó las formas de relacionamiento cotidiano y destruyó el sentido de comunidad en muchas regiones del país” (p. 45). Esta ruptura no solo es emocional y simbólica, sino que tiene consecuencias prácticas que limitan el desarrollo, la participación ciudadana y la capacidad organizativa de las comunidades afectadas.

Culturales: Cambios en rituales, desaparición de líderes comunitarios y la modificación de costumbres tradicionales, sin embargo, la comunidad también demostró resiliencia al encontrar el arte y la música como medios de resistencia una forma de mantener viva su identidad y procesar el trauma colectivo.

Símbolos de Violencia, Resiliencia y Transformación en la Comunidad

En el plano de la violencia, uno de los símbolos más potentes es el Cristo mutilado, la imagen dañada de Jesús que estaba dentro de la iglesia en el momento de la explosión. Este Cristo se convirtió en un testimonio físico del sufrimiento, un símbolo que la comunidad usa en ceremonias para honrar la tragedia y preservar la memoria del sufrimiento experimentado, (Ministerio de Cultura, 2024, p. 297). También la iglesia de Bellavista, donde ocurrió la masacre, tiene un gran significado: su destrucción simbolizó la pérdida de un lugar de refugio tanto físico como espiritual, y su reconstrucción refleja tanto el deseo de sanar como el sufrimiento que sigue presente y no se puede eliminar.

Ante el sufrimiento, la comunidad ha demostrado fortaleza mediante prácticas culturales que refuerzan su sentido de pertenencia. Los alabaos, conocidos como cantos tradicionales afrocolombianos, han sido esenciales en el proceso de duelo, recordar a quienes han partido y brindar apoyo emocional. Las cantadoras de Pogue y otros colectivos han mantenido esta práctica como puente entre las generaciones y una manera de combatir el olvido. Asimismo, la comunidad ha adaptado sus rituales mortuorios, combinando saberes ancestrales con nuevas formas de duelo, mostrando ingenio para preservar sus costumbres a pesar de la gran pérdida.

Respecto a las experiencias de transformación, Bojayá ha estado involucrada de manera activa en la creación de sitios de recuerdo y en la educación sobre la no violencia, formando entornos que comparten relatos de resiliencia y enseñan a las nuevas generaciones sobre la importancia de la paz y la memoria compartida. Asimismo, recursos como el teatro comunitario han actuado como un medio de expresión colectiva, contribuyendo en la reconstrucción de los lazos sociales, procesar el duelo del grupo y reforzar la identidad local ante el sufrimiento colectivo, es así como el Centro Nacional de Memoria Histórica (2025) ha destacado en su

informe “¿Qué le digo yo? Ya no se sabía qué dolía más” la importancia de la resignificación de los espacios en la reconstrucción del tejido social y la preservación de la identidad colectiva.

Acciones Colectivas para Sanar

Espacios de memoria colectiva: Talleres narrativos, círculos de diálogo y actividades creativas que ayuden a reinterpretar el sufrimiento.

Programas psicoeducativos: Dirigidos en el autocuidado emocional, control del estrés y salud física con un enfoque étnico y diferencial.

Refuerzo de redes en la comunidad: Fomento de líderes locales, respaldo en costumbres tradicionales y fortalecimiento de la identidad grupal como forma de resistencia.

Estrategias

Tabla 2

Reconstrucción comunitaria a través de la memoria histórica

Estrategia N°1	
Descripción	La memoria desempeña una función esencial en la reconstitución del tejido social en Bojayá. Mediante espacios de narración en los que la comunidad comparta sus experiencias, se pretende reevaluar el pasado y potenciar la identidad común.
Objetivo	Fortalecer el sentido de comunidad y la capacidad de recuperación a través de la recopilación de historias pasadas y experiencias vividas.
Fases y tiempo	<ol style="list-style-type: none"> 1. Fase de sensibilización (5 días): reuniones y actividades sobre la importancia de la memoria histórica. 2. Recopilación de testimonios (10 días): Encuentros para intercambiar historias y recoger material audiovisual. 3. Creación de espacios de memoria (7 días): Elaboración de murales, muestras fotográficas y relatos grupales. 4. Divulgación y sostenibilidad (continuo): Publicaciones en redes comunitarias y fomento en escuelas.
Acciones concretas	<ul style="list-style-type: none"> • Creación de un archivo en común con grabaciones y vídeos. • Creación de jornadas narrativas donde adultos mayores y jóvenes intercambien sus historias. • Trabajo conjunto con grupos de derechos humanos.
Impacto esperado	Restauración del tejido social, refuerzo de la identidad de la comunidad y conversión del sufrimiento en un factor de resistencia colectiva.

Nota. Busca fortalecer la reconstrucción comunitaria a través de la memoria histórica, permitiendo que el sufrimiento sea resignificado y transformado en un proceso de resistencia colectiva. *Fuente.* Elaboración colectiva (2025).

Tabla 3*Fortalecimiento de redes de apoyo psicosocial*

Estrategia N°2	
Descripción	Se busca establecer grupos de apoyo en la comunidad, haciendo que sea más fácil acceder a ayuda emocional y psicológica.
Objetivo	Brindar espacios de apoyo emocional y ayuda para mejorar el bienestar de quienes han sido perjudicados por el conflicto.
Fases y tiempo	<ol style="list-style-type: none"> 1. Diagnóstico comunitario (4 días): Identificación de necesidades emocionales y psicosociales. 2. Capacitación de líderes comunitarios (10 días): Enseñanza sobre asistencia psicológica básica. 3. Creación de círculos de apoyo (continuo): Espacios de escucha y acompañamiento grupal. 4. Acciones de seguimiento (15 días y luego evaluaciones periódicas): Refuerzo de las redes creadas.
Acciones concretas	<ul style="list-style-type: none"> • Implementación de grupos de apoyo con orientación psicológica. • Formación de promotores comunitarios en salud mental. • Vinculación con entidades gubernamentales para asegurar fondos.
Impacto esperado	Reducción de los efectos psicológicos del trauma y fortalecimiento del bienestar emocional de la comunidad.

Nota. Esta estrategia busca fortalecer las redes comunitarias de apoyo psicosocial, promoviendo el bienestar emocional y la recuperación tras experiencias de conflicto. *Fuente.* Elaboración colectiva (2025).

Tabla 4*Programa de expresión artística para la sanación*

Estrategia N°3	
Descripción	El arte se usará como herramienta de transformación, permitiendo a la comunidad expresar sus emociones mediante la música, el baile y el arte visual.
Objetivo	Fomentar la expresión emocional y la resiliencia a través de actividades artísticas.
Fases y tiempo	<ol style="list-style-type: none"> 1. Exploración artística (3 días): Identificación de expresiones culturales presentes en la comunidad. 2. Talleres de arte terapéutico (12 días): Espacios guiados para canalizar emociones mediante la pintura, música y teatro. 3. Exposición comunitaria (5 días): Presentación de trabajos realizados. 4. Integración cultural y sostenibilidad (continuo): Incorporación de estas actividades en el desarrollo comunitario.
Acciones concretas	<ul style="list-style-type: none"> • Creación de murales colectivos que representen la historia de Bojayá. • Talleres de música autóctona con enfoque terapéutico. • Presentaciones teatrales basadas en la memoria histórica del conflicto.
Impacto esperado	Procesos de sanación colectiva, reforzamiento del sentido de identidad y generación de espacios de convivencia armoniosa.

Nota. Este programa utiliza el arte como una herramienta para reparar el bienestar emocional y restaurar la comunidad. *Fuente.* Elaboración colectiva (2025).

De la Imagen al Significado: Un Enfoque Reflexivo y Analítico

A través de la captura de imágenes de espacios profundamente significativos, como la ladera del río Ariari en Puerto Rico, donde el flujo incansable del agua refleja la persistencia de las luchas colectivas; los salones abandonados en la vereda Alto Pompeya, con sus sillas vacías que susurran historias de exclusión y olvido; el parque del barrio Danubio en Villavicencio, que se transforma en un rincón de esperanza donde los columpios y las barras de juego se convierten en aulas llenas de vida; las calles humildes del barrio Porfía, donde cada esfuerzo por construir un futuro mejor se convierte en un acto de resistencia; y el paisaje emblemático del puente de Granada, que conecta no solo territorios, sino también los sueños y las historias de quienes transitan bajo su sombra, simbolizando unión y posibilidades compartidas. Estas imágenes capturan no solo lo visible, sino también la esencia de comunidades que encuentran en cada rincón un motivo para resistir y transformar su realidad.

Esta apropiación del espacio no se limita a su dimensión física, sino que también abarca aspectos simbólicos y emocionales. Cada fotografía representa un acto de resistencia frente a las adversidades, una herramienta para resignificar el dolor y construir identidad y memoria colectiva. La reutilización de lugares cargados de historia, como el parque que se convierte en aula en el barrio Danubio o los murales del barrio Porfía, ilustra cómo las comunidades transforman espacios de abandono en símbolos de esperanza y unión. Estas imágenes reflejan elementos fundamentales de la subjetividad comunitaria: memoria, lucha, fortaleza, creatividad y un profundo sentido de pertenencia.

En este contexto, la historia y la imagen tienen una función importante en la creación de la memoria histórica. Las imágenes no solo documentan momentos, sino que también resignifican las experiencias de la comunidad, facilitando la expresión del duelo, visibilizando

las realidades silenciadas y promoviendo la participación en procesos de transformación social. La acción psicosocial, a través de la terapia, la restitución emocional y la reconstrucción de la identidad colectiva, tiene un impacto directo en la salud mental y el bienestar de las comunidades afectadas por la violencia, alineándose con el ODS 3 (Salud y Bienestar). Estas prácticas ayudan a las personas a superar traumas, promoviendo una recuperación integral tanto individual como colectiva, mientras contribuyen al fortalecimiento del tejido social.

Además, es importante resaltar cómo las fotografías y relatos amplifican las voces de las comunidades al visibilizar las violencias estructurales y culturales que las atraviesan. Este proceso de resignificación permite prevenir la perpetuación de la violencia, destacando cómo el entorno familiar y el contexto social influyen en su desarrollo. A través de estas herramientas, las comunidades tienen la capacidad de vincular su historia regional con una visión global, En línea con los Objetivos de Desarrollo Sostenible, como el ODS 4 que se refiere a una educación de calidad, el ODS 10 que busca reducir desigualdades, el ODS 11 que se centra en ciudades y comunidades sostenibles, y el ODS 16 que promueve la paz, la justicia y el fortalecimiento de instituciones. Este último subraya la necesidad de instituciones equitativas y seguras que garanticen un entorno favorable para el desarrollo comunitario y la educación.

La estrategia aplicada, Photo Voice, permitió explorar y resignificar espacios significativos de las comunidades, combinando imágenes con narrativas para identificar variables psicosociales y profundizar en los recursos de afrontamiento y empoderamiento colectivo. Los encuentros dialógicos y los lenguajes alternativos, como el arte comunitario y la fotografía, emergen como vehículos esenciales para la co-construcción de memorias colectivas. A través de estos espacios de diálogo permite a las comunidades resignificar sus experiencias y convertir el dolor en acción y resistencia. A través de estas prácticas, se visibilizan las diversas

formas de violencia y sus impactos, al mismo tiempo que se fomenta la reconciliación y la cohesión social, enmarcando estas acciones en un panorama global de justicia y sostenibilidad.

En definitiva, la recuperación del espacio y la preservación de la memoria histórica se consolidan como pilares fundamentales para fortalecer la resiliencia comunitaria y fomentar el cambio social. Al vincular estas acciones locales con los ODS, se evidencia que estas prácticas no solo tienen impacto en lo comunitario, sino que también contribuyen a objetivos globales de justicia, paz y sostenibilidad. Es fundamental seguir fomentando espacios de memoria, creatividad y expresión, reconociendo el poder de las comunidades para transformar el dolor en resiliencia y esperanza.

Conclusiones

Desde el enfoque narrativo se facilita la comprensión de los contextos desde la experiencia subjetiva de las personas, reconociendo el valor de sus relatos como formas legítimas de conocimiento, sanación y resistencia frente al sufrimiento social.

Las narraciones personales y colectivas actúan como herramientas fundamentales para visibilizar el daño, resignificar el trauma y fortalecer recursos de afrontamiento, contribuyendo a la reconstrucción de la cohesión social y la transformación de las circunstancias marcadas por la violencia.

Mediante el trabajo se logra identificar relatos de víctimas de violencia, permitiendo reconocer la fuerza del lenguaje y del relato personal como herramientas terapéuticas y de reconstrucción del sentido, lo que ayuda a visibilizar cómo las personas resignifican su historia y encuentran recursos internos y sociales para sobrellevar el sufrimiento.

El análisis del caso de Bojayá evidenció que el trauma colectivo no se supera solo con intervenciones individuales, sino con estrategias psicosociales integrales que reconozcan la memoria, los vínculos comunitarios y la cultura como pilares de resistencia, reforzando la necesidad de diseñar respuestas contextualizadas, sostenibles y respetuosas en escenarios de posconflicto.

Referencias

- Acosta Rubiano, I. J. (2018). *La resiliencia, una mirada hacia las víctimas del conflicto armado colombiano*. Universidad Santo Tomás. Repositorio Institucional USTA.
<http://hdl.handle.net/11634/10323>
- Bello, M., Martín Cardinal, E., Millán Echeverría, D., Pulido Herráez, B., & Rojas Isaza, R. (2005). *Bojayá, memoria y río: Violencia política, daño y reparación*. Universidad Nacional de Colombia, Facultad de Ciencias Humanas.
<https://repositorio.unal.edu.co/handle/unal/49476>
- Centro Nacional de Memoria Histórica (CNMH). (2018). *Bojayá: La guerra sin límites*.
<https://centrodehistoriahistorica.gov.co/bojaya-la-guerra-sin-limites>
- Centro Nacional de Memoria Histórica. (2025, mayo 7). *¿Qué le digo yo? Ya no se sabía qué dolía más: El CNMH en la FILBo*. <https://centrodehistoriahistorica.gov.co/que-le-digo-yo-ya-no-se-sabia-que-dolia-mas-el-cnmh-en-la-filbo/>
- Comisión de la Verdad de Colombia. (2022). *Hay futuro si hay verdad: Informe final*.
<https://www.comisiondelaverdad.co/hay-futuro-si-hay-verdad>
- Giraldo Jaramillo, F. (2018). *Disonancias en la memoria del conflicto armado colombiano: La masacre de Bojayá, un hecho, distintas memorias*. Universidad Nacional de Colombia. Repositorio Insitucional UNAL. <https://repositorio.unal.edu.co/handle/unal/69050>
- Gutiérrez, J. C., & Ocampo, S. (2021). Psicodrama como terapia en trauma y estrés postraumático. *Revista Médica De Risaralda*, 27(1).
<https://doi.org/10.22517/25395203.24656>
- Instituto Nacional de Medicina Legal y Ciencias Forenses. (2022). *Forensis 2022: Datos para la vida*. https://www.medicinalegal.gov.co/documents/20143/989825/Forensis_2022.pdf

- Jimeno, M. (2007). Lenguaje, subjetividad y experiencias de violencia. *Antípoda. Revista De Antropología Y Arqueología*, 1(5), 169-190. <https://doi.org/10.7440/antipoda5.2007.08>
- Ministerio de las Culturas, las Artes y los Saberes. (2024, mayo 3). *En su acto de conmemoración a las víctimas, la comunidad de Bojayá pidió buscar caminos de paz*. Ministerio de las Culturas, las Artes y los Saberes. <https://mng.mincultura.gov.co/prensa/noticias/Paginas/en-su-acto-de-conmemoracion-a-las-victimas-la-comunidad-de-bojaya-pidio-buscar-caminos-de-paz.aspx>
- Organización Panamericana de la Salud. (2010). *Apoyo psicosocial en emergencias y desastres: Guía para equipos de respuesta*. <https://iris.paho.org/handle/10665.2/2799>
- Piñeros-Ortiz, S., Moreno-Chaparro, J., Garzón-Orjuela, N., Urrego-Mendoza, Z., Samacá-Samacá, D., & Eslava-Schmalbach, J. (2021). Consecuencias de los conflictos armados en la salud mental de niños y adolescentes: revisión de revisiones de la literatura. *Biomédica*, 41 e424-48. <https://doi.org/10.7705/biomedica.5447>
- Urrego-Mendoza, Z., Natib-Rosero, A. C., & Ramírez-Cuervo, G. (2024). Salud mental y psicosocial en supervivientes a la masacre de Bojayá: estudio narrativo de tópicos. *Salud UIS*, 56. <https://doi.org/10.18273/saluduis.56.e:24015>
- Valderrama Herrera, A (2020). *Arte y cultura como procesos de sanación y memoria en Colombia*. Revista Por la Paz. <https://www.icip.cat/perlapau/es/articulo/arte-y-cultura-como-procesos-de-sanacion-y-memoria-en-colombia/?pdf>
- White, M. (2009). *El trabajo con personas que sufren las consecuencias de trauma múltiple: Una perspectiva narrativa*. PRANAS Chile. <https://pranaschile.org/wp-content/uploads/2018/04/MW-Consecuencias-del-trauma.pdf>

Apéndices

Apéndice A

“Foto voz en acción 24”

<https://go.screenpal.com/watch/cTf1VznjVjx>

Nota. El video muestra espacios afectados por la violencia que se transformaron en oportunidades de cambio. *Fuente.* Elaboración colectiva (2025).