

**La Imagen y la Narrativa como Herramientas para el Abordaje Psicosocial en
Escenarios de Violencia en Bogotá D.C**

Cindy Maritza Ovalle Ardila

Katerin Lamprea Blanco

Verónica García Parra

Wendy Dayanna Payares Ramos

Yojan Estid Villalba Delgado

Asesora

Martha Liliana Sánchez Ruiz

Universidad Nacional Abierta y a Distancia UNAD
Escuela de Ciencias Sociales Artes y Humanidades ECSAH

2025

Resumen

Este trabajo presenta un análisis de los procesos psicosociales en contextos de violencia y reconstrucción en Colombia. A partir del video "*Anímate a la Verdad*" de la Comisión de la Verdad, capítulo 2, "Exilio. La Colombia fuera de Colombia", se analiza la experiencia del exilio forzado de miles de colombianos debido al conflicto armado en el país. Este análisis discursivo que se realiza de manera detallada permite reconocer los recursos de afrontamiento y la forma en que las víctimas fortalecen la resiliencia luego de haber tenido que vivir experiencias traumáticas y dolorosas. Así mismo desde un rol de entrevistador y como referencia del relato elegido se formularon preguntas circulares, estrategias y reflexivas que dan lugar a realizar una identificación y acercamiento a la historia de las personas que han vivido el exilio. Se integran también estrategias psicosociales para el abordaje de la masacre en Bojayá, en el Chocó, y se explora la metodología de foto voz en Bogotá para capturar tanto los efectos de la violencia como los procesos de reconstrucción comunitaria. A través de la revisión de estos casos, se destacan enfoques psicosociales que promueven la memoria histórica, la solidaridad y la resiliencia comunitaria, como elementos clave en los procesos de sanación colectiva y transformación. Por último, se observa el informe analítico sobre la experiencia por medio de la técnica de la foto voz realizada en la fase 3, y el enlace del video sobre los tipos de violencia en los diferentes contextos.

Palabras clave: Violencia, Desplazamiento, Resiliencia, Víctima, Memoria.

Abstract

This paper presents an analysis of psychosocial processes in contexts of violence and reconstruction in Colombia. Based on the Truth Commission video "Dare to the Truth," chapter 2, "Exile: Colombia Outside of Colombia," the paper analyzes the experience of forced exile of thousands of Colombians due to the country's armed conflict. This detailed discursive analysis allows for the identification of coping resources and the way in which victims strengthen their residence after having endured traumatic and painful experiences. Likewise, from the role of interviewer and as a reference to the selected narrative, circular, strategic, and reflexive questions were formulated, leading to an identification and insight into the stories of those who have experienced exile. Psychosocial strategies for addressing the Bojayá massacre in Chocó are also integrated, and the photovoice methodology in Bogotá is explored to capture both the effects of violence and the processes of community reconstruction. Through a review of these cases, psychosocial approaches that promote historical memory, solidarity, and community resilience are highlighted as key elements in processes of collective healing and transformation. Finally, the analytical report on the experience using the photovoice technique conducted in phase 3 is observed, along with the link to the video on the types of violence in different contexts.

Keywords: Violence, Displacement, Resilience, Victim, Memory.

Tabla de contenido

| | |
|--|----|
| Análisis del Relato: "Exilio. La Colombia Fuera de Colombia", de la serie " <i>Anímate a la Verdad</i> " | 7 |
| Los Emergentes Psicosociales | 7 |
| Rol de Víctima y Sobreviviente..... | 7 |
| Comprensión y Sentido a la Violencia desde su Vivencia Personal. | 8 |
| Herramienta de Afrontamiento | 8 |
| Percepciones de la violencia desde la Experiencia Subjetiva del Protagonista..... | 9 |
| Análisis y Estrategias para el Abordaje Psicosocial para el Caso de “Bojayá: Entre Fuegos Cruzados” | 14 |
| Emergente de la Vida cotidiana y del Proceso Sociohistórico de esta Comunidad . | 15 |
| Impactos Desde lo Bio-Psico-Sociocultural | 15 |
| Impacto Biológico | 16 |
| Impacto psicológico..... | 16 |
| Impacto Social | 16 |
| Impacto Cultural | 17 |
| Símbolos Relacionados con la Violencia, la Resiliencia y los Procesos de Transformación..... | 17 |
| Informe analítico y reflexivo de la experiencia realizada en la etapa 3 sobre la foto voz.... | 27 |
| Conclusiones..... | 31 |
| Referencias bibliográficas | 33 |

Lista de tablas

| | |
|---|----|
| Tabla 1 Preguntas circulares, reflexivas y estratégicas..... | 10 |
| Tabla 2 Estrategia 1 “Encontrando nuevos caminos” | 19 |
| Tabla 3 Estrategia 2 “Sanando desde la raíz” | 22 |
| Tabla 4 Estrategia 3 “Voces que Restauran” | 24 |

Lista de Apéndices

| | |
|---|----|
| Apéndices A <i>link del video voces trasformadoras</i> | 37 |
|---|----|

Análisis del Relato: "Exilio. La Colombia Fuera de Colombia", de la serie "*Anímate a la Verdad*"

El capítulo del "Exilio. La Colombia fuera de Colombia", de la serie "*Anímate a la Verdad*" de la Comisión de la Verdad, es un testimonio de las vivencias de los colombianos en el exilio, la cual es una experiencia que está marcada por el desarraigo y la lucha por reconstruir una nueva vida lejos de los vínculos familiares, sociales y culturales a raíz de la violencia del país. Las personas que abandonan su país pierden no solo su territorio y su hogar, sino también los vínculos emocionales y sociales que les daban sentido y seguridad, en muchas de las historias compartidas en el video, las personas hablan de la solidaridad y el apoyo mutuo que existía en sus comunidades antes del desplazamiento, pero una vez en el exilio, deben enfrentarse a una realidad de aislamiento y estrés constante por no saber si algún día podrán regresar o rehacer sus vidas como eran antes, sin embargo, el video también muestra cómo, dentro del exilio, surgen formas de resiliencia comunitaria y las personas se organizan en grupos de apoyo. (Comisión de la verdad, 30 de enero de 2023).

Los Emergentes Psicosociales

Emociones ligadas a la sensación de desarraigo, además hay una pérdida clara de vínculos familiares, culturales y sociales, también aparece el duelo por la vida interrumpida y el sentimiento de no pertenencia en el país de acogida.

Rol de Víctima y Sobreviviente.

Aunque los protagonistas reconocen su dolor, se identifican también como los sobrevivientes, comparten la forma como han logrado adaptarse y reconstruirse. Rescatar estos momentos de fortaleza permite que las personas no queden atrapadas en identidades definidas solo por el trauma, sino que reconozcan capacidad de resistir. El video también da

muestra de que la violencia no solo se vive como desplazamiento, sino también como silencio, despojo, y pérdida de historia y es por esto por lo que el exilio es vivido como una forma de violencia. (White, 2005)

Comprensión y Sentido a la Violencia desde su Vivencia Personal.

Para las personas exiliadas en el documental, la violencia no solo se refleja en las armas sino que también se vinculan como parte de una violencia estructural, persistente y muchas veces silenciosa, pues desafortunadamente esta violencia siembra miedo y zozobra no solo en las víctimas si no también en su contexto familiar y social, ya que al conocer estos casos y aunque se esté lejos de la situación directa, causa dolor debido al desarraigo emocional de las personas con sus familiares, teniendo en cuenta que en el caso de las personas exiliadas la violencia siempre les recuerda un sistema que no funciona de manera adecuada sino también un sistema que niega y olvida.

Cuando las personas han pasado recurrentemente por un trauma, su “sentido de sí mismo” puede estar tan reducido que es muy difícil descubrir lo que valora. Esto se debe a que el trauma recurrente es corrosivo para aquello que la persona atesora en su vida. Es una violación a sus propósitos de vida y a su sentimiento vital. (White, 2005)

Herramienta de Afrontamiento

Las personas que abandonan su país pierden no solo su territorio y su hogar, sino también los vínculos emocionales y sociales que les daban sentido y seguridad, en muchas de las historias compartidas en el video, las personas hablan de la solidaridad y el apoyo mutuo que existía en sus comunidades antes del desplazamiento, pero una vez en el exilio, deben enfrentarse a una realidad de aislamiento y estrés constante por no saber si algún día podrán regresar o rehacer sus vidas como eran antes, sin embargo, el video también muestra

cómo, dentro del exilio, surgen formas de resiliencia comunitaria y las personas se organizan en grupos de apoyo. Estas estrategias no solo les permiten sobrellevar el dolor, sino también recuperar algo de su identidad y crear un nuevo sentido de comunidad en los lugares de acogida.

Sin lugar a duda los hechos lamentables que han surgido por la guerra en Colombia dejan cicatrices difíciles de borrar, es por esto por lo que se debe tener más empatía y buscar memoria en los hechos que han ocurrido, ya que esta pérdida va más allá de lo físico, puesto que también es una ruptura a sus raíces porque su crecimiento personal se ve afectado al tener que dejar su país de origen.

Percepciones de la violencia desde la Experiencia Subjetiva del Protagonista.

Las personas que dejan el país a causa del conflicto armado no solo son exiliadas de sus tierras natales dejando sus bienes materiales, sino que además se genera una fragmentación en cuanto el ámbito emocional su historia deja un rastro de dolor. El dolor de muchos colombianos exiliados se resume en una frase como la siguiente “Un viaje de solo ida” (Comisión de la verdad. 2023, 30 de enero). Empezar una nueva historia en un nuevo país dejando atrás las raíces, el dolor de abandonar sus carreras, sus casas y la familia que algún día se tuvo, la incertidumbre que se genera al llegar a un nuevo país, el proceso de adaptación y una nueva cultura.

Planteamiento de Preguntas a los Protagonistas del Relato Exilio, La Colombia Fuera de Colombia.

Tabla 1

Preguntas circulares, reflexivas y estratégicas

| Tipo de pregunta | Pregunta Planteada | Justificación desde el Campo Psicosocial |
|------------------|---|---|
| Circular | ¿Cómo se imagina su vida personal y familiar, si no hubiera sufrido el exilio? | Estos interrogantes ayudan a investigar la importancia de la percepción generacional y “evaluar las redes de posible apoyo en el entorno familiar y social de la víctima” (Díaz et al., 2020). |
| | ¿Qué opinan sus hijos sobre las experiencias vividas por el conflicto armado en Colombia? | Permite conocer como las nuevas generaciones toman o reinterpretan el dolor de sus familiares. “El propósito de estas preguntas es predominantemente exploratorio. El terapeuta se comporta más como un explorador, investigador o científico que se dispone a hacer un nuevo descubrimiento” Tomado de (Tomm, K. 1987) p.43. |
| | ¿Cómo ha influido el exilio en cada miembro de su familia? | Esta pregunta permite conocer los impactos que tiene cada miembro de la familia referente a la situación en la que están actualmente y frente al exilio. “Las preguntas circulares tienden a caracterizarse por |

| | | |
|-----------|--|--|
| | | una curiosidad general acerca de las posibles conexiones de eventos que incluyen el problema”. (Tomm, K. 1987 p.44) |
| Reflexiva | ¿Cree usted que podría volver a su lugar de origen, con la tranquilidad con la que hoy vive? | Según Díaz Barriga et al. (2020) “La intervención inmediata con las víctimas, comúnmente llamado como “debriefing” tiene el principal objetivo de ayudar a ventilar las emociones y poder evaluar y detectar a las personas que son susceptibles de requerir una intervención” |
| | ¿Se considera usted una persona resiliente al entender las circunstancias por las que tuvo que pasar siendo muy joven? | Con estas preguntas se pretende resaltar el crecimiento personal y de resiliencia que han tenido las víctimas frente a los hechos de violencia vividos, al igual que dar cuenta que a través de su experiencia pueden orientar a otras personas en situaciones de violencia parecidas. Según Vera, et al (2006) “la resiliencia es una respuesta común y su aparición no indica patología, sino un ajuste saludable a la adversidad”. (p.9). |
| | ¿Qué experiencias desearía compartir con personas que están pasando por situaciones similares para orientarlas y aconsejarlas? | Para Echeburúa, E. (2007)” Es importante destacar que el proceso de crisis debe considerarse como tal, y no como una enfermedad, ya que al abordarse de esta manera, se permite visualizar su carácter ambivalente, es decir, que el proceso de crisis es observado como un dilema personal, en el que, o bien, se desarrolla y mejora la vida de la persona que lo experimente, o se afecta la misma, a partir del proceso |

| | | |
|--------------|--|--|
| | | <p>de crisis, es una oportunidad, una encrucijada, más que una enfermedad” durante una crisis se puede llegar a entender ese proceso de aceptación frente a las adversidades y cómo afrontarlas.</p> |
| Estratégicas | <p>¿Qué acciones deberían implementarse desde el estado para que se reconozca a las víctimas en el exilio?</p> | <p>Contribuye a la visibilidad y reparación que las personas víctimas de conflicto armado. “Estas preguntas pueden usarse con energía para desafiar patrones problemáticos de pensamiento y conducta sin tener que recurrir a afirmaciones u órdenes directas”. (Tomm, K. 198 p.48.)</p> |
| | <p>¿Qué tipo de apoyo siente que podría ayudarle a sentirse más acompañado en el proceso de su vida?</p> | <p>Estas preguntas buscan generar un espacio de diálogo desde el respeto, la empatía y la escucha activa, permitiendo a las personas reconstruir sus relatos personales en torno a la esperanza. Las experiencias traumáticas pueden ser catalizadoras de procesos de resiliencia y crecimiento postraumático, donde la persona no solo se recupera, sino que encuentra nuevos significados, fortalezas personales y la posibilidad de transformar su dolor en una herramienta de construcción social. (Vera, et al., 2006). Por lo que, desde un enfoque psicosocial, estas preguntas permiten comprender tanto las heridas como los recursos personales y comunitarios que tienen las personas y facilitan la intervención de una manera más cercana y humana.</p> |

| | |
|--|--|
| ¿Qué mecanismos cree usted que puede adoptar para continuar conectado con sus raíces aun viviendo en otro lugar? | Ayuda a la integración de sus raíces con otro estilo de vida como forma de sanación y aceptación de la realidad. Según Tomm, K. (1987) “Si las preguntas están cuidadosamente formuladas, con frecuencia puede confrontarse a los clientes con las-limitaciones, restricciones o contradicciones en sus propios sistemas de creencias” P 48. |
|--|--|

Nota. En esta tabla se encuentra tres preguntas circulares, tres reflexivas y tres estratégicas que se le hacen a los protagonistas del caso del Exilio La Colombia fuera de Colombia. *Fuente.* Autoría propia (2025).

Análisis y Estrategias para el Abordaje Psicosocial para el Caso de “Bojayá: Entre Fuegos Cruzados”

Bojayá es la muestra de la violencia en el país de los grupos armados contra la población civil, el cual dejó hechos de fatalidad como familias sepultando sus seres queridos, desintegración del contexto familiar, por la muerte y desaparición forzada, la cual no pudo ser evitada por el estado colombiano generando desplazamiento y sufrimiento de intranquilidad a los habitantes de dicho sector.

Sin embargo, la masacre que vivieron estos habitantes les permitió luchar por sus derechos, donde se obtuvo un renacimiento de nuevos líderes sociales, víctimas del conflicto dentro de la comunidad que desde la motivación y capacidades resilientes buscaron alternativas de solución a la experiencia vivida, con el fin de poder dejar una memoria histórica y de no repetición a sus siguientes generaciones.

De igual manera, gracias al fortalecimiento del grupo de cantadoras del Consejo Comunitario de Pogue, se produjo la cartilla Pogue: un pueblo, una familia, un río y el documental Las musas de Pogue, en el marco de alianzas con la Corporación Pasolini de Medellín, la Universidad de Columbia y la Organización Internacional para las Migraciones (Centro Nacional de Memoria Histórica 2025)

De igual manera es de anotar que el estado colombiano fue condenado por el Tribunal Administrativo del Chocó ratificó el fallo, para reparar a las familias víctimas por los daños que sufrieron durante los enfrentamientos de los grupos paramilitares por la omisión de las instituciones del estado.

Sus creencias hacen parte de las memorias a la desesperación y miedo, por buscar un lugar seguro. “El 2 de mayo se realizará la procesión con el Cristo Mutilado. El recorrido incluye una oración en el mausoleo de las víctimas de la masacre, un acto de sanación cultural del río Atrato y una eucaristía en el antiguo Bellavista. Durante

la conmemoración, la comunidad presentará el libro *Rituales fúnebres de Bojayá*”
(Centro Nacional de Memoria Histórica, 2025)

Emergentes de la Vida cotidiana y del Proceso Sociohistórico de esta Comunidad

Desde los emergentes psicosociales de la masacre de Bojayá como una población vulnerable, se habla desde su experiencia como víctimas del conflicto, que han vivido con el miedo, el sufrimiento la muerte y pérdida de sus familiares, el desplazamiento forzado, la discriminación de una población civil, quedando en medio de una guerra entre dos grupos armados.

Desde el procesos sociohistórico, los habitantes de Bojayá son personas resilientes ante la adversidad de la muerte de sus seres queridos, buscan el perdón y la paz, para que cese la violencia sobre su población, se destaca el papel de líderes sociales que luchan por sus derechos, siguen en la construcción y renacimiento de sus vidas, buscando una reparación, para las víctimas que les permita conservar su cultura su ideología de un pueblo, que vive de la pesca y la agricultura, que fue abandonado por el estado colombiano, en seguridad, salud, educación y desarrollo económico, y que se quedó estancado en un hecho histórico de sufrimiento y desigualdad.

Impactos Desde lo Bio-Psico-Sociocultural

En el caso de Bojayá entre fuegos cruzados se pueden evidenciar diferentes tipos de daños causados a la población en general, ya que un evento traumático como lo es una masacre deja daños y secuelas difíciles de reparar. Según Diaz et al. (2020) “Lo que habitualmente genera un daño psicológico es la amenaza a la propia vida. La integridad psicológica, una lesión física de gravedad o la pérdida violenta de un ser querido”. (p2). Los impactos bio psico socio culturales que se evidencian son

Impacto Biológico

Se presentan afectaciones en la salud física de las víctimas y sobrevivientes ya que en una masacre se presentan mutilaciones, heridas, lesiones, afectaciones en el sistema nervioso, aparición de enfermedades crónicas o agudas que se desencadenan por el evento ocurrido.

Impacto psicológico

Se puede evidenciar afectaciones a nivel emocional, generando traumas, estrés postraumático, ansiedad, un ejemplo de ello son las pesadillas que refieren tener algunos de los sobrevivientes de la masacre, otro ejemplo son el no querer afrontar el momento de las exhumaciones y reconocimiento de los cuerpos en algunas familias de las víctimas por miedo a revivir los momentos aterradores por los que pasaron, algunos expresan sus miedos y convicción de que pronto sucederá de nuevo una masacre similar. Según Echeburúa (2007) “Las víctimas de sucesos traumáticos pueden sufrir un estrés severo que puede dar lugar a un conjunto de síntomas disociativos y ansioso-depresivos”. P 1

Impacto Social

En este aspecto el impacto se evidencia lo social desde las redes sociales como la familiar, social y comunitaria, ya que muchas personas perdieron sus familias por lo tanto su estabilidad emocional y afectiva fue afectada, el funcionamiento de la comunidad violentando su integridad y capacidad de relacionamiento, en cuanto a la parte social se sintieron desprotegidos por parte del gobierno puesto que quisieron acabar con la guerra con más guerra llevándose consigo a muchas personas civiles, al igual los esfuerzos de los líderes sociales por mejorar la calidad de vida de su comunidad fueron cobrados con sus propias vidas. Según Echeburúa (2007) “El trauma puede interferir negativamente en la calidad de vida de la persona y afectar en su vida cotidiana y en las relaciones sociales” P 1.

Impacto Cultural

La comunidad de Bojayá tiene sus costumbres y cultura, en el relato cuentan que cuando una persona muere ellos tienen un manejo cultural en el cual se realizan cánticos, rezos, velorio, sin embargo, ante la situación de la masacre no se pudo cumplir con dichos rituales tradicionales propios de su cultura.

Símbolos Relacionados con la Violencia, la Resiliencia y los Procesos de Transformación

En el documental de Bojayá se logran identificar varios elementos simbólicos los cuales representan la violencia y la resiliencia en la comunidad logrando que esto se convierta en experiencias transformadoras, un elemento simbólico de violencia es la iglesia ya que su destrucción representa la muerte y violación de un espacio sagrado ya que la iglesia de cierta manera representa un espacio de protección y paz entre los creyentes y al ser atacada con decenas de personas adentro hace que este hecho sea muy lamentable al igual que el silencio del estado ya que debieron prevenir los hechos y si sucedió, brindar la atención necesaria a las víctimas.

Los elementos simbólicos de resiliencia que se pueden encontrar son a Leiner Palacios teniendo en cuenta la pérdida enorme que ha tenido durante el conflicto armado ha sido fuerte y sin embargo ha luchado por justicia y memoria. Por parte de la comunidad, la resiliencia y lucha se logra identificar cuando reconstruyen la iglesia como símbolo de esperanza comunitaria expresando su dolor a través de canto y rezos, esto sin lugar a duda aporta a la construcción de la memoria colectiva a la sanación y a la resiliencia ya que el Cristo roto representa esperanza y un apoyo a manera de motivación para continuar la lucha.

El mural de la memoria es una parte muy importante y simbólica por su transformación ya que a través del arte la comunidad ha logrado expresar su dolor,

denunciando la injusticia y construyendo caminos hacia la transformación y el reconocimiento. Según White, (2016) “Aquellos que valoramos en la vida están configurados por nuestras relaciones con los demás, con aquellos que son importantes para nosotros - incluyendo familiares, parientes y amigos-, por la comunidad, por las instituciones de nuestra comunidad y por nuestra cultura” P.5.

La comunidad refleja no solo el sufrimiento y la violencia a la que fue sometida, sino que también da muestra de cómo ha logrado reconstruir su vida y sus lazos comunitarios y como su resiliencia ha sido un proceso colectivo que se ha construido a través de la memoria compartida y el esfuerzo conjunto. La comunidad ha logrado redefinir su historia, transformando el sufrimiento en un espacio de unión, solidaridad y participación, de esta manera ha dejado de ser un símbolo de dolor, y ha logrado convertirse en un lugar de resistencia y esperanza, donde cada miembro ha contribuido a la reconstrucción de su propio presente.

Estrategias de Mecanismos Psicosociales de Afrontamiento Ante el Trauma Colectivo vivido en Bojayá

Tabla 2

Estrategia 1 “Encontrando nuevos caminos”

| | |
|--------------------------|--|
| Descripción fundamentada | <p>Desde la psicología comunitaria, la estrategia parte del principio de que toda comunidad tiene recursos propios para enfrentar la adversidad, y que el rol del acompañamiento psicosocial no es "llevar soluciones", sino crear espacios donde sus propias fortalezas puedan florecer y fortalecerse (Montero, 2004).</p> <p>Esta estrategia nace desde el reconocimiento de la comunidad de Bojayá ya que no solo ha sido escenario de dolor, sino también de su capacidad de reconstrucción, cuidado, espiritualidad, solidaridad y dignidad, así que en lugar de centrar la intervención en el sufrimiento, se propone acompañar a la comunidad en la identificación, reconocimiento y fortalecimiento de sus recursos internos y colectivos, como los lazos comunitarios, las prácticas culturales, la memoria viva, la fe y la creatividad, sin pretender ignorar lo sucedido.</p> <p>Esta estrategia está fundamentada en la terapia narrativa que busca externalizar el trauma, no negándolo, pero sí ubicándolo en un contexto, donde las personas puedan verse también como fuertes, sabias, valientes y resilientes. Es fundamental permitir que las personas se conecten con “historias alternativas” que destaquen cómo han resistido, amado y cuidado en medio del dolor, así se potencia una nueva mirada sobre sí mismos y su comunidad. (White, 2005)</p> |
|--------------------------|--|

| | |
|--------------------------|---|
| Objetivo | Reconocer, visibilizar y fortalecer las capacidades comunitarias de afrontamiento, resistencia y reconstrucción en Bojayá, mediante procesos participativos, creativos y culturales que resalten la fuerza colectiva que ha sostenido la comunidad. |
| Fase y tiempo | Fase 1, Escucha. (1 mes) Fase 2: Narrativa (2 meses) Fase 3: Resaltar (2 meses) Fase 4: Continuidad (1 mes) |
| Acciones por implementar | Fase 1 Conversatorios comunitarios: “¿Qué nos ha sostenido?” Recorridos por lugares significativos del territorio, que han emergido. Cartografía social de fortalezas: Saberes ancestrales, costumbres y tradiciones. Fase 2 Talleres de memoria comunitaria: Relatos de resistencia, humor, fe, cuidado, cocina, crianza, comunidad. Espacios intergeneracionales para compartir saberes. Fase 3 Integración comunitaria: música, danza, teatro, cocina tradicional, exposiciones. Mural colectivo: “Lo que nos ha hecho fuertes”. Fase 4 Creación de un grupo de memoria y cultura que dé sostenibilidad al proceso. |

Impacto deseado

Se espera que, a través de esta estrategia, la comunidad de Bojayá reconozca y valore activamente sus propias fortalezas, resignificando su historia no solo desde el dolor vivido si no desde la capacidad de reconstrucción que han demostrado como pueblo, este proceso permitirá fortalecer el orgullo colectivo, la identidad cultural y el sentido de pertenencia al territorio, al visibilizar saberes locales, actos de cuidado, vínculos comunitarios y tradiciones, para tener una mejor visualización de los resultados se medirán mediante entrevistas, donde se pueda conocer los cambios emocionales y comunitarios que han surgido luego de la intervención.

Nota. En esta tabla se observa la primera estrategia psicosocial con sus acciones, objetivos e impacto deseado con el propósito Reconocer, visibilizar y fortalecer las capacidades comunitarias de la población de Bojayá *Fuente.* Autoría propia (2025).

Tabla 3*Estrategia 2 “Sanando desde la raíz”*

| | |
|--------------------------|---|
| Descripción fundamentada | Los adultos mayores suelen ser los que más actos de violencia han vivido, en el caso de Bojayá se evidencia como perdían a sus hijos y a sus nietos resignándose a una vida llena de vacíos y dolor. Sanando desde la raíz es una estrategia que busca crear una red de apoyo para los adultos mayores que han perdido a sus familiares a casusa del conflicto armado. Según, et al. (2008) citado por Cerquera et al. (2019) “De acuerdo con las redes de apoyo que posea el adulto mayor en las circunstancias adversas y en el proceso de enfrentamiento a la crisis, se presentan niveles de resiliencia que les permite sobrellevar el momento traumático” P 68. |
| Objetivo | Crear una red de apoyo para los adultos mayores víctimas del conflicto armado donde puedan expresar su dolor y sentirse incluidos dentro la sociedad. |
| Fase y tiempo | Fase1 Reconocimiento de la población de adultos mayores Fase 2 Sensibilización sobre red apoyo, inteligencia emocional y expresión de emociones |

| | |
|--------------------------|---|
| | Fase 3 Importancia del el arte y cultura |
| | 1 mes |
| Acciones por implementar | <p>Fase 1 Crear reuniones semanales en donde se hable de la importancia de la red de apoyo, en situaciones de violencia.</p> <p>Fase 2 En grupos de 5 personas, en dónde activamente cada persona vaya levantándose y cuente sus experiencias, anécdotas de vida antes, durante y después del conflicto armado en Colombia.</p> <p>Fase 3 Realizar actividades culturales (cantos, bailes y artesanías) en donde sean participes los adultos mayores como una forma de contar su historia y expresar las emociones.</p> |
| Impacto deseado | <p>Se busca que cada adulto mayor pueda expresar el dolor que se ha trasferido de generación en generación a causa del conflicto armado, creando una red de apoyo que les permita sentirse incluidos, así mismo demostrarles que su historia puede ayudar a las nuevas generaciones a entender como ha permeado la violencia en Colombia. Finalmente se realiza grupos focales donde se logre un diálogo colectivo sobre las percepciones del proceso y así evaluar los impactos compartidos.</p> |

Nota. En esta tabla se expone la segunda estrategia psicosocial con su descripción fundamentada, acciones fases y con el objetivo de Crear una red de apoyo para los adultos mayores víctimas del conflicto armado *Fuente.* Autoría propia (2025).

Tabla 4

Estrategia 3 “Voces que Restauran”

| | |
|--------------------------|---|
| Descripción fundamentada | <p>Hay víctimas que no desean compartir su dolor con personas desconocidas (psicólogos, médicos, personal sanitario (Echeburúa, 2007) Luego, de haber padecido una situación traumática es posible que las víctimas se sientan más cómodas siendo escuchas por personas cercanas, en ese sentido la estrategia voces que restauran busca crear un espacio seguro en la misma comunidad, como una herramienta de expresión de emociones ante la pérdida de seres queridos para iniciar el proceso de aceptación y duelo. Voces que restaran se consolida a través de la estrategia expresión de la dificultad de enfrentamiento, la cual se basa en el modo en que las personas hablan y dialogan con otros manifestando su dificultad para afrontar determinado conflicto, se podría considerar como un tipo de búsqueda de apoyo social e implica un nivel de auto</p> |
|--------------------------|---|

| | |
|--------------------------|--|
| | percepción y autoconocimiento” (Londoño et al., 2006) citado por (Herrera et al., 2019). |
| Objetivo | Crear espacios participativos dentro de la comunidad de Bojayá en donde las víctimas se sienta seguras y puedan expresar sus emociones a través de su historia, buscado visibilizar el sufrimiento del duelo. |
| Fase y tiempo | Fase 1 Identificación de recursos (humanos y materiales) Fase 2 Sensibilización sobre el propósito de la estrategia voces que restauran. Fase 3 Importancia de expresar las emociones como forma del proceso del duelo, considerando su cultura. 1 mes |
| Acciones por implementar | Fase 1 Citar a los líderes sociales de la comunidad. Fase 2 Invitar a las víctimas, dividir por grupo máximo de 8 personas y sensibilizar sobre la importancia de contar su historia como una manera de expresar el dolor. Fase 3 Desarrollar este espacio una vez por semana durante un mes. Activado una ruta ante posibles síntomas de depresión, estrés postraumático, ansiedad etc. |

Impacto deseado

Se busca crear un espacio dentro de la misma comunidad en donde las víctimas se sientan en confianza para expresar su dolor a través de cada relato, así mismo evidenciar los posibles riesgos en la salud mental. Para finalizar se realiza una autoevaluación comunitaria dónde todos puedan expresar el valor que se le da a la intervención junto con los cuestionamientos que surjan y los efectos durante el proceso.

Nota. En esta tabla se expone la tercera estrategia psicosocial con sus fases y acciones con el objetivo crear espacios participativos dentro de la comunidad de Bojayá en donde las víctimas se sienta seguras *Fuente.* Autoría propia (2025).

Informe analítico y reflexivo de la experiencia realizada en la etapa 3 sobre la foto voz

Las evidencias fotográficas tomadas en diferentes espacios y contextos en Bogotá, reflejan cómo la violencia, moldea los lugares que habitamos, en estos escenarios que se visitaron, la contaminación no solo es un problema ambiental, sino también una forma de violencia estructural que afecta a las comunidades, es decir, la presencia de basura, agua contaminada y espacios desolados y oscuros no solo evidencia el abandono de estos lugares, sino que también refleja el impacto psicosocial en los habitantes. La violencia colectiva no solo deja huellas físicas, sino que también destruye el bienestar emocional de las personas, lo que se refleja en la apatía y desconfianza de los habitantes hacia su entorno. (Mollica 1999)

Así pues, los espacios urbanos son lugares que se pueden convertir en un símbolo de resistencia y, a la vez, de desesperanza ya que, en algunas oportunidades, los habitantes se ven forzados a adaptarse a un entorno que refleja la violencia silenciosa de la contaminación. Este tipo de violencia, aunque no siempre visible de manera explícita, tiene efectos profundos sobre la salud mental y la calidad de vida, ya que los espacios deteriorados generan un ambiente de inseguridad y estrés constante pues la contaminación no es solo un problema ecológico, sino un reflejo de la violencia estructural que las comunidades enfrentan a diario.

“Las fotografías permiten hablar de las visiones y preocupaciones de las distintas poblaciones plasmando sus reflexiones y puntos de vista personales de una manera creativa” (Montoya, 2020. P 9). En ese sentido, luego de realizar este ejercicio se evidencia a través de la fotografía ciertos valores simbólicos como las cestas de basuras robadas, las basuras acumuladas, habitantes de calle, grafitis, e imágenes que expresan la inseguridad de

la capital, si bien es cierto que el país ha sido víctima de violencia durante décadas aun así las comunidades no normalizan este tipo de situaciones ya que sin duda afecta el bienestar de cada individuo. Cada imagen refleja los lugares inseguros que rodean a la comunidad, así pues, que algunos se unen a lucha de mantener los lugares limpios y seguros, existen otros habitantes que perciben su entorno como parte de la cotidianidad, estas situaciones expresan las distintas perspectivas psicosociales, en donde las comunidades se forjan a partir de cada experiencia (Bermúdez et al., 2019).

Adicional a esto, la fotografía y la narrativa son herramientas fundamentales en cuanto a la construcción de memoria histórica ya que da una transformación significativa a la sociedad, permitiendo visibilizar y resignificar momentos que han marcado a las comunidades, ayudando así a tener una reparación simbólica y emocional, las fotografías no son solo hojas sin sentido sino que ayudan a la construcción de identidad colectiva ya que las imágenes cuentan historias y logran generar un sentido de pertenencia, la fotografía acompañada de narrativa es lo que nos permite profundizar en las experiencias humanas ya que detrás de estas hay hechos históricos donde además de reconstruir eventos podemos sentir las emociones y vivencias de quienes vemos allí y esto genera un impacto profundo en transformación de comunidades, generando empatía, conciencia social y contribuyendo a la reparación ayudando también a prevenir el conflicto. Según Zavala et al. (2020). A través de Foto-voz se “obtiene la posibilidad de percibir el mundo desde el punto de vista de los marginados, los menos representados y de las poblaciones vulnerables, lo cual incrementa el poder y voz individual de los participantes a través de las imágenes y las narrativas, también permite describir una problemática desde el potencial que representan las imágenes y mejora el entendimiento de las necesidades de la comunidad”. P 23

También es importante mencionar que a través de estos diferentes tipos de violencia y problemáticas que tienen afectación en las comunidades de Bogotá, asociados con violencia estructural, habitanza de calle, problemas de inseguridad, se ha podido observar el impacto negativo que esto genera a las personas que conviven bajo este tipo de circunstancias, impacto tanto a nivel físico como emocional, sin embargo existe un factor común el cual es la resiliencia, el empoderamiento que como comunidad se debe tener para rescatar sus valores, enfrentar las problemáticas que los afecta, a través del trabajo comunitario, de acciones transformadoras, siendo así la foto voz de gran ayuda en este proceso transformador, ya que permite visibilizar tanto las problemáticas vividas como las fortalezas, destrezas, virtudes, que han logrado rescatar y desarrollar para lograr avanzar y vencer las diferentes problemáticas vividas, pues como lo menciona Rodríguez et al. (2016) “Al reconocer y recordar lo vivido se favorece un trabajo reparador y sostenedor de la resiliencia” (p.16).

Finalmente, desde perspectiva simbólica, cada una de las diferentes tomas fotográficas, muestran la interpretación de una historia con títulos llamativos de los diferentes contextos de nuestro entorno, permitiendo reconocer problemáticas culturales, sociales y económicas en un ambiente hostil y difícil de persuadir siendo apáticos a las consecuencias que implica el actuar en los ecosistemas naturales, que deberían ser de gozo y tranquilidad, para los seres vivos de una manera saludable, los cuales se fueron convirtiendo en espacios utilizados para la delincuencia, consumo de estupefacientes y de desechos orgánicos que cuentan diferentes historias en el ámbito de la salud tanto física como mental de las personas, por tal motivo es importante que las comunidades reúnan sus capacidades de resiliencia en pro de buscar soluciones enfocadas en el empoderamiento y

participación de redes de apoyo en la calidad humana que moldean la violencia en una realidad común que se vive cotidianamente.

Dado lo anterior nace esa necesidad de cultura representativa enfocada en los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) especialmente en el objetivo número 15 “Vida de ecosistemas terrestres”, si bien nos encontramos en una ciudad en su mayoría compuesta por asfalto y muros, los seres humanos necesitamos de un ecosistema saludable donde se pueda tomar el aire limpio y agua consumible, y al reforzar este objetivo sostenible podemos actuar sobre otros de importancia, ya que para que un ser vivo subsista se debe contar con estos recursos naturales donde se muestre la importancia de hacer memoria y de comprender colectivamente que circunstancias e impactos han tenido esas situaciones sobre las personas, familias y comunidades que componen los contextos psicosociales del ser humano.

Conclusiones

Los procesos de reconstrucción psicosocial en contextos de violencia se deben abordar desde un enfoque integral que reconozca la importancia de la memoria histórica como un proceso fundamental para sanar las heridas colectivas, además, es esencial fortalecer la solidaridad comunitaria y las redes de apoyo, ya que son estos vínculos los que permiten a las comunidades superar el sufrimiento y reencontrarse con su identidad. Las estrategias psicosociales que incorporan estos aspectos juegan un papel crucial en la construcción de una sanación colectiva y en la reconciliación de la sociedad, pues sólo a través del reconocimiento de su pasado, la cooperación mutua y la recuperación de la esperanza se podrá avanzar en la transformación de las comunidades afectadas por la violencia.

Se logró reconocer la importancia los recursos de afrontamiento como la imagen y narrativa, la cual aporta a las memorias sociales edificación y el “reconocimiento de su condición humana” Parra (2019). Así mismo es reconocida como una herramienta vital que contribuye a nivel psicosocial ante situaciones traumáticas de violencia a través del análisis de eventos desde el enfoque narrativo de relatos a partir del diseño metodológico. Tal y como señala Díaz et al. (2020) “crear un entorno seguro para la víctima.

El ofrecimiento de apoyo, en segundo plano, evaluar las estrategias de afrontamiento y las redes de posible apoyo en el entorno familiar y social de la víctima”. (P.5). Es importante para la víctima mediante los recursos de afrontamiento y redes de apoyo establecer ese entorno seguro, lograr que las víctimas pueden exteriorizar sus emociones y sentimientos sin temor alguno, al igual que se sientan respaldados en el entorno que los rodea.

Se identificaron los diferentes emergentes psicosociales a través de los relatos, al igual la importancia de la resiliencia ante los diferentes contextos y experiencias traumáticas que tuvieron que afrontar los sobrevivientes para lograr una recuperación psicosocial. De acuerdo con Vera et al. (2006). “La resiliencia, entendida como la capacidad para mantener un funcionamiento adaptativo de las funciones físicas y psicológicas en situaciones críticas, nunca es una característica absoluta ni se adquiere de una vez para siempre.” (P.5). En los diferentes relatos de las víctimas y sobrevivientes se logra identificar la capacidad de afrontar la situación vivida tomándola como punto referente para su transformación a nivel personal y social ya que algunos de los sobrevivientes lograron convertirse en líderes sociales con el propósito de mejorar la calidad de vida de su comunidad y no dejar morir sus ancestros, su cultura sino por el contrario rescatarlas para poder dejar huella en las futuras generaciones, lograron aprender de sus experiencias negativas recatando sus cualidades y destrezas trabajando con y para la comunidad y así lograr convertirse en personas resilientes.

La formulación de preguntas a modo de entrevista mediante un enfoque ético en donde prima la importancia de la resiliencia y la superación de la victimización brinda un gran aporte al proceso psicosocial. De acuerdo con Echeburúa (2007) “La intervención psicológica temprana en personas que han padecido un suceso traumático tiene como objetivo detectar a las personas de riesgo, evitar la aparición o agravación del trastorno y discriminar a las víctimas necesitadas de las no necesitadas”. (P. 6). Esta herramienta logra una adecuada intervención psicosocial puesto que permite adquirir y dar paso a aquella información necesaria y relevante para poder llevar a cabo la intervención.

Referencias bibliográficas

- Bermúdez Rodríguez, D. P., & Garavito Ariza, C. E. (2019). Atención psicosocial y salud mental en Colombia: niños, niñas, adolescentes y familias víctimas del conflicto armado. (Spanish). *Revista Electrónica Gestión de Las Personas y Tecnologías*, 12(36), 7–21. <https://research-ebSCO-com.bibliotecavirtual.unad.edu.co/c/qcagk4/search/details/4objqygq6v?limiters=FT1%3AY&q=Atenci%C3%B3n%20psicosocial%20y%20salud%20mental%20en%20Colombia>
- Cerquera, A. M., Matajira, Y. J., Romero, K. L., & Peña, A. J. (2019). *Estrategias de afrontamiento y resiliencia en adultos mayores víctimas del conflicto armado colombiano*. *Revista Tesis Psicológica*, 14(2), 66-82. Tomado de <https://biblat.unam.mx/es/revista/tesis-psicologica/articulo/estrategias-de-afrontamiento-y-resiliencia-en-adultos-mayores-victimas-del-conflicto-armado-colombiano>
- Comisión de la verdad. (2023, 30 de enero). Serie "Anímate a la verdad". Capítulo 2: Exilio. La Colombia fuera de Colombia. [video]. Youtube. https://www.youtube.com/watch?v=NoX_eT-KN24
- Cnmh, C. (2025, 2 mayo). Bojayá: resistencia, memoria y reclamo por la vida - Centro Nacional de Memoria Histórica. Centro Nacional de Memoria Histórica. <https://centrodememoriahistorica.gov.co/bojaya-resistencia-memoria-y-reclamo-por-la-vida/>
- Díaz Barriga, S. P.; Del Toro Valencia, M. P. La Intervención en Crisis en Situaciones Traumáticas. Congreso Internacional de Investigacion Academia Journals , [s. l.], v. 12, n. 1, p. 1297–1302, 2020. <https://research-ebSCO-com.bibliotecavirtual.unad.edu.co/c/qcagk4/search/details/4objqygq6v?limiters=FT1%3AY&q=Atenci%C3%B3n%20psicosocial%20y%20salud%20mental%20en%20Colombia>

com.bibliotecavirtual.unad.edu.co/linkprocessor/plink?id=7dd71458-986a-3b64-8c26-4ec3ba1a26b7

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/producto/intervencion-en-crisis-en-victimas-de-sucesos-traumaticos-cuando-como-y-para-que/>

El Tiempo Casa Editorial. (2022, 17 de diciembre). 'Bojayá: entre fuegos cruzados', documental sobre la masacre en esa población del Chocó| El Tiempo. [video].
Youtube. <https://www.youtube.com/watch?v=N3bW0V98HT4&t=313s>

Grupo banco mundial (2009). Voces: Historias de violencia y esperanza en Colombia. (1), 1-53. <https://documentos.bancomundial.org/es/publication/documents-reports/documentdetail/228981468243580381/voces-relatos-de-violencia-y-esperanza-en-colombia>

Herrera Fuerte, A. M., & Lozano Zapata, L. S. (2019). Estrategias de Afrontamiento y construcción de proyecto de vida en víctimas del conflicto Armado en Edades de 18 a 28 años Residentes en el Municipio de Palocabildo-Tolima. *Revista Kavilando*, 11(1), 89-104. <https://www.ssoar.info/ssoar/handle/document/65921>

Montero, M. (2004). *Introducción a la psicología comunitaria*. Buenos Aires: Paidós.
<https://www.paidos.com.ar/>

Mollica, F. (1999). Efectos psicosociales y sobre la salud mental de las situaciones de violencia colectiva. *Actuaciones Psicosociales en Guerra y Violencia Política*.
<http://www.bivipas.unal.edu.co/handle/10720/226>

- Parra, M. (2019). La narración cómo estrategia de resignificación de la subjetividad en víctimas del conflicto armado. *Revista Kavilando*, 11(1), 191–221.
<https://bibliotecavirtual.unad.edu.co/login?url=https://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=edsdnp&AN=edsdnp.7225269ART&lang=es&site=eds-live&scope=site>
- 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/TP2016.3-0>
- Rodríguez, W. (2025, May 2). Bojayá: resistencia, memoria y reclamo por la vida - Centro Nacional de Memoria Histórica. Centro Nacional de Memoria Histórica.
<https://centrodememoriahistorica.gov.co/bojaya-resistencia-memoria-y-reclamo-por-la-vida/>
- Tomm, K. A. R. L. (1987). La entrevista como intervención. Parte I: El diseño de estrategias como una cuarta directriz para el terapeuta. *Family Process*, 26(1), 3-13.
<https://cdn.website-editor.net/50c6037605bc4d1e9286f706427108e6/files/uploaded/Entrevista%2520Sist%25C3%25A9mica.pdf>
- Vera, B., Carbelo, B., & Vecina, M. (2006). La experiencia traumática desde la Psicología Positiva: Resiliencia y Crecimiento Postraumático. *Papeles del Psicólogo*, 27(1), 40–49. <https://research-ebsco-com.bibliotecavirtual.unad.edu.co/linkprocessor/plink?id=9ef3d449-de47-3d69-ad87-9df2afab0da2>

- White, M. (2005). El trabajo con personas que sufren las consecuencias de trauma múltiple: Una perspectiva narrativa (D. Denborough, Ed.; Centro de Terapia Narrativa, Trad.). Adelaide: Dulwich Centre Publications. <https://dulwichcentre.com.au/>
- Zavala, E. C. M., García, M. C. H., & Ochoa, A. (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*, (45), 15-49

Apéndices

Apéndice A

Voces transformadoras

<https://youtu.be/vPhwQfWe06I>

Nota. Video Sobre la experiencia de foto voz. *Fuente.* Autoría propia (2025).