

**La imagen y la narrativa como herramientas para el abordaje psicosocial en
escenarios de violencia departamento del Meta**

Yury Lisbeth Vanegas

Yuleidy Bedoya Rincón

Yerys Selenia García Agudelo

Danna Valentina Machado Quintero

Jeiny Lohanna Hernández Barragán

Asesor

Yaqueline Cruz Vargas

Universidad Nacional Abierta y a Distancia UNAD

Escuela de Ciencias Sociales Artes y Humanidades ECSAH

Psicología

2025

Resumen

En un país donde la memoria aún pesa, comprender las voces que han resistido la violencia trasfigura un acto de dignidad y reconstrucción colectiva. El presente trabajo analiza desde un enfoque psicosocial y narrativo las diversas experiencias individuales y comunitarias donde han pasado desde una identidad de víctima a sobreviviente marcadas por el conflicto armado. Como inicio se aborda el caso de Gloria, una mujer desplazada que transforma su dolor en resiliencia mediante recursos personales, familiares y sociales, se exponen preguntas circulares, reflexivas y estratégicas que permiten profundizar en los significados relacionales y orientar procesos de cambio dentro del enfoque narrativo. Posteriormente, se presenta el análisis del caso de Bojayá, donde emergen procesos como el duelo colectivo, el trauma intergeneracional, los impactos que abordan lo bio-psico-socioculturales y valentía ante el acto de resistir y buscar justicia frente a la memoria del pasado, se diseñan tres estrategias psicosociales orientadas a potenciar recursos de afrontamiento comunitario, enfocadas en la sanación emocional, la reconstrucción del tejido social y la recuperación de la memoria colectiva. Finalmente, se desarrolla el informe analítico de la experiencia de Foto Voz en distintos municipios del Meta, donde la fotografía y la palabra se convierten en herramientas de expresión, memoria viva y resignificación territorial, permitiendo observar cómo las comunidades transforman el sufrimiento en acciones de resistencia, justicia y afrontamiento. Desde lo expuesto se evidencia como, aunque la violencia deja huellas profundas, también surgen procesos de resistencia y valor para afrontar y reconstruir un futuro mejor.

Palabras clave: Comunidad, Memoria, Resiliencia, Territorio, Violencia

Abstract

In a country where memory still weighs heavily, understanding the voices of those who have resisted violence transforms into an act of dignity and collective reconstruction. This work analyzes, from a psychosocial and narrative perspective, the diverse individual and community experiences of those who have transitioned from victim to survivor, marked by the armed conflict. It begins with the case of Gloria, a displaced woman who transforms her pain into resilience through personal, familial, and social resources. Circular, reflective, and strategic questions are posed to delve deeper into relational meanings and guide processes of change within the narrative framework. Subsequently, the analysis of the Bojayá case is presented, where processes such as collective grief, intergenerational trauma, bio-psycho-sociocultural impacts, and courage in resisting and seeking justice in the face of the past emerge. Three psychosocial strategies are designed to strengthen community coping resources, focusing on emotional healing, the reconstruction of the social fabric, and the recovery of collective memory. Finally, the analytical report on the Foto Voz experience in various municipalities of Meta is presented, where photography and the spoken word become tools for expression, living memory, and territorial reinterpretation, allowing us to observe how communities transform suffering into acts of resistance, justice, and resilience. From this, it becomes evident that, although violence leaves deep scars, processes of resistance and courage also emerge to confront and rebuild a better future.

Keywords: *Community, Memory, Resilience, Territory, Violence*

Tabla de Contenido

Análisis de Relato de una madre valiente y echada pa'lante	7
Emergentes psicosociales.....	7
Posicionamiento como víctima o sobreviviente	8
Significados de la violencia desde la experiencia subjetiva	8
Recursos de afrontamiento.....	8
Elementos resilientes	9
Formulación de Preguntas para el Caso una madre valiente	10
Análisis y estrategias de abordaje psicosocial para el Caso de 'Bojayá: entre fuegos cruzados' ...	13
Voces Cotidianas que Revelan los Emergentes Psicosociales de Bojayá.....	13
Rastros Bio-Psico-Socio-Culturales que Dejó la Masacre en la Comunidad de Bojayá	14
Significados Simbólicos de Violencia, Resiliencia y Transformación en el Relato de Bojayá....	16
Estrategias psicosociales para la Sanación y reencuentro en Bojayá	18
Informe Analítico y Reflexivo de la Experiencia de Foto Voz	24
La fotografía como medio para resignificar el territorio y la identidad.....	24
Lo simbólico y la subjetividad.....	25
La imagen y la palabra como memoria.....	26
Una comunidad resiliente	27
Reconstrucción individual y social para disfrutar de una vida saludable y en paz.....	29
Conclusiones	31
Referencias Bibliográficas	32

Lista de Tablas

Tabla 1 *Formulación de preguntas ante el desplazamiento y la violencia*.....10

Tabla 2 *Estrategias psicosociales para fortalecer el afrontamiento comunitario en Bojayá*..... 19

Lista de Apéndices

<i>Apéndice A</i> Noticiero la imagen que resiste: la voz detrás de la memoria.....	34
---	----

Análisis de Relato de una madre valiente y echada pa'lante

El presente análisis se desarrolla a partir del relato de una mujer llamada Gloria quien fue desplazada por la violencia en el 2004, cuando los grupos armados ilegales llegaron a adueñarse de su territorio, a lo se ve obligada a abandonar su territorio en compañía de sus hijos esto a causa del conflicto armado, pero su esposo fue secuestrado y en un intento de ser rescatado fue dado por muerto, no obstante tiempo después en una brigada de salud, Gloria lo encontró vivo pero cambiado, muy enfermo con secuelas físicas y mentales por la violencia que sufrió, en su acogida en volver con su familia y larga recuperación después de un año su esposo fallece. Ella toma las riendas de su hogar y saca adelante a su familia, luchando por construir una nueva vida y trabajando fuertemente, aunque al recordar su pasado siente tristeza, pero ella menciona no sentir rencor con las personas que causaron tanta violencia y dice ser una mujer muy valiente (Grupo banco mundial, 2009).

La narrativa resalta la fortaleza emocional de la protagonista: aunque vulnerable, actúa con determinación y creatividad para superar los obstáculos. Se observa su capacidad para organizar la vida familiar, generar vínculos con otros desplazados y buscar oportunidades en un contexto adverso.

Emergentes psicosociales

En el relato de la señora Gloria emergen múltiples problemáticas psicosociales asociadas al conflicto armado, entre ellas el desplazamiento forzado, la pérdida violenta de su esposo, el miedo ante la incertidumbre y los desafíos de reconstruir su vida emocional, social y familiar en un nuevo contexto. También emerge esa necesidad de apoyo, su fortaleza y propósito de brindarle a sus hijos un futuro mejor después de todo lo vivido, la resignificación de rol asumiendo su liderazgo. Según Fabris (2011), los emergentes psicosociales son “hechos,

procesos o fenómenos que como figura se recortan del fondo constituido por el proceso socio-histórico y la vida cotidiana” (p. 37). De este modo, las experiencias de Gloria se configuran como expresiones singulares de un fenómeno colectivo, donde la violencia estructural se refleja en su subjetividad y en la ruptura de su proyecto de vida.

Posicionamiento como víctima o sobreviviente

Si bien la señora Gloria inicia su relato desde la vivencia de víctima de conflicto armado, su narrativa evoluciona situándose como una sobreviviente, al reapropiarse de su historia su dolor lo transforma en motor de acción para reconstruir su vida en nuevos contextos, circulando su camino hacia un proceso de empoderamiento psicosocial, donde la agencia individual y el sentido de propósito superan el lugar pasivo de la victimización.

Significados de la violencia desde la experiencia subjetiva

Desde la subjetividad de protagonista, la violencia no solo se limita a los hechos materiales del desplazamiento o las amenazas recibidas, si no desde un punto de quiebre, una ruptura existencial que da paso a un proceso de reconstrucción simbólica y emocional, integra esa experiencia violenta como una nueva etapa que está marcada de aprendizaje, fortaleza y resistencia. Dando lugar a una subjetividad resiliente donde reconoce el dolor, pero no la reduce a él. Una experiencia, aunque dolorosa se extiende a ese reconocimiento propio y reestructurar su proyecto de vida y competencia de fuerza.

Recursos de afrontamiento

Los recursos de afrontamiento identificados en la señora Gloria se expresan en tres dimensiones

Personal: su fe, valentía, resistencia emocional, esa capacidad de enfrentar el cambio, su determinación para sobrevivir a nuevas circunstancias.

Familiar: el vínculo afectivo con sus hijos es su principal motor de motivación y sentido, el mantener esa cohesión familiar frente a la adversidad.

Comunitaria: el apoyo social procedente de los vecinos, organizaciones comunitarias y grupos desplazados, junto con su fuerte espiritualidad fortalece su sentido de pertenencia y manera de incorporarse en su entorno.

Elementos resilientes

En el relato de la señora Gloria se destacan diversos elementos y procesos resilientes, desde su capacidad de reconstruir la vida tras el desplazamiento, la esperanza en el futuro de sus hijos, su participación activa en redes comunitarias, y la resignificación del sufrimiento como oportunidad de crecimiento.

Formulación de Preguntas para el Caso una madre valiente

Tabla 1

Formulación de preguntas ante el desplazamiento y la violencia

Tipo de pregunta	Pregunta planteada	Justificación desde el campo psicosocial
Circulares	<p>¿Cómo considera que la experiencia del desplazamiento transformó la forma en que su familia se relaciona y enfrenta las dificultades?</p> <p>Si alguien cercano contara su historia, ¿qué cree que destacaría de usted?</p>	<p>Esta pregunta permite reconocer las transformaciones que se generan en la dinámica familiar a partir de la experiencia del desplazamiento forzado y la pérdida del esposo. desde un campo psicosocial facilita comprender cómo los vínculos afectivos y los roles familiares se reconfiguran frente a situaciones de violencia duelo y reconstrucción destacando los procesos de adaptación y fortaleza que emergen en el sistema familiar.</p> <p>Esta pregunta busca evidenciar el reconocimiento social como mujer resiliente y como las percepciones externas contribuyen al relato de la protagonista.</p>
	<p>¿En qué momento y qué factor determinante los llevó a decidir salir de su propiedad priorizando la seguridad de su familia y qué</p>	<p>La pregunta permite reconocer los factores emocionales y contextuales que influyeron en la decisión de proteger a la familia en un momento de riesgo. Además, ayuda a</p>

mensaje cree que transmitió a sus hijos esta crucial acción?	comprender cómo esta acción pudo transmitir valores de cuidado, seguridad y resiliencia a los hijos dentro del sistema familiar.
--	--

Reflexivas ¿Qué ha significado adquirir para usted “ser una mujer valiente y echada pa’lante” después de todo lo vivido?	Esta pregunta promueve la resignificación de su identidad y el reconocimiento de sus fortalezas generando una narrativa de empoderamiento y esperanza.
¿De qué manera cree que su historia puede servir de ejemplo o inspiración para otras mujeres que han vivido situaciones similares?	Esta pregunta permite reconocer cómo su testimonio se convierte en una herramienta de transformación social. desde un enfoque psicosocial, ayuda a resaltar la importancia del liderazgo femenino y la forma en que, a través de su historia se visibilizan procesos de resistencia y empoderamiento con fortaleza que inspiran a otras mujeres a seguir adelante.
¿Qué significado tiene para usted haber perdonado a quienes le causaron tanto daño?	Permite que la protagonista reflexione sobre su proceso interno de perdón como estrategia de liberación emocional, desde un campo psicosocial se logra aborda la resignificación del sufrimiento y el desarrollo de recursos personales para la reconciliación y la paz interior.

Estratégicas	¿Qué actividades o espacios cree que podrían ayudar a las mujeres desplazadas a sanar sus heridas y fortalecer su bienestar emocional?	Esta pregunta orienta la reflexión hacia la búsqueda de estrategias de acompañamiento y autocuidado que fortalezcan el bienestar emocional. desde un enfoque psicosocial permite pensar en intervenciones que promuevan la resiliencia el empoderamiento femenino y la reconstrucción del sentido de vida después de haber vivido experiencias traumáticas.
	¿Cuál sería una de las propuestas principales que implementaría en el proceso y que desde su experiencia considere de gran ayuda?	Se posibilita que la protagonista reconozca los agentes fortalecedores que puede extraer de su experiencia, de su sentir y perspectiva para hacer visible la significación de adaptar propuestas que suplan las necesidades y vacíos emocionales de otras víctimas, convirtiéndose en un ejemplo de transformación y contribución a la sociedad y grupos más vulnerables.
	¿Qué tipo de proyecto artístico, cultural podría ayudar a sanar y recuperar la memoria del territorio?	Busca promover la creatividad, arte, participación creando espacios como medio de reparación simbólica, sanando el dolor y transformándolo.

Nota. Preguntas diseñadas desde el enfoque narrativo para explorar relaciones, significados y posibilidades de acción en el caso una madre valiente y echada pa'lante. *Fuente.* Autoría propia

Análisis y estrategias de abordaje psicosocial para el Caso de 'Bojayá: entre fuegos cruzados'

El caso presentado en el documental *Bojayá: entre fuegos cruzados*. Según El Tiempo Casa Editorial. (2022) aborda la masacre ocurrida el 2 de mayo de 2002 en Bellavista–Bojayá, Chocó, cuando un cilindro bomba lanzado por las FARC cayó sobre la iglesia donde la comunidad buscaba refugio, mostrando cómo las personas quedaron atrapadas en medio del conflicto armado y expuestas a un hecho devastador. A través del testimonio del líder y sobreviviente Leyner Palacios se evidencian el dolor, la pérdida y el impacto profundo del conflicto armado en las familias y en la vida comunitaria, mostrando a la vez la resistencia y la búsqueda continua de memoria, justicia y reparación.

Voces Cotidianas que Revelan los Emergentes Psicosociales de Bojayá

En el caso *Bojayá: entre fuegos cruzados*, se identifican emergentes psicosociales de la vida cotidiana en la comunidad, se reflejan sentimientos persistentes de desconfianza, miedo y duelo prolongado derivados de la masacre y en un trauma profundo que se ha transmitido entre generaciones afectando las relaciones interpersonales y debilitando la cohesión social.

Estas experiencias han marcado su vida diaria con sufrimiento, aunque también han fortalecido una identidad colectiva basada en la búsqueda de verdad y en la preservación de la memoria. en el proceso sociohistórico se evidencian emergentes como:

La comunidad de Bojayá atraviesa un profundo duelo colectivo, marcado por la pérdida de familiares y vecinos. Este dolor compartido se expresa a través de rituales y prácticas de memoria, como ceremonias religiosas y conmemoraciones anuales que ayudan a procesar el trauma. Al mismo tiempo, se presenta una alteración significativa de la vida cotidiana, donde la

desconfianza, el miedo y la inseguridad transforman las rutinas, modifican los espacios comunes y generan desplazamientos internos dentro de la misma población.

Pese a este contexto, emerge una fuerte resiliencia individual y familiar, reflejada en los intentos por reconstruir la vida a pesar de la violencia vivida. La comunidad desarrolla estrategias de afrontamiento basadas en la organización, la unión y la solidaridad entre familias. A su vez, se fortalece la solidaridad y el apoyo comunitario, dando lugar a redes vecinales que responden tanto a necesidades básicas como emocionales. Estas acciones colectivas permiten acompañar a las víctimas, apoyar la reconstrucción de viviendas y brindar cuidado a niños que quedaron huérfanos.

Rastros Bio-Psico-Socio-Culturales que Dejó la Masacre en la Comunidad de Bojayá

El documental Bojayá: entre fuegos cruzados ofrece una visión sobre el profundo sufrimiento tanto humano como comunitario que dejó tras de sí la violencia del conflicto armado en Colombia. A través de una perspectiva que abarca lo biológico, psicológico, social y cultural, se muestra que la guerra no solo causa heridas físicas, sino que también fragmenta identidades, quiebra memorias y deja comunidades enteras marcadas por el dolor y la lucha en este documental audiovisual se transforma en una herramienta para meditar sobre la amplia repercusión de la violencia y los procesos de sanación y redefinición que surgen en las áreas afectadas.

Desde la perspectiva biológicos, los que sobrevivieron muestran las secuelas visibles que dejó la masacre: lesiones, discapacidades y efectos duraderos de los ataques los cuerpos se convierten en espacios de memoria, llevando consigo el peso del trauma y el sufrimiento. Las manifestaciones fisiológicas del estrés postraumático, como la falta de sueño, temblores o cansancio, son parte de una reacción natural al horror experimentado. Estas marcas físicas

revelan lo que las palabras no pueden expresar: la violencia que queda grabada en la piel. Como menciona Uribe (2009) la memoria del cuerpo es un aspecto crucial de las “memorias vivas”, ya que, a través de esta, el cuerpo narra lo que la historia oficial ha intentado silenciar.

Desde la perspectiva psicológica, el documental muestra un profundo trauma caracterizado por miedo, desesperanza y pérdida. Las personas comparten cómo el estruendo de una explosión o el recuerdo de disparos reviven el dolor y la ansiedad. Sin embargo, también se observa la aparición de una notable resiliencia, entendida como la fuerza interna que motiva a las víctimas a reconstruir su vida y su identidad. A través de su testimonio y palabras, logran simbolizar su experiencia y encontrarle significado, un proceso que, según Montero (2004) facilita la transformación del sufrimiento en conciencia social y fortalece la identidad colectiva. En Bojayá, el duelo se vive no solo de manera individual sino también colectiva, llorar juntos se convierte en un acto de resistencia y sanación emocional.

En el ámbito social, el documental muestra la ruptura en la cohesión comunitaria que la violencia provocó el miedo, la desconfianza y el desplazamiento han modificado las redes de apoyo que tradicionalmente sostenían la vida en conjunto. Sin embargo, también se observa la reconstrucción de estas redes mediante actos de memoria, rituales y procesos de organización social las víctimas asumen el rol de portadoras de memoria y agentes de cambio, creando espacios donde el dolor se transforma en fortaleza colectiva. Así, los esfuerzos comunitarios de memoria en Bojayá se constituyen como una forma de justicia simbólica y social que potencia la unión y el sentido de pertenencia.

Finalmente, en el campo cultural Bojayá, entre fuegos cruzados revela cómo el arte, la música, los cantos de luto y los rituales tradicionales se transforman en formas de resistencia y dignidad. El lugar anteriormente un sitio de terror, se redefine como un espacio de vida, recuerdo

y esperanza las comunidades afrodescendientes, a través de su espiritualidad renuevan su conexión con los fallecidos y con el río Atrato, que es un elemento sagrado y representa continuidad este proceso de reconstrucción cultural refuerza la identidad colectiva ya que, como señala Uribe (2009) las comunidades reinterpretan el sufrimiento mediante prácticas simbólicas que alteran la memoria y mejoran la unión social.

En conjunto, los efectos bio-psico-socioculturales presentados en el documental muestran que el impacto de la violencia es completo, pero también que la reacción de las comunidades es profundamente humana, resistente y transformadora. Bojayá no solo cuenta una tragedia, sino que destaca un proceso de sanación colectiva que va más allá del sufrimiento desde un enfoque psicosocial, la reconstitución de la memoria en Bojayá es un acto político y moral que tiene como objetivo restaurar la dignidad, mantener la verdad y fomentar la paz, recordándonos que cada sociedad tiene el deber de escuchar, apoyar y aprender de quienes en medio de los conflictos siguen luchando por la vida.

Significados Simbólicos de Violencia, Resiliencia y Transformación en el Relato de Bojayá

En el caso de Bojayá, los elementos simbólicos permiten comprender tanto la violencia vivida como la resiliencia que emergió tras la masacre, así como los procesos de transformación colectiva. Uno de los símbolos más significativos es la imagen de Cristo, mencionada constantemente en el discurso del documental. Esta figura estuvo presente en medio del caos, la angustia y los abusos que enfrentó la comunidad, y para muchos sobrevivientes representó una luz de esperanza, protección y fe en medio del horror. De esta experiencia surge el reconocido “Cristo mutilado de Bojayá”, que se convirtió en un homenaje y un símbolo de memoria para las víctimas, recordando no solo la magnitud de la violencia, sino también la dignidad y resistencia del pueblo.

Otro elemento simbólico fundamental es la construcción de memorias colectivas. Esta práctica permitió integrar las experiencias de las víctimas, narrar desde la autonomía sus historias, compartir las secuelas emocionales y psicológicas, y reconocer el impacto que dejó el hecho victimizante. La memoria colectiva se constituyó en una estrategia clave para la sanación, la reconstrucción del tejido comunitario, la reintegración social y el fortalecimiento del bienestar emocional. A través del diálogo y la narración, las víctimas no solo encontraron un espacio para procesar el dolor, sino también para fortalecer su identidad, empoderarse y avanzar hacia la transformación personal y comunitaria. Asimismo, Castrillón, J., et al, (2016) señala:

La dimensión histórica y cultural de la memoria, que se cristaliza en una sociedad concreta, es a su vez referente de construcción de un sujeto. Es decir, comienza a interactuar con las experiencias y recuerdos de un sujeto individual, se convierte en marco de interpretación de la realidad de ese sujeto, que es introducido en esa cultura o sociedad y en las conversaciones y relaciones interpersonales y grupales (p.10).

Es posible comprender cómo la memoria colectiva no solo organiza el pasado, sino que también ofrece un marco para que las víctimas logren reconstruir su identidad después de un hecho traumático como la masacre de Bojayá.

En este sentido, la experiencia narrada se evidencia que, a través del ejercicio de la memoria las personas encontraron la posibilidad de resignificar lo vivido, reconocer su valor como sujetos y proyectarse hacia un futuro distinto. La memoria se convirtió en un acto de esperanza llevando a transformar el dolor en fortaleza, el miedo hacia un aprendizaje y la pérdida en un compromiso ético con quienes ya no están. Asimismo, les otorgó la capacidad de convertirse en voces activas que denuncian la violencia, dignifican a las víctimas y se oponen al

olvido. En este aspecto la construcción de memorias no solo sana, sino que también empodera, fortalece la identidad y abre caminos de vida para las generaciones presentes y futuras.

Estrategias psicosociales para la Sanación y reencuentro en Bojayá

El documental invita a reflexionar sobre la responsabilidad de toda la sociedad en la construcción de paz y en el reconocimiento del daño vivido por las comunidades. Su enfoque facilita la empatía y la comprensión del valor que tiene escuchar a las víctimas y trabajar juntos para fortalecer el tejido social.

En síntesis “Bojayá entre fuegos cruzados” no solo relata una tragedia, sino que abre un camino hacia la sanación y la reconstrucción comunitaria fortaleciendo la memoria y la dignidad de quienes han resistido al olvido.

Desde una mirada psicosocial se destaca la memoria como un proceso que ayuda a reconstruir la identidad colectiva y a dignificar a las víctimas. la obra deja ver que la guerra afectó tanto a las personas como al territorio y a los vínculos que sostenían la vida comunitaria, por lo que la reparación no se limita a lo material, sino que también implica recuperar la confianza y el sentido de pertenencia.

Estrategias Psicosociales Con la Población De Bojayá

Tabla 2

Estrategias psicosociales para fortalecer el afrontamiento comunitario en Bojayá

Nombre de la estrategia	Descripción fundamentada	Objetivo	Fases y tiempo	Acciones por implementar	Impacto deseado
Construcción de identidad y memoria colectiva	Se implementarán actividades que permitan que los miembros de la comunidad compartan sus experiencias y recuerdos, con el fin de reconstruir la identidad individual y colectiva y resignificar la historia marcada por el conflicto armado. La estrategia se basa en la terapia narrativa propuesta por White (2016), que reconoce que las personas no son sus problemas, sino los significados que construyen sobre ellos. A través de ceremonias de definición, relatos compartidos y la participación de testigos	Fortalecer la identidad individual y colectiva de los miembros de la comunidad mediante la narración de experiencias y la resignificación de la historia colectiva, promoviendo la memoria histórica, el sentido de pertenencia y la cohesión social.	<p>Fase 1 Sensibilización y preparación (1 mes)</p> <p>Fase 2 Talleres de narración y reflexión (1 mes)</p> <p>Fase 3 Cierre y consolidación de la identidad colectiva (2 semana)</p>	<p>Participación de la comunidad en encuentros narrativos donde cada miembro pueda compartir sus experiencias y recuerdos, motivando la reflexión sobre su historia personal y colectiva.</p> <p>Implementar talleres participativos de narración de historias de vida que permitan fortalecer vínculos, habilidades de comunicación y resiliencia emocional, promoviendo la colaboración entre los participantes.</p> <p>Realizar espacios de</p>	Se espera que los participantes logren fortalecer su sentido de identidad individual y colectiva, reconociendo y valorando su historia y cultura. La participación en los relatos y talleres permitirá resignificar experiencias traumáticas, promover la memoria histórica y consolidar la cohesión social, contribuyendo al bienestar emocional y al sentido de pertenencia en la comunidad.

	externos, los pobladores pueden expresar sus emociones en espacios seguros, validar sus experiencias y transformar el dolor en relatos de vida digna y resistente. De esta manera, se fortalece la memoria histórica, el sentido de pertenencia y la cohesión social, promoviendo la resiliencia colectiva ante los traumas vividos.			reflexión donde se analicen los relatos compartidos, reconociendo aprendizajes y recursos colectivos, y fortaleciendo la memoria histórica y la identidad cultural.	
Expresión artística y resiliencia emocional	En Bojayá, donde la comunidad ha vivido experiencias traumáticas debido al conflicto armado y las afectaciones sociales, es fundamental implementar estrategias que permitan expresar emociones difíciles de verbalizar y liberar la carga emocional.	Facilitar la expresión emocional y la transformación de experiencias traumáticas mediante procesos artísticos, fomentando la resiliencia individual y colectiva, la cohesión social y el reconocimiento de la identidad	Fase 1 Planeación y selección de expresiones artísticas propias de la comunidad y los recursos disponibles. (1 mes) Fase 2 Talleres de arte terapia, teatro, muralismo y danza. (1 mes) Fase 3 Exposición pública y reflexión	Organizar talleres de arte-terapia, pintura, danza y música donde los participantes puedan expresar emociones difíciles de verbalizar, liberando tensiones y promoviendo bienestar emocional. Fomentar la creación de murales y	Promover del uso del arte como herramienta de expresión que permita a los participantes liberar emociones reprimidas y transformar experiencias dolorosas en procesos creativos y significativos. Esto favorecerá la resiliencia individual y colectiva, la cohesión social y

	Inspirada en los aportes de la psicología positiva (Fredrickson, 1998, citado en Vera, B., et al., 2006), esta estrategia propone la utilización del arte como medio de expresión, reparación y unión social, ya que facilita la transformación de emociones negativas en procesos creativos y constructivos. La pintura, la danza y la música se convierten en lenguajes simbólicos que permiten resignificar el dolor, fortalecer la resiliencia individual y colectiva, y reconstruir la memoria cultural de la comunidad, promoviendo al mismo tiempo la cohesión social y el sentido de pertenencia.	cultural de la comunidad.	(3 semanas)	expresiones artísticas comunitarias que reflejen mensajes de paz, resiliencia y memoria, fortaleciendo la cohesión social y la identidad cultural.	la valoración de la identidad cultural, fortaleciendo la salud emocional y los vínculos comunitarios.
				Desarrollar espacios de reflexión grupal sobre los procesos artísticos, reconociendo las emociones expresadas y fomentando el acompañamiento mutuo y la cooperación entre los miembros de la comunidad.	
Reconocimiento emocional y	Para favorecer el bienestar emocional y	Promover la expresión, regulación y	Fase 1 Formación de facilitadores locales	Se conformarán círculos de	La implementación de círculos de

apoyo comunitario	<p>fortalecer la salud mental de la comunidad, es fundamental generar espacios donde las personas puedan expresar sus emociones y experiencias de manera segura, legitimando sus sentimientos y reconociendo las formas en que han afrontado la adversidad. Esta estrategia retoma la práctica del doble escucha propuesta por White (2016), que permite que los participantes compartan sus historias y sean escuchados, al mismo tiempo que se rescatan las respuestas y recursos que han desarrollado frente a situaciones traumáticas. Los círculos de palabra se convierten en escenarios de contención emocional, empatía y acompañamiento mutuo,</p>	<p>validación de emociones en un espacio seguro, fortaleciendo la salud mental colectiva, los vínculos de apoyo mutuo y la construcción de estrategias de afrontamiento comunitarias.</p>	<p>para contención emocional y manejo de grupos. (1 mes)</p> <p>Fase 2 Círculos semanales de palabra y reflexión. (1 mes)</p> <p>Fase 3 Cierre con una jornada de retroalimentación colectiva sobre los aprendizajes. (3 semanas)</p>	<p>palabra con grupos diversos de la comunidad, donde cada participante pueda expresar sus emociones y experiencias en un espacio seguro, promoviendo la legitimación de los sentimientos y el acompañamiento mutuo.</p> <p>Se implementarán técnicas de respiración, mindfulness y escucha activa durante los círculos, para que los participantes logren identificar, regular y expresar sus emociones, fortaleciendo la salud mental y el bienestar psicosocial colectivo.</p> <p>Se realizarán jornadas de reflexión y sistematización</p>	<p>palabra y técnicas de contención emocional fomentará la expresión y regulación de las emociones, así como la empatía entre los miembros de la comunidad. De esta manera se consolidan los vínculos de apoyo mutuo, se disminuye el aislamiento emocional y se promueve un entorno de cuidado psicosocial y bienestar colectivo.</p>
-------------------	---	---	---	--	--

promoviendo la construcción colectiva de significado frente a los eventos vividos y fortaleciendo los vínculos comunitarios, la resiliencia y la capacidad de apoyo entre sus miembros.

de los aprendizajes obtenidos en los círculos, permitiendo que los participantes reconozcan su progreso emocional, compartan estrategias de afrontamiento y fortalezcan los vínculos comunitarios, consolidando la resiliencia y el apoyo mutuo.

Nota. Estrategias psicosociales diseñadas para fortalecer los recursos de afrontamiento de la comunidad de Bojayá (Chocó) *Fuente.* autoría propia

Informe Analítico y Reflexivo de la Experiencia de Foto Voz

El ejercicio foto voz se realizó en diferentes municipios del departamento del Meta, entre ellos, Villavicencio, Cubarral, Chichimene, San Martín y San Carlos Guaroa. Territorios que han estado profundamente marcados por la violencia del conflicto armado y han afectado de manera psicológica, emocional y social. A través de la fotografía y la narrativa se revela las emociones y significados de muchos espacios que siguen persistiendo, permitiendo reconocer como están cargados de historias, dolor y esperanza. En este sentido, la foto voz se transforma en un medio fundamental y herramienta psicosocial que permite resignificar el territorio y brindar esa voz a quienes han sufrido diferentes dinámicas de violencia, siendo desde lo físico, simbólico, estructural y emocional. Este ejercicio permite dar curso a una reflexión, empatía y resistencia a promover una mirada más humana ante los efectos que ha dejado la violencia.

La fotografía como medio para resignificar el territorio y la identidad.

Las experiencias de Foto Voz han permitido entender que el entorno y el contexto abarcan más que una simple ubicación geográfica: son una red simbólica repleta de significados, recuerdos y relaciones que aportan significado a la vida en comunidad en lo cual cada foto tomada por los miembros del grupo ilustra cómo los lugares que habitan también se convierten en espacios de resistencia, luto y paz emocional ante las consecuencias del conflicto armado.

En localidades como Acacías, San Isidro de Chichimene, San Carlos de Guaroa, San Martín, Cubarral, Villavicencio y sus alrededores, las imágenes reflejan regiones que han experimentado la violencia, pero que también han atravesado procesos de cambio social y cultural donde los caminos, las viviendas y los lugares públicos representados cuentan la historia de una comunidad que, a pesar de las cicatrices, continúa edificando esperanza y tejido social desde la memoria.

Las fotografías indican que el sentido de pertenencia al territorio nace de la redefinición de estos espacios: los lugares marcados por el sufrimiento se transforman en sitios de encuentro, expresión y dignidad en donde las imágenes se pueden ver murales, paseos, gestos simbólicos y escenas cotidianas que no solo reflejan la historia vivida, sino también la resistencia silenciosa de aquellos que permanecen y trabajan en la reconstrucción.

Como indica Uribe (2009), las “memorias vivas” se manifiestan a través de prácticas y repertorios sociales que remodelan los espacios y permiten reinterpretar las vivencias de violencia, promoviendo procesos de reparación simbólica y unión comunitaria desde este ángulo, el territorio se convierte en un soporte emocional y simbólico donde la comunidad almacena sus recuerdos, pérdidas y aspiraciones de paz.

Por lo tanto, los proyectos de Foto Voz demuestran que el contexto y el territorio son fundamentales en la formación de la identidad colectiva donde las comunidades toman posesión de sus espacios al contarlos y representarlos, hallando en la fotografía una herramienta para expresar su perspectiva y preservar la memoria en lo cual, de esta manera, cada foto se transforma en un testimonio visual de resistencia, pertenencia y cambio social.

Lo simbólico y la subjetividad

En la violencia desde la perspectiva psicosocial, lo simbólico y lo subjetivo son procesos fundamentales para la comprensión de cómo se vive se narra y se resignifica la violencia en los diferentes contextos, y no se habla solo de los hechos violentos, sino de cómo cada uno de los hechos violentos han sido vividos, interpretados, y comunicados por cada persona la sociedad o las comunidades.

En este trabajo se pudieron reconocer diferentes formas al narrar y metaforizar cada hecho violento, cada una de las participantes de este trabajo compartió un ensayo visual, el cual

contiene valores simbólicos en los cuales se ven dolor, resistencia, duelo, exclusión, injusticia, como también esperanza, y la resiliencia, esto lo expresan por medio de imágenes en diferentes municipios y en distintos contextos los cuales quedaron marcados en la historia de la violencia.

Desde lo subjetivo se puede observar cómo cada una de las imágenes y las palabras puestas en la foto voz, refleja cada hecho violento vivido, en estos hechos de violencia se evidencian la presencia de traumas, abordando el sufrimiento por medio de símbolos permitiéndoles procesar el daño, por otra parte en muchas ocasiones algunas comunidades interpretan ensayos visuales, para expresar el dolor y el miedo vivido en estos hechos violentos estas expresiones simbólicas no sólo representan un estado emocional individual sino también colectivo como también otros hechos violentos como el desplazamiento forzado, la violencia sexual, la violencia de género y la exclusión social, aquí se observa que los valores simbólicos y subjetivos no solo se ven en una dimensión estética o narrativa, sino que también una carga política y ética.

La imagen y la palabra como memoria

La experiencia de foto voz se integra de una forma profunda, el cual permite comprender cómo a través de la imagen y las palabras se logra transformar una herramienta enfocada a la transformación psicosocial, construcción de memoria viva y expresión de las subjetividades. Es un ejercicio que da vista al pasado y el presente reconociendo las huellas marcadas por la violencia que habitan en varios territorios, estas no solo son simples formas de expresión, sino verdaderos puentes entre la memoria, identidad y cambio social.

En este proceso la memoria no solo es algo individual, sino una construcción colectiva que se fortalece en el intercambio de experiencias. Cada imagen se convirtió en un espacio simbólico donde la memoria se hace visible y el dolor se convierte en una fuerza inicial donde a

través de las fotos y narrativas surgen sentidos comunes, formas de sanar y reconstruir identidad tras el conflicto. En este sentido Suárez (2021) señala la posibilidad de reconstruir la subjetividad a partir del dolor, empleando la palabra, la imagen, y los símbolos como estrategias que permiten permanecer vinculados con la realidad, más allá desde lo individual también en lo social y de la relación entre los lazos afectivos y políticos.

De esta manera la imagen y la narrativa funcionan como una intervención desde lo íntimo y colectivo, no solo se captura un lugar, espacio o acto de escena. Allí mismo se logra reconocer una historia que conmueve, captando los sentimientos, las emociones, la sensibilidad, resistencias y luchas donde el dolor y la memoria hacen parte de la esperanza y formas de cuidado que emergen en la vida. Activa procesos de reparación simbólica, se expresa un fragmento de verdad y activan procesos de reflexión sobre las condiciones de vida en el contexto de la violencia.

Una comunidad resiliente

A pesar del dolor, las pérdidas y las adversidades logra levantarse, adaptarse y seguir construyendo su historia con esperanza y dignidad frente a los impactos de la violencia y el conflicto armado en los territorios del Meta. las comunidades han demostrado una profunda capacidad de afrontar las huellas del pasado, resignificar sus experiencias y reconstruir los espacios que alguna vez representaron miedo o sufrimiento transformándolos hoy en escenarios de encuentro, vida y resistencia colectiva.

Y los recursos de afrontamiento se evidencian en la manera como las personas revaloran su territorio fortalecen la unión comunitaria y convierten el dolor en acción social la naturaleza los caminos los monumentos y los espacios públicos se transforman en símbolos de memoria y reparación donde el recuerdo no implica revivir el dolor sino reconocerlo como parte de la

historia que impulsa la reconciliación, como nos indica Uribe (2009) las memorias vivas aparecen donde las comunidades se resisten al olvido y transforman el sufrimiento en un acto de dignidad colectiva. Lo que demuestra que recordar también es una forma de sanar y mantener viva la identidad colectiva, de igual forma las narrativas reflejan procesos de organización y acompañamiento mutuo donde la memoria y la solidaridad se convierten en herramientas de denuncia y justicia la resistencia deja de ser solo una respuesta al dolor y se convierte en una estrategia activa de cohesión y empoderamiento social tal como nos lo estipula Martín (1990) la memoria y el trabajo psicosocial son fundamentales para reconstruir las identidades afectadas por la violencia y fortalecer el sentido de pertenencia mostrando que la acción colectiva permite sanar y reconstruir el tejido comunitario.

Las manifestaciones artísticas y culturales al igual que comunitarias también representan un recurso esencial de afrontamiento pues a través del arte y la expresión simbólica las comunidades elaboran el trauma, recuperan la voz y fortalecen los lazos sociales, asimismo la resignificación de los espacios públicos y las actividades de encuentro diálogo y apoyo mutuo evidencian que la resiliencia no es solo un proceso individual. sino también colectivo y compartido la resiliencia surge de los lazos de apoyo y de las redes comunitarias que posibilitan la superación de la adversidad a través de la cooperación y la solidaridad permitiendo que las comunidades transforman el sufrimiento en aprendizaje y en nuevas formas de convivencia. en conjunto las manifestaciones resilientes observadas reflejan que las comunidades han desarrollado estrategias psicosociales de afrontamiento basadas en la memoria histórica la unión la reconstrucción del tejido social al territorio reafirmando su dignidad su identidad y su apuesta constante por la paz la vida y la convivencia demostrando que la resiliencia no solo implica

resistir sino también transformar las heridas en esperanza y los recuerdos en caminos hacia la reconciliación.

Reconstrucción individual y social para disfrutar de una vida saludable y en paz

Los encuentros dialógicos permiten a las comunidades dar inicio a procesos de sanación y reconciliación juntos, cuando podemos expresarnos y escucharnos los unos a los otros empezamos a romper ciclos de violencia simbólica; los contextos que se tomaron como base para adelantar el ejercicio de foto voz y evidenciar situaciones anticipadas que permanecen vivas en la memoria de quienes las experimentaron o presenciaron, son estrategias políticas que buscan desafiar el silencio impuesto por los años de violencia y sufrimiento, permiten lograr que este silencio se convierta en un claro y fuerte mensaje de reparación para todos aquellos que padecieron amplios daños, traumas y diversas secuelas que aún se mantienen, y que gracias a los programas, proyectos, iniciativas comunitarias y/o municipales encuentran una gran contribución, acciones impulsoras para efectuar esa paz y esa justicia que por tanto tiempo han anhelado e indudablemente garantiza un gran aporte a su sanación, estilo de vida, goce de tranquilidad y plenitud vital.

Desde los diferentes municipios marginados por la violencia por conflicto armado, delincuencia común, grupos al margen de la ley, intolerancia y otros, rigen distintos mecanismos con los que se busca apoyar a las comunidades y velar por el bienestar de la población afectada desde luego, algunos similares entre sí y otros que se ajustan más a un tipo de violencia específico, sin embargo, las medidas psicosociales implementadas en los casos aportan a la reconstrucción del tejido social, empoderan a las víctimas y crean una barrera de fortaleza, valentía y poder para ir más allá de la problemática y desde cada uno brindar un grano de arena

por un bien común, recordando los hechos traumáticos que cada uno ha enfrentado y teniendo el valor de compartir sus propias experiencias para promover las memorias y resignificación.

Mediante la interacción dialógica es posible construir nuevas percepciones de situaciones vividas, la subjetividad de distintas experiencias es amplia y cada sujeto la puede asumir benéficamente desde su perspectiva, y teniendo presente que pueden ser vistas con cierta distinción a partir de la etapa etaria de cada víctima siendo niños, adolescentes, o adultos, además, Reyes, M., et al, (2014) señala:

Cada vez que se ponga atención a la construcción de memorias desde lo generacional, habrá que atender no solo a la ‘sucesión’ o ‘relevo generacional’ o a las “memorias generacionales”, sino también y aún más enfáticamente, a la dialogía intergeneracional, comprendiendo cada recuerdo como una síntesis de las tensiones, conflictos y/o acuerdos entre las posiciones sostenidas por distintas generaciones (p.17).

En este orden de ideas y a modo de cierre, es posible mencionar que los ODS forman parte elemental en los procesos mencionados anteriormente, estos se proponen a las naciones o estados para hallar una contribución general en la reparación a las víctimas y disminución de la violencia, así pues, las dinámicas locales, comunitarias, municipales y otras trabajan articuladamente con los objetivos de desarrollo velando por la seguridad, bienestar, estabilidad de los individuos y apuntando a lograr territorios de paz, sociedades sólidas y el goce de un estilo de vida digno y saludable para todos.

Conclusiones

Los análisis realizados permiten reconocer que la violencia sociopolítica deja huellas profundas tanto en los sujetos como en las comunidades, pero también evidencia la capacidad de reconstrucción individual y colectiva frente al daño vivido. El relato de Gloria permitió comprender cómo la violencia transforma la vida emocional y social, pero también cómo emergen recursos internos y comunitarios que fortalecen la resiliencia. Las preguntas circulares, reflexivas y estratégicas facilitaron nuevas interpretaciones sobre su historia y recursos internos. Como plantea Montero (2004), estas surgen cuando la experiencia dolorosa se convierte en motor de acción colectiva y reconstrucción del proyecto de vida.

El análisis de Bojayá evidenció el impacto del trauma colectivo y la importancia de procesos que restauren los vínculos comunitarios. Las estrategias psicosociales diseñadas fortalecen el afrontamiento, promueven la sanación emocional y recuperan la memoria colectiva. Uribe (2009) plantea que las “memorias vivas” dignifican a las víctimas y transforman el sufrimiento en resistencia.

El informe reflexivo, la experiencia Foto Voz y el video tipo magazín mostraron que la imagen y la palabra son herramientas esenciales para narrar, comprender y sanar las huellas de la violencia. Las fotografías y relatos revelaron territorios marcados por dolor, pero también por resiliencia y unión comunitaria. Según Suárez (2021), la expresión simbólica permite reconstruir la subjetividad y transformar la memoria en reparación.

Referencias Bibliográficas

- Castrillón, J., Villa, J., Marin, A. (2016). *Acciones colectivas como prácticas de memoria, realizadas por una organización de víctimas del conflicto armado en Medellín (Colombia)*. Revista colombiana de ciencias sociales.
<https://www.redalyc.org/journal/4978/497857393008/html/>
- 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>
- Fabris, F. A. (2012). La subjetividad colectiva como dimensión psicosocial del proceso socio-histórico y la vida cotidiana: su análisis a través de los emergentes psicosociales. *Hologramática*, 16(1), 23-42.
- Grupo banco mundial (2009). Voces: Historias de violencia y esperanza en Colombia. (1), 1-53.
<https://documentos.bancomundial.org/es/publication/documentsreports/documentdetail/228981468243580381/voces-relatos-deviolencia-y-esperanza-en-colombia>
- Montero, M. (2004). Relaciones entre psicología social comunitaria, psicología crítica y psicología de la liberación: una respuesta latinoamericana. *Psyche (Santiago)*, 13(2), 17-28.
- Reyes, M; et al., (2014). Dialogía intergeneracional en la construcción de memorias acerca de la dictadura militar chilena. *Universitas Psychologica*, vol. 14, núm. 1, enero-marzo, 2015, pp. 15-30 Pontificia Universidad Javeriana.
<https://www.redalyc.org/pdf/647/64739086015.pdf>
- Suárez, V. (2021). Subjetividad, literatura y poesía testimonial: las voces de las infancias en contextos de conflicto armado en Colombia. *Ciudad Paz-Ando*, 14(1), 58–69.

<https://research-ebscocom.bibliotecavirtual.unad.edu.co/linkprocessor/plink?id=7dd27930-c557-34f8-9833-4a26a9e0006>

Uribe, M (2009). *Iniciativas no oficiales: un repertorio de memorias vivas. Recordar el conflicto: iniciativas no oficiales de memoria en Colombia*. P. 43- 69.

<https://repository.urosario.edu.co/items/26e44680-f2b0-4536-a0c5-00dca6227529>

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://research-ebscocom.bibliotecavirtual.unad.edu.co/linkprocessor/plink?id=9ef3d449-de47-3d69-ad87-9df2afab0da2>

White, M. (2016). *El Trabajo con Personas que Sufren las Consecuencias de Trauma Múltiple: Una Perspectiva Narrativa* Abrir este documento utilizando ReadSpeaker docReader. En: Recursos psicosociales para el post conflicto, pp. 27 -75. Taos Institute. Chagrin Falls, Ohio USA. <https://dulwichcentre.com.au/el-trabajo-con-personas-que-sufren-las-consecuencias-de-trauma-multiple-desde-la-perspectiva-narrativa.pdf>

White, M. (2016). *El Trabajo con Personas que Sufren las Consecuencias de Trauma Múltiple: Una Perspectiva Narrativa* Abrir este documento utilizando ReadSpeaker docReader. En: Recursos psicosociales para el post conflicto, pp. 27 -75. Taos Institute. Chagrin Falls, Ohio USA. <https://dulwichcentre.com.au/el-trabajo-con-personas-que-sufren-las-consecuencias-de-trauma-multiple-desde-la-perspectiva-narrativa.pdf>

Apéndices

Apéndice A

Noticiero la imagen que resiste: la voz detrás de la memoria

<https://youtu.be/ZiNd4FtkAtY?si=HkyoIioViNlR8KEg>

Nota. Noticiero del día. Fuente. Autoría propia (2025).