

**La imagen y la narrativa como herramientas de intervención psicosocial en  
contextos de violencia en San José de Cúcuta, Norte de Santander**

**Presentado por**

Jesús David Monsalve Rivera

Maira Isabel Yáñez Colmenares

Zulma Yudely Cortes Forero

Miryam Leonor Carvajalino Rincón

Luben Garzón Manrique

**Asesor**

Talia Pérez Mendoza

**Universidad Nacional Abierta y a Distancia UNAD**

**Escuela de Ciencias Sociales Artes y Humanidades ECSAH**

**Psicología**

**2024**

## **Resumen**

En el desarrollo de este documento, el lector puede evidenciar aportes significativos sobre los recursos de afrontamiento psicosocial frente al sufrimiento causado por la violencia, utilizando el enfoque narrativo para evaluar eventos psicosociales traumáticos. En primer lugar, se analiza un relato de contexto violento, identificando emergentes psicosociales durante el desarrollo de la práctica violenta. Este análisis es seguido por el planteamiento de preguntas reflexivas que brindan la posibilidad de comprender mejor la situación generadora del problema. Además, se aborda un caso traumático y repetitivo ocurrido en Colombia, que incluye hechos de violación, muerte y desplazamiento forzado a causa del accionar de grupos al margen de la ley.

Finalmente, se retoma el análisis de los trabajos de campo desde la experiencia vivida a través de la técnica de la foto voz, la cual se emplea como una forma de empatizar con las víctimas y las heridas dejadas en el posconflicto y como estrategia de afrontamiento que aporta en el reconocimiento y sanidad de las víctimas teniendo en cuenta la memoria de los hechos.

***Palabras claves:*** Emergentes, Violencia, Afrontamiento, Psicosocial, Reflexión.

### **Abstract**

In the development of this document, the reader can evidence significant contributions on psychosocial coping resources in the face of suffering caused by violence, using the narrative approach to evaluate traumatic psychosocial events. First, a story of a violent context is analyzed, identifying psychosocial emergencies during the development of the violent practice. This analysis is followed by the formulation of reflective questions that provide the possibility of better understanding the situation that generated the problem. In addition, a traumatic and repetitive case that occurred in Colombia is addressed, which includes acts of rape, death and forced displacement due to the actions of groups outside the law. Finally, the analysis of the field work is resumed from the lived experience through the photovoice technique, which is used as a way to empathize with the victims and the wounds left in the post-conflict and as a coping strategy it can provide in the recognition and healing of the victims taking into account the memory of the events.

***KeyWords:*** Emerging, Violence, Coping, Psychosocial, Reflection.

## Tabla de contenido

Análisis de Relatos de Historias que Retornan. Caso Ernesto.....	8
Análisis Desde el Rol Protagonista.....	8
Establecimiento de Estrategias de Confrontación.....	9
Análisis y Estrategias de Abordaje Psicosocial Para el Caso de Masacre en El Salado: Relatos de Resiliencia Después de 20 años.....	20
Impacto Bio-psico-socio-cultural .....	21
Factores Biológicos.....	21
Factores Psicológicos.....	22
Recursos de Afrontamiento .....	22
<i>Violencia</i> .....	22
<i>Resiliencia</i> .....	22
Experiencias de transformación.....	23
La imagen y la Narrativa Como Dinamizadores de Memorias vivas .....	35
Recursos de Afrontamiento.....	40
Conclusiones.....	52
Referencias Bibliográficas.....	54

## Lista de Tablas

<b>Tabla 1</b> <i>Preguntas Circulares, reflexivas y estratégicas</i> .....	16
<b>Tabla 2</b> <i>Estrategias psicosociales caso El Salado</i> .....	24

## Lista de Figuras

<b>Figura 1</b> <i>El silencio que lo dice todo...</i> .....	45
<b>Figura 2</b> <i>Hacia un nuevo horizonte...</i> .....	46
<b>Figura 3</b> <i>Entre la opresión y la esperanza...</i> .....	47
<b>Figura 4</b> <i>Tranquilidad anhelada...</i> .....	48
<b>Figura 5</b> <i>Tiempos de resiliencia...</i> .....	49

## Lista de Apéndice

<b>Apéndice A.</b> Link video foto voz .....	56
--	----

## **Análisis de Relatos de Historias que Retornan. Caso Ernesto**

“En Colombia las dinámicas sociales se han destacado por diversos conflictos, estructurando una vida social, política y económica particular en el país, lo que ha implicado que distintas disciplinas e instituciones diseñen y ejecuten acciones psicosociales. Dichas acciones requieren de un proceso de reflexión respecto a la forma en que se emplea la noción de psicosocial y su incidencia en la realidad del contexto”

Bermúdez Rodríguez, D. P., & Garavito Ariza, C. E. (2019).

El relato de Ernesto nos da a conocer la vivencia de él y su familia cuando lideraron la transformación de una comunidad, resultando incómodo a varios sectores lo cual obligaron al protagonista a exiliarse en otro país alejándose de la familia sufriendo los efectos del trato como extranjero, y regresando a su tierra tiempo después para contar lo sucedido.

Comisión de la verdad. (2022, 12 de abril). Historias que retornan | Capítulo 2 - Ernesto. [video]. YouTube. <https://youtu.be/p2kJpmnQ1dc>

Situaciones Negativas Identificadas en el Caso.

Desarraigo, violencia y trauma, emigración forzada, exilio, identidad fragmentada.

### **Análisis Desde el Rol Protagonista**

El protagonista reconoce su dolor y pérdida, y aunque enfrenta las dificultades de ser una víctima, también se muestra en una actitud resiliente al intentar sanar y reconstruir su vida. En su narrativa se destaca el ser sobreviviente y la búsqueda de estrategias que ayuden a sanar sus heridas y contribuir a su evolución.

### **Consideración Significativa Desde la Experiencia Violenta de la Víctima.**

La violencia tiene un impacto devastador desde la vida del protagonista, experimentando miedo y dolor por la pérdida de su familia y sus seres queridos. No obstante,

reconoce la violencia como parte de su historia, pero no quiere que sea un legado, buscando desafiar esa narrativa para la construcción de un futuro justo y limpio.

### **Establecimiento de Estrategias de Confrontación**

Conexión con sus raíces, solidaridad familiar, compromiso con la verdad.

Muestras de Resiliencia. Esperanza, valentía, voluntad de cambio, reconexión con su historia, lucha por la justicia.

El caso nos sumerge en la vida de Ernesto, un hombre que ha experimentado una serie de eventos profundamente transformadores a lo largo de su vida. A través de su relato, se nos invita a reflexionar sobre los efectos del exilio, la violencia y el destierro en su sentido de identidad y pertenencia. La historia de Ernesto comienza con un recuerdo de su infancia, cuando abordó un avión por primera vez, rumbo a un destino lejano. Este viaje marca el inicio de su vida en el exilio, una experiencia que lo llevará a lidiar con la pérdida de su familia, su hogar y su sentido de seguridad. Su infancia en Colombia estuvo marcada por un fuerte compromiso con la comunidad, liderado por su madre y su tía, quienes trabajaron incansablemente para mejorar las condiciones de vida de sus vecinos. Estos esfuerzos atrajeron la atención no deseada de los militares y paramilitares, quienes finalmente detuvieron a su madre y tía, y las desaparecieron. Este evento traumático rompió a la familia de Ernesto, separándolos en diferentes países en búsqueda de seguridad. Aunque Ernesto tuvo que adaptarse a una nueva vida en el extranjero, nunca perdió el vínculo con sus raíces. La música, la comida y las historias familiares le permitieron mantener viva su conexión con Colombia y su madre.

El relato de Ernesto nos muestra cómo enfrenta desafíos en ambos lugares: en su país de origen, fue estigmatizado y perseguido, mientras que, en su nuevo hogar, fue visto como un extranjero. Sin embargo, a pesar de estas dificultades, Ernesto desarrolló una resiliencia única y una determinación por contar su verdad. A medida que reflexiona sobre su vida, Ernesto reconoce el peso del exilio en su sentido de pertenencia, pero también comprende que su historia es parte de una narrativa más amplia: la de muchas personas que han sido desterradas de su hogar. A lo largo de los años, ha encontrado formas de sanar, superar el dolor y construir una nueva vida para sí mismo.

Esta es una historia llena de valentía, Ernesto es un sobreviviente que muestra la realidad de miles de personas en Colombia que han sido víctimas de violencia del conflicto armado, a las que esta guerra deja incalculables heridas de dolor, estos hombre y mujeres que caminan con la esperanza de luchar por la tranquilidad de sus vidas y de sus tierras y encontrar en ellas una realidad más equitativa y justa.

El deseo de Ernesto de regresar a Colombia y compartir su verdad revela su compromiso con la justicia y la reconciliación. Quiere unirse a las memorias de quienes se quedaron, para construir una verdad sin fronteras que trascienda el odio y la división. Ernesto sabe que el camino no será fácil, pero su valentía y determinación son testimonio de su esperanza en un futuro más prometedor. En última instancia, la historia de Ernesto nos recuerda que, incluso en medio de la adversidad, siempre hay una oportunidad para sanar y construir un futuro mejor. Su viaje es una inspiración para quienes enfrentan desafíos similares, mostrando que, con resiliencia y esperanza, es posible superar las dificultades y encontrar un sentido de pertenencia y propósito.

Para Ernesto un hombre trabajador y humilde fue muy difícil tener que cargar con el

peso de la ausencia y el anhelo de un hogar que ya no existe tanto así, que el camino que tuvo que emprender estaría lleno de nuevos retos en tierras lejanas y desconocidas, solo le quedaba el consuelo de aquello que se encontraban en la misma situación que desde sus historias se iban entretejiendo los deseo de encontrarse con las melodías y las raíces de sus tierras para poder sanar y restaurar su vida.

El caso de Ernesto no es muy diferente a la de muchos que viven esa historia actualmente, un hombre que ha vivido unas situaciones que lo conlleva de alguna manera a cambiar su vida, su historia, su pensamiento, este relato de vida nos lleva a reflexionar sobre temas sociales delicados en la existencia del individuo como ser, entre ellos la violencia que de alguna manera afecta la salud mental, física y emocional de este hombre llamado Ernesto, vivir en el exilio es caminar como en el desierto, a veces le parece no tener horizontes en su proyecto de vida.

En su infancia parte al exilio por medio de un viaje a otro lugar lejos de su hogar, le da un giro a su nueva vida, ya que, debido a la pérdida de su madre y su tía, quienes quisieron en su liderazgo cambiar muchas vidas, no fue posible su continuación en sus quehaceres comunitarios le fue negado ese sueño con la desaparición por los militares y paramilitares, debido a ello, Ernesto transforma su vida y se adapta a un nuevo país y cultura, teniendo presente sus raíces.

Esta historia nos muestra y nos enseña por las diferentes situaciones que un ser humano puede atravesar y, aun así, en su amor propio interiormente tiene los deseos de seguir adelante pese las circunstancias, la cultura de otro país, el vivir el exilio como un extranjero no dueño de su tierra natal, pero con el mayor deseo de sanar y compartir su historia con muchas más personas que al igual que su vida han sido desterradas, pero que algunos tardan

en perdonar, sanar, volver a amar, su resiliencia es más lenta y en casos desafortunados, no ven otra vida para iniciar de nuevo.

Ernesto tiene su verdad, su testimonio, su dolor, su vivencia y el en su deseo de regresar y compartir su historia se lleva de valentía, de resiliencia, de perdón, queriendo apoyar en la trascendencia de esas emociones dolorosas a otros individuos que sufren la violencia de nuestro país, enseñándole a otros que en el perdón se concilia no solo consigo mismo, también con un país en guerra, en dolor, y que, a pesar de las vicisitudes, existe la esperanza conciliadora del amor por la vida.

El relato de Ernesto permite conocer los diferentes tipos de violencia que en este caso en particular se muestran, por un lado, la agresión física contra él y su familia lo llevó a salir del país ya que por amenazas no podía seguir habitando el lugar que lo vio nacer y crecer en cierta parte, y todo por el sentido de pertenencia de crear comunidad y mostrarse como líderes territoriales para la subsistencia de una vivienda digna, esto demuestra que el ser proactivo en ciertas situaciones incomodará a otros particulares y que tal vez con más poder podrán de forma equivocada vulnerar derechos ocasionando conflictos internos de quien lo vive.

Por otro lado, la violencia psicológica de ser un exiliado, de ser tratado como extranjero y no poder sentirse como en casa genera intranquilidad y desequilibrio mental, el no sentirse a gusto donde habita, añorar su tierra y querer estar allí con sus familiares irán creando en Ernesto 13 problemas de salud mental como ansiedad, depresión y aflorar emociones desagradables como la tristeza, que más adelante desencadenan problemas de tipo médico en el individuo.

El permitirle a Ernesto regresar a su país y poder contar su vivencia sin miedo a que algún sector lo amenace o ataque, es lograr que emocionalmente Ernesto descargue ciertas

emociones desagradables, el reencuentro con su familia es un significado positivo por la recuperación de red de apoyo principal que ayudarán en la evolución propia del individuo, además de que institucionalmente se recupera información valiosa con el objetivo de crear, mantener y reforzar mecanismos de protección a la comunidad con el compromiso de la no repetición, y de esta forma evitar desplazamientos forzosos, muertes violentas y más colombianos en el exilio separados de su red de apoyo principal.

La narración surge en la vida de Ernesto un adulto que regresa a Colombia y al momento de encontrarse en el aeropuerto su primer recuerdo del pasado fue cuando era un niño colombiano cuyo primer viaje en avión se convirtió en un camino sin retorno. Ernesto expone su narrativa como durante su infancia en Colombia su familia luchó junto con la comunidad por mejorar las condiciones y calidad de vida en donde se encontraban habitando, entendiendo que eran personas Unidas que luchaban por un cambio y mejora en sus condiciones de vida y mantenían la fe y la esperanza de que esto sucediera. A medida que avanza la narrativa, el protagonista menciona como su madre y tía fueron atrapadas por un grupo al margen de la ley, en donde Lamentablemente su tía desaparece y hasta en la actualidad nunca más volvieron a saber de ella. Esta situación llevó a la familia Ernesto a dispersarse en busca de seguridad y un mejor futuro en diferentes países pasando a ser refugiados. Aún a pesar de los años y la distancia Ernesto se aferra a las costumbres de su tierra natal, pero lucha con la estigmatización al sentirse desplazado y desconectado de su nuevo entorno. A lo largo de su vida no están y lo volver a Colombia para poder encontrar un sentido de identidad y enfrentar sus propios miedos, en donde desde su perspectiva siente que quienes lo atacaron tenían como objetivo buscar entre ellos la violencia y guerra, por lo que desea alzar la voz y contar su historia para que otros exiliados tengan el mismo valor y para

que la memoria de aquellos que quedaron atrás pueda llegar a ser escuchadas y todos se puedan estar en una sola voz. Dentro de su deseo está la construcción de una narrativa sin fronteras, que le permitan revelar sus identidades y capacidades. Es por eso por lo que Ernesto en su intento por volver al país de origen junto con los exiliados busca resurgir de la guerra que los expulsó y escribir nuevamente una historia cargada de transformación y esperanza.

La historia de Ernesto emerge desde un conjunto psicosociales significativos que parten desde los traumas y el desplazamiento vivido en su infancia. Inicialmente el trauma inicia en su experiencia a raíz de la desaparición de su tía y la separación de su familia, como un detonante a raíz de la violencia vivida, así como la persecución que vivieron en su país de origen que los llevó a tener un desplazamiento forzado, obligando a la familia a abandonar el hogar por la inseguridad y violencia en su comunidad. Una vez instalado en su país de acogida, tiene sentimientos desde el arraigo que lo llevan a no contar con un sentido claro de identidad ni un lugar al cual pertenecer.

Según Bello y Chaparro (2011) “podemos definir el daño como el resultado de procesos que vulneran la dignidad humana” (p.31) A todo eso se suma el dolor y la pérdida por su tía Quién fue desaparecida por el grupo al margen de la ley y nunca más volvieron a saber de ella, dejando una huella en él y en toda la comunidad.

Ernesto es una persona de las que han vivido el conflicto armado en el país, dejando atrás el miedo y alzando la voz pasando de ser víctima protagonista, alguien que llegó a vivir en carne propia la violencia y persecución, pero como sobreviviente logró escapar y forjar una nueva vida en el exilio, por lo que el discurso revela un deseo en el rico de romper el papel de víctima impuesto y pasar a ser el protagonista de su propia narrativa. Como lo plantean Vera, et al. (2006) “Ante un suceso traumático, las personas resilientes consiguen mantener un

equilibrio estable sin que afecte a su rendimiento y a su vida cotidiana” (p.42) Es decir, a través de la resiliencia forjó recursos de afrontamiento que le ayudaron a enfrentar las adversidades y surgir la esperanza de luchar por su vida y su familia y por la comunidad. Su arraigo a las costumbres culturales le ayuda a proporcionar un sentido de pertenencia a una a pesar de la distancia, además de tener la valentía y elección de poder llegar a compartir su historia y Buscar un cambio que refleje resiliencia y determinación, Al momento de contar con la capacidad para superar los traumas y llegar a rehacer su vida, gracias a los esfuerzos personales, familiares, colectivos y comunitarios que llegaron a romper los ciclos de violencia e injusticia. Bello y Chaparro (2011) nos hablan de la importancia de “La identificación de los recursos de afrontamiento personales, relacionales, familiares y comunitarios y su fortalecimiento”. (p.61). Esta historia permite evidenciar los emergentes psicosociales vividos, la percepción que tiene el protagonista desde su posición de víctima y sobreviviente, sus reflexiones más profundas acerca de la violencia, los recursos de afrontamiento que tuvieron que implementar y la adquisición de elementos resiliente que les ayudaron a afrontar y transformar sus adversidades, pasando a hacer una narrativa como testimonio del ser humano que tiene la capacidad de encontrar esperanza y forjar un nuevo camino hacia un mejor futuro incluso en los momentos más difíciles

**Tabla 1***Preguntas Circulares, reflexivas y estratégicas*

<b>Pregunta Planteada</b>	<b>Justificación Desde el Campo Psicosocial</b>
<p>¿De acuerdo con lo vivido en el exilio, con el paso del tiempo y un país más en paz, crees que tus familiares volverán pronto a Colombia?</p>	<p>Con esta pregunta pretendemos que las víctimas evalúen lo vivido y tomen la decisión de volver a su país.</p> <p>De acuerdo con O'Connor; McDermott, 1998; Sandoval (2003) citado en Páez-Cala; M. L. (2019) "El pensamiento sistémico en circular, en constante transformación mediante bucles de retroalimentación, bajo el postulado de que, si las partes cambian, por ende, también el sistema se transformará; esta retroalimentación posibilita un pensamiento en círculos" (p.11)</p>
<p>¿Cómo crees que las intervenciones desde lo psicosocial pueden ayudar a afrontar las situaciones adversas vividas en pro de la salud mental y física?</p>	<p>Con esta pregunta se busca brindar una herramienta a Ernesto para superar secuelas del traumatismo psicológico.</p> <p>Tal como lo refiere Echeburúa, E. (2007) "Otras personas se encuentran atrapadas por el proceso sufrido, no recuperan sus constantes biológicas en relación con el sueño y el apetito, viven atormentadas con sufrimientos constantes, tienen dificultades para controlar sus emociones y pensamientos." (p.377).</p>

¿Desde sus conocimientos y vivencia que entiende usted por reconstrucción de la memoria histórica?

De acuerdo con Cecchin (1987) "Las preguntas circulares socavan el sistema de creencias de la familia y crea oportunidades para nuevas historias". Esta pregunta permite que Ernesto analice sobre el concepto que tiene de las situaciones que ha vivido con la familia y cuál es su perspectiva.

¿Cuáles son los factores claves para convencer a una persona víctima del conflicto armado, de que se puede construir un futuro mejor?

De acuerdo con Cyrulnik, 2001 citado en Páez- Cala, M. L (2019) "Lo esencial es la capacidad para estimular un renacer del desarrollo integral luego de una situación difícil." (p.11)

Con esta pregunta se busca que la víctima reconozca cuáles fueron aquellos factores determinantes para dar el primer paso hacia un nuevo comienzo de vida.

¿Cuál crees que es la importancia de la intervención psicológica, ante los eventos traumáticos de violencia en una persona?

De acuerdo con Lazarus-Folkman (1984) citado en Echeburúa, E. (2007) donde manifiesta que "La reacción de la víctima, depende de parámetros objetivos relacionados con acontecimientos estresantes externos (tales como la intensidad la duración y la acumulación de sucesos de vida estresantes), pero también de la evaluación cognitiva en relación con los recursos psicológicos disponibles para hacer frente a los eventos estresantes" (p.374)

Con esta pregunta buscamos que Ernesto pueda reconocer la importancia de las intervenciones y acciones psicosociales que se plantean con este tipo de población.

¿Qué les diría a las personas que se han sentido abandonadas u olvidadas por el Estado Colombiano?

M. L. (2019) “Las narrativas son perspectivas inmersas al interior del ser humano, quien se vincula con el relato desde su propia autobiografía” p (11).

La pregunta permite que Ernesto recuerde el proceso que ha pasado e identifique de qué forma las fue superando.

¿Has pensado en liderar un grupo o asociación que facilite la escucha y por ende la ayuda de personas que han sufrido o que están sufriendo algún tipo de violencia?

De acuerdo con lo vivido, se busca que Ernesto pueda tomar acciones desde la escucha de otros individuos que sufren la misma situación.

De acuerdo con Páez-Cala (2016) “como un espacio conversacional propio, que implica construcción de narrativas terapéuticas en las que, al entretener las historias, se integran las vivencias significativas y aspectos distintivos del terapeuta y de sus consultantes” (p.346)

¿Implementar campañas de concientización y educación en la prevención del ciclo de guerra y violencia ayudará a reducir esta problemática?

De acuerdo con Barriga, J. C. G. (2019). "Los principios de amor, fraternidad y el seguimiento de valores morales consolidaron acciones en relación con la justicia y la reconciliación como caminos para la construcción de prácticas educativas de carácter religioso, aunque con marcado sentido ético que fundamentaron la construcción de la Educación para la Paz" (p.16). Este tipo de pregunta permite la reflexión del individuo y las colectividades; así como la proposición de nuevos planes. Pero se debe tener en cuenta que ya debe haber un proceso de

---

acercamiento y conocimiento para contar con la confianza en la formulación de estas.

¿Si las personas hablan a partir del miedo, cómo se podrían cambiar los ciclos de violencia?

De acuerdo con Thomas Hobbes (2018), citado en Martínez, N. C., & Herrera, J. C. L. (2021). “El miedo también puede ser creativo, puede movilizar, ampliar horizontes, abrir nuevas perspectivas. Un ejemplo de ello es el Estado, este emerge como institución precisamente como fruto del miedo.” (p.7).

Esta pregunta lleva a Ernesto a plantear como aun cuando se llegue a sentir temor, se deben crear alternativas de solución.

---

*Nota.* En esta tabla se formulan las preguntas circulares, reflexivas y estratégicas al caso de Ernesto.  
*Fuente.* Autoría propia.

### **Análisis y Estrategias de Abordaje Psicosocial Para el Caso de Masacre en El Salado: Relatos de Resiliencia Después de 20 años**

La masacre del salado fue perpetrada por los paramilitares en febrero del año 2000, donde realizaron masacres, violaciones infundiendo miedo a través del poder, y donde posteriormente la población por temer a la repetición salió de sus tierras dejando tradiciones y costumbres, volviendo al caserío 20 años después.

El Tiempo Casa Editorial. (2020, 11 de febrero). Masacre en El Salado: relatos de resiliencia después de 20 años | El Tiempo. [video]. YouTube. [https://youtu.be/m5\\_xwJ93cSg](https://youtu.be/m5_xwJ93cSg)

¿Qué situaciones adversas de la cotidianidad y de su historia se logra identificar?

Los eventos vividos en el corregimiento del Salado de los montes de María del departamento de Bolívar en el año 2000 relatan la masacre que vivieron sus habitantes, dejando dolor a quienes fueron víctimas. En la actualidad la remembranza de estos hechos se ha posicionado como eventos históricos que evidencian las grandes problemáticas que se han vivido en Colombia.

Los emergentes psicosociales que dejó este evento en El Salado fueron la reconstrucción de vidas, haciendo referencia a las víctimas directas que intentan reconstruir y volver a sus viviendas después del exilio de estas. La comunidad y sus habitantes vivieron momentos terroríficos como emergentes de la misma sufrieron daños psicológicos, desplazamiento forzado, variedad de violaciones y en algunos casos desintegración familiar, ya sea por la separación de las mismas o la muerte de uno o más integrantes. También se vivió la desintegración del tejido social a raíz del miedo y la necesidad de supervivencia. La

gran mayoría de sus habitantes sufrieron un profundo daño en sus memorias físicas y emocionales que son presentadas en estos emergentes como el deseo incesante de morir. No obstante, con esto, con el transcurso de los años se crean nuevos emergentes, a raíz de la ausencia de reparación y verdad por parte de los procesos que adelantó el gobierno, entendiéndose que las víctimas sobrevivientes mantenían un deseo preciso de lucha y divulgación de sus experiencias con la intención de ser reconocidos y que esa historia no se repita.

¿Cómo se logra evidenciar los impactos de los hechos desde lo bio-psico-sociocultural?

Rodríguez et. al (2002) “los conflictos armados no sólo generan muertes, heridas y discapacidades físicas, sino que también dejan huellas en la vida de las personas, la familia y la sociedad” (p.338)

### **Impacto Bio-Psico-Socio-Cultural**

Los impactos desde lo bio psico sociocultural que se evidencian en el relato son las huellas imborrables que vivió la comunidad tras la violencia. Dentro del contexto de violencia que se vivió en el municipio de corregimiento del Salado ubicado en los montes de Bolívar fueron los daños físicos, emocionales y psicológicos que se presentaron en su momento y que quedaron marcados como una secuela en cada individuo. Comprendiendo que esos eventos vivideros llegaron a destruir el libre desarrollo y el arraigo de las costumbres de los habitantes.

### **Factores Biológicos**

Desde el aspecto biológico los habitantes involucrados en los hechos llegaron a tener diferentes daños y secuelas en sus cuerpos que causaron la muerte de muchos, y quienes lograron sobrevivir a esos hechos tan trágicos orgánicamente llegaron a tener deterioro en

alguno de sus sistemas, dejando cicatrices y marcas físicas que quedaron como un mal recordatorio de los hechos.

### **Factores Psicológicos**

Desde el impacto psicológico los hechos dejaron en los sobrevivientes los problemas de salud mental como ansiedad, estrés post traumático, depresión, desconfianza, miedo, angustia, zozobra, baja autoestima, como principales impactos.

### **Factores Sociales**

Desde el contexto sociocultural se evidencia la pérdida de identidad cultural, la desintegración familiar, se refleja la desestimación, los prejuicios y la desconfianza por las entidades del gobierno. Esa historia muestra cómo los habitantes del Salado llegaron a sentir mucho dolor y confusión al poder evidenciar cómo las autodefensas Unidas de Colombia llegaron a desfigurar sus costumbres y los instrumentos musicales en celebración a la masacre que estaban cometiendo.

### **Recursos de Afrontamiento**

¿Qué fragmentos o piezas emblemáticas de la violencia, resiliencia y experiencias se logra evidenciar?

**Violencia.** Los relatos de violencia son omnipresentes en el discurso, desde la descripción de la masacre en El Salado hasta los testimonios personales de abuso físico, violencia sexual y muerte. Los disparos, las amenazas, los actos de tortura y la destrucción del pueblo son representativos de la violencia extrema experimentada por la comunidad.

**Resiliencia.** A pesar de las atrocidades sufridas, el discurso también resalta la resiliencia de los pobladores del Salado. La voluntad de seguir adelante, de reconstruir la comunidad y de mantener viva la esperanza se manifiesta a través de la resistencia ante la

adversidad. Los testimonios de liderazgo comunitario, apoyo mutuo y búsqueda de justicia reflejan la capacidad de sobreponerse a la tragedia.

### **Experiencias de transformación.**

El discurso muestra cómo las experiencias traumáticas han transformado a los individuos y a la comunidad en su conjunto. Se evidencia un proceso de crecimiento personal y colectivo a partir del sufrimiento, donde se busca encontrar significado en medio del dolor y construir un futuro diferente. La búsqueda de justicia, la demanda de verdad y la voluntad de reconstruir el tejido social son indicativos de un proceso de transformación profunda.

**Tabla 2.***Estrategias psicosociales*

Estrategia 1 Educación Para El Cuidado Mental	
Descripción fundamentada	<p>Descripción fundamentada</p> <p>Como afirma (Mogollón y Vásquez, 2006). En el año 2013, Médicos sin Fronteras, hace un reporte de los factores de riesgo de las familias atendidas, las cuales presentan diversos tipos de enfermedades mentales como depresión, ansiedad y cuadros de estrés postraumático, todos relacionados con la exposición a la violencia.</p> <p>De acuerdo a ello se debe delegar y reordenar a la comunidad en pequeños sectores de apoyo donde las víctimas pueden dirigirse y encontrar un método, un camino, una estrategia para llevar sus memorias de dolor y convertirlas en nuevas experiencias de afrontamiento, por medio de ese proceso se restaura el interior y el exterior del individuo, logrando mejorar sus visiones y</p>

---

	<p>transformándose en un gran futuro, esto le va a permitir a la persona afectada tener una gestión clara y positiva de sus emociones, intercambiando otras vivencias y lo más importante contando con la presencia y apoyo de profesionales de la salud mental.</p>
Objetivo	<p>Implementar acciones educativas encaminadas a la restauración del individuo y de una comunidad, promoviendo la salud mental grupal y comunitaria.</p>
Fases	<p>Identificación y análisis</p> <p>Analizar la estrategia que está dirigida a la población con diferentes tipos de violencia de manera individual y grupal que sufrió el Corregimiento el salado, en la semana 1.</p>
Tiempo	<p>Alrededor de 1 mes a 3 meses para socializar, educar y promover.</p>
Acciones por implementar	<p>Realizar dinámicas significativas en torno a sus emociones para descubrir sus pensamientos y cultura de la comunidad del salado. Una de las estrategias terapéuticas, se puede llevar a una herramienta como la danza y las manualidades que regulan emociones y nos promueven una restauración del tejido social.</p>
Impacto deseado	<p>Minimizar y mitigar el trauma de manera individual y grupal causado por la violencia que deja marcado el camino de una comunidad, logrando superar esa experiencia en la reconstrucción de un mejor futuro.</p>

---

## Estrategia 2 La Cultura Como Reconstrucción Social.

### Descripción fundamentada

Afirma Uribe, M (2009). Existen diversas formas de guardar y transmitir la memoria. Éstas van desde los archivos físicos, las fotografías y los testimonios orales, hasta gestos efímeros e imperceptibles anclados en el cuerpo.

Las actividades y los programas que se llevan a la comunidad van encaminadas a la promoción de la salud mental, potencializar las habilidades de cada individuo, realizar un buen uso y disposición de los recursos de la comunidad, promover habilidades de resiliencia individual y grupal, desarrollar lúdicas y talleres que incorporen las aptitudes de las personas afectadas transformado ese dolor en arte y expresión cultural de su región y su ser.

### Objetivo

Enseñar y promover actividades de expresión artística y creativa que identifique a cada individuo por sus habilidades y nos enseñe una región emblemática de un país no solo atormentado de violencia si no de folclor, arte y empoderamiento individual y comunitario, logrando así individuo de perdón dentro de la sociedad.

### Fases

#### Ejecución de actividades

Las estrategias programadas se llevarán a cabo con el propósito de crear un impacto positivo en la parte cognitiva del individuo, que desde su parte conductual se acompañe y se trabajen en todos los sistemas que están alrededor de cada víctima, lo moral, social, familiar, económico, cultural, emocional y espiritual.

### Tiempo

2 semanas de iniciadas las acciones.

### Acciones por implementar

Promover la participación del corregimiento el saludo de forma comunitaria e individual en todas las actividades estratégicas para la reconstrucción del tejido social, cada individuo aporta un aprendizaje y sirve de apoyo con víctimas que están en proceso de perdón y resiliencia, permitiendo que cada 30 uno desde su experiencia se motive explorar sus emociones y crear arte emocional en ellas. Todo es un proceso participativo, comunitario, e individual debido a que cada ser comparte sus experiencias y ellas son la motivación de empoderamiento de otras.

Organizar talleres psicoeducativos con información de las estrategias de afrontamiento del duelo, emociones, resiliencia, perdón, empoderamiento, trabajo en equipo y fortalecimiento del tejido social. (Se puede realizar a través de videos, teatro, exposición de folletos).

### Impacto deseado

Debe primar la memoria de cada individuo durante el proceso de afrontamiento, aceptación, y restauración, siempre en pro de una reconciliación de sí mismo con la vida y de un mundo violento ya vivido, se deben rescatar las memorias colectivas transformadas en testimonio de superación, de amor, de perdón, mitigando en el ser la violencia en su interior.

---

### Estrategia 3 Psicoterapia, Factor

#### Determinante

#### Descripción fundamentada

Así se refiere los autores (Borda Bohigas et al. 2015; Figley y Kiser, 2013). “Lo anterior, permite ver cómo las reconciliaciones un proceso necesario para obtener una resolución de conflictos exitosa y como los procesos de recuperación e intervención psicológica son importantes tras la violencia del conflicto armado para la reconstrucción de las comunidades y la memoria de un país, así como también dan garantía para que las personas tengan un goce pleno de sus derechos”.

Lo anterior nos invita a iniciar en la transformación del perdón para que surja la reconciliación lo más genuina posible entre víctimas y victimarios, para ello debemos organizar ciertos grupos de apoyo se les permite a los ciudadanos de la región afectada una cadena de posibilidades donde hayan caminos de sensibilización frente a la violencia a través de intercambiar experiencias con otros pobladores, este les genera nuevas ideas, expresiones emocionales, sentimientos, vivencias de cambio, dolor transformador, duelos no resueltos, y un gran sentido de la vida que cada habitante encontrará en las herramientas como método transformador al conflicto de violencia vivido.

#### Objetivo

Acompañar y desarrollar programas de psicoterapia restaurativa en forma grupal e individual mitigando el estrés traumático de la violencia

#### Fases

Implementar, desarrollar y evaluar el impacto esperado en los resultados de las estrategias de manera individual y grupal, realizando énfasis en cada proceso de apoyo que se brinde a la comunidad y poblador del corregimiento el

---

	salado.
Tiempo	4 y 5 semana iniciada las estrategias.
Impacto deseado	Acompañamiento individual, grupal y comunitario psicoeducativo en salud mental; potenciar las habilidades y aptitudes de resiliencia de cada individuo; manejo de emociones, proyecto de vida restaurado; promocionar las herramientas de acceso a toda la comunidad en cuanto a manejo de afrontamiento.

---

*Nota.* En esta tabla se describen las estrategias de acción psicosocial para los pobladores del Salado

*Fuente* Autoría propia.

### **Informe Analítico y reflexivo de la Experiencia de la Foto-voz**

Los ejercicios reflejan lugares que hicieron parte de nuestra vivencia y que de alguna manera aportaron alguna emoción al recorrerlos nuevamente, en nuestra mente y a nuestra vista, nos apropiamos de forma segura en este tiempo debido a las cicatrices ya curadas en el tiempo.

Los elementos que expresan dichos lugares nos enseñan la naturaleza, la creatividad manual, la espiritualidad nuestra y de cada persona que hizo parte de ese camino de aventuras y de renacimiento.

En el lugar del contexto se reflejan hechos de violencia psicológica, de empoderamiento, que en su descripción es significativo en el entorno, se evidencia cultura, emprendimiento, danza, arte, espiritualidad, formas de comunicación, se comparten vivencias, se aprende a vivir con nuevas ideas, nuevas costumbres y relación con las demás personas que le rodean en su entorno.

A través del ejercicio foto voz, se evidencia cómo a través de la visualización del entorno que nos rodea, este nos habla de las diferentes situaciones por las que ha tenido que atravesar en el pasado, en este caso, entornos de violencia a raíz del conflicto armado que se presentaron durante mucho tiempo en el sector.

Como lo menciona el autor Pichón-Rivière, quien desde la psicología social menciona que “significa una fuerte apuesta a la comprensión de la subjetividad en el marco de la vida cotidiana y el proceso social” (Fabris, F.; Puccini, S.; Cambiaso, M. 2010). En este sentido, Los ejercicios realizados reflejan el sentir una serie de sensaciones y sentimientos encontrados que van acompañados en la interpretación de cada imagen, así como refleja la realidad que enfrentaron en un pasado en el territorio, logrando que cada imagen transmite un

profundo mensaje, contando una historia, de desarraigo, dolor y tragedia, Pero de igual manera, empoderamiento y transformación colectiva, que, partiendo desde lo individual y grupal, los habitantes continúan luchando con el fin de reponerse ante las adversidades que tuvieron que afrontar. Entendiendo que estas imágenes expresan y reflejan el sufrimiento de las víctimas, los sucesos ocurridos, y la realidad de las múltiples problemáticas que surgieron a raíz del conflicto armado y cómo estos habitantes afrontan esta realidad y emergieron Y renacieron a partir de herramientas de afrontamiento y resistencia, permitiendo distinguir desde cada mirada la problemática del contexto, Y cómo las imágenes tienen la capacidad de mostrar y revelar la realidad de una comunidad, desde un aspecto negativo y positivo.

La experiencia este ejercicio a través de la foto voz se pudo apreciar como las personas reflejan de diversas formas el abuso siendo este fenómeno muy doloroso e impactante y el cual se desarrolla en el seno del poder y el control ejercidos de manera desigual donde factores como la discriminación, falta de recursos contribuyen a la exposición a la violencia en este sentido el entorno en el que viven es inseguro, es importante poder trabajar hacia la creación de entornos solidarios donde se promueva la igualdad y el respeto a los derechos humanos.

El ejercicio demuestra que muchas veces los sucesos no se ven, pero sí se perciben a través de sensaciones y recuerdos. Desde la subjetividad de la comunidad los elementos que expresan las imágenes es el miedo que persiste en el sector, la inseguridad a raíz del abandono por parte de instituciones de seguridad, la resignación con la que muchas personas continúan su vida y la imponentia que los vuelve pasivos en donde se sienten vencidos y sin capacidad de actuación ante la problemática de violencia que se viene presentando en el sector. El autor Fabris 2010 considera que la subjetividad colectiva son los modos de pensar,

sentir y actuar que tienen los integrantes de un colectivo social que puede abarcar a los habitantes de una ciudad o región, nación o cualquier subconjunto social, en donde se incluyen discursos y representaciones sociales de los sujetos y sus emociones y acciones Fabris, F.; Puccini, S.; Cambiaso, M. (2010). De igual manera menciona que la subjetividad colectiva, se encuentra constituida por una dimensión a través de un proceso social e histórico, de la cual es protagonista. Es decir, es un proceso que se construye a través de unos denominadores comunes desde la parte individual que se compone como un conjunto social y puede ser considerada estereotípica o creativa, conservativa o crítica transformadora

Los valores simbólicos y subjetivos se relacionan directamente con la cultura del individuo donde se apropia el interés que transmite en sus vivencias, su entorno y su resiliencia donde tiene hábitos y valores, a pesar de las dificultades de su historia.

El grupo reconocerá las formas particulares de narrar y metaforizar la violencia en sus contextos, resaltando las variables subjetivas que aparecen en los ensayos visuales y que pueden asociarse a la comprensión de lo psicosocial.

¿Qué valores simbólicos y subjetivos podemos reconocer?

Los valores simbólicos y subjetivos presentes en estas representaciones pueden incluir elementos que transmiten miedo, vulnerabilidad, silencio y desesperanza, y que a su vez reflejan intensas emociones y la sensación de impotencia ante las situaciones. Sin embargo, también es posible identificar en las personas aspectos importantes como la resistencia y esperanza que sugiere de la fortaleza interna de sí mismas, las representaciones ofrecen una visión profunda de las complejas realidades psicosociales que rodean este fenómeno, esas experiencias traumáticas que con el tiempo desde la importancia que tienen las redes de apoyo deben ser abordadas desde dimensiones individuales como colectivas en la lucha contra la

violencia.

De acuerdo con Fernández, E. F. (2006) “Los valores subjetivos no son reales, no valen en sí mismos, sino que son las personas quienes les otorgan un determinado valor, dependiendo del agrado o desagrado que producen” p (3). Es decir, los valores subjetivos dependen de la consideración que tienen las personas desde su contexto personal y cultural, su manera de pensar e interés y se establecen entre el individuo y las cosas a partir de la atención y el interés que los primeros les suponen. Es por ello por lo que, el valor no se recibe sino desde la mirada o al momento de ser observada y apreciada, siendo al instante las cosas valoradas.

Desde los ensayos visuales se aprecian los valores subjetivos como la resiliencia, el afrontamiento, la resistencia por permanecer en el lugar y no desplazarse del territorio, el amor y la valentía por continuar su vida aún después de tanto dolor, el carácter y la continuidad de su cultura.

A través de la observación se puede evidenciar como valor simbólico la calle cuarta, un lugar donde han ocurrido muchos crímenes atroces, que destruyó y desgarró familias, con un pasado que atormenta y persigue con temor a muchos de sus transeúntes, durante el día son calles desoladas y la oscuridad de la noche algo temerosa, recordada por sus habitantes como un punto de dolor y tristeza, entendiéndose que es inevitable no pasar por allí y recordar estas atrocidades de violencia que ocurrieron en el pasado.

En este sentido el Centro Nacional de Memoria Histórica (CNMH, 2013) señala que la narrativa también da cuenta de la “heterogeneidad de los relatos y de sus significados, que alude a la diversidad de sujetos y grupos que hacen memoria desde experiencias y contextos diferentes” (p.329). En los ensayos visuales sobre la violencia en los contextos del Zulia,

Norte de Santander, es posible reconocer una variedad de valores simbólicos y subjetivos que pueden asociarse a la comprensión de lo psicosocial. Algunos de estos valores incluyen:

Miedo y angustia. Las imágenes pueden representar el miedo palpable y la angustia que sienten los habitantes ante la violencia. Estos valores simbólicos reflejan el impacto psicológico profundo que tiene la violencia en la comunidad, manifestándose a través de gestos de temor, expresiones faciales de preocupación y elementos visuales que transmiten una sensación de inseguridad.

## **La imagen y la Narrativa Como Dinamizadores de Memorias vivas**

Cada contexto descrito en la foto voz, se puede captar un lugar único que me transmite sueños, esperanza, y motivación de una realidad que esconde mi diario vivir de esa época un espacio que por la prisa a veces no se precisa el sentimiento que pasa rápido y fugaz de mi vida. A partir de ello se interpretan mis vivencias, mi sentir, mis emociones, las formas de llevar la vida, por ejemplo, la interacción con jóvenes y adultos en el emprendimiento, la danza con niños, jóvenes y adultos que bailan para sanar heridas y recordar los orígenes de nuestros ancestros, para vivir una transformación psicosocial en mi vida necesite de vínculos personales, sociales y de la naturaleza, estas imágenes de fotografía se convirtieron en herramientas de gran relevancia para mostrar y resaltar la vida de alguien a través de los sentimientos plasmados en una foto.

Los medios visuales que se lograron obtener en la actividad desempeñan un papel importante para la construcción de memorias históricas por el profundo impacto que deja la realidad social que viven muchas personas, se capturan eventos traumáticos o injusticias sociales que muchos podríamos pasar desapercibidas, estos rostros y lugares permiten comprender y reflexionar sobre el pasado doloroso que es necesario hacer visible a los ojos del futuro para crear sensibilización y empatía además para promover la justicia social.

Por otro lado, los relatos escritos de estos testimonios permiten explorar experiencias con el fin de transmitir voces sobre aquellos hechos traumáticos como un medio fundamental para motivar y comprender las emociones de las víctimas y permitirles enfrentar su pasado desde un presente más equitativo y justo, por lo tanto, fortalece a los afectados y permite fomentar en las comunidades la solidaridad.

Los valores subjetivos dependen de la persona que los valora, apropiándose de la resiliencia, el amor, la solidaridad, el carácter y la valentía de las personas que decidieron aferrarse a su territorio y no huir, la tolerancia y la libertad que hoy por hoy tienen en el sector, y principalmente el respeto por la vida.

De acuerdo con Fabris, 2010 “Se considera a la subjetividad colectiva como los modos de pensar, sentir y actuar que tienen los integrantes de un colectivo social que puede abarcar a los habitantes de una ciudad, una región, una nación o cualquier subconjunto social que quiera ser considerado. Incluye no sólo los discursos y representaciones sociales de esos sujetos sino también sus emociones y acciones” La subjetividad colectiva es considerada como el modo de pensar, actuar y sentir que tienen los integrantes de un colectivo social, que abarca desde los habitantes de toda una ciudad, región o nación o de cualquier conjunto social, en donde no solo es incluido los discursos y representaciones sociales de estos sujetos sino también Sus emociones y acciones(Fabris, F.; Puccini, S.; Cambiaso, M. 2010).

Es por ello que, todo el material simbólico y emocional que es constituido por los sentidos subjetivos, es producido a través de la experiencia de vida que tienen las personas, pero no como las operaciones que se interiorizan sino a través de producciones que recalcan la confrontación e interrelación que existe entre las figuras subjetivas de los sujetos individuales que se implican en los campos de actividad social, y el sentido subjetivo que emerge a partir de las acciones y procesos vividos de estos sujetos en estos espacios, que resultan inseparables ante la configuración de subjetividad social. Por tanto, los valores subjetivos que se resaltan son la valentía que tienen las personas al afrontar estas situaciones difíciles, en donde optan por luchar por sus territorios y raíces y trabajan para la reconstrucción y transformación, negándose a abandonarlas, aferrándose a la fe y al amor por sus raíces, y a la esperanza de recibir ayudas por parte de entes gubernamentales y la fortaleza de seguir luchando. De igual manera se evidencia el esfuerzo y la superación de cada individuo, Y cómo a partir del afrontamiento a la realidad que vive, logran reconstruir sus costumbres y creencias y a través de la resiliencia ante las diversas problemáticas presentadas, sacan a relucir lo mejor de cada persona y de la comunidad en general, en donde a través de los valores simbólicos como el diálogo, la producción histórica de la comunidad y los espacios simbólicos deformación, permitieron que a través del lenguaje, como comunidad

se empodera y promovieron espacios de participación que ayudan a mitigar esta situación vulnerable.

Es de entender que la realidad que se presentan en los diferentes contextos llega a ser narrada desde diferentes maneras, es por esto que, la narrativa permite la construcción de memoria histórica, donde se abordan los elementos discursivos que permitan la comprensión del contexto y generar un impacto positivo que lleve a la transformación de esos escenarios en donde las personas han sido Víctimas de la violencia y el olvido.

Según Parra, M. (2019) De acuerdo con el Centro Nacional de memoria histórica (CNMH) “la experiencia personal y colectiva de las víctimas recoge esas rupturas de su vida cotidiana y la irrupción de la violencia en tanto fenómeno ambiguo” (192). Es decir, la memoria se centra en los procesos de reparación a través de manifestaciones como el sufrimiento vivido y al mismo tiempo en la construcción de una imagen compleja de la víctima desde el entorno emocional y moral, su conducta con las personas o comunidad y la huella o secuelas en su cuerpo.

Así mismo, el Centro Nacional de Memoria Histórica (CNMH, 2013) citado en Parra, M. (2019) “señala que la narrativa también da cuenta de la “heterogeneidad de los relatos y de sus significados, que alude a la diversidad de sujetos y grupos que hacen memoria desde experiencias y contextos diferentes” p (195). Por tanto, las narrativas sirven como una dignificación y reconocimiento en cuanto a las condiciones humanas que tienen las personas, logrando comprender a las víctimas del conflicto y realizar posibles estrategias de resignificación de su pasado, logrando que éste merezca que sea reconocida su capacidad de afrontar esas situaciones y de orientarlos a tener instrumentos para el empoderamiento y medidas reparatorias incipientes y de carácter externo. De igual manera la fotografía, genera una gran voz al llamar la atención, que permite combatir el conflicto que presentan las comunidades, y a través de la narrativa permite contar la importancia de cada imagen y comprender su contexto y focalización al problema real en donde se aporta a la

transformación psicosocial, que se enfoca en prestar atención en la situación y correr la voz con el fin de generar soluciones.

La fotografía y la narración histórica, social, cultural o ambiental tienen el propósito de transformar partiendo de relaciones que se dan en un entorno en donde la fotografía refleja pero también a partir de relaciones entre el individuo y el contexto en particular. La fotografía permite que se tengan diversas versiones de quien la toma, así como de quien la observa y la analiza y de quien la habita o protagoniza, Pero es en la confluencia de su saber, el propósito o

las ideas de transformación de la misma, se crean lazos intersubjetivos.

A través de la fotografía y una narrativa se busca que el lector logre interiorizar acerca de los diferentes aspectos con dinámicas que se han marcado en el territorio, sean estas desde una manera negativa positiva, que lleven a la reflexión acerca de las funciones de la sociedad, cómo es interactúa con el medio y si tiene la capacidad de generar la transformación para un bien colectivo. La fotografía y narrativa es según lo mencionado por el autor Villa, 2014 citado Parra, M. (2019) “La historia de vida y la construcción testimonial, accionada a través de la narración asume una significativa manera de apoyo psicosocial, pues al reconstruir la memoria histórica contribuye a la elaboración de malestares emocionales y del sufrimiento subjetivo en aras de subsanar el tejido social” p (192). Por lo tanto, estos permiten funciones relevantes de cada individuo en donde pueden llegar a tener conceptos diferentes desde la subjetividad y cómo la interpretan y analizan en situaciones, adicionalmente permite la construcción de memorias colectivas a partir de diversos ámbitos y enmarcarlas, logrando posicionarse como un mayor valor tanto de manera visual como oral. De igual manera, se consideran como herramientas importantes para intervención psicosocial porque permiten ayudar ante los sucesos violentos que se presenten en los territorios y que permanezca la memoria histórica como un evento que atenta contra el ser humano y que no deba volver a suceder, así como el fortalecimiento de la conciencia social, la prevención de violencia y

procesos de inclusión y reparación emocional para las víctimas.

## **Recursos de Afrontamiento**

Pude observar el deseo de superación personal que está detrás de tanta vivencia de violencia, que no importando cuán difíciles fueron las condiciones de vida, seguí trabajando para superar y mejorar mis condiciones de vida. En momentos de la confrontación, hay silencios de los intentos fallidos que desmotivan, que baja la fuerza interna de continuar, Otro recurso de afrontamiento que estuvo presente fue el de distanciamiento que de una u otra manera realice con las personas al principio de todo para poder tomar decisiones para lograr adaptarme a una nueva historia donde las situaciones de violencia ya no existían y poder transformar todos esos aspectos negativos en realidades positivas, la confianza fue una de las virtudes donde más debí trabajar, un recurso de afrontamiento que era nuevo y de constancia en las demás personas y que tuvieron grandes cambios significativos en mi vida a nivel cognitivo, permitiendo conocerme a mí misma y mis capacidades.

Todos estos recursos de afrontamiento me permitieron transformar las largas situaciones de violencia en momentos agradables de paz.

De acuerdo con Botero y Gutiérrez (2014) citado en Cerquera Córdoba, A. M., et al; (2019) “en su estudio acerca de los mecanismos de afrontamiento en el marco del conflicto armado en mujeres, encontraron en el análisis de sus discursos estrategias de afrontamiento como la religión, la solidaridad y la búsqueda de apoyo social” p (69). En este orden de ideas, los diferentes recursos de afrontamientos que se manifiesta resilientes en el contexto es el anhelo que tienen las personas para construir una nueva, empezando desde cero con los pocos recursos con los que cuentan, la fe y solidaridad a la que se aferran, que les ayudó a restaurar su vida en cuanto al perdón y afrontamiento de la realidad. Así como la empatía por ayudarse mutuamente en la reconstrucción de sus sueños y vidas.

También las imágenes capturadas y narradas tienen la capacidad de mostrar por sí sola como este contexto de violencia dejó huellas y cicatrices durante mucho tiempo, y a través del perdón la reconciliación logró aflorar la resiliencia, a través de la resistencia y el aferrarse a sus raíces que les permitió construir una nueva historia, llevando a transformar esas atrocidades vividas en un pasado para la construcción de un futuro en base al perdón y la reconciliación.

De acuerdo con Cerquera Córdoba, A. M., et al; (2019) El Centro Nacional de Memoria Histórica y COASUMA (2017), encontraron estrategias “como la religión, la construcción de redes y la no pérdida de la esperanza, elementos que ayudan a la construcción de significado de vida y fortalecen el sentido de la perseverancia pese a las dificultades” p

(4). Es decir, dentro de las estrategias de afrontamiento que se presentan en los contextos, dentro de las más utilizadas se encuentra el olvido, estrategia que las personas deciden utilizar con el fin de poder no recordar los sucesos de violencia entendiendo que es doloroso y horroroso revivir el pasado.

Dentro de las muestras presentadas se resalta que el individuo tiende a ser Resiliente, acepta la realidad y afronta el proceso, aún con marcas y huellas imborrables. Estas heridas están cargadas de dolor y odio, pero que con el paso del tiempo han sanado y renacen en cada individuo y familia del sector, entendiendo que la forma de restaurar estos sucesos traumáticos fue a través de la capacidad de aceptación y sobreponerse a las dificultades presentadas, por medio del duelo de aceptación, la adaptabilidad en el contexto social y la aceptación de los cambios, la unión como comunidad y la solidaridad por los otros.

¿Qué reflexión psicosocial y política nos deja la experiencia?

Las posibilidades expresivas y el lenguaje propio de un contexto van desde la acción psicosocial, el arte, la danza, el emprender y a una comunidad. Lo que se observa a través de

esta narrativa que se basa en un registro fotográfico el cual permite hablar y expresar dinámicamente las emociones y en base a ello se pueden planear las acciones psicosociales mediante algunas herramientas y estrategias donde hago parte de las actividades junto a una comunidad que es mi entorno, en el registro fotográfico encontramos detalles de convivencia personal difíciles para captar en una primera vista. Para que se pueda producir dichos cambios en mi vida, inició el desarrollo de una acción psicosocial que es imprescindible para la sensibilización de mi personaje en esta historia narrada, y es promover el autoconocimiento acerca mis acciones, y las consecuencias de las mismas, a través de esta acción de conciencia percibo mi rol dentro del entorno y fuera de él, por tanto, entender las conductas, las relaciones dialógicas me animaron a vivir una resiliencia que abrieron espacios para mi trabajo personal, laboral, emocional, familiar y espiritual, la reconstrucción de estas memorias colectiva me brindaron alternativas de convivencia muy distintas a las acciones de violencia vividas.

A través de la experiencia vivida se logra una enseñanza psicosocial y política altamente significativa y enriquecedora desde un nivel personal y profesional, en cuanto al uso de las acciones psicosociales que se desarrollan por medio del lenguaje alternativo como el arte y la narrativa, permitiendo contribuir en la construcción y creación conjunta de memorias colectivas que emiten y expresan las diversas realidades de violencia social que se viven en el país. De acuerdo a autores como Contreras, 2003; Niño, 2017; Valencia & Daza, 2010, citados en Cerquera Córdoba, A. M., et al; (2019) “El conflicto armado en Colombia ha atravesado varias etapas caracterizadas por la participación de grupos armados ilegales quienes década tras década han transformado las dinámicas de violencia, generando problemáticas económicas, sociales y políticas” p (68). Dentro de las principales

problemáticas se destacan, El desplazamiento forzado, en donde la resistencia es uno de los principales recursos de afrontamiento por parte de los adultos mayores que se aferran a sus raíces y territorio. Así como se presentan estrategias de afrontamiento como la espera, la búsqueda del apoyo social, la fe a través de la religión y una de las más principales el olvido, entendiéndolo que recordar los sucesos del pasado resultado doloroso y horroroso.

A través del encuentro que posibilitó en cada uno de los contextos y diálogos expresados apreciar la construcción de la memoria del lugar visitado y la realidad desde un discurso reflexivo y metafórico, la representación e interpretación de situaciones vividas, evitando revictimizar, pero sí planteando un lenguaje a través de la imagen en transformación hacia una metáfora que permite hablar de ella sin Describir el hecho violento como tal pero sin narrar los acontecimientos que giran en torno al hecho violento. Cómo a través de la transformación y el empoderamiento el dolor y la culpa, el señalamiento y la estigmatización, la opresión y El desprecio por una realidad del otro, la negación y los pensamientos de miedo y desolación, los retos y acciones que hoy en día muestran un reflejo de la sociedad que lleva un proceso de reconciliación, paz y perdón y de escenarios íntimos y grupales que logran Buscar transformar a través del lenguaje sesiones de violencia la cultura incorporada a través del proceder de cada habitante del sector, desde una constante lucha no solo desde un escenario político y de movilización social sino desde la transformación y empoderamiento a través de proyectos y programas que vienen reflejando acciones locales bajo normativas y acuerdos que logran erradicar o disminuir las situaciones de violencia en donde el respeto por la vida prevalece hoy en día en cada uno de los habitantes y del sector. A través del encuentro que posibilitó en cada uno de los contextos y diálogos expresados apreciar la construcción de la memoria del lugar visitado y la realidad desde un discurso reflexivo y metafórico, la

representación e interpretación de situaciones vividas, evitando revictimizar, pero sí planteando un lenguaje a través de la imagen en transformación hacia una metáfora que permite hablar de ella sin Describir el hecho violento como tal, pero sin narrar los acontecimientos que giran en torno al hecho violento. Cómo a través de la transformación y el empoderamiento el dolor y la culpa, el señalamiento y la estigmatización, la opresión y El desprecio por una realidad del otro, la negación y los pensamientos de miedo y desolación, los retos y acciones que hoy en día muestran un reflejo de la sociedad que lleva un proceso de reconciliación, paz y perdón y de escenarios íntimos y grupales que logran Buscar transformar

a través del lenguaje sesiones de violencia la cultura incorporada a través del proceder de cada habitante del sector, desde una constante lucha no solo desde un escenario político y de movilización social sino desde la transformación y empoderamiento a través de proyectos y programas que vienen reflejando acciones locales bajo normativas y acuerdos que logran erradicar o disminuir las situaciones de violencia en donde el respeto por la vida prevalece hoy en día en cada uno de los habitantes y del sector.

Las intervenciones psicosociales desde una terapia narrativa se puede realizar solo desde encuentros y relaciones dialógicas, autores como Villa Gómez, J. D. (2012) incluyen que los principios como la dignidad, la solidaridad, apoyo mutuo, calidad de vida, enfoque de género y derechos, desarrollo humano integral en Salud Mental, Y es que cuando los psicosocial permite abarcar espacios de construcción de subjetividades, se le posibilita el sujeto ser reconocido y reconocer e identificar el problema y al mismo tiempo motivar para el cambio. Entendiendo que cuando el propio sujeto tiene la capacidad de reconocerse como hacedor de su persona, entonces se posibilita como un co-constructor de la memoria colectiva de la cual hace parte. Es decir, permitiendo que, a través de la construcción de memoria

colectiva, las intervenciones psicosociales puedan expandirse como una relación con sentido no solamente social sino también ontológico, histórico político, cultural y biológico, como procesos sistemáticos de interacción social, comunicativa y simbólica, que se implica bajo la emergencia de la propia subjetividad personal y en la construcción y reconstrucción colectiva (Carmona,2009 citado por Villa Gómez, J. D. 2012).

La experiencia de la foto voz, deja claro que la intervención psicosocial no solo se encuentra dirigida a una persona sino a su yo y su relación con los demás, entendiendo que estaba más allá delo material, y deteniéndose en los significados más escondidos, en las pequeñeces donde nadie ni siquiera se atreve a observar, pero que la imagen revela tranquila y casi desapercibida. Entendiendo que es allí, en la desapercibido que se manifiesta desde el área de la psicología la neutralidad y objetividad frente a la realidad que la

acompaña. Comprendiendo que esta hace parte de su realidad y debe insertarse en el marco de la realidad para ser comprendidas desde adentro, por medio de la interacción y dinámica de espacio social, qué implica a un sujeto y a una colectividad. Es por ello que, la foto voz refleja el problema de la violencia como un cuestionamiento y se relaciona con estructuras sociales, que va en pro de tomar conciencia plena y activa en cuanto a los problemas que se presenta, con el objetivo de hacerse mencionar y reconocerse ante la sociedad.

La experiencia nos deja una reflexión profunda tanto a nivel psicosocial como político.

En primer lugar, resalta el valor emancipador de los lenguajes propios de un contexto, especialmente en un lugar como el Zulia, Norte de Santander, donde las comunidades han enfrentado diversas formas de violencia social. Desde esta perspectiva, el arte y la acción psicosocial y comunitaria se revelan como herramientas poderosas para la expresión y la

resistencia.

Los encuentros y relaciones dialógicas que se articulan en torno a una acción psicosocial pueden facilitar la co-construcción de memorias colectivas en el Zulia. Estas memorias, surgidas desde las experiencias y perspectivas de las propias comunidades, tienen el potencial de catalizar la transformación social al visibilizar y confrontar diferentes formas de violencia. Además, al utilizar lenguajes alternativos, estas memorias pueden desafiar las narrativas dominantes y ampliar el espectro de comprensión sobre las complejidades de la violencia en el contexto del Zulia.

En conclusión, la experiencia en el Zulia, Norte de Santander, subraya la importancia de empoderar a las comunidades para que utilicen sus propios lenguajes y expresiones artísticas en la construcción de memorias colectivas que aborden y transformen las diversas violencias sociales que han enfrentado. Este enfoque no solo promueve la resistencia y la resiliencia comunitaria, sino que también fomenta un diálogo inclusivo y una acción colectiva hacia la justicia y la paz.

## Figuras

### Figura 1

*El silencio que lo dice todo*



*Fuente. Elaboración propia. David Monsalve- Abril 04-2024 Barrio El Páramo - Cúcuta*

Cada situación negativa que impacta en los sujetos, muchas veces permite despertar habilidades que durante mucho tiempo se encontraban dormidas, pues este es el caso de los habitantes del barrio El Páramo, que, tras un hecho violento de algunos de sus habitantes más populares, tuvieron que unir fuerzas para aguantar el proceso, sostenerse y salir adelante para consolidar y fortalecer su comunidad

**Figura 2**

*Hacia un Nuevo Horizonte.*



*Fuente. Elaboración propia. Luben Garzon Manrique. Abril-05-2024-Barrio Juan Frio- Villa-Rosario*

Camino de acción y transformación, que van fortaleciendo una nueva oportunidad y la capacidad de resistencia ante las adversidades que se han presentado en la vida de esos habitantes, un nuevo ciclo de habilidades, las mejoras de control que llevan a superar hechos traumáticos desde lo individual y colectivo, la tranquilidad que se respira ante el aire fresco del clima, la sensación de paz, la luminosidad que orienta hacia un camino nuevo.

### Figura 3

*Entre la opresión y la esperanza*



*Fuente. Elaboración propia. Zulma Cortez. Abril 10-2024- Barrio Torcoroma- Cúcuta*

En este panorama las cicatrices de la violencia, muestra casas construidas con esfuerzo y resiliencia, se alinean a lo largo de calles solitarias, mientras la naturaleza intenta ofrecer un respiro de tranquilidad. Esta aparente quietud, son historias de opresión y lucha palpables en el ambiente, que contrastan con el cielo gris, reflejando una mezcla de esperanza y desafío. Cada hogar guarda en sus paredes los ecos de familias que han enfrentado desplazamiento, miedo y pérdida. Sin embargo, también hay señales de vida y resistencia.

**Figura 4***Tranquilidad anhelada*

*Fuente. Elaboración propia. Maira Yañez. Abril 08-2024-Barrio Libertad-Cúcuta*

Aun con el dolor, anhelaba llegar a la casa del susurro de la paz. En este sitio encontraba paz y tranquilidad, sus verdes árboles, sus plantas de mil colores, el cálido clima le daba un giro a mi vida, al despertar el canto de las aves enardecían mi corazón, sus coloretos en sus alas alegraban mi vista.

## Figura 5

### *Tiempos de resiliencia*



*Fuente. Elaboración propia. Miryam Carvajalino. Abril 08-2024- Barrio Alfonso Lopez-Zulia*

En este paisaje desgarrado por el conflicto, se nos hace difícil encontrar consuelo. ¿Cómo podemos hallar la paz cuando las armas eclipsan el sol y las lágrimas inundan los ríos que cruzan nuestros hogares? Pero entre las sombras de la desesperación aún persiste una luz. Es la llama de la esperanza que arde con el corazón de aquellos que se niegan a rendirse, que sueñan con un mañana donde el amor y la compasión sean las armas más poderosas. Entonces mientras la violencia amenaza con consumirnos, levantamos nuestras voces en un coro de resistencia, unamos nuestras manos en solidaridad y construimos juntos el puente hacia un futuro donde la paz sea más que un anhelo, donde sea una realidad palpable.

## Conclusiones

La propuesta de recursos de afrontamiento psicosocial, orientada a fortalecer las habilidades narrativas de los individuos en comunidades como la del Salado, fundamentada en la necesidad de promover la resiliencia y la recuperación colectiva, como señala López (2020), las narrativas de resiliencia son fundamentales en el afrontamiento comunitario en contextos de violencia, por lo tanto, el enfoque narrativo no sólo permite a los individuos reconstruir sus historias personales, sino que también facilita la co-construcción de narrativas colectivas que fortalecen el tejido social y promueven la solidaridad y la empatía entre los miembros de la comunidad.

La conclusión que podemos extraer de la historia de Ernesto es que el exilio deja una profunda huella en la identidad y la memoria colectiva de quienes lo experimentan. Sin embargo, también nos recuerda la importancia de compartir nuestras historias y unir nuestras voces para construir una verdad sin fronteras. Como lo expresa Zuluaga (2022), es fundamental reconocer la diversidad de experiencias dentro de la diáspora y trabajar juntos para construir un futuro más inclusivo y justo, ya que solo al escuchar y comprender las historias de aquellos que han sido desterrados, podemos evitar que el exilio se repita y avanzar hacia una sociedad más solidaria y empática.

Desde la perspectiva narrativa en la evaluación de eventos psicosociales traumáticos, se resalta la importancia de dirigir los recursos de afrontamiento hacia las comunidades afectadas por la violencia, donde ésta idea se alinea con las teorías de Walter Benjamín (1968), quien enfatiza la importancia de la narrativa en la construcción de la identidad y la memoria colectiva, ya que según Benjamín, las narrativas son herramientas poderosas que no solo documentan la historia, sino que también la crean y la transforman, por lo tanto al capacitar a

las comunidades para fortalecer sus habilidades narrativas, se les otorga la capacidad de reconstruir sus historias de una manera que fomente la resiliencia colectiva y la solidaridad.

Asimismo, autores como Judith Herman (1992) han destacado la importancia de la conexión social en el proceso de recuperación del trauma ya que al centrarse en el aspecto comunitario y fortalecer las habilidades narrativas de las comunidades afectadas, se crea un entorno de apoyo mutuo y empoderamiento, donde ésta orientación hacia la comunidad no solo permite a los individuos compartir sus experiencias y sentirse comprendidos, sino que también facilita la creación de redes de apoyo sólidas que son fundamentales para la recuperación y la reconstrucción del tejido social.

## 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://bibliotecavirtual.unad.edu.co/login?url=https://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=edsdia&AN=edsdia.ART0001444689&lang=es&site=eds-live&scope=site>
- Jimeno, M. (2007). Lenguaje, subjetividad y experiencias de violencia. *Revista de arqueología y antropología Antípoda*. Universidad de los Andes. Número 5 pp. 169-180.  
<https://www.redalyc.org/pdf/814/81400509.pdf>
- López, J. (2020). Narrativas de resiliencia: una aproximación psicosocial al afrontamiento comunitario en contextos de violencia. *Revista de Psicología Comunitaria*, 15(2), 123-136. [http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0719-77212021000200181](http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0719-77212021000200181)
- Molinares, V., y Orozco, C. (2020). Memoria colectiva, derecho al olvido y comisiones: análisis de experiencias comparadas.
- Rodríguez; Marcelo. Rodríguez; Sonia. El arte de preguntar en psicoterapia. Recuperado de: <https://revistainteracciones.com/index.php/rin/article/view/90/191>
- Zuluaga, A. (2022). Construyendo una verdad sin fronteras: Narrativas de exilio y lucha por la identidad. Editorial universitaria. <https://www.comisiondelaverdad.co/sites/default/files/descargables/2022->

**Apéndice A.**

Link Video Foto Voz <https://youtu.be/maSLN7EErYE?feature=shared>