Cahiers de Psychologie Politique

N° 11 | 2007
Le caractère national Juillet 2007

Sentimientos asociados a la vivencia del desplazamiento (Colombia)

Vidales RAÚL

Luisa GALINDO

Claudia TOVAR GUERRA

Stella SACIPA R.

Édition électronique :
URL :
https://cpp.numerev.com/articles/revue-11/1120-sentimientos-asociados-a-la-vivencia-del-desplazamiento-colombia
DOI : numerev_273
ISSN : 1776-274X
Date de publication : 08/07/2007

Cette publication est sous licence **CC BY-NC-ND** (Attribution - No commercial - No derivatives).

Pour **citer cette publication** : RAÚL, V., GALINDO, L., TOVAR GUERRA, C., SACIPA R., S. (2007) Sentimientos asociados a la vivencia del desplazamiento (Colombia). *Cahiers de Psychologie Politique*, (11). https://doi.org/10.34745/numerev_273

El artículo presenta algunos de los resultados de la Investigación "Significados del de acompañamiento psicosocial 'Resignificar la experiencia' " particularmente los relativos a los sentimientos vivenciados por las personas en situación de desplazamiento beneficiarias de la Fundación Mencoldes y acompañadas por este proyecto de la Facultad de Psicología de la Pontificia Universidad Javeriana.

El miedo, la vergüenza, la tristeza, la incertidumbre, la desconfianza, la añoranza, el sufrimiento, así como sus posibilidades de resignificación se discuten a la luz, de los presupuestos teóricos de Agnes Heller, Carlos Castilla del Pino, Pablo Fernández, Elizabeth Lira, Ignacio Martín Baró, Carlos Martín Beristain, entre otros.

A la vez se presenta el análisis de las narraciones de las personas participantes donde relatan sus sentires durante el desplazamiento forzado y a lo largo del acompañamiento psicosocial. Se hace visible la forma como las personas desplazadas emergen de la tragedia para continuar la vida en contextos desconocidos.

Finalmente se discuten los alcances del proceso de acompañamiento 'Resignificar la experiencia' tanto en sus potencialidades como en sus limites propios y contextuales.

This article presents some results of our investigation called *Feelings associated with the experience of displacement: Giving new meaning to the experience*. Specifically it examines the feelings of people who have been forcibly displaced from their homes; and who have been benefited from the material support of Mencoldes Fundatión and were accompanied as part of a project by the Department of psychology of Javeriana University.

Fear, shame, sadness, uncertainty, mistrust, nostalgia, and suffering are analyzed in the light of the theories of Agnes Heller, Carlos Castilla del Pino, Pablo Fernández, Elizabeth Lira, Ignacio Martín Baró, Carlos Martín Beristain, among others. These emotions also are discussed in terms of the possibility of assigning them new meanings. At the same time, the narrations of the participants are looked at from the stand point of the limits of psychological accompaniment. Finally, it is possible to see in what ways the narrators were able to continue their lives in unknown circumstances.

Finally, the limits of psychological accompaniment are discussed as well as its achievements.

Mots-clés :

Colombia con 41.242.948 habitantes, se halla situada al norte occidental de América del Sur y su territorio está bañado por las aguas del Mar Caribe y del Océano Pacífico. El país soporta un conflicto armado de antigua data que al ser atravesado por el narcotráfico a partir de la década de los ochentas se escalo de forma drámatica por su extensión a amplias zonas del país y por la violación sistemática de los derechos humanos y del derecho internacional humanitario.

Esta escalada del conflicto armado en Colombia, el gran número de personas desplazadas por el mismo y la gravedad de las consecuencias psicosociales de este fenómeno en las mismas, han abierto el espacio para que un considerable número de personas en situación de desplazamiento reciba atención humanitaria y alguna atención psicosocial, sin embargo muy pocas reciben un acompañamiento en forma procesual.

En el Grupo de investigación “Lazos sociales y culturas de paz’” y la práctica psicosocial “Resignificar la experiencia”, de la facultad de psicología de la Pontificia Universidad Javeriana, se ha entendido el acompañamiento psicosocial como un proceso donde “acompañar significa estar con, dar calor de vida, renovar la confianza, sentir la presencia del otro, escuchar amorosamente” (Sacipa, Tovar, Galindo, 2005, p11). Desde esta concepción, el acompañamiento psicosocial es “un proceso marcado por el respeto y por el reconocimiento de la dignidad humana de la personas en situación de desplazamiento”(Sacipa, Tovar y Galindo, 2005 p 13).

Sentimientos

Discutir en torno de los sentires de las personas en situación de desplazamiento forzado requiere recordar algunos acercamientos teóricos al tema: de acuerdo con Heller (1985) sentir significa estar implicado en algo, y ese «algo» puede ser otro ser humano, un concepto o si mismo. Esta implicación, hace parte estructural inherente de la acción y el pensamiento y no un mero «acompañamiento», puesto que acción, pensamiento y sentimiento caracterizan todas las manifestaciones de la vida humana, que sólo pueden ser separados funcionalmente.

Por el mismo camino, Castilla del Pino (2000) concibe los sentimientos como “instrumentos de que dispone el sujeto para la relación (emocional, afectiva), tanto con personas, animales y cosas, cuanto consigo mismo” (p.20). Para el autor los sentimientos sirven para la vinculación con los objetos externos e internos, mediante un lazo afectivo.

Además de ser instrumentos relacionales, los sentimientos son estados del sujeto por cuanto lo cualifican y lo modifican en cierto sentido. “Instrumento para el uso e instrumento que al ser usado modifica al sujeto” (p. 21). Es decir nos habla de una

relación plural del sujeto con el objeto, relación afectiva y cognitiva así como del efecto retroactivo o <> hacia el mismo sujeto. Y continua planteando: “Lo que se denomina estar afectado por un sentimiento es, justamente, el reconocimiento de esa modificación de la totalidad del sujeto, y no sólo del aparato emocional.”(p. 21)

En tanto que Fernandez (2004) considera que los sentimientos “son tan materiales como los objetos físicos, sólo que no pueden asirse ni localizarse de ningún modo; son objetos atmosféricos, importantes, y ciertos: constituyen la aprehensión más directa posible de la realidad, pero su certeza es inverificable” (p. 121).

El autor diferencia los sentimientos de las percepciones afirmando que con los primeros uno ni siquiera se percata del objeto, puesto que “literalmente, el objeto le acontece a uno: es uno mismo (…) es uno el que los sufre, se alegra y se le va la vida en ellos” (p. 120). Incluso va más allá al considerar que si a un objeto, hecho o acontecimiento, se le cambian o mueven los contornos, se confunde con uno mismo y se convierte en sentimiento y en sensación, “los objetos carentes de contornos son uno mismo” (p 120).

El miedo

El miedo afirma Heller (1980)

es uno de los afectos más expresivos: la expresión de miedo es característica de la especie en general, pero lo que suscita el sentimiento (el estímulo) viene siempre dado socialmente. La formación de miedo tiene dos fuentes: a) la experiencia personal …(y) b) la experiencia social adquirida mediante la comunicación (pp.102,103)

Lira citada por Martín Baró (1990) afirma: “aunque el miedo es una vivencia subjetiva y hasta cierto punto privada, ‘al producirse simultáneamente en miles de personas en una sociedad, adquiere una relevancia insospechada en la conducta social y política’ ” (p. 79)

Martín Baró (1990) destacó las cuatro características psicológicas que la misma autora identificó en dicha vivencia subjetiva. La primera de ellas, es la sensación de vulnerabilidad, la segunda es el estado exacerbado de alerta, la tercera alude al sentimiento de impotencia o pérdida de control sobre la propia vida, y una cuarta característica es “una alteración del sentido de realidad, al volverse imposible validar objetivamente las propias experiencias y conocimientos”. (Martín Baró, p. 79)

Agnes Heller (1980) planteó, que la ansiedad es un tipo particular de miedo, y en contraposición a diversos teóricos, considera que:

la ansiedad si tiene un objeto. Una persona ansiosa es una persona que no ve claramente el significado de la mayoría de los estímulos y por tanto experimenta como peligrosos esos estímulos… De no ser así sería incomprensible la correlación de la

ansiedad con condiciones sociales determinadas… podemos decir que cuanto más ofuscadas estén las relaciones sociales en una era determinada tanto más difícil es saber qué es peligroso y qué no lo es, y más amenazado se siente el individuo por fuerzas sociales que funcionan independientemente de su selección y decisión, más frecuente y general viene a ser la ansiedad; porque entonces es mayor el número de objetos –es decir, estímulos- que pueden resultar peligrosos… (p.104).

La inhibición que se ha estudiado en psiquiatra como un elemento de la depresión, fue descrita por Lira (1990) como una conducta ligada al miedo y alude a la carencia de movimientos y a la lentitud en el pensar, donde la persona aparece incapacitada para la acción en un sentido amplio. Es una incapacidad interna que se relaciona directamente con el miedo a la aniquilación.

En este orden de ideas, Moreno, de la Corte y Sabucedo (2004) hablan de la manera como estos comportamientos alimentan la apatía y el retraimiento social; también han descrito cómo estos modos de actuar, refuerzan y naturalizan la violencia.

Es así como la violencia política también logra el sometimiento progresivo de la población, a través de "la internalización de las amenazas vitales, hasta producir una autorregulación aprendida de la conducta social deseable" (Lira, 1990 p. 185).

Trauma psicosocial y sufrimiento

De acuerdo con Martín Baró (1990) en psicología se habla de trauma para referirse a:

una vivencia o experiencia que afecta de tal manera a la persona, que la deja marcada, es decir, deja en ella un residuo permanente. Si se utiliza el término de trauma es porque se entiende que este residuo es negativo, que se trata de una herida, es decir, de una huella desfavorable para la vida de la persona (p.77).

El trauma psíquico hace referencia a una herida, una experiencia difícil, una situación de particular tensión o sufrimiento, algún hecho dolorosamente frustrante que afecta a una persona concreta. Por su parte, el término trauma psicosocial, enfatiza el carácter esencialmente dialéctico de la herida que puede ser causada por la vivencia prolongada de una guerra. El carácter dialéctico del trauma psicosocial subraya que "la herida o afectación dependerá de la peculiar vivencia de cada individuo, vivencia condicionada por su extracción social, por su grado de participación en el conflicto, así como por otras características de su personalidad y experiencia" (p.77).

A su vez, al hablar de trauma psicosocial se hace énfasis en otros dos aspectos:

(a) que la herida que afecta a las personas ha sido producida socialmente, es decir, que sus raíces no se encuentran en el individuo, sino en su sociedad, y (b) que su misma naturaleza se alimenta y mantiene en la relación entre el individuo y la sociedad, a través de diversas mediaciones institucionales, grupales e incluso individuales. (p.78).

Tal como lo afirmaron Correa y Rueda (2002) los escenarios de expresión y de elaboración de los traumas y las pérdidas que tienen lugar en medio del contexto de guerra política, por las secuencias de violaciones a los derechos humanos no permiten un tiempo psicológico de elaboración. En el desplazamiento la elaboración del duelo se hace más compleja porque, a lo anterior se suma "la pérdida de familiares y amigos mediante estrategias represivas, asesinatos, desapariciones, masacres, que se realizan como mecanismo para generar el desplazamiento, pero también después del desplazamiento para romper las formas organizativas de resistencia" (p.76)

Confianza

Castillo del Pino (2000) define la confianza como la actitud básica que preside todas las interacciones y mediante la cual nos disponemos a la interacción misma, es la intención que suscita y mantiene la interacción. "en toda interacción hay un momento en que se ha de apostar por la confianza, bien al comienzo o con posterioridad. Si no es así, la interacción se interrumpe apenas iniciada porque el sujeto no tolera el exceso de incertidumbre que la interacción le suscita" (p.328), ahora bien la apuesta por la confianza es arriesgada y la reserva puede ser una prueba de sabiduría. Sin embargo, cuando se opta por la desconfianza, la interacción es no cooperativa, no aporta la información que el otro precisa y puede conducir a privarse de relaciones que pueden ser fundamentales para el sujeto. Ahora bien, es importante recordar el planteamiento del autor acerca de cómo el carácter procesal de la interacción hace que la confianza sea dinámica y móvil, es decir inestable y puede modificarse en forma continua.

El programa

Uno de los espacios donde se desarrolló el proceso de acompañamiento, fue la Fundación Mencoldes, institución que en la ciudad de Bogotápresta atención en la fase de emergencia humanitaria a población en situación de desplazamiento. A la llegada de nuestro equipo de trabajo a Mencoldes, la fundación contaba con un programa de ayuda humanitaria para atender a la población en situación de desplazamiento forzado, al que estaba vinculada una Estrategia de Recuperación Psicosocial (Vida con propósito), la cual según una de las primeras psicólogas en orientar el programa:

ofrece a las personas la posibilidad de participar en diferentes espacios de capacitación en oficios, de igual manera, pueden participar en espacios que atienden los efectos psicológicos del desplazamiento posibilitando a cada participante la elaboración de sus duelos, sanar las heridas emocionales que les ha dejado la violencia, fortalecer valores y principios como: la solidaridad, la responsabilidad y la justicia, al igual que reproyectar sus vidas en el presente y futuro cercano. (Díaz, 2004, p.208).

El proceso de atención personal, familiar y comunitaria en Mencoldes, se ha sustentado

tanto “en el reconocimiento de la complejidad de cada individuo, como en el peso que tienen los factores psicológicos, sociales, políticos y económicos sobre su recuperación y sobre las decisiones que le ayuden a reformular sus proyectos de vida” (Díaz, 2004, p. 212).

Durante este proceso de acompañamiento individual y colectivo, se ha brindado apoyo por medio del fortalecimiento de los lazos psicosociales, la construcción de relaciones basadas en la confianza y se han propiciado espacios para la resignificación de sentimientos asociados al miedo, la ira, el dolor y el odio.

Metodología

La investigación se guío por la metodología narrativa propuesta por Bruner (1995), y trabajada por Sacipa (1995, 2000), Galindo (2000), Muñoz (2001, 2003), Bonilla y Triviño (2002), Vidales (2004).

El estudio se centró en la significación del proceso de acompañamiento psicosocial “Resignificar la experiencia” y en el sentido que le otorgaron a sus vivencias durante el mismo, las personas que fueron acompañadas en el período 2001 – 2004. La narración sirvió como mediación para situar a los sujetos como lectores de su experiencia y simultáneamente constructores de relatos, que nos hablaron de cómo vivieron el acompañamiento psicosocial, lo cual hizo posible que las investigadoras leyéramos los diversos mundos posibles desde los cuales, ellos significaron el proceso, así como acceder al análisis de su alcance para la resignificación de las experiencias relativas al desplazamiento forzado.

El trabajo se desarrollo en la dirección de Lieblich (1998) quien planteó que el investigador cuando estudia e interpreta las narrativas, puede acceder tanto a la identidad individual del narrador y su sistema de significados como a su mundo social y cultural.

Participantes: 6 personas elegidos de forma intencional de acuerdo a los criterios: a. ser persona en situación desplazamiento, b. llevar seis meses en el programa. y c. ser hombre o mujer adulto (mayor de 18 años)

Resultados

La persona desplazada y sus sentimientos

Luego de la expulsión de su tierra, la persona que sufre la experiencia del desplazamiento forzado, llega a un sitio que desconoce y donde no sabe como actuar, en palabras de una mujer: el momento que llegué a esta ciudad, fue un momento de

incertidumbre M1

Se hace explícito el sentimiento de tristeza experimentado en el momento de llegada, debido a la carencia de formas para cubrir las necesidades básicas de subsistencia propias y de los suyos. Así lo expresan dos de las entrevistadas: ….para mi era muy triste tener tres hijas para alimentar y no tener que darles M1

…yo llegue aquí con mucha tristeza, yo decía ¿qué hago?, mi esposo sin papeles y acá por todo lado pedían papeles, pero póngase a pensar cuando uno esta corriendo que se va poner a pensar en zapatos, en papeles, ni en nada, abrace a sus chinos y mire a ver cómo sale… M2

Pudo identificarse en uno de los narradores, el sentimiento vergüenza frente a la condición de desplazamiento:

La verdad es que a mi recién llegado me daba pena, cuando yo llegaba a alguna parte y me preguntaban de dónde venía, yo si decía el lugar pero no decía que era desplazado, nunca. H6

De igual forma, se hace referencia literalmente a la incertidumbre y a la zozobra que debe soportarse en la cotidianidad a partir de la experiencia traumática: *Esa incertidumbre y esa manera de vivir de uno es tenaz,* es una zozobra todos los días, horrible*. M4*

El miedo

En los relatos encontramos numerosas narraciones que hacen alusión al miedo asociado a situaciones límite, de peligro o amenaza por la violencia sociopolítica, o ante la incertidumbre y el desconocimiento del contexto en el lugar de llegada.

Una de las entrevistadas narra como el miedo se reflejaba en su constante estado de alerta ante el posible acecho de los actores del conflicto responsables por su desplazamiento:

Nos llevaron para el parque y en ese parque uno miraba a todo lado a ver si de pronto había gente de esa jodida, pero no! el parque le generaba uno miedo por el hecho de que alguien lo mirara a uno y lo fregara M4

El temor a estar siendo vigilado y perseguido, se mantenía constante en los diferentes lugares en los que debían desenvolverse en la ciudad:

Al principio en el transporte público, si un joven se quedaba mirándome mucho, prefería perder el pasaje 'vuele de acá que eso son los paramilitares que me mandaron a la plaga' y corra. M4

La misma entrevistada reconoce cómo el miedo la inmovilizaba, obstaculizando su

posibilidad de participar de espacios de formación ofrecidos por la fundación.

No hicimos nada más porque uno estaba cerrado, no mirábamos mas allá, habría podido hacer otros cursos y ya iría más adelante, pero con ese temor y ese miedo no hacia nada M4

Otro participante expresa lo difícil que fue para él compartir su experiencia y sentimientos dentro de las actividades de acompañamiento desarrolladas, haciendo explícito su miedo a contar lo vivenciado:

yo me sentía mal, para mi era muy duro... los demás compañeros, se ponían a comentar el caso, se ponían a llorar, eso me hacía sentir indeciso y llegue a pensar en no volver más a la fundación, por ese temor de contar las cosas H6

De igual forma, una entrevistada relata como durante una de las actividades del proceso de acompañamiento, asocio la dinámica con la experiencia traumática, por lo que tuvo que pedir que esta se parara, debido al temor a que se llegaran a avivar los sentimientos experimentados.

(Durante la actividad) les amarraron las manos, pero yo les dije que los soltaran, porque uno ya ha pasado por eso y la primera vez no fue bueno y no fue juego, la cabeza se le vuelve a uno un infierno M2

Hacia la resignificación del miedo

Uno de los entrevistados relata cómo a partir del proceso de acompañamiento psicosocial pudo perder el miedo a expresarse, llenándose de confianza en sí mismo y de deseos de salir adelante:

Yo al final cogí confianza y dije: ‘tengo que salir adelante’ y así con esta ayuda que a uno le prestan, se sacan todos los problemas adelante, comentándolos delante de la gente; hoy en día yo comento cualquier cosa y no me da miedo, ya uno se acostumbra a que uno tiene que ser lo que es ahora, que si uno se vuelve al pasado, entonces nunca va a salir de esa situación...

El mismo entrevistado relata la forma como durante las dinámicas desarrolladas pudo perder el miedo a relacionarse con las demás personas con las que estaba compartiendo el proceso, reconociendo a su vez la posibilidad de poder confiar en el otro:

(Acerca de una actividad en la que una persona tiene los ojos vendados y otra lo guía a manera de lazarillo) esa actividad me hizo perder el miedo, me permitió sentirme seguro; me dije: lo que yo me proponga lo puedo hacer a través de esa persona que me está guiando H6

Del sufrimiento a la esperanza

Una de las mujeres entrevistadas narra su intenso sufrimiento en el momento del desplazamiento, así:

Sentí que me iba a morir, fue algo demasiado difícil... Cuando salí de mi lugar de origen mi esposo no estaba conmigo, él estaba perdido, yo no sabía que había pasado con él, hacía 20 días él estaba desaparecido, yo salí con las tres niñas, entonces fue muy duro porque ese día habían colocado un bus bomba y nadie podía salir de allá del pueblo. M1

Otra de las entrevistadas expresa cómo la frustración y la desvalorización personal vivenciadas en el desplazamiento, acompañadas por la perdida de los referentes identitarios generan una experiencia subjetiva en la cual, la persona se encuentra sometida a una sensación de inseguridad muy profunda:

Es un sentimiento de impotencia, de sentirse uno acabado, de sentirse sin fuerzas para levantarse... es como perder uno esa identidad, es perder uno 16 años de su vida, en un sitio donde todo mundo lo conocía, donde como que uno era el centro. M1

Uno de los participantes hace referencia al sufrimiento experimentado ante las desapacibles y agresivas condiciones de vida que la persona debe soportar en el nuevo contexto:

Llegar acá a la ciudad fue una cosa muy difícil... fue un momento de incertidumbre, de tristeza, de dolor, por tantas cosas que uno había dejado, es muy triste saber que uno tenía un trabajo, una ubicación, un futuro, una calidad de vida digna para los hijos, y llegar acá a tener que acostar a sus hijos en el piso, verlos aguantando hambre, sufriendo, cuando ellos no estaban enseñados a eso, eso fue duro para mi. H6

La amenaza política, el desarraigo, la desesperanza y la impotencia por no poder aliviar el padecer de los suyos, pueden llevar a perder el sentido de vivir, llegándose a considerar ideas suicidas. Así lo expresa una de las entrevistadas:

Yo he intentado como tomarme un veneno, darle otro al niño y otro a mi esposo, porque, qué espera uno con esa situación. Uno a veces llega a pensar cosas terribles. Comparar ésta situación con la forma como vivimos toda una vida es para nosotros muy duro. Mis hijos decían que les provocaba matarse. Mi hijo, el que maneja el taxi, se tomo unas cervezas y estrello el carro contra un poste para a matarse... el hijo que estaen el ejercito, cargo el fusil y se iba a matar y el que los estaba dirigiendo lo vio y lo castigaron... preferimos matarnos, pero nunca ir a pedirle limosna a nadie, dicen ellos. M3

Sin embargo, pudo reconocerse en las narraciones de los entrevistados, la forma en que los espacios de acompañamiento permitieron a las personas encontrar la posibilidad de resignificar el dolor. Así lo expresa una de las entrevistadas:

La parte psicosocial, era ese espacio para llorar, para hacerle duelo a esa situación, para recordar esos momentos difíciles, pero esa oportunidad de recordar ese momento difícil permitía tomar fuerzas para salir adelante y decir: 'yo no me puedo estancar en esto'. El primer taller que tuvimos fue duro, doloroso, pero yo llegaba por la noche y me sentía tan descargada. Ese día lloré mucho, pero después de eso aunque volvían recuerdos y volvían a veces momentos de lágrimas, ya ese dolor era un dolor más sobrellevadero, yo decía: 'no estoy sola' M1

Otra mujer, hizo referencia a la forma como las dinámicas se configuraban como un espacio que permitía desahogarse y expresar el sufrimiento, al tiempo que se sentía la compañía de otros que compartían y comprendían el dolor propio:

Lloré todo el taller, esa vez fue tenaz, porque era plasmar en ese papel todo lo que a mi me había sucedido y tener que escribir sobre la muerte de mi hijo, la muerte de mi esposo... todo eso a uno le duele mucho. Escribimos, todo el mundo lloraba, era algo intenso, fue un día duro. Sin embargo nosotros reunidos tenemos el aliciente, de que tenemos vivencias cercanas, algunos no perdieron a sus familiares, pero tuvieron que dejar sus casas, sus fincas, o su ganado. A uno lo reconforta estar con sus compañeros, porque todos tenemos el mismo dolor sea de donde sea, venga de donde venga... M4

Dos entrevistadas, reconocen la trascendencia del proceso de acompañamiento como vía para aliviar su sufrimiento:

Cuando uno está en esos talleres, se olvida de lo que pasó. Yo sentí como con un alivio, como cuando uno tiene un dolor y le aplican a uno una inyección y se le va apaciguando, se le va, lentamente fui sintiendo como un descanso, como que uno se alivianaba de tantas penas que han pasado, de tantas amarguras. Entonces sentía uno alivio, se sentía recuperarse. M3

Las psicólogas compartieron con nosotros todos nuestros problemas, nos dieron consejos, y esos consejos calaron, contrarrestaron un poco todo ese dolor que hay en nosotros... aliviaron un poco todas nuestras tristezas. M4

Una de las entrevistadas narra la forma en que reconoce la esperanza más allá de su experiencia dolorosa, identificando a su vez, los aspectos positivos que pude haber traído el cambio a su vida:

Siempre fue doloroso, pero en estos momentos yo le doy gracias a Dios, Él me sacó de allá porque Él me necesitaba a mi en otra parte; entonces en este momento le doy gracias por esa oportunidad que me dio de sacarme de allá, ahora veo las cosas como con más razón, como con más objetividad, pues fue un cambio duro, doloroso, pero positivo en muchas cosas. M1

De la Desconfianza a la Confianza

Al configurarse como objetivo militar la población civil, las dinámicas de violencia sociopolítica desarrollados por los grupos en conflicto orientan su accionar, entre otros aspectos, a la desarticulación de las redes sociales y al debilitamiento de los lazos de confianza. A su vez, las experiencias traumáticas mantienen a la población afectada en un constante estado de prevención frente a una posible nueva agresión. Así lo afirma una entrevistada:

Uno no confía en nadie si a mi se me acercaba alguien mucho, yo pensaba ¿será que acá hay paramilitares?, como en la alcaldía de mi pueblo los hay, como en la gobernación de mi departamento los hay, ¿por qué no los va ha haber en otra entidad?. Entonces uno piensa, será que hablo o no hablo, será que digo mi problema o no lo digo. Uno desconfía de las personas, por lo que uno esta atravesando... M4

Al iniciar el programa, los sentimientos de desconfianza ante el espacio y las diferentes personas con las que se compartía eran evidentes, así lo reconoce la misma mujer: ese primer día fue como mirar caras nuevas, evitar hablar, no contar nada porque uno no sabía quién estaba ahí. M2

Sin embargo, gradualmente se fue fortaleciendo la confianza entre los participantes y entre ellos y los acompañantes, así lo describen dos de las personas entrevistadas:

En los primeros días fue muy caótico y la desconfianza y la sensación de uno de estar desprotegido. Porque es una desconfianza muy terrible, uno no confía en nadie, uno en cada una de las personas ve al enemigo, uno no ve a nadie bueno. Ya con lo que ha pasado en los talleres, en los diálogos y todo eso, uno ya empieza a ver que todavía hay gente buena que le puede generar a uno cosas buenas, que puede ayudarle a superar a uno ese problema, escucharlo y de pronto darle un consejo a uno a tiempo. M3

Fue rico encontrar un lugar donde uno pudiera además de recibir, compartir con los demás. Cada día la cosa era como más rica, me integré más con los compañeros y ya después uno pierde la desconfianza. M2

Al reconocerse con otros, con historias cercanas, con padeceres cercanos, se encuentra la confianza y la posibilidad de estrechar lazos de solidaridad en la confrontación del dolor. Dos de los entrevistados afirman al respecto:

(En la fundación) hay confianza, todo el mundo sabe que somos desplazados, de decir que de tal pueblo venimos, que nos sacó la guerrilla, o sea hay como un poquito de confianza, todo el mundo que va allá van por lo mismo, para recibir ayuda. H5

A uno lo reconforta estar con sus compañeros, el uno con el otro, porque todos tenemos el mismo dolor sea de donde sea, venga de donde venga... eso le sirve a uno, uno siente como que le van quitando el peso de encima, porque igual de pronto yo le estoy

contando hoy a él, y yo se que él no me va a poder ayudar, pero me escuchó y d esa escucha, como que lo ayuda a uno... M3

Una de las mujeres entrevistadas hace referencia a una de las dinámicas especialmente orientadas a fortalecer los lazos de confianza entre los participantes:

El encuentro en el que nos taparon los ojos me tocó con una señora, yo la guiaba y me sentí con mucha responsabilidad... yo le dije a ella -vamos a hacer este ejercicio pero como yo veo que nos están tapando los ojos, si me toca a mi guiarla, no se preocupe que yo no la voy a dejar caer y espero en que si me toca a mi usted no me va a dejar caer, yo confío, entonces eso le dio pie a ella para la confianza y nos divertimos por todo el camino, nos reíamos de una cosa y de otra... M2

Pese a que puede reconocerse en los relatos un proceso de renovación de la confianza, esta se limita al contexto de la Fundación y a quienes se conoce en la misma. Así lo narra uno de los entrevistados:

Con otras personas extrañas a uno no le cuadra mucho, le van a preguntar por qué lo desplazaron, en cambio aquí hay más de confianza, se siente más relajado... H5

Discusión

La persona desplazada y sus sentimientos

En la investigación encontramos que los narradores dan cuenta de diversos sentimientos, entre ellos la vergüenza, la tristeza, la incertidumbre, el miedo y la desconfianza; sentires que relacionan con la vivencia de violencia política.

Al decir de Agnes Heller (1980) la **vergüenza** es el afecto social por excelencia, sentimos "que 'nos están viendo', ... tenemos encima la mirada de la comunidad, nos condena, se burla de nosotros, o simplemente nos 've' y por eso sentimos vergüenza" p.105; así lo narra un hombre: *la verdad es que me daba pena, yo si decía el lugar de donde venía, pero no decía que era desplazado, nunca.*

Heller (1980) consideró que es difícil experimentar el afecto de la **tristeza**en forma pura, la mayor parte de las veces, sobre este afecto se levanta la pena y "la tristeza, como emoción, es al mismo tiempo una predisposición para que ciertos estímulos puedan suscitar el afecto de tristeza" (p.107). En nuestro estudio encontramos que el impacto de los hechos violentos es de tal fuerza que las personas expresan la tristeza directamente, sin ambages: *... para mi era muy triste tener tres hijas para alimentar y no tener que darles.*

Elizabeth Lira (1991) en su texto "Psicología de la amenaza política y el miedo" habló de

como durante la dictadura militar en Chile, “en todos los hogares había angustia e incertidumbre” (p.115). La autora afirmó que las encuestas de Opinión Pública aplicadas confirmaron que la amenaza política genero **incertidumbre** entre la población a nivel masivo. En concordancia con este hallazgo, en nuestra investigación encontramos que las personas desplazadas por los actores armados cotidianamente sufren este sentir y así lo dijeron: *Esa incertidumbre y esa manera de vivir de uno, es tenaz, es una zozobra todos los días, horrible.* M2

El miedo

De acuerdo con Lira y Martín Baró (1990) en nuestra investigación, hallamos, tanto la vulnerabilidad cómo el incremento del estado de alerta, cuando las y los narradores expresaron sentimientos relacionados con la incertidumbre implicada en la vivencia del miedo.

Encontramos también que después de vivir una experiencia límite, el miedo alteró el sentido de la realidad. De tal forma que las persona vivencian miedo crónico; el cual fue definido por Lira (2004) como aquel que “deja de ser una reacción específica a situaciones concretas y se trasforma prácticamente en un estado permanente de la vida cotidiana,” (p. 241).

En los relatos de las personas beneficiarias de Mencoldes, encontramos que las y los narradores experimentaban la ansiedad como un tipo particular de miedo de la que habla Heller (1980), ansiedad ligada a los espacios públicos, al encuentro de personas que les miraran o les hicieran cualquier pregunta, en la calle, en la tienda, o en el medio de transporte, dado que las relacionaban con los actores armados que los habían desalojado de su tierra.

De igual manera, en el estudio encontramos que las personas desplazadas en sus narraciones se refirieron a la inhibición sentida, en las situaciones que les evocaron vivencias donde su vida estuvo en peligro, inhibición ligada al miedo a la aniquilación. Lira (1990).

No podemos pasar por alto otro de los “efectos subjetivos” (Lira 1991, p. 41) de la represión: efecto nombrado por Martín Beristain (1999) como “una gran cicatriz” (p.257) producto del silenciamiento a raíz de la experiencia cotidiana del miedo que mantiene a las comunidades paralizadas y sin recursos para reaccionar ante las circunstancias más extremas: …es difícil hablar dice una mujer.

De acuerdo con Samayoa (1999), Martín Baró (1999) y Lira (1999), corroboramos en nuestra investigación, que el impacto psicosocial de la violencia sociopolítica en contextos de represión y guerra destruye la posibilidad de encuentro con los demás, rompe el tejido social, genera condiciones para la desconfianza, la polarización y la deshumanización debido a la presencia permanente del miedo que acalla, confunde y disuelve todo intento de cambio.

Hacia la resignificación del miedo

En la investigación encontramos que únicamente una de las seis personas participantes, narró explícitamente transformaciones en este sentido. El hecho relativo a que las otras personas no hablen de esta transformación es comprensible, dado que en nuestro país vivimos la escalada de un conflicto armado prolongado y las personas en situación de desplazamiento forzado con quienes trabajamos viven en áreas de la ciudad, donde este conflicto está presente en la vida cotidiana, hecho que hace que el miedo sea protector de la vida; por ello si bien es importante movilizarlo hacia un mejor manejo, no sería conveniente anularlo.

Desde este hallazgo, estamos de acuerdo con la afirmación de Navarro y Sarti, (2000) relativa a la potencia de la narración para comprender y manejar el miedo, en el sentido de emprender acciones protectoras y construir nuevas comprensiones respecto de la amenaza y la adversidad más contextualizadas.

De igual forma, en este reto reconocemos el carácter íntimo de la experiencia sentimental del miedo planteado por Castilla del Pino (2000), como insumo importante de futuras investigaciones que hagan visible aquello invisible, comunicable aquello incomunicable y mitiguen el "peso de los miedos acumulados en los años pasados y las consecuencias de la vida cotidiana" (Lira 2004, p. 242).

Del sufrimiento a la esperanza

En este orden de ideas, en esta investigación, al igual que en estudios anteriores, (Sacipa, 2001, 2003) encontramos que las personas en el transcurso del desplazamiento forzado son expuestas a la vivencia intensa del dolor debido a la violencia que sufren en sus cuerpos, o en los de sus seres queridos, y simultáneamente deben afrontar otras perdidas materiales, psicosociales y culturales.

Camilo (2002) plantea que debe considerarse al desplazamiento como un acontecimiento traumático, que pone a prueba la estabilidad personal y la solidez del núcleo familiar o social; supone la renuncia a una serie de condiciones a partir de las cuales se había construido un proyecto de vida personal, familiar y, en algunos casos, comunitario.

Sumado al efecto traumático que implican estas dinámicas de violencia política durante el desplazamiento forzado, se genera un sufrimiento posterior al desplazamiento, un sufrimiento ligado a la pérdida de la identidad, a la pérdida de una vida que de forma violenta e intempestiva se dejó atrás.

Al respecto, Correa y Rueda (2002) plantearon:

La pérdida del territorio-origen, del territorio madre, que conlleva la pérdida de la

identidad del sujeto desplazado, da origen a la asunción del anonimato. La pérdida del nombre, de los vínculos de reconocimiento y afirmación social, la pérdida de los lazos grupales; todo ello genera la anomia del desplazado. La pérdida mayor que tiene el desplazado está ahí, su nombre recubre una oscuridad, un vacío ... Ahora recorren anónimos vías y plazas de lugares donde no tienen pertenencia, en donde no pueden ser ubicados. En donde no desean que se les ubique. (p.77)

La frustración y la desvalorización personal que implican la amenaza política acompañada por la pérdida de los referentes identitarios generan una experiencia subjetiva en la cual, la persona se encuentra sometida a una sensación de inseguridad muy profunda, en palabras de una mujer: es una cosa de impotencia, de sentirse uno acabado, de sentirse sin fuerzas para levantarse

La pérdida de la identidad, de la vida como se recordaba, la añoranza por lo que quedo atrás y el sufrimiento por lo perdido, muchas veces deben confrontarse drásticamente con un contexto desapacible y agresivo, que parece no inmutarse ante la angustia, ante el dolor y la tristeza, ante el padecer que día a día se debe soportar frente a las necesidades vitales insatisfechas. Uno de los entrevistados lo expresó así: llegar uno acá a tener que acostar a sus hijos en el piso, verlos aguantando, sufriendo

La implacable soledad de la que hablo el poeta limeño Chirinos citado por Paolo de Lima (2005) al hablar de la violencia política en el Perú en los años 80 y 90, fue vivenciada por dos de nuestras narradoras: *llorar el uno, llorar el otro, a quien le pido ayuda?* dice una de ellas y otra expresa: *uno sufre ...de estar por aquí sólo*

En el duelo complicado como el que experimentan las personas desplazadas que sufrieron múltiples pérdidas con frecuencia hay desesperanza y la persona siente que no tiene mucho sentido vivir. Incluso algunas de ellas llegan a intentar quitarse la vida, buscando la liberación del sufrimiento, así lo expresaron tres personas: *yo he intentado tomarme un veneno* dice una, y otra cuenta: *mi hijo, cogió el carro y le mando el carro al poste para a matarse.* Una tercera narró: *me quería matar, no quería vivir más*

Cuando Castro Soto (1998) analizó lo sucedido a los más de quince mil desplazados forzados en Chiapas, México, encontró estos mismos sentimientos en la población y anotó como ellos sitúan a la población en una dinámica de inactividad-pasividad, dinámica que constituye uno de los objetivos de la guerra.

En este mismo sentido Lira (1990) afirmo: la guerra no es solo la confrontación armada, es una estrategia total que utiliza el miedo, el temor, las frustraciones, el dolor, donde el objetivo es el control de la mente de la población, transformando el peligro y la amenaza vital en una situación permanente.

Sin embargo, pese a la crueldad de la guerra y a la perversidad de las estrategias empleadas para doblegar a la población, las personas no logran ser sometidas a ser sujetos pasivos de la barbarie de los armados; sus lágrimas no se desvanecen en la lluvia, su angustia y su dolor cobran un sentido en su existencia.

De acuerdo con Frankl (1979),

al hombre se le puede arrebatar todo salvo una cosa: la última de las libertades humanas -la elección de la actitud personal ante un conjunto de circunstancias- para decidir su propio camino … Es esta libertad espiritual, que no se nos puede arrebatar, lo que hace que la vida tenga sentido y propósito (p.70).

De esta forma, la manera en que las personas hacen frente a los avatares de la vida, aceptan su destino y todo el dolor que éste conlleva, les da muchas oportunidades –incluso bajo las circunstancias más difíciles- para conferir a su vida un sentido más profundo, abriéndose la oportunidad de aprovechar o de dejar pasar las ocasiones de alcanzar los méritos que una situación difícil pueden proporcionar. (Frankl, 1979)

Frankl (1994) concibió el dolor como un sentimiento que el ser humano puede tener, y que de hecho lo tiene, pero él en sí mismo no es dolor, él tiene el dolor y es doliente. Por su parte, sufrir implica tomar una postura frente al propio dolor, y esto equivale a estar 'por encima' de él y esta superioridad puede tener una relevancia existencial. De esta forma, la connotación espiritual del sufrimiento lo diferencia del dolor originario, de la angustia originaria, de la ira originaria,

Asimismo Frankl (1979), encuentra que el interés principal del hombre no es encontrar el placer, o evitar el dolor, sino encontrarle un sentido a la vida, razón por la cual el hombre esta dispuesto incluso a sufrir, a condición de que ese sufrimiento tenga un sentido. El sufrimiento puede dejar de ser en cierto modo un padecer en el momento en que encuentra un sentido; como lo afirmaría Martín Baró (2000) "El sufrimiento que acarrea la guerra ofrece incluso a algunas personas la oportunidad de crecer humanamente" (77).

Es así, como las investigadoras encontramos que en la Fundación Mencoldes, las personas desplazadas forzosamente han encontrado en los espacios de acompañamiento psicosocial, la posibilidad de reconstruir el significado de las experiencias traumáticas, de resignificar el dolor y de compartir las experiencias de vida.

En la significación atribuida por los entrevistados a estos espacios, fue evidente la importancia del acompañamiento psicosocial, de la atención prestada al dolor que clama atención, que necesita desahogarse, de la expresión del sufrimiento. encontrar en su propia narración un sentido a su sufrimiento. De saberse acompañado en su dolor, de reconocer en el otro el dolor propio y reconocerse a sí mismo, como parte de toda una población afectada por el absurdo de la guerra, de reconocerse como parte de una red social, que de forma dialéctica, reconstruye el sentido de sus vidas, para así hacer frente al sinsentido de la guerra.

Al reconstruir el significado de su sufrimiento, de las vivencias traumáticas que han configurado la realidad que hoy conocen, dándole un sentido a la vida tal como la conocen, es posible para las personas desplazadas, pasar a crear, a soñar, a creer que

puede haber un mañana dentro del continuo de la vida.

Tal como afirma López (1998):

lo único que releva el dolor es el goce que responde con la superación ante el acontecimiento que proyecta la esperanza humana. La esperanza es el relevo del dolor, una llama de poder proyectivo que anima la lucha por la vida y abre la vía a la realización del futuro. (p.53)

No obstante es importante anotar que la resignificación del sufrimiento a través del acompañamiento psicosocial encuentra un límite claro con el cual nos encontramos al reconocer que el sufrimiento sigue siendo potenciado por los contextos receptores, en los que continuamente se recrean y articulan las lógicas de guerra, en los que se configuran nuevas dinámicas de violencia urbana ligadas a los mismos principios de exclusión y violencia estructural.

De la Desconfianza a la Confianza

En la investigación encontramos que las personas que han sufrido el desplazamiento, han vivenciado de manera forzada la ruptura de sus lazos sociales y con ello se ha destrozado su confianza en los otros. La desconfianza generada por la experiencia de violencia política fractura la comunicación, dado que ya no es posible la interacción desprevenida: *hay cosas que no se pueden ventilar porque uno no sabe qué persona entra ahí, de qué lado viene, o si vienen a poner cuidado para caerle a uno.*

El miedo generador de desconfianza, simultáneamente provoca el aislamiento de la persona; en palabras de Castilla del Pino (2000**)** "Quien no se confía … se priva de toda interacción que no sea la puntual y superficial" (p. 332). Así encontramos que en las narraciones de las personas en situación de desplazamiento, la desconfianza genera imposibilidad para contar con otro, para encontrar un alter con quien compartir la vivencia dolorosa: en este sentido una mujer desplazada dice: *…sin saber a quién decirle, con quién desahogarse*

Elizabeth Lira (1991,p.38) haafirmado en su obra, que la violencia política produce consecuencias psicosociales tales como "el debilitamiento de la autonomía personal y de la autoconfiaza. La gente está siempre buscando claves, indicaciones, orientaciones, acerca de cómo ser clasificado en público para no tener problemas". De acuerdo con esta afirmación, en nuestro estudio encontramos varios relatos en este sentido, una de las narradoras lo dice así*: ese primer día (de talleres) fue como mirar caras nuevas, evitar hablar, no contar porque uno no sabía quién estaba ah*í.

La autora en el mismo texto (1991 p.142) dice:

el impacto de la amenaza política se observa en el miedo internalizado, en la desconfianza en las relaciones entre las personas y en la impotencia de vastos sectores

sociales ante las consecuencias de las políticas gubernamentales en sus propias vidas.

En este orden de ideas, encontramos que uno los participantes en el estudio afirma: Uno no confía en nadie uno de todas maneras piensa eso, ¿será que acá hay paramilitares?,

Desafortunadamente este no es un hecho nuevo en la historia de Colombia, ya en un estudio donde se recoge la historia oral de la conflictividad y violencia política durante varias décadas del siglo pasado, en un municipio colombiano, encontrábamos (Muñoz y Sacipa, 2001, p. 84) como el ejercicio de la violencia para someter incondicionalmente la población al dominio político de un partido se basaba en estrategias violentas que infundían temor político. Las amenazas y hostilidades que atravesaron las relaciones sociales creaban un ambiente de inseguridad y desprotección de la población, obligándola, a actuar con desconfianza y prevención en defensa de su propia integridad.

En relación con la cultura política construida en el contexto de guerra y su efecto en las personas, Bruno Bettelheim (1979) investigador del Instituto de Investigación Social en Frankfurt, citado por Elizabeth Lira (1991, p.19) planteo:

Para la integración de una persona puede resultar completamente demoledor ver que el sistema de creencias en que se basa dicha integración, y que la protege contra la angustia ante la muerte, no sólo deja de cumplir su cometido, sino que, peor aún, se dispone a destruirla psicológica y físicamente. Entonces uno siente que ya no queda nada capaz de ofrecer protección. Además ya no podemos estar seguros de que volveremos a saber a ciencia cierta en qué podemos confiar y contra qué tenemos que defendernos

Planteamiento que fue corroborado por las narraciones recogidas en nuestro estudio y que hablan de la indefensión, la incertidumbre, la desconfianza generada por la presencia en las instituciones y en la vida ciudadana de los actores armados, así lo dicen: *es una zozobra todos los días, nos esculcaron, vuele de acá que eso son los paramilitares y corra, esa incertidumbre.*

En estos y otros relatos encontramos que las personas desplazadas forzosamente cargan con la amenaza política internalizada es decir con la posibilidad de la pérdida, de la muerte como la espada de Damocles: *uno a veces no sabe ni qué hacer, o ni para dónde coger, ni qué hablar, ni qué* d*ecir.*

En palabras de Lira (1991, p 69, 70): “es lo siniestro invadiendo las relaciones interpersonales, a través de la delación, de la desconfianza, de la imposición del autoritarismo, de la dependencia, del sometimiento, de la apatía, del individualismo, de la inestabilidad, de lo impredecible”.

Las personas llegan a la Fundación Mencoldes en la fase de emergencia, donde como lo anotan López, Pavajeau, Rodríguez y Sacipa (2003):Las acciones humanitarias se desarrollan en situaciones en las que son frecuentes experiencias que se caracterizan

por graves disrupciones, pérdidas materiales, sociales y culturales. En situaciones de emergencia se producen emociones como el miedo, el cual influye en el comportamiento de las personas y en su manera de enfrentar la realidad; igualmente suele provocarse en las personas retraimiento y aislamiento social que hacen más difícil la ayuda y el acercamiento de organizaciones, pues este miedo provoca desconfianza hacia otros; llevándolos a inhibir la comunicación, a ocultar sus emociones y pensamientos.

Por ello es tan fuerte el reto para las instituciones que atienden a las personas en esta fase, y cuando el reto es asumido en forma procesual como lo hace esta Fundación, los resultados son de importancia vital para la persona afectada por la violencia política.

Es así como la renovación de la confianza en el proceso de acompañamiento en Mencoldes se gesta en varias dimensiones:

En primer lugar, a través del programa inicialmente llamado Vida con propósito y luego Acompañamiento psicosocial logró a través de las conversaciones terapéuticas grupales, orientadas temáticamente, la catarsis de los sentires en un espacio que brindo contención y recuperación de la confianza básica.

En segundo lugar hallamos que en los talleres generadores de reflexión, se gestó entre los participantes, el reconocimiento del dolor común y la solidaridad en el sufrimiento, así lo expresaron los narradores:, A uno lo reconforta, (reconocer que)todos estábamos en la misma situación de desplazamiento, porque todos tenemos el mismo dolor.

Los relatos de los participantes le dan razón práctica a la formulación teórica de Erich Fromm (s.f., p.63) cuando afirmó:

Hay tan sólo una solución creadora posible que pueda fundamentar las relaciones entre el hombre individualizado y el mundo: su solidaridad activa con todos los hombres, y su actividad, trabajo y amor espontáneos, capaces de volverlo a unir con el mundo, no ya por medio de los vínculos primarios, sino salvando su carácter de individuo libre e independiente.

Una tercera y última dimensión importante para la construcción de lazos de confianza en la fundación Mencoldes, se refirió a la actitud abierta, comprometida y humanizante, de las y los psicólogos acompañantes, así lo encontramos en varias narraciones: Admirable la sencillez, el calor humano y la nobleza, el trato, el hacernos sentir importantes, expresa una narradora, y otra dice: ustedes no nos pusieron barreras.

Según lo relataron las personas entrevistadas, la forma en que se desarrolló la propuesta del acompañamiento, propició contextos para interactuar con las personas en forma más cercana, dando la oportunidad para crear un ambiente en el cual el acompañante fue un interlocutor válido, garante de confianza y confidencialidad (Bolivar y Ordóñez, 2004).

Es así como encontramos que la escucha activa, actitud con la cual nos relacionamos

con las personas desplazadas fue valorada especialmente por las y los narradores como una herramienta que les hacia sentir validados y valorados.

De esta manera, se abrió el paso a la interacción profunda, a la comunicación portadora de vida: … Cuando hablaba uno con ellos, sentía como una paz interior, ya desahogándose uno contando lo que le sucede. Abierta la comunicación la persona encontró posible compartir con un(a) 'Otro(a) comprensiva(o)' el sufrimiento que le provocó la violencia política y las pérdidas causadas por la guerra.

Conclusiones

El acompañamiento psicosocial 'Resignificar la experiencia' fue concebido desde sus inicios como un proceso orientado a la construcción de espacios en los cuales las personas en situación de desplazamiento forzado resignificaran su experiencia, dotándola de sentidos capaces de crear vida en medio de escenarios adversos (Sacipa, 2003).

Las investigadoras – acompañantes contextualizamos el problema del desplazamiento forzado en el escenario político, económico y social colombiano, reconociendo que las personas que hacen parte de la población civil no son sólo víctimas de la violencia, sino también actores sociales capaces de rechazar los mecanismos de la guerra y crear sus propias estrategias en pro de la vida y la noviolencia. Por lo tanto, el acompañamiento y esta investigación representaron el reto de tejer los saberes académicos junto con los saberes de la experiencia (Sacipa, 2003).

Hablamos de una perspectiva donde la visión ética del psicólogo social se dirigió a 'construir con' las personas y con la comunidad en un proceso que lejos de intervenir para operar cambios determinados, pretendió acompañarlos en la construcción de un nuevo sentido de su experiencia (Sacipa y Tovar, 2004).

Los espacios de encuentro y conversación, fueron significados como una forma de reconocimiento y legitimación de su propia historia (Beristain, 1999), donde eran acogidos en forma cálida y amorosa. Esto hizo posible por una parte, la liberación de sentimientos y por otra su validación en tanto personas dignas. Así mismo, los talleres fueron considerados como posibilitadores de aprendizaje significativo.

Las investigadoras hallamos que la emergencia de los sentimientos vivenciados como consecuencia del desplazamiento forzado y su resignificación se constituyeron en elementos de gran fuerza significativa en el proceso.

El miedo fue uno de los sentimientos más experimentados por las y los participantes En ocasiones esta vivencia alteró la estabilidad emocional de las personas, llevándolas a episodios de depresión. Una de las variantes del miedo que apareció con mayor frecuencia entre las y los entrevistados de Mencoldes, fue la ansiedad, que se presentaba como una constante en la cotidianidad de algunas personas durante el

periodo de tiempo inmediato al arribo a la ciudad.

El sufrimiento de las personas en situación de desplazamiento parte de la vivencia traumática de la violencia que les fue infringida, continúa en el desarraigo, en la pérdida de seres queridos, en el despojo material y en la hostilidad del ambiente receptor. Este sentir es alimentado por la soledad e incertidumbre y algunas veces degenera en impotencia y pasividad.

Fue sorprendente la forma como las personas entrevistadas se sobrepusieron a sus sufrimiento para resurgir de la tragedia. En esta renovación, el acompañamiento psicosocial tuvo un papel reconocido por ellos y ellas para la recuperación de la esperanza, especialmente en la Fundación Mencoldes.

Caminar al lado de las personas en la búsqueda de sentido (Frankl, 1979), acompañar el dolor de manera directa permitiendo la catarsis y la configuración de una nueva mirada, así como guiar a las y los participantes en el reconocimiento y la construcción de redes sociales de apoyo, contribuyó a vivir este sufrimiento de manera menos destructiva.

Como era de esperarse, la desconfianza fue uno de los sentimientos mencionados con mayor frecuencia por las personas entrevistadas. Esta afectó su experiencia hasta el punto de interferir con la cotidianidad y perjudicar las relaciones próximas. El fortalecimiento de la confianza en la gente y la promoción de lazos de apoyo, fueron logros evidentes del acompañamiento 'Resignifcar la experiencia'.

La postura ética y la opción metodológica de 'Resignificar la Experiencia' fueron la clave para acompañar la construcción de la confianza. Así, los encuentros conversacionales en un ambiente de seguridad, la postura del "no saber" y la escucha activa abonaron el terreno para ofrecer un nicho de confianza que ayudó a las personas a recuperar su fe en los otros. No obstante comprendimos siempre que demasiada confianza en un ambiente de conflicto armado puede ser un factor de riesgo.

Queda la pregunta acerca de cómo reconstruir la confianza necesaria para continuar el camino vital y recuperar la capacidad de acción y riesgo, sin que se pierda la habilidad para reconocer las señales de peligro en el ambiente.

De igual forma, la investigación permitió reconocer limitantes del proceso de resignificación de los sentimientos relativos al desplazamiento forzado, dentro del proceso de acompañamiento:

La resignificación del miedo tuvo como obstáculo fundamental la continuidad del conflicto armado tanto en los lugares de procedencia como en la ciudad, situación donde de acuerdo con Beristain (1999) el miedo es un recurso protector de la vida.

De igual manera, la violencia estructural, y el conflicto armado se convirtieron en límites al logro de una mejor resignificación del sufrimiento en el proceso de acompañamiento. Como se observó en las víctimas de la segunda guerra mundial resignificar el dolor, requiere condiciones de vida digna y paz, con las cuales hoy en día,

no se cuenta en el contexto nacional, por el contrario, en el caso colombiano, se vive en un conflicto degrado, "lo que genera mucha dificultad a la gente en la búsqueda por encontrarle un sentido a la experiencia" (Beristain, 2004, p.38).

Finalmente es importante anotar que resignificar la desconfianza entre ciudadanos, es decir renovar la confianza en la ciudadanía, requiere la promoción de políticas de reconocimiento 'real' de la diversidad y la diferencia que se traduzcan en acciones de inclusión de todos y todas las ciudadanas en dinámicas sociales específicas.

Finalmente, renovamos la opción por una psicología social comprensiva, si quiere llamarse terapéutica, básicamente muy comprometida con las personas víctimas de la guerra y en esos términos, una psicología política liberadora que apuesta fundamentalmente por la vida y que abre caminos de humanización. Una psicología que como avizoraba Ignacio Martín Baró (1990) le da paso al amor que es unión y entrega mutuas haciendo posible la convivencia social.

Beristain, C. (2004) Reflexiones sobre los enfoques y el trabajo psicosocial. En Terre des Hommes, Italia y Unión Europea (eds.) *Enfoques y Metodologías de Atención Psicosocial en el contexto del conflicto socio político colombiano* (pp. 9 -30) Bogotá, Colombia.

Beristain, C. (1999) Reconstruir el tejido social: Un enfoque crítico de la ayuda humanitaria. Barcelona, España: Icaria Antrazyt.

Bolívar T y Ordóñez X. (2004) *Plan de Acción elaborado para acompañar comunidades en situación de desplazamiento.* Informe trabajo semestral. Proyecto de Práctica Construcción de Culturas de Paz. Facultad de Psicología Pontificia Universidad Javeriana. Documento inédito.

Bonilla, G., I, Triviño, J., M. A. y Sacipa, S. (2002)*Significados culturales construidos por jóvenes desvinculados de grupos armados*. Tesis Facultad de Psicología Pontificia Universidad Javeriana. Bogotá. Documento inédito.

Bruner, J. (1995) Actos de Significado: Más allá de la revolución cognitiva. Madrid, España: Alianza.

Camilo, G. (2002) Impacto psicológico del desplazamiento forzoso: Estrategias de Intervención. En Universidad Nacional, Fundación Dos Mundos y Corporación AVRE. *Efectos psicosociales y culturales del desplazami*ento. Bogotá, Colombia: Unibiblos.

Castilla del Pino, C (2000) *Teoría de los Sentimientos*. Barcelona, España: Tusquets

Castro R. y Sacipa S. (1998) Significados construidos alrededor de paz y democracia en estudiantes de psicología un estudio desde la Psicología Cultural, Tesis Facultad de Psicología Pontificia Universidad Javeriana Bogotá. Documento inédito.

Castro Soto, G. (1998) El desplazamiento forzoso: los dedos que mantienen las heridas abiertas. *Chiapas al Día*, 135, 7 de noviembre de 1998

CIEPAC. Recuperado el 19 de octubre de 2005 de http://www.ciepac.org/bulletins/100-200/bolec135.html.

Correa & Rueda (2002) La barbarie irracional de la guerra. En Universidad Nacional, Fundación Dos Mundos y Corporación AVRE. *Efectos psicosociales y culturales del desplazami*ento. Bogotá, Colombia: Unibiblos.

Díaz, R (2004) Atención psicosocial en la ciudad de Bogotá: un caminar de aprendizajes y desafíos. En Terre des Hommes, Italia y Unión Europea (eds.) *Enfoques y Metodologías de Atención Psicosocial en el contexto del conflicto socio político colombiano* (pp. 205 – 222). Bogotá, Colombia.

De la Corte, Luis y Moreno Florentino (2004) Psicología de la guerra: causas y efectos. Pag 145 – 187 En: *Psicología y Derechos Humanos*. De la Corte, Luis, Blanco Amalio, y Sabucedo, Manuel (comp.) Barcelona, España: Icaria.

Fernández, P (2004). *La Sociedad* Men*tal.* Barcelona, España: Anthropos.

Frankl, V. (1994). El hombre doliente. Barcelona, España: Herder.

Frankl, V. (1979). El hombre en busca de sentido. Barcelona, España: Herder.

Galindo, L. y Sacipa, S. (2001). *Construcción de significados culturales en la tramitación de conflictos la comisión de derechos humanos y paz ECOPETROL – USO*. Tesis Facultad de Psicología, Pontificia Universidad Javeriana, Bogotá. Documento inédito.

Heller, A. (1980) *Teoría de los Sentimientos* (1ª ed.). Barcelona, España: Fontamara.

Lieblinch, A., Tuval – Mashiach, R., y Zilber T. (1998): *Narrative Research*. California, EE.UU: SAGE Publications

Lima, P (2005) *La violencia política en el Perú: globalización y poesía de los 80 en los 'tres tristes tigres*. Universidad Católica. Recuperado el 19 de enero del 2006 de http://www.andes.missouri.edu/andes/Especiales/PdLTigres/PdL_Tigres1.html

Lira, E. (1990) Psicología del miedo y conducta colectiva en Chile. En Ignacio Martín Baró (comp.) *Psicología social de la guerra* (pp. 176 -195) San Salvador, El Salvador: UCA Editores.

Lira, E (1991) *Psicología de la Amenaza Política y el Miedo*. Recuperado el 24 de mayo de 2005 en www. dinarte.es/salud-mental/pdfs/Lira

Lira, E (2004) Consecuencias psicosociales de la represión política en América Latina. En Luis De la Corte, Amalio Blanco y José Manuel Sabucedo (comp.) *Psicología y Derechos Humanos* (pp. 221- 247) Barcelona , España: Icaria.

López, M. (1998). El dolor: la sede del conflicto. En: Iván Cepeda Castro y Claudia Girón

Ortiz (comp.) *Duelo, Memoria y Reparación* (pp. 49-59). Bogotá, Colombia: Fundación Manuel Cepeda Vargas con Defensoría.

López S, Pavajeau C, Rodríguez M y Sacipa S. (2003) *Construcción de significación en una población desplazada beneficiaria de la ayuda brindada por el SJR*Tesis Facultad de Psicología Pontificia Universidad Javeriana Bogotá. Documento inédito.

Martín Baró, Ignacio (1990) La violencia política y la guerra como causas del trauma psicosocial en el Salvador (p.p. 66–83). En Ignacio Martín Baró (comp.) *Psicología social de la guerra* San Salvador, El Salvador: UCA Editores.

Muñoz, D. (2003) Construcción narrativa en la historia oral. *Revista Nómadas, 18: Desafíos de la investigación cualitativa*. Bogotá, Colombia: DIUC Fundación Universidad Central

Muñoz, D. y Sacipa, S. (2.001). *Construcción de significados acerca de los conflictos sociales en la historia oral de Caparrapí*. Tesis Facultad de Psicología, Universidad Javeriana, Bogotá. Documento inédito.

Navarro, S y Sarti F. (2000)*Desenredando el Miedo*. Ponencia presentada en el II Seminario de La Red Latinoamericana y del Caribe, Violencia Política, Impunidad y Producción de Subjetividad. Octubre de 2000. Guatemala, Guatemala: ECAP.

Voy aquí

Samayoa, J. (1990) Guerra y deshumanización: una perspectiva psicosocial. En Ignacio Martín Baró (comp.) *Psicología social de la guerra* (pp. 41 – 65) San Salvador, El Salvador: UCA Editores.

Sacipa, S. (2005) De la deshumanización a la reinvidicación de la vida en medio del conflicto armado en *Cuadernos de Psicología, Derechos Humanos y Psicología* (pp. 75-82) Vol.1, 1 Bogotá, Colombia Pontificia Universidad Javeriana

Sacipa, S, Tovar C y Galindo L (2005) Guía de Orientaciones para el acompañamiento psicosocial a población en situación de acompañamiento. Bogotá, Colombia: CHF Internacional Colombia.

Sacipa, S y Tovar, C. (2004) Acompañamiento Psicosocial a una comunidad en situación de desplazamiento. En Terre des Hommes, Italia y Unión Europea (eds.) *Enfoques y Metodologías de Atención Psicosocial en el contexto del conflicto socio político colombiano* (pp. 139-150). Bogotá, Colombia.

Sacipa, S. (2003) Lectura de los significados del desplazamiento en *Universitas Psicológica.* Enero – julio Vol. 2, 1 , 49-56

Sacipa, S. (2001). *Hacer la paz en medio de la guerra*. Ponencia 24 Congreso Psicología Política, México, julio.

Sacipa S. (2000) Los Caminos Que Suscita La Historia, En: *Universitas Humanística*, 28, 49 Enero-Junio, 77-83

Sacipa S. (1995) *Construcción de Significados por una organización política*. Pontificia Universidad Javeriana, Tesis de Maestría, Pontificia Universidad Javeriana Bogotá. Documento inédito.

Vidales R. y Martinez D., y Sacipa, S. (2004). Significados culturales sobre participación ciudadana construidos por personas en situación de desplazamiento que conforman la mesa de interlocución gestión y desarrollo de Soacha y Cundinamarca MIGD. Tesis Facultad de Psicología, Universidad Javeriana, Bogotá. Documento inédito.