

AL CUIDADO DE LA MEMORIA



Caja de herramientas para trabajar
en procesos de construcción de
memoria histórica

MÓDULO 1.

CONCEPTOS SOBRE EL ENFOQUE PSICOSOCIAL
Y EL CUIDADO DE PERSONAS Y EQUIPOS



Centro Nacional
de Memoria Histórica

AL CUIDADO DE LA MEMORIA.
MÓDULO 1. CONCEPTOS SOBRE EL ENFOQUE
PSICOSOCIAL Y EL CUIDADO DE PERSONAS Y EQUIPOS
CAJA DE HERRAMIENTAS PARA TRABAJAR EN
PROCESOS DE CONSTRUCCIÓN DE MEMORIA
HISTÓRICA

Centro Nacional de Memoria Histórica

Martha Nubia Bello Albarracín
Autora del módulo

Andrés Cancimance López
Mónica Márquez
Asistentes de investigación

Tanya Paulina Muskus
Andrea del Pilar Buitrago
Roberto Reyes
Proyecto estrategia psicosocial del CNMH Fase I

Elizabeth Lira
**Asesora y lectora externa de la estrategia
psicosocial del CNMH**

- - -

Gonzalo Sánchez Gómez
Director General

Janeth Cecilia Camacho
Dirección Administrativa y Financiera

**Agencia de los Estados Unidos para el
Desarrollo Internacional (USAID)**

Peter Natiello
Director, Misión en Colombia

Michael Torreano
Director de la Oficina de Reconciliación e Inclusión

Thea Villate
**Gerente del Programa de Fortalecimiento
Institucional para las Víctimas**

Organización Internacional para las Migraciones (OIM)

Alejandro Guidi
Jefe de Misión, Colombia

Kathleen Kerr
Jefe de Misión Adjunta, Colombia

Fernando Calado
Director de Programas

Camilo Leguizamó
**Coordinador del Programa de Fortalecimiento
Institucional para las Víctimas**

Esteban Moreno
Especialista en Rehabilitación Psicosocial

Esta publicación fue posible gracias al apoyo del Gobierno de los Estados Unidos de América a través de su Agencia para el Desarrollo Internacional (USAID) y de la Organización Internacional para las Migraciones (OIM). Los contenidos son responsabilidad de sus autores y no necesariamente reflejan la opinión de estas entidades.

AL CUIDADO DE LA MEMORIA.
MÓDULO 1. CONCEPTOS SOBRE EL ENFOQUE PSICOSOCIAL
Y EL CUIDADO DE PERSONAS Y EQUIPOS.

**CAJA DE HERRAMIENTAS PARA TRABAJAR EN PROCESOS
DE CONSTRUCCIÓN DE MEMORIA HISTÓRICA**

Primera Edición: marzo de 2017
Número de páginas: 162
Formato: 20 x 20 cm

ISBN Obra Completa: 978-958-8944-42-5
ISBN Volumen 1: 978-958-8944-43-2

Coordinación Editorial:
Andrés Cancimance López

Edición y corrección de estilo:
Eduardo Franco

Diseño y diagramación:
Torreblanca Agencia Gráfica

Fotografías:
**Estrategia Psicosocial CNMH
Comunicaciones CNMH**

Impresión:
Torreblanca Agencia Gráfica

© **Centro Nacional de Memoria Histórica**
Carrera 6 N° 35-29
PBX: (571) 796 5060
comunicaciones@centrodememoriahistorica.gov.co
www.centrodememoriahistorica.gov.co
Bogotá D. C., Colombia

Impreso en Colombia. Printed in Colombia
Queda hecho el depósito legal.

Cómo citar:

Centro Nacional de Memoria Histórica (CNMH) y Organización Internacional para las Migraciones (OIM) (2017), *Al cuidado de la memoria. Módulo 1. Conceptos sobre el enfoque psicosocial y el cuidado de personas y equipos. Caja de herramientas para trabajar en procesos de construcción de memoria histórica*, CNMH y OIM, Bogotá.

CONTENIDO

Agradecimientos	6
Presentación	9
Antecedentes de la Caja de Herramientas.....	12
Capítulo 1. El Enfoque Psicosocial	18
Surgimiento y definición.....	21
Lo psicosocial en contextos de violencia	23
Las dimensiones psicosociales de los procesos de construcción de la Memoria Histórica	39
Identidades y memorias: memorias victimizadas y memorias liberadoras.....	53
¿Para qué reconstruir memoria desde una perspectiva psicosocial?	64
Lo psicosocial como un regulador ético de los trabajos con la memoria.....	79
Capítulo 2. Desgaste y Cuidado Psicosocial	90
Implicaciones de la reconstrucción de memoria en los profesionales.....	92
Cultura del cuidado.....	105
Referencias	122
Anexos	131
Separata. Atención a personas desmovilizadas en ejercicios de construcción de memoria desde una perspectiva psicosocial.....	149
Referencias	160

AGRADECIMIENTOS

La caja de herramientas para trabajar en procesos de memoria histórica desde una perspectiva psicosocial que presentamos a continuación es producto de una serie de esfuerzos institucionales y trabajos rigurosos y comprometidos.

Agradecemos a todas las personas del CNMH (Centro Nacional de Memoria Histórica) que participaron en los talleres de autocuidado y cuidado de equipos y otras actividades psicosociales emprendidas en la entidad durante el periodo comprendido entre los años 2013 y 2016. Sus voces orientaron la estructura de lo que hoy es este producto. A USAID (Agencia de los Estados Unidos para el Desarrollo Internacional, ‘United States Agency for International Development’) por los recursos proporcionados para la ejecución del proyecto *Apoyo a la estrategia psicosocial del CNMH*.

A la OIM (Organización Internacional para las Migraciones), a través de su Programa de Fortalecimiento Institucional para las Víctimas y la Gerencia de Rehabilitación, por el acompañamiento técnico y metodológico durante todo el proceso seguido en función de lo psicosocial y el cuidado.

Nuestros agradecimientos también son para las directivas del CNMH en cabeza del profesor Gonzalo Sánchez Gómez y, en especial, a la Dirección Administrativa y Financiera a cargo de su directora, Janeth Cecilia Camacho Márquez, y al equipo de Cooperación Internacional liderado por la asesora Paula Ila, quienes se involucraron y estuvieron comprometidos con el desarrollo de una mirada psicosocial propia de la institución y con el cuidado de quienes integran la entidad.

Al equipo psicosocial de la DAV (Dirección Acuerdos de la Verdad) conformado por los contratistas Roberto Reyes, Mariam Verbel y Jemmy Orozco, por ser una de las experiencias de trabajo psicosocial que motivó la construcción de una estrategia psicosocial para todo el CNMH.

A Talento Humano, en cabeza de la profesional Tanya Muskus, por su compromiso constante para que todo lo relacionado con la Estrategia psicosocial del CNMH pudiera ser llevado a cabo con la mejor disposición y entrega.

Agradecemos a la profesora Martha Nubia Bello y a la psicóloga chilena Elizabeth Lira por el acompañamiento y por los aportes que nos brindaron desde su generosa y dedicada lectura de los textos.

Finalmente, expresamos nuestra gratitud a los profesionales que fueron contratados para la Estrategia Psicosocial: Kellyn Duarte, David Camacho, Sandra Bermúdez, Camilo Castiblanco, Laura Vargas, Daniel Jaramillo, Myriam Penagos y Andrés Cancimance.



Foto: Estrategia Psicosocial

RIAS

LÁPIZ CON COLORES DIGITALES.
CONFLICTO EN ALTA RESOLUCIÓN



Foto: Exposición Embajada de Francia - 09 2014 por Cristian Benítez

PLURALES

Esta imagen es una de las piezas de arte generadas por la Convocatoria Nacional "Conflicto en Alta Resolución" realizada por el Centro Nacional de Memoria Histórica en el 2013. La convocatoria fue dirigida a jóvenes artistas, y recoge trabajos digitales de óptima calidad técnica que evidencian procesos creativos desde los artes plásticos y visuales en torno al conflicto, capaces de simbolizar la memoria y expresar a través de la imagen lo que es indelible con la palabra. Se exigieron 15 propuestas en las categorías de dibujo, pintura, serigrafía, fotografía y técnicas mixtas. Con sus creaciones, los artistas generadores dan voz a sus sueños y manifestaciones frente al conflicto: amodo y ofrecen formas de simbolizar la memoria que intentan resistir al olvido y a hacer frente a la indiferencia.

"IMPUNIDAD", ANDRÉS JULIÁN SOTELÓ GUTIÉRREZ,
TÉCNICA MIXTA (DIGITAL)
GANADOR EN LA CONVOCATORIA NACIONAL
2013 CONFLICTO EN ALTA RESOLUCIÓN DEL CNMH



DEL

CONFLICTO

GRABADO DE SAN ANDRÉS PARRA EL CHINO



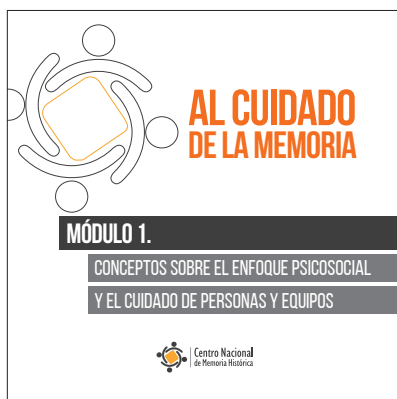
PROSPERIDAD PARA TODOS

PRESENTACIÓN

La Caja de herramientas para trabajar en procesos de construcción de memoria histórica es un material elaborado por la Estrategia Psicosocial del CNMH (Centro Nacional de Memoria Histórica) como parte de una política institucional de cuidado que tiene como propósito prevenir y atender el desgaste laboral de las personas contratadas y vinculadas a la entidad. Es, por tanto, un documento dirigido a todas las personas y los grupos de profesionales que trabajan para el CNMH, en especial los que están al frente de procesos de construcción de memoria con sobrevivientes del conflicto armado y con desmovilizados que participan del mecanismo de contribución a la verdad, desarrollado por la DAV (Dirección Acuerdos de la Verdad)¹, o los que están a cargo de documentar la guerra en cualquier formato de registro (impreso, audiovisual).

La construcción de la memoria histórica no solo potencia las habilidades de los profesionales y los equipos del CNMH para trabajar con comunidades y personas afectadas por el conflicto armado y desmovilizados, o hace que desarrollen competencias específicas que proyectan las capacidades y los conocimientos profesionales, sino que también puede exponerlos a problemas graves de otras personas y colectivos que luego pueden desencadenar en malestares físicos y emocionales. Esta característica que adquiere el trabajo de memoria histórica fue un factor que motivó la creación de la Estrategia Psicosocial y de esta *Caja de herramientas* que tiene como objetivo proporcionar herramientas conceptuales y metodológicas sobre lo psicosocial y el cuidado de personas y equipos y está compuesta por los siguientes tres módulos:

¹ Previsto en la Ley 1424 del año 2010 y sus decretos reglamentarios 2244 y 4803 del año 2011. “Este mecanismo busca el cumplimiento de dos propósitos: 1) Hacer posible la resolución de la situación jurídica, y con ella de un beneficio de libertad, para personas desmovilizadas procedentes de los grupos paramilitares no acogidas a la Ley 975 de 2005. 2) Aportar a los derechos a la verdad, a saber, a la justicia, a la reparación de las víctimas y de la sociedad así como a las garantías de no repetición de las graves violaciones a los derechos humanos cometidas por estos grupos” (CNMH, 2014, página 34).



Módulo 1. Conceptos sobre el enfoque psicosocial y el cuidado de personas y equipos. Este Módulo está diseñado desde una perspectiva conceptual. Su propósito es ofrecer reflexiones sobre el enfoque psicosocial y el cuidado de personas y equipos para enriquecer la construcción que las distintas áreas de la entidad han venido haciendo alrededor de estos dos temas.

Es un módulo compuesto por dos capítulos. El primero profundiza en lo psicosocial desde tres ámbitos: uno general en el que se proporciona detalles de cómo este concepto se fue configurando como un enfoque de trabajo asociado a diversos campos de intervención, como la salud mental, la acción humanitaria y los

derechos humanos. En el siguiente ámbito, introducimos a los lectores en la relación trabajo psicosocial y conflicto armado. Allí exploramos las implicaciones de este enfoque en función del trabajo con las víctimas. Finalmente, ofrecemos información sobre lo psicosocial en los ejercicios de construcción de memoria histórica.

El segundo capítulo, en el que damos cuenta del cuidado, tiene como propósito indicar la necesidad que tienen los profesionales del CNMH, y otras instituciones u organizaciones dedicadas a recuperar el pasado, de desarrollar prácticas de cuidado propio y de los grupos con que trabajan, para prevenir y tratar las afectaciones que promueven las labores de memoria, sin desconocer que son las entidades las responsables de diseñar mecanismos o políticas de cuidado para sus trabajadores, pues, cuando no existe una estructura institucional que piense y genere acciones claras en función de este tema, el efecto emocional del trabajo con víctimas (sea terapéutico, de acompañamiento o de investigación) se agrava.

El módulo también viene acompañado de un texto breve sobre la atención a personas desmovilizadas en ejercicios de construcción de memoria desde una perspectiva psicosocial. Esta sección la encontrará al finalizar todo el documento, después de los anexos.

Módulo 2. Competencias psicosociales. Propone cinco competencias psicosociales que como CNMH sugerimos sean incorporadas por todas las personas y los equipos vinculados y contratados por la entidad cuando estén desarrollando o acompañando actividades con víctimas del conflicto armado y con desmovilizados que participan del mecanismo no judicial de contribución a la verdad y a la memoria histórica.

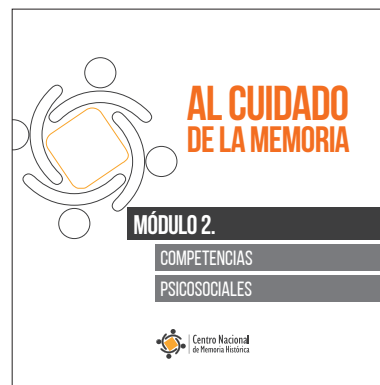
Se trata de un módulo que tiene como objetivo ofrecer una serie de recomendaciones conceptuales y prácticas con las cuales todos los procesos que adelantamos como entidad se lleven a cabo de acuerdo con los fundamentos de una ética profesional atenta, cuidadosa, respetuosa y transformadora de la dignidad humana, la autonomía y la libertad de las personas y los colectivos con los que estamos trabajando.

De acuerdo con este posicionamiento, buscamos evitar aquellas situaciones de nuestro ejercicio profesional que puedan generar daño, que creen nuevas tensiones o que profundicen las existentes. Y podemos llegar a esto cuando, sin intención o por desconocimiento, violentamos formas de vida, hábitos y creencias, formas de convivencia, solidaridad y transacción entre las personas con las que interactuamos cuando construimos la memoria.

Las competencias que proponemos son:

- Lectura de contextos
- Reflexividad
- Comunicación dialógica
- Contención emocional
- Empatía

Cada una de esas competencias viene acompañada por su significado, de dos claves de lectura (tenga en cuenta y evite) y de unos ejercicios para consolidarlas en la vida de cada persona que las practica o fortalecerlas.





Módulo 3. Sugerencias para el cuidado de personas y equipos. Este módulo proporciona una serie de sugerencias para evitar, prevenir o atender el desgaste psicosocial en los niveles de autocuidado y cuidado de equipos. Su objetivo es lograr que los grupos y las personas que integran el CNMH dispongan de fundamentos prácticos para cuidar de sí mismos y de sus equipos, acompañados, por supuesto, de una estructura institucional que está comprometida con estos temas. Creemos que la confluencia entre todos los niveles de cuidado (institucional, grupal e individual) nos permitirá consolidar en el CNMH una cultura del cuidado que promueva el bienestar en la entidad. A lo largo de todo el módulo se proponen herramientas prácticas para pensar en el cuidado personal y de los equipos.

ANTECEDENTES DE LA CAJA DE HERRAMIENTAS

Desde el año 2008, cuando el CNMH funcionaba como Grupo de Memoria Histórica (GMH) de la Comisión Nacional de Reparación y Reconciliación (CNRR), se viene reflexionando sobre la importancia de lo psicosocial y el cuidado de los equipos y personas contratadas por la entidad. Por ejemplo, a partir de la publicación *Recordar y narrar el conflicto. Herramientas para reconstruir memoria histórica*, el GMH inició las primeras reflexiones sobre la importancia de construir memoria desde la perspectiva psicosocial. Luego, y como un asunto de autogestión de los equipos, se buscaron alianzas con otras entidades para tratar casos específicos de desgaste emocional que empezaron a aparecer en algunos profesionales por causa de las tareas de construcción de la memoria emprendidos con víctimas del conflicto armado, es decir, se empezó a abordar, de manera no sistemática ni como política institucional, el tema del cuidado de estos profesionales. Se trató de iniciativas emprendidas por quienes coordinaban distintos equipos de trabajo en función de prevenir el agotamiento emocional². De hecho, este tipo de acciones se han mantenido a lo largo de los años en que el CNMH ha venido funcionando.

² Algunas personas que actualmente están en el CNMH y que vienen desde que se funcionaba como GMH, refieren que esto aproximadamente pasó entre los años 2009-2010.

También hay que mencionar otras acciones psicosociales emprendidas por distintos grupos o áreas de trabajo del CNMH³. Al respecto, un documento de la entidad sobre las dimensiones psicosociales de la memoria plantea que:

Muchos equipos cuentan con estrategias que si bien, no se planean o diseñan con una finalidad explícita de prevenir al desgaste emocional, si contribuyen a tal fin. Estas estrategias tienen que ver con: i) La evaluación y planeación colectiva del trabajo; ii) La realización de sesiones de trabajo grupal, orientadas por profesionales, para expresar y reflexionar sobre las emociones y actitudes desencadenadas por el trabajo; iii) La garantía del apoyo terapéutico individual para los profesionales que lo soliciten. (Mediante convenios con entidades especializadas o a través de la asesoría de profesionales externos a la entidad); iv) El establecimiento de protocolos institucionales de seguridad y cuidado para los miembros del equipo; v) Los apoyos para la sistematización de las experiencias; vi) La conciliación de tiempos de trabajo directo en campo, con espacios de formación y cualificación profesional; vii) La realización de actividades de integración y de celebración; viii) La garantía de los tiempos de descanso de los profesionales (CNMH 2016, p. 39).

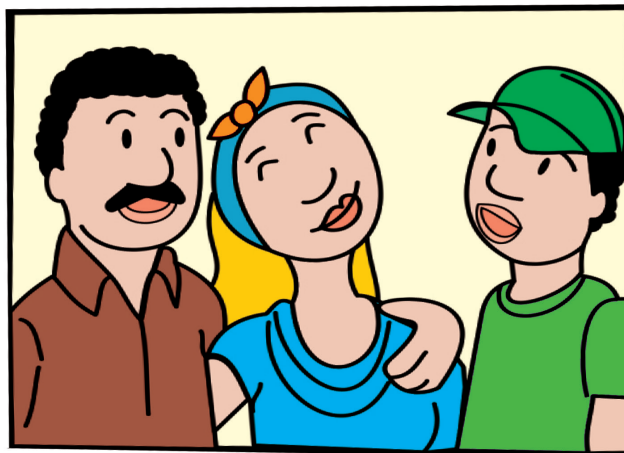
Hacia el año 2013, la DAV (Dirección de Acuerdos de la Verdad) creó una línea de asistencia técnica para acompañar a quienes trabajaban recolectando información de las personas desmovilizadas. Posteriormente, se consolidó una estrategia psicosocial propia de esa dirección a través de la cual se levantaba información sobre el riesgo psicosocial, se realizaban talleres de cuidado y autocuidado para prevenir y atender el desgaste laboral y se desarrollaban ejercicios de capacitación y formación como los implementados con el apoyo del Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo (PNUD) y la Fundación Social Colombiana (CedaVida) a través de la aplicación para *smartphones* y *PC Me cuido, te cuido*, que tenía como propósito autoadministrar la medición de los niveles de desgaste y desarrollar los planes de mejora de forma individual. También sobresale la puesta

3 En función de estas acciones es importante mencionar el valioso trabajo que hicieron en el año 2014 Martha Bello y Mónica Márquez alrededor de la construcción de un protocolo de cuidado para la institución. Ese protocolo fue una excelente base para la puesta en marcha de la línea de cuidado de la Estrategia Psicosocial del CNMH y esta Caja de herramientas.

en marcha desde la DAV de las plataformas de formación y actualización *Somos DAV* a través de Google Site y e-learning.

Otro aspecto importante para tener en cuenta dentro de las labores de la estrategia psicosocial de la DAV fue la creación de una mesa psicosocial que vinculó a personas de las distintas áreas del CNMH y que estuvo activa hasta mediados de 2015. Para este mismo año, el CNMH en un acuerdo de voluntades con el Programa de Fortalecimiento Institucional para las Víctimas de la OIM (Organización Internacional para las Migraciones) y el apoyo de la USAID (Agencia de los Estados Unidos para el Desarrollo) inició una serie de talleres de autocuidado y cuidado de equipos dirigidos a los profesionales que trabajan para la entidad⁴.

Estos talleres cumplieron con tres propósitos: 1) sensibilizar a todas las personas que participaron de las jornadas sobre los riesgos de experimentar desgaste laboral al trabajar en contextos de violencia; 2) identificar necesidades de cuidado en los grupos de trabajo; 3) movilizar recursos individuales y grupales que fomentan el bienestar de las personas que conforman los equipos de trabajo.



⁴ Esto se dio en el marco del proyecto liderado por el programa Institucional para las víctimas de la OIM y su Gerencia de Rehabilitación denominado “Estrategia de Formación Continua y Cuidado 2013-2015” y desarrollado con distintas entidades del gobierno nacional como el Ministerio de Salud y Protección Social –MSPS, la Unidad para la Atención y Reparación Integral a las Víctimas –UARIV, el Centro Nacional de Memoria Histórica –CNMH.

Según esta experiencia y el desarrollo de las iniciativas descritas (entre muchas otras aún sin documentar), en noviembre de 2015, el CNMH creó la *Estrategia Psicosocial* para toda la entidad con los propósitos de fortalecer las labores que emprenden las personas que trabajan en la entidad y de atender y prevenir los efectos psicosociales que se generan cuando ellas se enfrentan “al dolor y el horror, no sólo de los relatos de víctimas y victimarios, sino de los distintos materiales en que se ha documentado el drama de la guerra en Colombia” (Bello y Márquez, 2014, página 2).

De este modo, la *Estrategia Psicosocial* es un proyecto institucional que tiene como propósito atender dos ámbitos de la vida de la organización: 1) *el ejercicio profesional* con víctimas del conflicto armado y con personas desmovilizadas que participan del mecanismo no judicial de contribución a la verdad y a la memoria histórica y 2) *los efectos que el trabajo de construir memoria puede generar en los profesionales* vinculados o contratados por la entidad. Es decir, prever y prevenir las situaciones que pueden generar daño o profundizar los daños ya existentes en las personas y comunidades con las que se trabaja y evitar el agotamiento de los profesionales y equipos contratados para el cumplimiento de la misión de la entidad.

Hasta abril de 2016 esta Estrategia operó a través de la puesta en marcha de tres líneas de acción. Dos de ellas, *asistencia técnica y transversalización del enfoque psicosocial*, estuvieron orientadas a proporcionar herramientas teóricas y metodológicas que enriquecieran la labor emprendida por quienes trabajan o prestan servicios a la entidad. Es decir, eran líneas que buscaban generar habilidades psicosociales para el trabajo con víctimas del conflicto armado o con las personas desmovilizadas que participan del Mecanismo de Contribución a la Verdad.

La otra línea, referida al *cuidado*⁵, puso el foco de atención en la dimensión de las afectaciones que los procesos de reconstrucción de memoria provocan en las personas y equipos acompañantes, pues es indudable que la tarea de escuchar historias de dolor y de horror provoca consecuencias en los profesionales. Esta línea también se centró en identificar los recursos de afrontamiento que las personas del CNMH ponen en práctica para protegerse de los factores de riesgo que puede generar el trabajo

5 Esta línea, a la que le fueron asignados 4 profesionales, trabajó con base en los siguientes objetivos: Identificar los niveles de desgaste emocional de las personas y grupos que trabajan para el CNMH; Presentar los hallazgos del proceso de acompañamiento; Elaborar recomendaciones en función de los temas de autocuidado, cuidado de los equipos y cuidado institucional; Diseñar un plan de intervención en función de los temas de autocuidado, cuidado de los equipos y cuidado institucional. Para avanzar en estos propósitos se conformaron dos duplas y a cada una se le asignaron grupos de personas adscritas a alguna dirección o área transversal del CNMH.

con víctimas del conflicto armado y con las personas desmovilizadas en contextos de violencia. En resumen, se trató de una línea que tuvo como propósito caracterizar los factores de riesgo y de protección experimentados por las personas que trabajan en el CNMH, así como proporcionar y promover herramientas de cuidado y autocuidado destinadas a estimular el bienestar emocional de esas mismas personas. Es una línea que en su desarrollo involucró una perspectiva preventiva y de atención de los factores de riesgo que el desempeño de las tareas puede producir en las personas y los equipos.

Esta tarea fue posible a través de la puesta en marcha de 46 talleres de autocuidado y cuidado de equipos, que fueron realizados en dos momentos. El primero de ellos se encuadró en la ejecución del proyecto *Estrategia de Formación continua y cuidado 2013-2015* desarrollado por el Programa de Fortalecimiento Institucional para las Víctimas (VISP) y la Gerencia de Rehabilitación de la OIM con varias entidades del Gobierno nacional que atienden a víctimas del conflicto armado en la que estaba incluida el CNMH. El segundo momento de aplicación de los talleres de cuidado se enmarcó en el funcionamiento de la Estrategia Psicosocial del CNMH como tal. Esto se dio durante el periodo comprendido entre noviembre de 2015 y abril de 2016. El promedio total de personas que participaron en los talleres de cuidado fue de 246 profesionales contratados por el CNMH y adscritos a todas las áreas y grupos de trabajo que tiene la entidad, incluyendo las sedes regionales de la DAV.

Con el funcionamiento de la *Estrategia Psicosocial* el CNMH también dio respuesta a una disposición legal, pues el Decreto 1084 de 2015, del Departamento Administrativo para la Prosperidad Social, considera (según el párrafo del artículo 2.2.7.5.7) una obligación desarrollar “estrategias y programas continuos de autocuidado y capacitación para los servidores públicos que orientan y atienden a las víctimas”. Esta disposición legal puede extenderse también a lo expuesto en la Resolución 2646 de 2008, expedida por el Ministerio de Protección Social, que definió una línea de trabajo enfocada en la identificación, evaluación, prevención, intervención y monitoreo del riesgo psicosocial en el trabajo y del estrés ocupacional. La *Estrategia Psicosocial* del CNMH se propuso promover el bienestar de quienes funcionan en este contexto de trabajo, al mismo tiempo que proponía contribuir al logro de los objetivos que el país persigue con relación a la atención a las víctimas del conflicto armado y a las personas desmovilizadas (OIM, 2015, página 12).

La puesta en marcha de las tres líneas desde la Estrategia Psicosocial del CNMH hizo que la entidad optara por construir esta caja de herramientas que tiene en sus manos.



CAPÍTULO 1

EL ENFOQUE PSICOSOCIAL

Un gran número de programas, proyectos o modelos de intervención en Colombia con poblaciones en situación de vulnerabilidad⁶ que han pasado por experiencias de exclusión, violencia sociopolítica o desastres naturales recurren o emplean el concepto psicosocial. Su constante alusión hace que este término sea polisémico: aparece como enfoque, teoría, estrategia, eje transversal, método de intervención, práctica, acompañamiento, lineamiento.



6 Denominamos aquí como tal el conjunto de factores que hacen a un sujeto o a una comunidad más frágiles en los ámbitos físicos, sociales, relacionales, emocionales.

Esa variedad de connotaciones y niveles de interpretación hace de lo psicosocial un asunto diverso y complejo de interpretar. Unido a esa polisemia también se pueden rastrear puntos comunes al menos en lo que se refiere a propósitos u objetivos psicosociales, como pensar el bienestar emocional de los sujetos y las comunidades que se ven o vieron enfrentadas por problemas de salud mental en contextos de crisis (Cancimance, 2010).

En el CNMH (Centro Nacional de Memoria Histórica) el término *psicosocial* nos ha acompañado desde que funcionábamos como GMH (Grupo de Memoria Histórica)⁷. Por ejemplo, en la primera caja de herramientas para construir memoria histórica denominada *Recordar y narrar el conflicto: Herramientas para construir memoria*, introducimos una serie de recomendaciones para que en los ejercicios de memoria, los profesionales no perdieran de vista que este trabajo involucraba aspectos de diverso orden que comprometían el bienestar de las personas (GMH, 2013 [2009], página 142). Lo psicosocial entonces se introdujo como una propuesta para reflexionar sobre las dimensiones éticas del trabajo con la memoria histórica y con el objeto de ofrecer sugerencias para afrontar los riesgos éticos, emocionales y de seguridad que podrían surgir durante los procesos de rememoración.

Otra manera en la que lo psicosocial ha estado presente en el CNMH tiene que ver con las distintas formas en que los equipos de la entidad han considerado que este enfoque puede ser puesto en práctica durante todas las fases de los proyectos de intervención que acompañan. Es decir, de manera autónoma, cada grupo de trabajo ha contemplado lo psicosocial en los procesos que emprenden. Esto fue claro cuando en mayo de 2016 invitamos a las personas que integran los enfoques diferenciales y grupos transversales del CNMH a reflexionar sobre este concepto a partir de experiencias o proyectos concretos⁸. En ese espacio, comprendimos que lo psicosocial tenía varias connotaciones y que estaba

⁷ Creado en 2005 como parte de la CNRR (Comisión Nacional de Reparación y Reconciliación).

⁸ Nos referimos al panel *Reflexiones del quehacer psicosocial con personas que trabajan en escenarios de construcción de paz en América Latina*, organizado por la Estrategia Psicosocial del CNMH el 17 de mayo de 2016, en el que también participó la psicóloga chilena Elizabeth Lira. En esta ocasión, contamos con la participación de las siguientes personas de los enfoques diferenciales y grupos transversales del CNMH: Nataly Méndez (Estrategia Nación Territorio), Nayibe Sánchez (Enfoque de Discapacidad y personas mayores), María Juliana Machado (Pedagogía de la memoria histórica), Julián Castro (Estrategia Participación de Víctimas), Jairo Ortegón (Grupo de Respuestas a Requerimientos Judiciales y Administrativos), Myriam Criado (coordinadora del equipo Bogotá de la DAV) y Sara Márquez (Enfoque diferencial de niños, niñas y adolescentes).

ligado a diferentes propuestas metodológicas y a otros enfoques de acción, como el de derechos humanos, el de acción sin daño, el transformador⁹.

Teniendo en cuenta esta polisemia conceptual sobre lo psicosocial que se ha desarrollado en el CNMH, el propósito de este apartado es consolidar una propuesta para entender tal enfoque y enriquecer así la construcción que los distintos equipos de la entidad ha venido haciendo alrededor de este tema. Así que en este apartado profundizaremos sobre lo psicosocial a partir de tres grandes focos.

En el primero de ellos, proporcionaremos algunos detalles de cómo lo psicosocial se fue configurando como un enfoque de trabajo asociado a diversos campos de intervención, como la salud mental, la acción humanitaria y los derechos humanos. También introduciremos una definición general a partir de la cual puede entenderse este concepto. En un segundo momento, trataremos lo psicosocial aterrizado

9 Para ver cuál ha sido el uso del término psicosocial desde los enfoques diferenciales y grupos transversales en el CNMH, lo invitamos a revisar el anexo A en este mismo módulo.



Foto: Bojayá julio 2013 por Juan Arredondo

a contextos de violencia, como la experimentada en Colombia. De esta manera, nos enfocaremos en lo psicosocial en el trabajo con víctimas del conflicto armado¹⁰. Revisaremos algunos fundamentos que podrían orientar los procesos de acompañamiento en este enfoque, los objetivos, los factores que podrían generar daños o profundizar los daños existentes y las tipologías. En un tercer momento, trataremos lo psicosocial en relación con los procesos de asignar sentidos a los pasados violentos resaltando tres aspectos: 1) la memoria histórica como un recurso psicosocial, 2) los riesgos y las potencialidades de hacer memoria y 3) lo psicosocial como un regulador ético de los trabajos de recuperación del pasado.

SURGIMIENTO Y DEFINICIÓN

Bertha Castaño¹¹ (2004) plantea que en América Latina el desarrollo del enfoque *psicosocial* estuvo estrechamente vinculado a las situaciones de conflicto vividas durante el siglo XX en algunos países de América Central y del Cono Sur¹². Para esta autora, lo psicosocial surgió cuando se reconoció la estrecha relación entre la producción del trauma individual y los eventos de dominación y exterminio propios de la guerra (Castaño, 2004)¹³. De hecho, Castaño considera que el precursor histórico del término *psicosocial* fue el concepto de *trauma individual* al cual inicialmente se le atribuían causas de tipo sobrenatural o de tipo orgánico.

La conexión entre trauma y guerra, aportó a que disciplinas, como la psicología, enfocadas desde sus inicios a pensar y trabajar con el mundo interno de los sujetos –prescindiendo de su mundo externo y de los problemas sociales que lo rodearan– siguiera tomando en cuenta en sus análisis y en su ejercicio

10 Al finalizar todo el módulo, se encontrará en anexo algunas reflexiones sobre lo psicosocial en función del acompañamiento a personas desmovilizadas de los grupos armados.

11 Médica psiquiátrica egresada de la Universidad Nacional de Colombia. En 1992, fue una de las fundadoras de la Corporación Avre (Acompañamiento Psicosocial y Atención en Salud Mental a Víctimas de la Violencia Política).

12 Paralelamente a estos desarrollos en América Latina surge el concepto de neurosis de guerra a partir de las dos guerras mundiales y da origen al trastorno de estrés postraumático por parte de la psiquiatría estadounidense (Castaño, 2004).

13 Según Bertha Castaño, en Colombia, el trabajo psicosocial se inició con una mirada médica psiquiátrica con tinte académico a la cual se añadió la mirada desde la psicología y desde otras disciplinas, se nutrió de los desarrollos en otros países latinoamericanos y en el mundo.

profesional la idea de un individuo inserto en un contexto social a partir del cual se constituía su subjetividad y su identidad.

El surgimiento del enfoque psicosocial no solo le aportó a la psicología de mediados del siglo XX, sino que empezó a articularse al campo de las acciones en salud mental, de la ayuda humanitaria y del desarrollo de los derechos humanos (Castaño, 2004) emprendidas desde disciplinas como la medicina, la psiquiatría, la sociología, la ciencia política, la antropología, el trabajo social. Los conceptos como libertad, autonomía y dignidad, asociados a lo psicosocial, evidencian la expansión de este enfoque hacia los campos ya señalados. Según Bertha Castaño (2004), estos conceptos se erigen como principios en la concepción moderna de la persona¹⁴.

Ahora bien, lo psicosocial no siempre ha estado ligado con las dinámicas propias de las guerras. También fue un enfoque ampliamente trabajado en contextos de desastres naturales. De hecho, como puede verse en el anexo C, las primeras intervenciones psicosociales de mediados de los años ochenta e inicios de los años noventa en América Latina, asociaban el problema de los conflictos armados a los desastres naturales. Es a partir de los años noventa que se empezó a reconocer que las respuestas emocionales que tienen las personas ante las prácticas de atemorización y de victimización (Castaño, 2004) tienen como base unas dimensiones políticas y sociales.

A partir de las consideraciones sobre lo psicosocial que hemos venido mostrando, podemos plantear, junto con autoras como Elizabeth Lira, que este es un enfoque con amplias posibilidades para generar procesos de acompañamiento a distintas poblaciones afectadas por desastres naturales o por la guerra, “porque cuando pensamos en clave psicosocial estamos pensando en cómo los sujetos están en relación con otros sujetos” (Lira, 2016). Desde esta perspectiva, lo psicosocial “es un cruce, una articulación entre la vida de un individuo y las relaciones sociales que ese individuo establece con la vida de otras personas, todo esto mediado por contextos macro y micro: la economía, la política, la familia” (Lira, 2016).

Estamos entonces frente a un enfoque que “alude a ese espacio de encuentro entre lo subjetivo y lo colectivo (...) sin perder de vista la experiencia personal del sujeto” (Bello y Chaparro, 2011, página 13). De esta manera, “lo psicosocial parte de preguntar por la experiencia subjetiva de una persona

¹⁴ Para Castaño, la dignidad como autonomía y como inherente a todo ser humano adquiere una categoría ética, jurídica, política y psicológica. La dignidad es el valor intrínseco fundante de los derechos humanos, y la libertad el hilo conductor para diferenciar clases de derechos.

inscrita en espacios más amplios de relación con otros, un sujeto en relación” (Bello y Chaparro, 2011, página 14). Esto significa que lo psicosocial puede ser considerado “como un enfoque integrador, en el que caben diferentes perspectivas de abordaje teórico y práctico sobre el encuentro sujeto-colectivo, lo cual le imprime un carácter holístico, sistémico y dinámico” (Bello y Chaparro, 2011, página 16).

Para sintetizar, el enfoque psicosocial representa esa mirada o postura tendiente a comprender las respuestas y los comportamientos de las personas antes, durante y después de una guerra o de un desastre natural en un contexto cultural, político, económico, religioso y social determinado. El enfoque a su vez fundamenta procesos de acompañamiento personal, familiar y comunitario, que buscan restablecer en las personas afectadas su integridad, disminuir el sufrimiento emocional, fortalecer la identidad, reconstruir la dignidad y el tejido social, así como la reparación de los derechos vulnerados¹⁵.

LO PSICOSOCIAL EN CONTEXTOS DE VIOLENCIA

Acompañamiento psicosocial a víctimas del conflicto armado

En contextos de violencia, lo que caracteriza al enfoque psicosocial, cuando se trabaja con víctimas del conflicto armado,

es la manera como interpreta la producción del daño¹⁶, el cual se relaciona con la manera como el sujeto es desprovisto de sus referentes, sus vínculos y sus afectos, debido a que su entorno cotidiano fue alterado de manera abrupta y aumentó la vulnerabilidad de la

15 Para una definición más genérica del concepto psicosocial, también puede recurrirse a sus dos componentes lingüísticos: por un lado, el prefijo psico se refiere al aspecto subjetivo de la persona; y por otro, la palabra social hace relación a esa persona dentro de un mundo con el cual se relaciona y que le da sentido de pertenencia y de identidad (Castaño, 2004).

16 El daño será entendido en este módulo como “el resultado de acciones criminales que vulneran los derechos de una persona o de una colectividad. Estas acciones causan sufrimiento a las víctimas y afectan todas las dimensiones que soportan su vida íntima, familiar, social, política, cultural y productiva” (CNMH, 2014, página 10). Para ampliar sobre el daño en contextos de violencia, ver CNMH (2014).

dignidad humana de quienes hacían parte de él, lo cual redundaba en la vulneración de la propia dignidad. Esta interpretación, que se distancia de una concepción de limitación o incapacidad mental de los individuos, compromete el acompañamiento psicosocial con el reconocimiento de los derechos de las víctimas y la proposición y promoción de transformaciones sociales estructurales desde una mayor presencia y responsabilidad del Estado (Bello y Chaparro, 2011, página 28).

Lo planteado en la cita anterior implica que desde la mirada psicosocial se debe reconocer que las víctimas de la violencia sufren una serie de daños, pérdidas y transformaciones abruptas que afectan drásticamente su estabilidad, seguridad y capacidad para decidir e incidir sobre sus vidas y genera sufrimiento emocional y deterioro grave de su salud física y mental, lo cual desde algunos autores se ha denominado como situación traumática, situación límite o traumatización externa¹⁷. Desde esta perspectiva, son víctimas porque

se les ha lesionado su dignidad y sus derechos fundamentales, siendo esta una consideración importante para comprender la naturaleza y dimensión del daño, pues significa que se les ha impedido vivir como quieren, vivir bien y vivir sin humillaciones, tres condiciones que, a juicio de la Corte Constitucional, concretan la vida digna¹⁸ (CNMH, 2014, página 10).

Los deterioros en la salud mental y psicosocial son provocados, porque las víctimas son sometidas a situaciones extremas de amenaza y de riesgo y quedan desprovistas de los mecanismos de protección (trabajo, redes de intercambio, transacción, solidaridad y afecto) y de interpretación (creencias y certezas

¹⁷ En el apartado que sigue sobre el enfoque psicosocial en relación con los procesos de construcción de memoria histórica profundizaremos en cada uno de estos conceptos.

¹⁸ Para la Corte Constitucional, la dignidad humana debe entenderse como: 1) Autonomía o posibilidad de diseñar un plan vital y de determinarse según sus características (vivir como quiera). 2) Un concepto que debe incluir en su definición las condiciones materiales concretas de existencia (vivir bien). 3) Intangibilidad de los bienes no patrimoniales, integridad física e integridad moral (vivir sin humillaciones) (Corte Constitucional de la República de Colombia, Sentencia de Tutela 881 del 17 de octubre d 2002).

básicas para vivir como la confianza y la esperanza) que permiten el transcurrir de la cotidianidad dentro de los parámetros que se construyen de estabilidad, normalidad y continuidad.

Ahora, el acompañamiento psicosocial en un escenario de conflicto armado asume que los daños y las nuevas situaciones provocadas por las distintas modalidades de violencia se articulan con las siguientes dinámicas:

- A los procesos históricos de configuración particular de la comunidad. En el caso colombiano, la mayoría de las veces caracterizado por la exclusión, la discriminación y la pobreza.
- A las condiciones de vida que marcan el presente: un presente de amenazas, hostigamientos, pobreza y desocupación, entre otros.
- A los aspectos culturales que dotan a la comunidad de formas particulares para leer, entender, explicar y actuar frente a los hechos violentos.



Las situaciones vinculadas a la violencia política, articuladas con las dinámicas mencionadas, provocan sufrimiento y malestar emocional, por lo que el acompañamiento psicosocial debe aportar mecanismos que lo disminuyan a partir de la identificación y el despliegue de recursos (apoyos) individuales y colectivos, internos y externos. Si se asume que el conflicto armado provoca daños y sufrimientos, es necesario entonces tomar distancia de los enfoques que colocan el problema en los individuos y que por tanto asimilan daños y sufrimientos a “enfermedad mental”, a una incapacidad o disfuncionalidad de las personas y de sus familias.

Asumimos con Martín-Baró (1990) que un enfoque que reconoce las raíces histórico-sociales en las cuales se desarrolla la guerra y sus secuelas no puede patologizar a sus víctimas, ni medicalizar su sufrimiento. Se trata más bien de ubicar y de entender, junto con las víctimas, aquellas dinámicas que atentan, amenazan e impiden que las personas — individual y colectivamente— puedan vivir el tipo de vida que desean vivir, que pierdan la posibilidad de conducir sus vidas y de incidir sobre el entorno en las que ellas transcurren. En este orden de ideas, se debe entender la forma como los eventos de violación sistemática de los derechos humanos menoscaban su dignidad, deterioran los soportes sociales y espirituales y, en consecuencia, colocan a las personas y a sus comunidades en condiciones de extrema desprotección y vulnerabilidad.



Foto: Carlos Esclava – Fundación Carlos Pizarro

Es necesario destacar que los acontecimientos violentos generan daños no solo en lo individual, sino también en lo familiar y colectivo. Estos últimos no aparecen por la sumatoria de los efectos individuales, sino por la capacidad de los eventos violentos para desestructurar las redes y los vínculos sociales, para poner en cuestión los aprendizajes, sentidos y significados que constituyen sus identidades colectivas. Los hechos violentos, por su capacidad devastadora, provocan crisis en los referentes de sentido y de protección de la comunidad y los despoja de los recursos comúnmente utilizados para explicar y afrontar los acontecimientos.

En consecuencia, para identificar, comprender y ayudar a mitigar los efectos que genera el conflicto armado en Colombia, es necesario reconocer que las interpretaciones, los significados y las acciones individuales y colectivas, generadas por y para enfrentar la violencia, se construyen en densas y complejas redes y tramas que dan lugar a particulares maneras de estar y percibir el mundo, por lo que se asume que el daño (¿por qué se sufre? y ¿cómo se sufre?, ¿qué se pierde?) y la manera de afrontarlo (¿qué se hace?, ¿para qué, cómo y con quién se hace?) no se puede establecer *a priori*, medir según estándares universales o deducir por referencia a otro acontecimiento en otro lugar o a otras personas.

Las consecuencias de un evento de violencia no dan lugar automáticamente a procesos de traumatización o a trastornos mentales, como en ocasiones se supone. Las respuestas, así como los

daños y las transformaciones en las vidas de las personas y de las comunidades, no tienen solo que ver con las características del hecho violento, sino con las de quien o quienes lo experimentan, con su historia e incluso con el trámite personal y colectivo, interno y externo que se desencadena frente al hecho violento.

De esta manera, lo psicosocial, en relación con aquello que alude al bienestar emocional de individuos y comunidades, a su salud mental,

está íntimamente ligado a la cultura porque la forma en que las personas expresan, experimentan y dan significado a sus aficciones, está relacionada con contextos culturales y sociales específicos. Las perturbaciones psicológicas y los traumas tienen una dimensión social y cultural. La manera en que las personas interpretan sus aficciones, está indudablemente conectada con las creencias acerca de los orígenes de dichas aficciones. Estas creencias son básicas para crear estrategias (de acompañamiento terapéutico y no terapéutico) apropiadas para aliviarlas y eliminarlas. Debido a que las (...) culturas tienen diferentes creencias acerca de causalidad y el tratamiento de las enfermedades, habrá diferencias en la forma de conceptualizar la salud y la salud mental, como también en la manera de tratarlas (Honwana, 2001, páginas 103-118).

A ello se agrega la necesidad de advertir que tampoco es posible homogeneizar el daño, el sufrimiento y las respuestas para todos los miembros de la comunidad, pues hombres, mujeres, adultos, jóvenes, niños y niñas, aunque comparten un mundo de significados que les permite reconocerse y ser reconocidos como parte de una comunidad, son seres únicos, con trayectorias y experiencias vitales particulares que los dotan de más o menos recursos y soportes y que les permiten incorporar de diversas maneras la experiencia a sus vidas.

Desde esta perspectiva, se intenta romper con las dicotomías y separaciones radicales propias del pensamiento cartesiano, que diferencian y hasta contraponen las categorías cuerpo-alma, salud mental-salud física, individuo-colectivo. Más bien, al acercarse a la población víctima del conflicto armado desde un enfoque psicosocial, se pretende reconocer la estrecha relación entre el campo de lo

individual y lo colectivo, de lo subjetivo y lo social, lo político, lo cultural y lo psicológico. Este cruce de dimensiones permite comprender:

- Que la violencia produce daños en la salud mental¹⁹ de las víctimas, en cuanto las somete a situaciones extremas de amenaza, de riesgo y vulnerabilidad.
- Que los daños (las pérdidas, rupturas, vejaciones, etc.) son una construcción social (por ende cultural), que su magnitud e importancia dependen del significado y del sentido que los individuos y colectivos le otorgan. Que los daños son heterogéneos, dado, además, que estos dependen no solo de las características de los eventos violentos, sino también de las particularidades de las personas afectadas, sus recursos internos, su género, su ciclo vital, su etnia.
- Que la violencia política altera drásticamente las relaciones históricamente construidas entre las personas, las familias y las comunidades, en cuanto obliga a modificar roles, estatus, lenguajes, creencias, formas de transacción, solidaridad y reciprocidad y a construir relaciones establecidas desde el cálculo racional de la protección y la supervivencia.

Ahora, es clave que las personas y equipos que trabajan en el campo psicosocial tengan claro que los dispositivos psicosociales no están pensados ni diseñados para atender trastornos mentales o aquello que Lira (2016) ha denominado *distorsiones de las relaciones sociales* (alteración de la relación del sujeto con la realidad) propias de la compresión psicológica, como sucede en casos donde las víctimas tienen alteraciones del sentido de la realidad manifestadas a través de alucinaciones o delirios. Coincidimos con Lira cuando propone que “en la medida en que entendemos mejor cuál es el espacio en el que nosotros intervenimos aparece más claro que nuestro espacio no es el tratamiento clínico” (2016). Esto permite reiterar que lo psicosocial está pensado para trabajar con el sufrimiento humano y para, en la medida de lo posible, prevenir que las personas se enfermen por

¹⁹ Asumiendo que la salud mental es una construcción social y cultural y que por tanto se experimenta según parámetros y marcos comprensivos, que permiten que existan diversas concepciones acerca de relaciones, tales como cuerpo-mente-espíritu, individuo-colectivo, persona-naturaleza, entre otras.

causa de la violencia. De esta manera, lo psicosocial nos ayuda no solo a entender qué es lo que le hace la guerra a las personas y a las comunidades, qué les quita, en qué condiciones nuevas las pone, qué es lo que les impide hacer, qué es lo que les niega, sino también a reconocer y exaltar la capacidad impresionante de las víctimas para enfrentar la adversidad.

Fundamentos para el trabajo psicosocial con víctimas del conflicto armado

Teniendo en cuenta que lo que se busca dentro de un proceso de atención psicosocial es acompañar o apoyar a quienes han sufrido por la violencia²⁰, a continuación se plantean algunos fundamentos para el trabajo psicosocial con víctimas del conflicto armado²¹.

1. Si bien la perspectiva psicosocial reconoce los daños individuales generados por el conflicto armado y los recursos para afrontarlos, también asume que las posibilidades de recuperación individual no dependen exclusivamente del trabajo de autoexploración y reflexión del sujeto, sino que precisa de unos procesos de acompañamiento en los espacios y las dimensiones en los cuales se construye el sujeto (ámbitos de interacción y dependencia). En este sentido, los procesos y proyectos de acompañamiento psicosocial deben tener un carácter integral, garantizado por las coordinaciones y articulaciones entre instituciones y sectores (empleo, salud, vivienda, nutrición, educación). Las acciones psicosociales de orden clínico y terapéutico individuales y colectivas son insuficientes e inefectivas si las personas no superan las condiciones que comprometen su seguridad y generan extremas penurias económicas, factores que sumados a las distintas modalidades de violencia configuran un cuadro de angustia, ansiedad, depresión y profundo escepticismo y desesperanza para las personas y los colectivos afectados.

20 El posicionamiento de acompañar y no de imponer los deseos y las perspectivas de los “expertos” hace que el profesional o su equipo de trabajo interprete el escenario en el que trabajan “con el fin de facilitar las condiciones para que los sujetos y sus colectivos sean protagonistas y agentes activos de su propio proceso de cambio” (Bello y Chaparro, 2011, página 60). En este módulo, hablaremos desde el punto de vista del acompañamiento psicosocial que tiene que ver con la relación y el proceso entre un acompañante con ciertas características que favorece, junto con las personas víctimas, un proceso.

21 El módulo 2 ofrece las siguientes cinco competencias psicosociales que están asociadas a este planteamiento: 1) lectura de contextos, 2) reflexividad, 3) diálogo posibilitador, 4) contención emocional y 5) empatía. Lo invitamos a que las revise, pues ellas están alineadas a este propósito del enfoque psicosocial: acompañar.

2. El ser humano es visto desde una perspectiva integral y sistémica, es decir, inmerso en un medio familiar, comunitario, social, cultural y político del que es indisociable, y que deben ser factores integrados de modo natural en el quehacer psicosocial. Este aspecto debe dar lugar a procesos que articulen de manera clara acciones individuales, familiares y colectivas y que reconozcan las especificidades y potencialidades de las distintas modalidades de acompañamiento psicosocial.

3. Las personas son reconocidas en su doble condición: como sujetos vulnerados y, en este sentido, como víctimas, y como agentes sociales, esto es, como sujetos con recursos, capacidades y, sobre todo, con el derecho a decidir y a incidir sobre y acerca del curso de la vida. El carácter de víctimas reconoce un estatus jurídico que contribuye a la construcción de nociones de ciudadanía y el carácter de agente social lleva a explorar y potencializar las capacidades humanas.

4. Los daños son evaluados en referencia al contexto que los produce y al significado que para las personas tiene. En este sentido, el enfoque psicosocial aboga por un proceso de acompañamiento sobre las vulnerabilidades más que a acciones de asistencia a las necesidades y por un trabajo que parte de reconocer los recursos propios y las capacidades de las víctimas.

De estos fundamentos se desprenden también unos principios para la atención en salud mental extensivos a los procesos de acompañamiento psicosocial (Ministerio de la Salud de Perú, 2004)²²:

- El respeto irrestricto por los derechos de las personas: entre los derechos de los usuarios se resaltan la escucha, la empatía, el buen trato, la información, la confidencialidad y el respeto a sus patrones culturales y a las creencias religiosas, que preserven los derechos humanos fundamentales.
- La equidad: asumiendo un sentido de justicia en las prioridades e intervenciones, en relación con el género, la generación, las diferencias culturales y étnicas, los sectores sociales y las regiones del país.
- La integralidad: considerando la salud mental como un componente fundamental de los procesos de desarrollo humano, interviniendo en diferentes niveles para asegurar la atención y la prevención de problemas específicos.
- La solidaridad: expresándose en la calidad del vínculo, de respeto, acogida y trato justo.

²² También invitamos a cada persona interesada en acompañar a las víctimas del conflicto armado desde un enfoque psicosocial a revisar el anexo D de este módulo sobre los principios éticos que deberían orientar el trabajo de profesionales y organizaciones, elaborado por el Grupo de Psicología Social Crítica del Departamento de Psicología de la Universidad de los Andes (2010).

- La responsabilidad compartida: promoviendo la salud mental como responsabilidad individual, social y política.
- La autonomía y la dignidad: principios tomados de la bioética que aluden a la capacidad de las personas para tomar decisiones basadas en una información suficiente.



Foto: Detrás de cámaras NHT La Chorrera - Patricia Nieto julio 2013.

Los objetivos de los proyectos de acompañamiento psicosocial a víctimas del conflicto armado

Reconociendo los múltiples y graves efectos que genera el conflicto armado en el país, estimamos que los proyectos de acompañamiento psicosocial deben orientarse por los siguientes fines (Bello y Chaparro, 2011):

1. Contribuir a reconstruir la identidad y la dignidad, a partir del reconocimiento de las personas, de su estatus jurídico, social y subjetivo de víctimas. Asumimos que esta es una identidad, entre otras identidades, que puede ser transitoria.



Foto: Detrás de cámaras NHT La Chorrera. Patricia Nieto, julio de 2013

2. Aportar a ganar autonomía y generar condiciones que permitan asumir el control del presente, tomando decisiones y realizando acciones para incidir en el curso de sus vidas. Los proyectos de acompañamiento fundamentados en un enfoque psicosocial deben procurar la construcción de potencialidades individuales y colectivas con el propósito de fortalecer la capacidad de agencia de la población víctima del conflicto armado. Esta perspectiva es fundamental, pues, al tiempo que es finalidad, se constituye en medio para atenuar los efectos negativos de este fenómeno y asegurar el mejoramiento de la calidad de vida.
3. Aportar condiciones que permitan garantizar la seguridad vital: construir estabilidad a partir del cumplimiento de las acciones de protección del Estado y del despliegue creativo de los recursos propios (individuales, familiares y comunitarios) y la activación de los vínculos y soportes sociales e institucionales.
4. Construir seguridad existencial (promover la asunción de certezas y confianza, esperanza y proyectos en el futuro), lo cual significa establecer nuevos lazos y vínculos que permitan la percepción y vivencia de un orden social seguro y legítimo.
5. Identificar y comprender las interpretaciones que los individuos, las familias y los colectivos dan a los hechos, las particulares maneras de enfrentarlos y, en este sentido, el significado que ellos tienen para sus vidas.
6. Favorecer una elaboración de las experiencias (dotarlas de sentido) y potenciar los recursos internos (individuales, familiares y colectivos) que disponen quienes han sido víctimas de la guerra, así como aportar en la capacidad para agenciar los recursos externos.
7. Reconstruir los tejidos fragmentados por los efectos de la violencia y construir confianza y nuevos vínculos e identidades que logren asumir e incorporar una memoria histórica de las destrucciones y las pérdidas irremediables y, desde allí, desarrollar nuevas perspectivas de futuro.
8. Aportar a la dignificación y el empoderamiento de las víctimas para que, a su vez, estas presionen e incidan en reivindicaciones y transformaciones políticas, económicas y sociales.

Factores del acompañamiento psicosocial que pueden generar daño o profundizar los daños ya existentes (Bello y Chaparro, 2011, páginas 50-55)

Durante los procesos de acompañamiento psicosocial los profesionales y equipos al frente de esa labor también pueden incurrir en generar daño²³ o profundizar los daños ya existentes. De la mano de enfoques como la acción sin daño sabemos que no solo la guerra y los grupos armados lesionan o dañan a las personas o comunidades. También las acciones destinadas a proteger, ayudar y ofrecer bienestar a las personas pueden producir casi siempre de manera involuntaria efectos no deseados o efectos negativos. Según el enfoque que estamos referenciando, se trata de daños asociados al orden de lo ético. Por ello, es importante que todas las personas involucradas con lo psicosocial incluyan en su ejercicio profesional competencias que ayuden a evitar y a prevenir que estas situaciones ocurran, tales como la reflexividad, la empatía, la lectura de contextos, entre otras. En el módulo 2, podrá profundizar en ellas, conocerlas y realizar ejercicios para arraigarlas a su vida laboral²⁴. Por ahora, revisemos los siguientes puntos que dan cuenta de aquellos factores más usuales que pueden generar daño o profundizar los daños ya existentes.

- **La sobredimensión o subestimación del dolor y el sufrimiento.** Está la creencia de que todo evento abrupto o violento desencadena procesos de estrés postraumático, cuyo trasfondo concentra la responsabilidad en el sujeto sin tener en cuenta las condiciones sociales, políticas y culturales del contexto. Por otra parte, lo que se encuentra es la negación de las capacidades de afrontamiento, personales y comunitarias, para el manejo de la situación, desde lo cual puede determinarse que el efecto de los sucesos precipitantes de la crisis y que convoca el acompañamiento psicosocial no es el mismo para todas las víctimas. Esto no niega que haya quienes requieran servicios psicológicos especializados en la medida en que sus capacidades de afrontamiento han sido rebasadas. Con la subestimación del dolor, pueden pasarse por alto aspectos relevantes para la experiencia subjetiva y colectiva del sufrimiento, y su exacerbación, llevar a una situación de victimización.

²³ Según el enfoque de acción sin daño, los daños más usuales provocados por la acción humanitaria se relacionan con violentar formas de vida, hábitos y creencias, formas de convivencia, solidaridad y transacción entre las personas.

²⁴ Si quiere profundizar en otros principios o pautas de acción para prevenir y reducir daños en su labor profesional, le sugerimos que revise el material elaborado por la Especialización en Acción sin Daño y Construcción de Paz de la Universidad Nacional de Colombia, específicamente el módulo 2 sobre el enfoque ético de la acción sin daño (Rodríguez, 2011).

- **La victimización** cuando el sufrimiento resulta útil como fuente de reconocimiento y retribución. Con la victimización, se corre el riesgo de encerrar al sujeto y sus comunidades en una posición de autovalidación del sufrimiento. Esto limita el despliegue de sus capacidades para la superación de esa condición y crea relaciones de dependencia y de asistencialismo desde las cuales no es posible la recuperación y la reivindicación de un sujeto autónomo, cuya identidad se afirma en los derechos que ejerce en calidad de ciudadano. En otras palabras, desde la victimización, las acciones de las que puede ser beneficiario son vistas más como un favor que como el ejercicio de un derecho.
- **La invasión de los espacios privados y los ámbitos íntimos.** La exploración de la experiencia subjetiva o colectiva del sufrimiento en el acompañamiento psicosocial puede hacer daño si las entrevistas o las técnicas de expresión de sentimientos tienen preguntas que invocan memorias caracterizadas por el horror que representó la catástrofe o que representan cierta sensibilidad y cuyo dilema emocional aún no ha sido superado. Con estas preguntas, pueden desencadenarse crisis emocionales que sin el debido manejo profundizan el daño psíquico o la desconfianza en las iniciativas y los escenarios ofrecidos en el acompañamiento.
- **Las generalizaciones y estandarizaciones: la igualdad que desconoce la diferencia.** Otro asunto que está presente es la imposición de interpretaciones externas, ajenas al lenguaje, las tradiciones y las representaciones de la comunidad, que implantan y reproducen un cierto imperialismo cultural.
- **La utilización arbitraria de los rituales, los símbolos y los aspectos significativos de orden espiritual y cultural.** El romanticismo cultural aparece como la otra cara de la moneda, desde la que se asume sin discusión que todos los aspectos propios de la cultura sobre la cual está trabajándose son adecuados, sin cuestionar los elementos que desde allí pueden haber contribuido a la ocurrencia de la catástrofe, o sostienen asimetrías sociales e imposición de poderes (por ejemplo los arreglos de género y generación que representan opresión para las mujeres, los niños y las niñas o prácticas espirituales que involucran tanto la reproducción de estructuras asimétricas de poder como la amenaza a la integridad física de algunos de los miembros de la comunidad). Otro elemento por considerar es la coordinación de acciones con líderes que no son representativos de la comunidad o que no tienen elementos desde lo psicosocial que les ayuden a generar fortalecimiento social. Hablamos de personas líderes que contribuyen a fragmentar la comunidad o que son selectivos para la consecución de recursos y con ello politizar su accionar a fines personales y no comunitarios.

- **La exacerbación y el uso del dolor frente a donantes y financiadores.** Esto está directamente relacionado con la victimización y el uso del dolor como única herramienta para el reconocimiento. Por ejemplo, la estructura competitiva sobre la que se sostiene la empresa humanitaria ha entrado en el uso de los medios de comunicación y los testimonios de las víctimas no como recurso para la sensibilización de la responsabilidad social ciudadana, sino como herramienta publicitaria para el protagonismo y el recaudo de fondos económicos.
- **El agotamiento de las personas y equipos de acompañamiento.** Es indudable que la tarea de escuchar historias de dolor y de horror provoca efectos en las personas y los equipos acompañantes. Son numerosas las emociones y los sentimientos que se desatan tras escuchar y presenciar el sufrimiento de otros seres humanos y más aún cuando las personas siguen atravesando circunstancias muy difíciles, es decir, cuando el sufrimiento no es un mero hecho que alude al pasado, sino cuando este se reactualiza y se complejiza con nuevas situaciones de adversidad enfrentadas en el presente. Por ello, resulta de vital importancia evitar a toda costa que las personas y los equipos se agoten emocionalmente. En función de ese propósito, el módulo 3 ofrece algunas recomendaciones y ejercicios prácticos para evitar el agotamiento de las personas y los equipos vinculados al CNMH. Asimismo, en el capítulo 2 de este módulo se puede profundizar sobre algunos conceptos asociados al agotamiento emocional.



Las tipologías del trabajo psicosocial

Las diferentes experiencias nacionales e internacionales de trabajo con población en situación de vulnerabilidad, y en particular con población víctima del conflicto armado, permiten plantear las siguientes tipologías²⁵ en las propuestas y los proyectos de trabajo psicosocial:

1. ***Clínico-terapéuticos***, que privilegian el encuadre terapéutico individual, grupal o familiar, y cuyo objetivo se centra en la reducción del sufrimiento emocional y la prevención de enfermedades y patologías mentales mediante espacios que permitan:

- » La elaboración de los hechos (qué pasó, por qué, cómo).
- » La identificación de los daños y los cambios que se generan.
- » El efecto de los daños sobre la persona (sus creencias, sistema de valores, relaciones).
- » La expresión de las emociones y sentimientos generados por los hechos.
- » La identificación de los recursos de afrontamiento personales, familiares y comunitarios y su potencialización.

2. ***De trabajo comunitario***, definidos como de construcción y fortalecimiento del tejido social. Se concentran en la generación de condiciones para la gestión y autogestión de apoyos y recursos que mejoren la calidad de vida de las personas y las comunidades, a partir de la organización y del estableciendo de nuevas relaciones que les permitan tejer vínculos, en los que sean reconocidas como parte activa de un trabajo. En este orden, se inscriben principalmente:

- » Proyectos de incorporación en nuevos contextos. Promoción de relaciones de solidaridad, reconocimiento en los contextos de llegada.
- » Proyectos de fortalecimiento de identidades colectivas en procesos de reubicación o retorno colectivo.
- » Proyectos de mejoramiento de la calidad de vida (emprendimientos productivos, de seguridad alimentaria, saneamiento básico), a partir del trabajo organizado y solidario.

²⁵ Se habla de tipologías teniendo en cuenta que ninguna de estas descripciones se presenta como “pura” en la práctica, sino que recoge uno o varios elementos de las otras perspectivas.

3. De formación y organización social, los cuales mediante procesos formativos, informativos y de apoyo organizativo aportan a:

- » El reconocimiento del contexto sociopolítico en que acontecen los hechos.
- » El reconocimiento de los derechos vulnerados y de los derechos a la reparación.
- » La construcción como actores sociales y políticos (sujetos de acción y transformación).
- » La cualificación y la acción organizada y colectiva.

El valor de estos proyectos radica en que la construcción de la condición de víctima de una acción u omisión del Estado desinstala la culpa que genera sufrimiento en el sujeto por lo que le pasó y que sostiene la desesperanza de superación de su situación y, por consiguiente, propende a un reconocimiento público y político que contribuya a la dignificación de las mismas víctimas. Asimismo, promueve el sostenimiento de una lucha contra la impunidad, que de no superarse representa un obstáculo significativo para la recuperación emocional.



4. **De sensibilización y apoyo social**, dirigidos a población receptora, educadores, funcionarios públicos y sociedad en general y promover en estos sectores el reconocimiento de las personas víctimas del conflicto armado como ciudadanos vulnerados y la deconstrucción de prejuicios que obstaculizan su integración social. Igualmente hacen un llamado a la responsabilidad social para que las víctimas sean en efecto reparadas en su *dignidad* y se den las transformaciones sociales necesarias para evitar la repetición de tales hechos.

La tipología o tipologías de proyectos que se adopten generarán diversos tipos de metas e indicadores a partir de los cuales se puede realizar su seguimiento y evaluación. En la mayoría de los casos, los proyectos deberán contemplar como parte del proceso la elaboración de “líneas base” que permitan establecer las condiciones de inicio o puntos de partida. Debe advertir de igual manera el conjunto de variables y situaciones “externas al proyecto” que pueden incidir sobre las personas y las dinámicas por intervenir²⁶.

LAS DIMENSIONES PSICOSOCIALES DE LOS PROCESOS DE CONSTRUCCIÓN DE LA MEMORIA HISTÓRICA

El propósito de este apartado es tratar lo psicosocial en relación con los procesos de reconstrucción de la memoria histórica. En función de ello, en esta sección vamos a dar cuenta sobre:

- » Las características que adquiere lo psicosocial en los trabajos de asignar sentidos a los pasados violentos.
- » Los daños que podrían ocasionarse si una persona que trabaja en procesos de recuperación del pasado no opera desde el enfoque psicosocial.
- » Las potencialidades de entender la memoria histórica como una manera de trabajo psicosocial.
- » Lo psicosocial como un regulador ético de los procesos de construcción de memoria histórica emprendidos por personas y equipos de trabajo con sujetos víctimas del conflicto armado y personas desmovilizadas de grupos armados.

²⁶ Para profundizar en algunas características y criterios de evaluación de las tipologías de proyectos, vea el anexo D.

La memoria sobre los hechos traumáticos: implicaciones emocionales

Jelin (2003) propone que “lo que el pasado deja son *huellas*, en las ruinas y marcas materiales, en las huellas mnémicas del sistema neurológico humano, en la dinámica psíquica de las personas, en el mundo simbólico [cursivas en el original]” (página 35). Tal resultado nos permite afirmar que la memoria sobre los hechos dolorosos tiene para aquellas personas que la construyen implicaciones emocionales. Y esto puede ocurrir por causa de las situaciones traumáticas ocasionadas por el carácter devastador de los conflictos armados. Profundicemos, entonces, sobre este tema.

Algunos autores entienden por situación traumática aquellas experiencias que representan una amenaza para la integridad física o psicológica de la persona y ante la que sus víctimas suelen responder con temor, desesperanza u horror intenso (Lira, Becker y Castillo, 1989, página 21)²⁷. Esto significa que las personas víctimas de conflictos armados —como el experimentado en Colombia— se enfrentan a situaciones límite en las que la muerte violenta es una posibilidad dentro de un contexto amenazador e ineludible (Lira, Becker y Castillo, 1989, página 21). Desde esta perspectiva, la vivencia de la violencia constituye experiencias vitales que pueden resultar en una traumatización extrema. Becker, Castillo y Díaz (1991) definen este concepto en los siguientes términos:

Un proceso en la vida de los sujetos de una sociedad, que se caracteriza por su intensidad, por la incapacidad de los sujetos y de la sociedad de responder adecuadamente a este proceso, por las perturbaciones y los efectos patógenos que provoca en la organización psíquica y social (página 78).

Como lo ilustran los autores anteriores, este concepto trasciende las miradas psicologistas que se enfocan en el sujeto y su fuero interno. Esta apuesta nos lleva a hacernos la pregunta acerca de los factores sociales y políticos que condicionan el daño²⁸ provocado a los sujetos (Dobles, 2009, página

²⁷ Laplanche y Pontalis (2007) definen trauma como un acontecimiento en la vida del sujeto que se caracteriza por su intensidad y por la incapacidad del individuo de responder adecuadamente.

²⁸ Recuerde que en el apartado sobre el enfoque psicosocial en contextos de violencia, que se encuentra en el capítulo 1 de este módulo, tratamos algunos detalles sobre el daño y su importancia para el acompañamiento psicosocial. Asimismo, en ese apartado, le recomendamos profundizar sobre el concepto de daño en una producción del CNMH (2014). Aprovechamos para reiterar esta invitación.

79). En este mismo sentido, Martín-Baró (1990) propuso el concepto de *trauma psicosocial* o *trauma político*, el cual –aunque no tuvo una conceptualización profunda y se asimiló a la categoría de traumatización límite– reta a pensar el daño psíquico en el contexto de las relaciones sociales, de las interacciones cotidianas, de los entornos estructurales en que se desarrollan estas relaciones (Dobles, 2009, página 84). Es decir, es un concepto que alude a la vinculación entre lo que le pasa a los sujetos cuando hay una perturbación grave de las relaciones sociales: desconfianza, miedo, polarización (Lira, 2016).

Martín-Baró (1990) señaló, entonces, que los efectos de la violencia y la guerra no son un problema de individuos aislados, sino un problema estrictamente social. Para este autor, el daño producido no es solo el de la vida personal que se destruye, sino que el daño se ha causado a las estructuras sociales mismas, a las normas que rigen la convivencia, a las instituciones que regulan la vida de los ciudadanos, a los valores y principios con los que se ha educado. Como veremos más adelante, estos y otros factores son fundamentales en la tarea de la reconstrucción de la/s memoria/s.

Ahora bien, los relatos de las víctimas hacen referencia a hechos de altísima brutalidad y barbarie, tales como masacres, desaparición forzada de familiares, tortura, violación sexual propia o de seres cercanos, desplazamientos y desarraigos forzados, asesinatos y amenazas, entre otras formas de dolor que constituyen experiencias traumáticas. En el desarrollo de los procesos de memoria histórica, hemos sido testigos de cómo recordar los hechos violentos aviva en cada persona la evocación —de manera más intensa, tenue o mediada por las experiencias posteriores— de sentimientos y emociones asociadas a la violencia ejercida en su contra. Hemos evidenciado, además, que la reacción ante estas formas de dolor es un

proceso particularizado de cada sujeto, familia o grupo [que] evoluciona con el tiempo, [y aunque] se origina de una situación específica común a muchos otros sujetos (...), tiene la singularidad de los recursos y de las carencias, que se movilizan en [cada] sujeto concreto frente a la situación (Lira, Becker y Castillo, 1989, página 23).

Por ello, en los procesos en que se alude al recuerdo, las reacciones de los participantes pueden ser diversas y estar asociadas a la reacción específica de cada sujeto, a sus capacidades, habilidades y recursos



frente a los hechos violentos vividos. En este sentido, es posible afirmar que el carácter traumático del evento es definido por el significado que se atribuye a las experiencias. De esta manera, solo se puede hablar de situación traumática si se produce desestructuración psíquica ante el evento amenazante (Lira, Becker y Castillo, 1989).

Las modalidades de violencia desplegadas en el conflicto armado en Colombia sobrepasan la capacidad y los recursos de los involucrados, puesto que revisten, entre otras, las siguientes características:

- » Son actuaciones violentas provocadas con intencionalidad por otras personas. En la búsqueda de determinados fines, se acude a mecanismos y estrategias que pretenden sembrar terror, destruir las relaciones de solidaridad y de confianza, cuestionar y deshonrar ideologías, valores y creencias, culpabilizar, avergonzar y degradar.
- » Son hechos abruptos y de alta crueldad que trastocan y ponen en cuestión los valores, las creencias y las certezas básicas que tienen las personas sobre sí mismas, el mundo, las y los otros y el futuro posible. Son hechos que se dislocan respecto de lo racional, por lo que cuando son recordados traen emociones, no solo explicaciones.
- » Son hechos que implican pérdidas y cambios bruscos de orden material, social y subjetivo. Deterioran sensiblemente la calidad de vida de las personas y generan duelos, crisis, desorientación, incertidumbre y, sobre todo, inestabilidad emocional.
- » Son eventos inesperados, intensos y emocionalmente demandantes, irrumpen las circunstancias cotidianas en que transcurre la vida y se construyen las relaciones con las y los otros, por ello, están por fuera de los marcos de significado construidos socialmente.

Las características de estos hechos hacen que los recursos habituales para afrontarlos resulten ineficaces e insuficientes que desbordan la posibilidad de entenderlos y darles sentido y ponen en tensión la ocurrencia del evento y la posibilidad de interpretarlo: las víctimas son despojadas del requisito de coherencia necesario para vivir en un mundo predecible, ordenado y razonable (Sluzki, 2006, página 6).

Esto ha sido evidenciado por los equipos de investigación del CNMH, por ejemplo, en la Inspección de Policía El Tigre (Putumayo)²⁹, se pudo concluir que, después de la ejecución de la masacre del 9 de enero de 1999, la disposición de los cuerpos y los vejámenes a los que fueron sometidas las víctimas, no solo delimitaron una frontera (espacial) perversa y terrorífica, sino que provocaron crisis en los referentes de sentido y de protección de la comunidad y los despojaron de los recursos comúnmente utilizados para explicar y afrontar los acontecimientos (GMH, 2011, página 28). Como concluyen Lira, Becker y Castillo (1989), “las experiencias traumáticas, por su cualidad y amplitud, no logran ser asimiladas por la estructura psíquica del sujeto, lo cual implica que los intentos de reorganización psíquica ante esta experiencia quedan marcados por el daño infligido” (página 114).

Muchas víctimas experimentan la cooptación de su mente por el evento violento, manifestado en la pérdida de seguridad y confianza, de control sobre la propia vida y del sentido de plenitud y bienestar. La violencia también arremete contra las creencias respecto del mundo y su dinámica habitual: un evento traumático implica no solo la lesión a la dimensión subjetiva de la víctima, sino también la dilución de la comunicación, la confianza y el propósito de las relaciones con los demás, así como el carácter predecible que tenía la cotidianidad antes del ejercicio de violencia.

En este sentido, como acompañantes de los procesos de evocación de los recuerdos de las experiencias traumáticas, comprendemos que se trasciende la mención, descripción y caracterización de los hechos, y se involucran los sentimientos asociados al dolor y las reacciones que tanto en el pasado como en el presente provoca la violencia, aún más cuando el recuerdo no trata de un evento particular situado espacial y temporalmente, sino que los efectos nocivos de la guerra se han prolongado hasta el presente, por ejemplo cuando ante la impunidad se emprenden acciones de exigencia de justicia que ponen a las víctimas en una situación de especial vulnerabilidad, cuando después de la salida forzada

29 La noche del 9 de enero de 1999, aproximadamente 150 paramilitares del Bloque Sur Putumayo, unidad adscrita al Bloque Central Bolívar de las Autodefensas Unidas de Colombia, irrumpieron en la zona urbana de la Inspección de Policía El Tigre, en el Bajo Putumayo (Valle del Guamuéz), donde asesinaron a 28 personas, quemaron casas, motocicletas y vehículos. La represión y violencia directa contra esta población no terminó con la masacre, sino que se intensificó durante el periodo 2001-2006, cuando este mismo bloque paramilitar estableció en la mayoría de las zonas urbanas del Bajo Putumayo (Puerto Asís, Puerto Caicedo, Orito, La Hormiga, La Dorada) un control territorial permanente, ejerciendo un dominio social, económico y político en esta región. Así, la masacre y posterior ocupación paramilitar de la zona generaron diversos daños y pérdidas que no solo afectaron la economía de los habitantes del poblado, sino que modificaron sustancialmente la vida de campesinos, afrocolombianos e indígenas que habitan el sector.

se viven penurias en los lugares de recepción o cuando aún se está a la espera de información sobre familiares o amigos víctimas de desaparición forzada.

El testimonio de una de las víctimas de la masacre en Trujillo (Valle)³⁰ es ilustrador sobre la relación entre el recuerdo y las emociones:

Desde la desaparición de mi hijo mi vida cambió totalmente, porque día tras día lo añoro, todos los días lo espero, y con la zozobra de que mi hijo todavía está vivo y de que en cualquier momento aparezca. A veces me levanto tarde en la noche al baño y me asomo por la ventana con la ilusión de verlo venir. Es muy difícil aceptar la realidad, pero, aún más difícil, vivir la incertidumbre de querer saber dónde está mi hijo y realmente qué fue lo que hicieron con él, si está vivo o está muerto. Me pongo a pensar si mi hijo murió, qué me le hicieron, cómo me lo maltrataron o me lo masacraron, cómo serían los sufrimientos de mi hijo (...) mi corazón desangra cada vez que lo traigo a la memoria diariamente, porque todos los días se lo encomiendo a Dios (GMH, 2008, página 69).

Ante la dificultad para elaborar explicaciones satisfactorias sobre las experiencias traumáticas, para sobrevivir las personas realizan ajustes, despliegan una serie de mecanismos defensivos y protectores, de carácter no usual, que tienen por función hacer frente a la anormalidad y ganar así cierto control de la situación y estabilidad emocional. No obstante, estos ajustes pueden ser destructivos o autodestructivos dado que

30 Este caso de estudio fue el primero que trató el Grupo de Memoria Histórica. El informe titulado Trujillo: una tragedia que no cesa fue publicado dentro de la primera Semana por la Memoria (septiembre de 2008) e ilustra el efecto desarticulador del terror que han vivido tantas comunidades y las dinámicas perversas del conflicto armado interno en todo el país. El municipio de Trujillo (Valle del Cauca) ha sido escenario de una violencia múltiple y continuada. Entre 1988 y 1994 se registraron, según los familiares y las organizaciones humanitarias, 342 víctimas de homicidio, tortura y desaparición forzada. Actores de todo tipo confluyeron para representar un espectáculo de horror que aún hoy sacude la conciencia de sus pobladores, en medio de la más aberrante impunidad.

cuando el yo intenta evitar ser desbordado por la aparición de la angustia automática ante la cual se halla indefenso, llega a establecer una especie de simetría entre el peligro externo (experiencia traumática o traumatización extrema) y el peligro interno (incapacidad del yo de controlar adecuadamente la angustia automática provocada por la traumatización extrema). [Así] el yo es atacado desde dentro como lo es desde afuera (Lira, Becker y Castillo, 1989, página 22).

Foto: María José Pizarro - CNMH 2015



Al respecto, en el proceso de reconstrucción de memoria sobre la vida de mujeres víctimas del conflicto armado, concretamente en el caso del efecto de la muerte de Yolanda Izquierdo³¹, evidenciamos cómo

ante el sinsentido de la muerte, y en el intento de explicar o instalar alguna sensación de control frente a lo ocurrido, los hijos recurren a la culpa, aumentando su sufrimiento (...) La partida abrupta y violenta de Yolanda los sume en pensamientos repetitivos y mortificantes que se traducen en un profundo sufrimiento. Uno de sus hijos dijo: “Yo ese día debí haber llegado más temprano (...) No le hice caso a mamá (...) cuando llegué ya la habían matado (...) si yo hubiera salido derecho para la casa (...) seguro esto no habría pasado, yo no habría permitido que la hubieran matado (...) pero llegué cuando ya no había nada que hacer (...) O de pronto me hubieran matado a mí también y eso hubiera sido mejor (GMH, 2011a, página 117).

Además, en el proceso psíquico de lo sucedido, las víctimas intentan olvidar, negar, disociar como estrategias para reintegrarse parcialmente en sus actividades sociales o para intentar retomar el curso de su vida (Lira, Becker y Castillo, 1989, página 115); por ello, algunos de los mecanismos que tienen mayor relación con el tema de memoria son la represión y la negación, dado que mediante ellos se tiene la ilusión del olvido.

Los hechos pueden no ser recordados o reprimidos, “porque la conciencia no los puede aceptar, ya que entraría en contradicción con los preceptos morales del sujeto, con sus creencias, o sería causa de un sufrimiento insoportable por lo que puede evocar” (Blanck, 2006, página 47). Como mecanismos inconscientes de defensa, la represión y la negación son medidas efectivas por un tiempo limitado,

31 Mujer del departamento de Córdoba que lideraba en esa zona algunos procesos de restitución de tierras. Fue asesinada por presuntos paramilitares el 31 de enero de 2007. “Ella era la portavoz de 843 familias que, en medio del proceso de Justicia y Paz, luchaban por recuperar sus propiedades en Córdoba [...] Como autora intelectual de la muerte de Izquierdo Berrío señalaron a Sor Teresa Gómez Álvarez, esposa de un hermano medio de los hermanos Fidel, Carlos y Vicente Castaño y suegra de Jesús Ignacio Roldán, alias Monoleche. Sor Teresa amedrentaba a los que se aventuraban a reclamar en Córdoba” (El Espectador, 19 de marzo de 2011, disponible en <http://www.elespectador.com/noticias/wikileaks/yolanda-izquierdo-victima-de-un-error-burocratico-articulo-257896>).



Foto: Taller Compartir Apartadó - 22 Sept. 2013

pues el trauma puede quedar encapsulado y “con el paso del tiempo una crisis personal [o] conflicto cualquiera puede descompensar severamente al sujeto apareciendo en toda magnitud la experiencia traumática que quedó encapsulada y cuyo recuerdo se conservaba ‘congelado’” (Lira, Becker y Castillo, 1989, páginas 29–30). Como afirma Sluzky (2006, página 7), en ocasiones, el bloqueo es derrotado por una irrupción explosiva de los recuerdos o de la evidencia. De hecho, en el desarrollo de la investigación en Segovia y Remedios³² (Antioquia), corroboramos la manifestación del trauma que ha sido silenciado:

32 En los municipios de Segovia y Remedios (Antioquia) se presentó durante el periodo 1982–1997 una violencia política recurrente contra la población civil, dirigida en especial contra las disidencias políticas: el movimiento social (asociaciones comunitarias, sindicatos, juntas cívicas, comité de derechos humanos) y la Unión Patriótica. Esta fue cometida por redes criminales articuladas por miembros activos de la fuerza pública que operaban en la región (Ejército y Policía), en asociación con civiles y grupos paramilitares, y sus principales hitos fueron cuatro masacres recogidas en este completo informe: Remedios, 4–12 de agosto de 1983; Segovia, 11 de noviembre de 1988; Segovia, 22 de abril de 1996; y Remedios, 2 de agosto de 1997. Como resultado, a partir de la violación de derechos humanos fundamentales a la vida y la integridad personal, se restringió en la región en medio de la guerra tanto el ejercicio pleno de la ciudadanía y los procesos democráticos como el disenso político.

Hay quienes han experimentado sentimientos de tristeza, incluso de depresión crónica; otros viven con sentimientos de rabia que se expresan en estados de irascibilidad, mientras que unos más han experimentado crisis de pánico ante la activación del recuerdo trágico con un sonido o una imagen (GMH, 2010, página 222).

Otro ejemplo del retorno de los eventos traumáticos concierne a Bojayá (Chocó)³³, donde

se han presentado episodios de fuertes crisis emocionales como respuesta a ciertos hechos cuya significación remite a lo acontecido en 2002. El 4 de mayo de 2010, (...) dos días después de la octava conmemoración de la masacre, un auxiliar de policía que había sido recientemente trasladado a Bojayá como castigo por problemas de drogadicción, disparó y acabó con la vida del subintendente Roberto Antonio Vargas Morales. El grupo de MH [memoria histórica] que acompañó la conmemoración fue testigo de la conmoción que causó el sonido de la ráfaga de disparos en toda la población de la cabecera municipal, particularmente entre los estudiantes de secundaria, quienes huyeron del centro educativo y pasaron por agudos episodios de crisis emocional pensando, al igual que muchas más personas, que la guerrilla había entrado al pueblo. Estos jóvenes para el momento de la masacre tenían edades entre los 5 y los 10 años, y muchos de ellos habían sido rescatados por sus padres de entre los escombros de la iglesia (GMH, 2010a, página 94).

33 El 2 de mayo de 2002 aproximadamente 80 personas murieron (entre ellos 48 menores) luego de que guerrilleros de las FARC lanzaran un cilindro bomba, durante un enfrentamiento con paramilitares de las AUC, contra la iglesia de Bellavista (casco urbano del municipio de Bojayá), donde la población se refugiaba. Este hecho representa un hito en la larga cadena de violencia que ha vivido nuestro país, a la vez que es un punto culmen de la degradación del conflicto armado que aún padecen las comunidades afrodescendientes e indígenas del Medio Atrato y del departamento de Chocó. Esta acción violenta evidenció la violación de todas las normas del derecho internacional humanitario por parte de los grupos armados, así como las fallas del Estado colombiano en su obligación de velar por la integridad de esta comunidad. Memoria Histórica (MH) presentó públicamente este informe el 24 de septiembre de 2010, durante la III Semana por la Memoria.

Además de la acción inconsciente de la represión y la negación, suele suceder que, ante la vigencia de las condiciones sociopolíticas que dieron lugar a la victimización, las personas acuden a una serie de mecanismos conscientes, con el fin de protegerse, evitar la estigmatización y lograr ser parte de nuevas comunidades de referencia, ocultando su pasado y evitando recordar y hablar de él. Precisamente, a partir del proceso de reconstrucción de memoria de la masacre de Trujillo, referimos:

El pasado violento no se manifiesta únicamente a través del recuerdo y reconstrucción sobre lo que sucedió sino en los profundos silencios y resistencias al ejercicio de la memoria en un clima de amenaza y señalamientos y por el temor [de] que la reconstrucción y reconocimiento de estos hechos puede generar nuevas oleadas de violencia (GMH, 2008, página 212).

El aislamiento, la desvinculación de espacios políticos y organizativos y la desconfianza entran a hacer parte del repertorio de protección de las víctimas, por lo que los ejercicios de memoria pueden resultar atemorizantes y ser evaluados como una exposición al señalamiento y a nuevos riesgos. Estos mecanismos fueron implementados por muchas víctimas de Segovia y Remedios, quienes guardaron silencio para protegerse:

En este contexto de intimidación y apatía fueron muchos los sobrevivientes que tomaron la determinación de no decir más. En algunos se trató de un silencio de autoprotección enraizado en el miedo, un miedo que tenía fundamento en las amenazas continuas y el asesinato de varios gestores de memoria. Pero hubo así mismo un silencio de las víctimas asociado a la prohibición de la movilización impuesta por los actores armados (GMH, 2010, página 23).

Asimismo, en El Salado (Montes de María)³⁴,

de la masacre no se habla directa, sino oblicuamente. Los pobladores hablan de “cuando aquí sucedió”, de “cuando pasó lo que pasó”. La dimensión y complejidad de lo vivido pareciera desafiar la capacidad de narrarlo. La masacre es ese innombrable que no obstante no puede ser olvidado (GMH, 2009, página 17).

Muchas veces el silencio respecto de los hechos traumáticos vividos se ampara en la creencia de que, al dejar de hablar de ellos, estos se pueden instalar en el olvido y significar un cierto alivio para las víctimas. Pero el deseo y esfuerzo deliberado de olvido no garantizan la sanación de las personas, sino que ocasionan la perturbación de manera intrusiva, expresada como sueño, malestar físico o incluso como imagen viva. Así lo observamos en el desarrollo de la investigación sobre mujeres y guerra en el Caribe colombiano, donde

si bien la mayoría de las mujeres han desplegado toda clase de recursos individuales, familiares y colectivos para hacer frente a la violencia, y con gran fortaleza siguen asumiendo la vida, algunas, sin embargo, ante acontecimientos de violencia extrema de los cuales fueron víctimas directas o testigos, han sufrido graves daños psicológicos. Los hechos y sus efectos hacen que estas mujeres estén limitadas en su capacidad para controlar sus vidas, para tomar decisiones en función de sus realidades, y que presenten serias dificultades para relacionarse con sus familiares y con los miembros de la comunidad. El aislamiento, la depresión, las recurrentes imágenes de terror, las somatizaciones, les impiden asumir con normalidad

34 La masacre de El Salado es una de las más atroces del conflicto contemporáneo de Colombia. Fue perpetrada entre el 16 y el 21 de febrero de 2000 por 450 paramilitares, que, apoyados por helicópteros, dieron muerte a 60 personas en estado de total indefensión. Tras la masacre se produjo el éxodo de toda la población, lo cual convirtió a El Salado en un pueblo fantasma. Hasta el día de hoy solo han retornado 730 de las 7000 personas que lo habitaban. Este suceso hace parte de la más sangrienta escalada de eventos de violencia masiva ocurridos en Colombia entre 1999 y el 2001. En ese periodo en la región de los Montes de María, donde está ubicado El Salado, la violencia se materializó en 42 masacres que dejaron 354 víctimas fatales.

sus labores cotidianas, las ponen en especial situación de vulnerabilidad y dependencia, y provocan serias implicaciones afectivas y económicas para los demás miembros de sus hogares (GMH, 2011b, página 371).

Cabe resaltar que la atención oportuna e integral del efecto psíquico que el evento violento promueve tiene la potencialidad de mitigar los daños que este produce, dado que procurar un espacio para el trámite de la experiencia aporta a la disminución de las heridas emocionales y al soporte y la comprensión de pensamientos y sentimientos frente a los hechos.

También es importante señalar que, aunque es factible que el ejercicio de memoria sea una suerte de acto para reabrir heridas, por cuanto la evocación trae emociones y sentimientos, en lugar de invalidar el recuerdo, este puede ser una posibilidad para pensar estrategias que permitan a las personas reconstruir los hechos y lograr ubicarse en un lugar distinto del de la indefensión absoluta, el desamparo, la impotencia y la soledad, cambiar la interpretación del evento violento, externalizar el dolor y reconocer que la experiencia no define al sujeto y poner el hecho y el dolor que este produce en perspectiva de tiempo y espacio definidos.

Pensar la reconstrucción de memoria histórica desde una perspectiva psicosocial implica entonces tener en cuenta que estamos invitando a que las personas evoquen, rememoren, resignifiquen hechos sumamente dolorosos que no solo tienen que ver con su interior, sino con las relaciones que cambiaron por efecto de la violencia. Estamos disponiendo de un espacio en el que es posible procesar recuerdos de hechos que despiertan, además de dolor, sentimientos de rabia, desolación, añoranza, culpa y miedo, en el que se pueden acentuar las narraciones sobre los hechos victimizantes o dotar de sentido el pasado y proyectar un presente y un futuro diferentes, en el que como constructores de la memoria nos situamos como testigos del dolor, que no podemos comprender integralmente, pero que podemos aportar a que se connote positivamente su afrontamiento.

Las características de los procesos de reconstrucción del pasado pueden abrir la posibilidad para que las víctimas reelaboren y den un nuevo significado a sus experiencias y recobren la confianza en la vida y encuentren sentido y legitimidad para la búsqueda de la reparación. Los procesos de memoria hacen posible la expresión pública del dolor y el sufrimiento, constituyen “una instancia del reconocimiento del sufrimiento social que fue negado, ocultado o suprimido de la escena pública bajo el efecto mismo de la violencia (GMH, 2008, página 26).

En efecto, como CNMH hemos escuchado a víctimas de distintas regiones del país y hemos afirmado que los recuerdos aportan a la construcción de paz, no en sí mismos,

sino si se hacen públicos; tienen perspectiva política, o sea si aportan a la transformación; son pedagogizados; si el recordar se plantea como proceso que amerita el cuidado de emociones y mentes; si las instituciones y organizaciones que trabajan con las víctimas respetan y mantienen sus acuerdos con ellas; si hay inversión en los procesos de reconstrucción de memoria y se garantiza el acompañamiento psicosocial³⁵.

En el desarrollo de procesos de reconstrucción de memoria, las situaciones de efecto emocional que se han presentado son de diversa índole, dado que estas no son homogéneas, uniformes y por lo mismo no son generalizables. La manera en que un hecho violento afecta y se inscribe en la vida de una persona depende de muchos factores: el tipo de hecho violento, la dimensión de las pérdidas y los daños generados, su carácter abrupto e intempestivo, las características de la persona afectada, los recursos de apoyo y solidaridad con que se cuenta después del hecho violento, la edad, el género, el reconocimiento social y político de la persona o de la comunidad afectada, entre otros. También depende de la manera en que se desarrolla el proceso de selección de recuerdos que tiene que ver con

los modos en que el individuo o grupo acude al pasado en función del presente, las maneras en que el pasado, o el relato que se construye sobre eventos pasados, informa, explica o reafirma a la persona y sus acciones en el presente y bajo circunstancias específicas (GMH, 2009, página 57).

Asimismo ha sido importante, al emprender los procesos de reconstrucción de memoria, tener en cuenta que las posibilidades de las personas respecto de sus recuerdos han sido distintas: algunas habrán contado con condiciones para hablar de su experiencia, incluso de modo reiterativo, otras probablemente nunca lo habrán hecho. Algunas habrán podido hacer públicas las situaciones que han vivido, otras de repente lo han mantenido como una experiencia estrictamente íntima y privada. Algunas fueron directamente afectadas, otras indirectamente. Estas, entre otras circunstancias, exigen, a quienes acompañan la reconstrucción de memoria, que cada persona sea considerada en su situación particular, y de igual modo obligan a pensar y a establecer distintos recursos de apoyo que permitan acompañar las necesidades y demandas que se manifiesten, los pensamientos, sentimientos y emociones que surjan en el proceso, haciendo prevalecer las necesidades y consideraciones de las víctimas.

IDENTIDADES Y MEMORIAS: MEMORIAS VICTIMIZADAS Y MEMORIAS LIBERADORAS

La identidad del individuo es entendida como el valor central en torno al cual cada sujeto organiza su relación con el mundo y con los demás en contextos sociales estables. Pero estas mismas personas pueden experimentar situaciones inesperadas que cambian de manera violenta ese mundo habitual. La identidad en presencia del dolor puede desestabilizarse y entrar en crisis. En este sentido, surge un interrogante: ¿cómo un individuo que vive una experiencia traumática puede reconstruir su identidad? (Chiocchetti, 2008).

En el apartado anterior de este capítulo, exploramos las implicaciones emocionales que tienen los procesos de reconstrucción de memoria, dado que estos se desarrollan alrededor de hechos traumáticos para las víctimas por efecto del conflicto armado. A continuación, trataremos la relación entre memoria e identidad, con el fin de analizar cómo los procesos de memoria afectan las identidades de los sujetos y de qué manera se pueden fortalecer identidades victimizadas o identidades liberadoras. Es decir, consideramos que los trabajos con la memoria histórica pueden generar efectos positivos y negativos para aquellas personas que la construyen dependiendo del enfoque empleado por quienes posibilitan esta labor. Así que los profesionales y equipos que estimulan estos procesos deben tener claridad sobre esas dos situaciones. Para lograr este propósito, resulta vital revisar el concepto de *identidad*.

La identidad es constituida por un proceso histórico y social mediante el cual las personas construyen imágenes y versiones de sí mismas, establecen sus roles y atributos y se proyectan hacia el futuro que desean vivir. Podemos discernir la relación de la identidad y la memoria teniendo en cuenta que la orientación de la identidad hacia el pasado se funda en los recuerdos, es decir, la identidad se extiende hasta donde llegan los recuerdos, sean estos conscientes, sean inconscientes³⁶. En este sentido, “la memoria en cuanto que conciencia que mira hacia atrás, es la que recupera los diversos actos del pasado y los conecta como actos que sí recuerda” (Souroujon, 2011, página 237).

Así, las experiencias significativas del pasado, aquellas que figuran en el recuerdo y de las cuales tenemos particulares elaboraciones y significaciones, hacen parte de la identidad individual. Aquello que recordamos y que olvidamos constituye nuestras historias personales y permite hacernos una idea acerca de quiénes somos y quiénes son los otros que nos rodean.

Con la ayuda de la memoria los individuos son capaces no solo de evocar su pasado sino también de definirse a sí mismos y de desarrollar, comunicar, comprender, intervenir, registrar y reproducir ideas, imágenes y experiencias; en otras palabras, de participar en el proceso social (Boutzouvi, 1994, página 2).

Por otro lado, podemos establecer la relación entre la identidad y los eventos violentos, en correspondencia con la lesión que estos provocan sobre la expectativa de continuidad de las premisas básicas acerca de cómo concebir y cómo describir la vida, las relaciones y el mundo, definitivas para la configuración identitaria. No resulta sorprendente, entonces, que el primer efecto de un acto de violencia en la víctima es una experiencia de confusión, una pérdida de la coherencia interna que constituye su identidad: la violencia destruye el modo de describir el mundo y, por tanto, esta fractura de la trama del mundo hace añicos la identidad y genera en aquellos que la padecen un hambre de coherencia, un anhelo básico de orden (Scary, 1985, citado por Sluzky, 2006, página 3).

36 Planteamos la noción de recuerdos inconscientes, ya que puede haber experiencias que no se recuerdan pero que marcan la identidad.

En este sentido, según los relatos de las víctimas, los hechos violentos rompen la vida, la parten en dos. De hecho, son situaciones que llevan a hablar de un antes y un después y que alteran de manera drástica el discurso autobiográfico y la conciencia de mismidad. Varios son los testimonios que nos permitieron, en el transcurso de las investigaciones de casos emblemáticos emprendidos por el CNMH, comprender que el carácter abrupto y brutal de muchos de los hechos de la violencia afecta el sentimiento de mismidad (de seguir sintiéndose el mismo), de continuidad y, por tanto, la manera de situarse en el presente y proyectarse hacia el futuro. Los siguientes relatos ilustran el efecto de la violencia en la identidad:

La vida se partió en dos; yo soy una Margarita antes y otra Margarita después; y eso es real y eso no es un invento de la víctima. Ahora es que digo que he vuelto a la normalidad y es que a veces vuelvo a la depresión. Yo creo que uno no vuelve a ser la misma (GMH, 2011a, página 155).

Desde que ocurrió la tragedia, no volvimos a ser los mismos. Todo se nos quedó allá... ¡Hasta los sueños! En esa tierra que teníamos estaba puesta toda nuestra vida, y era el futuro de nuestros hijos. La vida se me cambió. Yo antes reía y bailaba... Ahora no tengo ganas de vivir (GMH, 2011b, página 365).



Foto: Bojayá, Julio 2013 - Juan Arredondo

La necesidad de elaborar claridades y explicaciones respecto de los eventos violentos puede hacer que los relatos de las víctimas acerca de sí mismas se transformen drásticamente y sean invadidos o cooptados por las experiencias de terror e indefensión, asimismo la imagen propia puede quedar irrumpida por los discursos de los victimarios y las razones que aducen para cometer sus horrores. Según Sluzki (2006, página 4), las narrativas son internalizadas y transformadas en guías o lentes a través de los cuales damos sentido a la realidad y organizamos los comportamientos adecuados a esa realidad, y estos comportamientos a su vez tienden a reconstituir y, en ocasiones, a modificar esas descripciones del *self* y del mundo. En este sentido, estas narrativas tienen el potencial de impregnar la identidad.

Las víctimas experimentan sentimientos de culpa, vergüenza e impotencia no solo en relación con los hechos violentos, sino en relación con el presente, ya que el presente “trabaja sobre el pasado, lo resignifica a la luz de lo que se ha llegado a ser (Souroujon, 2011, página 242). Como intuye Traverso: “La memoria, sea individual o colectiva, es una visión del pasado siempre mediada por el presente” (2007, página 64). En este sentido, se puede vislumbrar con mayor claridad la relación identidad-memoria, dado que el recuerdo permea la imagen que se tiene de sí mismo: el cambio contundente entre el pasado y el presente, lo que se era y lo que se llegará a ser, por el efecto de los eventos traumáticos, quiebra la identidad.

En suma, recordar implica hacer una historia acerca de sí mismo, definirse, ubicarse en un rol, en una posición y atribuirse ciertos rasgos y características. A partir de los modos en que se recuerda y olvida, se pueden rastrear tanto huellas y señales de identidad como modos en que los individuos se construyen como sujetos y miembros de colectividades (Riaño, 1999, citado por GMH, 2009, página 44). En este sentido, resulta importante señalar que, a pesar de que los mismos hechos violentos sean vividos por varias personas, la necesidad de otorgar sentido a la experiencia transcurre en el marco de relaciones e interacciones sociales específicas, con sus correspondientes prácticas culturales y sociales (Dobles, 2009, página 87), por lo que los relatos del pasado son diversos, contradictorios, susceptibles de resignificaciones y nos permiten una nueva mirada sobre un mismo hecho. Así lo expresa Visacovsky:

Toda memoria resulta de un proceso activo de aprehensión del pasado desde el presente: ordenar los eventos de un determinado modo y no de otro; evaluarlos y conferirles un valor; suprimir —consciente o inconscientemente— acontecimientos o aspectos de ellos,

dirimiendo qué es significativo y qué no lo es; dar razones por las cuales hacer los pasados creíbles; en fin, prueban la existencia de una actividad, de una elaboración de los agentes respecto del pasado (2007, página 55).

La memoria no produce una copia fiel de las situaciones, los actores y las acciones que se vivieron, así que los recuerdos de los hechos violentos provienen de una labor de selección, relación e interpretación de los acontecimientos. Cabe resaltar que la interpretación y el significado de los hechos puede cambiar cuando el sentido de la violencia cambia, por ejemplo cuando las víctimas rechazan los argumentos de los victimarios y reconocen que son los intereses de los grupos armados los que provocaron el ejercicio de la violencia. Este cambio de sentido retira a su vez la culpa que los armados arguyen respecto de la ejecución de sus acciones.

Foto: Taller Memoria Compartir Necolí - 2012



Podríamos entonces afirmar que los procesos del recuerdo tienen el potencial de favorecer narrativas relacionadas con la situación victimizante, el agobio, la pasividad, la vergüenza y la humillación, o pueden promover la externalización de los sentimientos y pensamientos producto de los hechos violentos y hacer énfasis en la dignidad, la agencia y la capacidad de las víctimas para sobrevivir y resistir los eventos violentos y hacer de las nuevas narrativas también nuevas formas de vivir, que a su vez se adhieren a la identidad.

Teniendo en cuenta la relación entre memoria e identidad, es muy importante, en los ejercicios individuales y colectivos de reconstrucción de memoria, evitar las preguntas o dinámicas que lleven a fortalecer narraciones que afecten la autoimagen de las víctimas o que las conduzcan a procesos de victimización secundaria. Al respecto, es importante también tener en cuenta, como aspectos fundamentales de la reconstrucción del sentido de los hechos violentos, el contexto, la interpretación que se hace del ejercicio de la violencia, las relaciones y las conexiones que se establezcan entre los actores.

Una mirada compasiva y limitada a la situación victimizante puede estimular, privilegiar y reiterar narrativas que exaltan el lugar de las personas como víctimas, sufrientes y despojadas de sus recursos materiales y emocionales. Por ello, es necesario tener como directriz del trabajo y el abordaje de los hechos traumáticos la comprensión de que esos hechos son experiencias que no deben abarcar la identidad, ya que permitirles ocupar este espacio puede llevar a la convicción de la absoluta incapacidad y dependencia. Esto, en cuanto garantiza reconocimiento y atención, puede verse como una posición de “beneficio” o “comodidad” para las víctimas; sin embargo, las deja instaladas en la situación victimizante y limita las posibilidades de reparación emocional y psíquica.

El lugar de la memoria como narración victimizante nos ubica frente a lo que Portocarreño ha denominado “memoria herida”, es decir,

la prisión de la melancolía donde, sumergidos en nuestro dolor, no podemos ver a los otros (...) en vez de enfrentar el espanto de nuestros odios y desgarramientos, pretendemos la prescindencia y el olvido; pero en realidad, nos quedamos absortos en un duelo sin término (2004, página 36).

Asimismo Blanck define que en esta memoria “lo perdido es lo único valioso y el sujeto en lugar de asumir una pérdida, se pierde él mismo, en una identificación total con su objeto ideal y perdido” (2006, página 56).

La idealización del pasado fue un factor que se destacó en las investigaciones que hemos desarrollado como CNMH. En la indagación sobre la masacre en Bahía Portete (La Guajira)³⁷ definimos:

Examinar este énfasis de reconstruir un pasado idealizado es relevante en la tarea de reconstrucción de memoria histórica sobre el conflicto armado porque de lo que da cuenta —más allá de su encuadramiento discursivo en un recuerdo nostálgico sobre el pasado—, es de aquellas prácticas y dominios sociales que estructuraban un sentido de “normalidad” en la vida cotidiana, y que por consiguiente cimentaban un orden social específico (GMH, 2010b, página 186).

Para dar lugar a la reflexión e interpretación sobre el pasado sin fortalecer la narración que asocia la identidad solo con los hechos victimizantes, los ejercicios de memoria deben posibilitar a los sujetos saberse vulnerados por las acciones criminales de otros y sentirse indignados por lo ocurrido, en pro de su reconstrucción como personas libres y autónomas con la capacidad de decidir la vida que quieren vivir y de realizar acciones necesarias para lograrlo³⁸.

En esa perspectiva, es necesario que las preguntas que orienten las actividades y técnicas propuestas para hacer memoria no resalten solo la reconstrucción de los repertorios de violencia, sino que lleven a reconstruir las acciones de resistencia, defensa y desobediencia que emplearon las víctimas. Resulta necesario también que constantemente el entorno sea entendido y caracterizado, las responsabilidades

37 Este informe fue lanzado en la III Semana por la Memoria de 2010. El 18 de abril de 2004 aproximadamente 40 paramilitares entran en Bahía Portete, en La Alta Guajira, y con lista en mano torturan y asesinan a por lo menos seis personas, cuatro de ellas mujeres; profanan el cementerio, saquean y queman varias casas y generan así el desplazamiento forzado de más de 600 indígenas wayuu. Este caso ilustra un patrón de violencia y tortura sexual contra las mujeres como mecanismo para arrasar y doblegar a miembros de un grupo étnico.

38 Más adelante profundizaremos sobre cada uno de estos aspectos.

sean imputadas y los intereses de los armados identificados. Los ejercicios deben realizarse en procura de la identificación y valoración de los recursos con que aún cuentan las víctimas para buscar justicia, verdad, reparación y para reconstruir sus vidas y dar lugar a

una memoria que evoque los hechos vividos, y que también les otorgue sentido, reflexionando sobre sus causas y consecuencias, reconociendo el sufrimiento y valorando el deseo de preservar la vida y resistir a tanta adversidad (...) Una memoria fiel a las personas involucradas, que exija justicia. Un pasado al servicio del presente que nos lleve a vivir y sellar el duelo con acciones de renovación, inventando e inaugurando lo nuevo, lo por vivir (Red para el Desarrollo Integral del Niño y la Familia, 2004, página 15).

Persiguiendo este interés, la reconstrucción de memoria es una posibilidad para que las víctimas den sentido al pasado en función del presente y de las aspiraciones futuras y desplegar así una estrategia de reconstrucción de identidades (GMH, 2009, página 44). Desde esta perspectiva, las labores de memoria se desarrollan como un proceso de enfoque psicosocial, teniendo en cuenta que se establecen relaciones entre los facilitadores y los participantes en que prima la utilidad que el proceso tenga para las víctimas antes que para la investigación y otras tareas que desarrolla el CNMH.

En este proceso, además de la identificación y el reconocimiento de los efectos que la violencia produce en los individuos, los hechos y los daños son leídos en relación con el contexto cultural, social y político en que se producen, así como las relaciones significativas que han sido lesionadas, de este modo se privilegia el reconocimiento de los seres humanos como constructos sociales. Además, los actores son identificados, las responsabilidades imputadas y las causas también definidas, el lente de abordaje se mueve de lo intrapsíquico a lo social.

De este modo, los eventos traumáticos no solo son relatados, sino interpretados y resignificados de manera integral por quienes los vivieron. En últimas, el proceso de memoria, desarrollado desde una perspectiva psicosocial, no busca solo indagar sobre la violencia para producir conocimiento al respecto, sino que plantea la importancia de elaborar las experiencias, es decir:

- » Promover nuevas narrativas y con ello nuevos sentidos a los hechos.
- » Dar lugar al reconocimiento de la existencia de recursos internos, familiares y colectivos que han sostenido a la persona durante y después del evento violento.
- » Favorecer la interpretación del contexto y las acciones de otros como parte fundamental de las explicaciones que se organizan para entender la ejecución de la violencia.

De este modo, el aporte al restablecimiento de la integridad emocional, la dignificación y la superación de la condición de victimización prevalece en la reconstrucción de memoria.

Tal como reflexionamos en la elaboración del informe sobre la masacre de Trujillo:



Hechos, contextos y actores son las tres dimensiones desde las cuales se plantea la trama que se teje entre violencia y memoria. (...) el trabajo de la memoria exige no solo rigor académico, sino además compromiso ético, capacidad y sensibilidad para hacer propia la experiencia humana del dolor y el sufrimiento ajeno (GMH, 2008, página 26).

Así, desde una perspectiva psicosocial, abogamos no solo por rescatar y visibilizar la historia de la violencia según la memoria de las víctimas, para que sean reconocidas social y políticamente, sino que también buscamos, y fundamentalmente, que, en ejercicios individuales y colectivos, las personas construyan narraciones “liberadoras”, que les permitan desinstalar la culpa y las justificaciones de los victimarios y que les aporten nuevas comprensiones e interpretaciones desde donde sea posible encontrar resquicios para pensar en un presente y un futuro distintos. Sin desconocer el dramatismo de los hechos y los sentimientos de dolor que provocan las situaciones límite, es necesario contribuir, mediante el ejercicio de reconstrucción de memoria, a “la creación de nuevas comprensiones y sentidos de la biografía, de un nuevo modo de concebir y eslabonar algunos acontecimientos de la propia vida, que permiten la creación de nuevos proyectos y abren la posibilidad de un nuevo destino” (Blanck, 2006, página 43).

Reconstruir y fortalecer identidades empoderadas y liberadoras tiene que ver con la construcción de narrativas que eviten la expresión, en palabras de Rebolo (2004), de “la memoria del sufrimiento (...) [la cual] acaba siendo ‘memoria del dolor, de la culpa’ y, en este sentido, memoria siempre lamentable y paralizante” (s.p.). Si bien, la memoria del dolor tiene un sentido y un lugar, esta debe acompañarse por la que Rebolo llama memoria de la *gloria*, la cual

genera en el fondo un complejo pero fecundo proceso de purificación de la memoria que nos da humildad para reconocer nuestros propios fallos y para, también discretamente, ofrecer la riqueza de nuestros valores. Pero, sobre todo, nos da valor y fuerza crítica incisiva para poner de manifiesto la verdad de la Historia y el sufrimiento al que tan pocos discursos miran ajenos a sus propios intereses; para señalar los mecanismos que generan víctimas; para clamar por lo que dignifica a la persona y denunciar lo que la deshumaniza y empobrece (2004, s.p.).

De este modo, los ejercicios de reconstrucción de memoria, como espacios donde es posible hablar de lo sucedido, para configurar narrativas liberadoras, promueven la identificación, dignificación y humanización de las víctimas y el establecimiento de responsabilidades y victimarios. Así da lugar a:

- » Las demandas de las víctimas y sus organizaciones.
- » La reivindicación y rescate de los discursos e ideas de las víctimas.
- » El reconocimiento, por parte de la sociedad colombiana, de los hechos e implicaciones de la violencia haciendo más factible la reparación emocional de las víctimas y la consolidación del repudio social y la no repetición.

Desde la perspectiva psicosocial, se reconoce especial importancia a la necesidad de que los ejercicios de memoria, entre otras acciones y trabajos con víctimas, contribuyan a la superación de la victimización, lo cual significa

liberarse del bloqueo destructivo que en lo personal, en lo familiar y en lo social produce la agresión en la víctima y en su entorno más directo. Superar la victimización no significa olvidar, significa que la víctima vence al agresor porque se ha liberado de la carga de negatividad que este depositó en su vida. Superar la victimización significa integrar el duelo y el sufrimiento en un horizonte de sentido constructivo para la vida de la víctima. Superar la victimización es recuperar la libertad y volver a integrarse como sujeto de la propia historia en las distintas esferas de la vida (...) Tenemos la impresión de que a menudo se pierde este objetivo de vista y ocurre que muchas actuaciones y discursos de apoyo a las víctimas, hechas probablemente con la mejor voluntad, en lugar de ayudar a las víctimas en su necesidad más vital y profunda, lo que consiguen es acentuar y prolongar su victimización (Taller Nacional Elkarri, 2004, página 4).

¿PARA QUÉ RECONSTRUIR MEMORIA DESDE UNA PERSPECTIVA PSICOSOCIAL?

La forma como construimos la historia de nuestras vidas no solo nos ayuda a darle a esta un sentido, sino que es en sí una reflexión sobre las bases que tenemos para darle sentido al mundo y a nuestro lugar en él (Molly, 2007, página 151).

Cuando las sociedades, al igual que los individuos contemplan sus heridas, sienten una vergüenza que prefieren no enfrentar. Pero el olvidar... trae consecuencias importantes: significa ignorar los traumas, que de no ser resueltos permanecerán latentes en las generaciones futuras (Lazarra, 2007, citado por GMH, 2009, página 15).

En el apartado anterior, anunciamos algunos de los riesgos que los procesos de reconstrucción de memoria pueden promover al favorecer narrativas victimizantes y culpabilizadoras. Sin embargo, los ejercicios del recuerdo también pueden aportar a que los hechos sean resignificados, la identidad sea reconstruida, se desinstalen las culpas, se realicen las tareas del duelo y se construyan narrativas que permitan a las víctimas restaurar su capacidad de pensar, soñar, crear y actuar. La materialización de estos propósitos es viable mediante la perspectiva psicosocial. En este apartado, serán expuestas las razones por las que desarrollar los ejercicios del recuerdo desde la perspectiva psicosocial cobra relevancia, pues los procesos de reconstrucción de la memoria también han sido asociados con procesos que pueden incentivar odios, reabrir heridas y promover venganzas, razones por las que se tiende a impedir o negar estos ejercicios. Esta prevención resulta inconsistente. Al respecto, son ilustradoras las conclusiones de materiales consultados y procesos propios del CNMH.

Como Grupo de Memoria Histórica concluimos, a partir del desarrollo de procesos de reconstrucción de memoria en Segovia y Remedios, que los duelos postergados se van acumulando y su imposibilidad de expresión en el espacio público hace que sus efectos desestructurantes se descarguen física y emocionalmente sobre la condición humana de un sobreviviente solo y aislado (GMH, 2010, página 227).



Además evidenciamos que el dolor y el sufrimiento han acompañado de forma permanente a las víctimas y, con el tiempo, más que mitigarse se han reprimido y provocado un deterioro en la salud mental y la estabilidad emocional de los sobrevivientes, lo cual ha perturbado el desenvolvimiento de sus vidas (GMH, 2010, página 222). Aprendimos que

los eventos violentos difícilmente se olvidan y aunque muchas personas optan por el silencio intentando olvidarlos, lo que en realidad ocurre es que el recuerdo irrumpe como pesadilla, como malestar indescriptible e indecible, como síntoma en el cuerpo. En este sentido son notorias las experiencias que exaltan que el ejercicio de narrar hechos dolorosos pueda producir un verdadero alivio (CNMH, 2009, página 57).

Por su parte, Gómez y Casillo (2005) refieren:

Para olvidar experiencias dolorosas, suele ser necesario primero haberlas podido recordar y aceptar en el vivenciar actual. Sólo después de asumir esas experiencias puede ser objeto del olvido sano. Pues ocurre que lo que ha sido rechazado y excluido del vivenciar, ha quedado como sumergido y silenciado, pero sigue vivo y presionando en los síntomas.

La Red para el Desarrollo Integral del Niño y la Familia (2004, página 27) precisa que “la expresión narrativa o simbólica de vivencias, sentimientos y emociones generados por los hechos de violencia social, constituye la condición más importante para iniciar un proceso de recuperación de la salud mental”. A su vez, sobre el caso chileno, Lira, Becker y Castillo (1989, página 115) plantean que “la negación social del hecho, la falta de un espacio social donde pueda ser hablado, profundiza el daño de los afectados, haciendo mucho más difícil su vida concreta y su reparación psíquica”.

Como vemos, la represión y la negación ciernen sobre las víctimas efectos negativos. De hecho, las manifestaciones somáticas de la experiencia de la guerra son muestra de la vivencia del dolor reprimido o negado. Por otro lado, la palabra, la expresión del dolor y la disposición de un espacio para compartir las experiencias del horror y el efecto de los hechos violentos promueve un sentido distinto del pasado. Lira, Becker y Castillo (1989, página 119) puntualizan:

Hay que romper el silencio, llamar las cosas por su nombre, continuar las conversaciones interrumpidas; iniciar otras que por miedo quedaron sin hacerse: Hay que decirse y contarse, hacer memoria. El hecho de poner en palabras a la experiencia hará cada vez menos necesario que los síntomas llenen el silencio.



Trabajando en la reconstrucción de los hechos violentos en Trujillo concluimos:

explicar y procesar los hechos traumáticos es un ejercicio indispensable para los individuos y para las sociedades. Una nueva narrativa de los hechos es necesaria no solo para las víctimas y sus comunidades, sino para la sociedad colombiana en general. La reconstrucción de la memoria histórica en escenarios como este cumple una triple función: de esclarecimiento de los hechos, haciendo visibles las impunidades, las complicidades activas y los silencios; de reparación en el plano simbólico al constituirse como espacio de duelo y denuncia para las víctimas; y de reconocimiento del sufrimiento social y de afirmación de los límites éticos y morales que las colectividades deben imponer a la violencia (GMH, 2008, página 12).

Por estas razones, reconstruir la historia común, producto de las memorias individuales que se confrontan y comparten a través del diálogo, permitir que distintas voces describan y expliquen lo sucedido mediante los procesos de reconstrucción de memoria, hace de estos un recurso muy valioso para lograr los siguientes seis propósitos (GMH, 2009, páginas 51-53).

Identificar las responsabilidades por los hechos: ¿Quiénes lo hicieron? ¿con qué y para qué intereses?

Identificar a los responsables no solo contribuye a entender lo que pasó y a denunciar y prevenir la violencia. Ayuda además a que los posibles sentimientos de culpa disminuyan o desaparezcan, pues saber el por qué permite:

- » Encontrar cierto sentido a lo acontecido.
- » Entender que lo sucedido no se debe al azar o a la mala suerte.
- » Tener claridad de que la culpa no está en las acciones u omisiones de las víctimas, sino en la responsabilidad de los victimarios.

En los casos trabajados por el CNMH, los aportes a la verdad y la definición de las responsabilidades han sido aspectos nutridos de manera significativa por los testimonios de las víctimas. Ejemplo de esto son los testimonios de testigos, de familiares de víctimas y otros Wayuu que permitieron que se estableciera la responsabilidad de miembros de la fuerza pública en la masacre de Bahía Portete (GMH, 2010b, página 154). En el caso de Trujillo, la memoria desafió y confrontó el ocultamiento de los hechos por parte de los victimarios y develó la continuidad y sistematicidad de la violencia entre 1988 y 1994. En El Salado,

la violencia como proceso en la memoria de las víctimas no solo denuncia su continuidad antes y después del acontecimiento, sino que asigna responsabilidades a los distintos actores armados. Si las masacres de 1997 y 2000 denuncian la responsabilidad de los paramilitares, la violencia después del retorno incorpora a la guerrilla y a la fuerza pública (GMH, 2009, página 112).

En este sentido, tal como anotamos en el desarrollo de la investigación sobre El Salado, la memoria tiene que ocuparse de develar las lógicas, las estructuras y los mecanismos que hacen posible la guerra y la reproducen (GMH, 2009, página 19). Cabe resaltar que a la vez que las lógicas de la guerra son develadas y los responsables señalados, se promueve un proceso de reconocimiento de los intereses y propósitos de las prácticas violentas, que generan alivio a las víctimas que aún se culpabilizan y el resarcimiento de los estigmas que la sociedad ha levantado en contra de ellas.

Precisar los daños y las pérdidas que los actos violentos produjeron a través de la reconstrucción de la historia

Los procesos colectivos e individuales de reconstrucción de memoria brindan la oportunidad para identificar las situaciones y los cambios que se desencadenan por las pérdidas de seres humanos, de bienes valiosos y significativos. Al tener conciencia de estas, es más sencillo relacionar los sentimientos que se experimentaron y que aún persisten.

El trabajo desarrollado en las investigaciones del CNMH también nos ha permitido conocer distintas dimensiones del daño y las particularidades de la afectación. Hemos concluido que las lesiones son



distintas en correspondencia con la edad, el género, la pertinencia étnica y la modalidad de violencia de la que se es víctima. En todos los procesos de reconstrucción de memoria que el CNMH ha acompañado, las víctimas hablan de lo que les arrebató la violencia, de cómo les cambió la vida, de los recuerdos trágicos que aún las acompañan, de las transformaciones que sus familias y comunidades han vivenciado después de los hechos violentos.

En la investigación realizada con mujeres del Caribe colombiano, evidenciamos que el sufrimiento derivado de los hechos violentos y de las cargas materiales y psicológicas es el sentimiento que convoca a las mujeres que asisten a los talleres (GMH, 2011b, página 345), y son estos sentimientos la evidencia de los daños provocados por las acciones violentas. Además, hemos constatado los daños que sobre el cuerpo y la salud mental han dejado los eventos violentos: las marcas que dejaron los cilindros bomba en los cuerpos de los bojayaseños, las muertes y profundas depresiones que provocó la pena moral por la pérdida de familiares y amigos en Trujillo y otras regiones del país, la desvinculación de espacios políticos y de movilización por las amenazas de los armados como en Segovia y Remedios, el desplazamiento forzado y el desarraigo al que estuvieron expuestos los habitantes de municipios como San Carlos, en Antioquia³⁹.

39 La intensidad con que en San Carlos (Antioquia) se produjo el desplazamiento forzado hace de este un caso emblemático para leer las lógicas del conflicto armado. A lo largo de este informe, se intenta dar cuenta de la incidencia que ha tenido en el desarrollo de este conflicto en el oriente antioqueño la presencia de las principales centrales hidroeléctricas del país y sus diversos efectos sobre las personas y los territorios; de la magnitud de la violencia desatada por la heterogeneidad de los grupos armados que hicieron presencia en la región.

Como anotamos en *¡Basta ya! Colombia: memorias de guerra y dignidad* (GMH, 2013, página 25),

hacer memoria de la violencia es también hacer memoria de los cambios indeseados, de los seres, los entornos, las relaciones y los bienes amados que fueron arrebatados. Memoria de la humillación, del despojo, de los proyectos truncados. Memoria de la arbitrariedad y de la ofensa. Memoria del enojo, de la rabia, de la impotencia, de la culpa y del sufrimiento.

Hacer memoria de los efectos y las lesiones que la violencia provocó, desde la comprensión del contexto y el reconocimiento de los responsables, faculta a las víctimas para establecer distancias entre el presente y el pasado, promueve también la libertad de culpas y propicia la interpretación de sus síntomas, dolores y sentimientos como respuestas normales frente a un contexto anormal.

Rescatar la dignidad de los sobrevivientes y de las personas que murieron

Para justificar sus acciones, los victimarios deshonraron la honorabilidad de las personas. Estas justificaciones son muchas veces asumidas por las comunidades locales. Así lo indicamos en una de las investigaciones desarrolladas en el Caribe colombiano:

a esos discursos contruidos por los actores armados para justificar sus guerras y sus actuaciones, les corresponden discursos sociales que, como ecos de los primeros, refractan en los refranes que la comunidad construye para dar cuenta de lo ocurrido, y es en esa resonancia donde la violencia encuentra asidero para seguir su marcha y reproducirse (GMH, 2011b, página 362).

En este contexto, los ejercicios de reconstrucción de memoria cuando se piensan como espacios propicios para la reivindicación de la memoria de las víctimas y su dignificación producen un profundo efecto “sanador”, pues ayudan a los familiares a buscar y a demandar justicia con mayor seguridad y permiten aliviar un sentimiento de deuda con las víctimas (no hacer por ellos lo que se merecen) y consigo mismos. Pero, además, la dignificación de las víctimas es un beneficio para la sociedad en general, pues favorece la desarticulación de estos discursos y pone de presente la indefensión de la víctima (GMH, 2009, página 92) y el respeto a la vida humana y desestimula así la reproducción de la violencia.

En este sentido, en Segovia y Remedios planteamos que la memoria de los hechos tenía que propender al rescate y la reivindicación de los discursos y las ideas de quienes fueron masacrados y a la denuncia y desenmascaramiento de la lógica de victimización (GMH, 2010, página 24), teniendo en cuenta la lógica de silencio y represión política con que se desarrolló la violencia en esa región. En esa investigación, también conocimos que los impedimentos para dignificar a la víctima con identidad política de izquierda en medio de la estigmatización y el exterminio profundizan el dolor y el sufrimiento de los sobrevivientes (GMH, 2010, página 227), por lo que los ejercicios de reconstrucción de memoria suponen cierto alivio al posibilitar la palabra y el espacio para “limpiar” el nombre de la víctima. En El Salado, la reivindicación de las víctimas no solo devolvió la dignidad a las personas, sino a sus roles (líder, profesor, madre comunitaria) y a sus acciones en la vida comunitaria (solidaridad, colaboración, apoyo) (GMH, 2009, página 92).

Ahora bien, este interés no es unilateral ni solo político. La dignificación de las víctimas es una demanda de muchos de los participantes en los procesos de reconstrucción de memoria, por ejemplo, en uno de los talleres de la investigación sobre mujeres y guerra, una mujer expresó:

Yo quisiera que en algún lugarcito de ese libro que ustedes van a escribir, se dijera que mi esposo era un hombre trabajador, buen padre y buen marido, que no era un guerrillero ni un malhechor... eso es lo que yo más quiero y que ojalá mis hijos lo pudieran leer y mostrárselo a todos los demás (GMH, 2011b, página 363).

Asimismo,

en Putumayo y especialmente en El Placer⁴⁰, el Grupo de Memoria Histórica encontró un profundo interés de la población por reconstruir la historia del conflicto armado que durante más de dos décadas ha marcado sus vidas. Hombres y mujeres quisieron narrar su historia, hacer memoria de lo ocurrido, para romper el estigma de pueblo “cocalero”, “guerrillero” y, luego, “paramilitar” que la guerra les ha heredado (CNMH, 2012, página 22).

Hacer consciente que las víctimas son sujetos vulnerados por las acciones de otros

Como se ha anotado, ante la ocurrencia de hechos violentos, las víctimas experimentan culpa y en muchas ocasiones se responsabilizan por lo sucedido. Al respecto, es relevante tener en cuenta uno de los aprendizajes del proceso de investigación en El Salado, que puede ser homólogo a otros casos de violencia en que las víctimas interpretan los hechos violentos como su responsabilidad por acción u omisión y no atribuyen completamente la responsabilidad a quienes violaron sus derechos y cometieron actos indignantes contra su integridad.

Las repercusiones del terror pueden calar demasiado hondo en la memoria de las víctimas y operar incluso una asimilación con el discurso del victimario que confiere a las víctimas la responsabilidad en los hechos, en cuanto los sobrevivientes se cuestionan por su acción y su inacción respecto de los vínculos con la guerrilla, unos por no superar el miedo para imponerle un límite a la presencia de la guerrilla en el pueblo, otros por la condescendencia con ella, otros más por su vacilación en irse del pueblo o por no haber confrontado a los miembros de la comunidad que se vincularon y que se identificaron con la guerrilla (GMH, 2009, página 109).

40 La población civil del Bajo Putumayo ha sido, por más de veinte años, configurada en blanco y negro: guerrilleros o paramilitares. El acelerado progreso de los cultivos de coca, tan atractivo para las mafias y los actores armados, convirtieron esta tierra, de infinitos recursos naturales y cosmogonías indígenas, en un escenario de guerra. El Placer: mujeres, coca y guerra en el Bajo Putumayo es un recorrido por estas dos décadas de violencia impartida por las FARC y las AUC. Revela, también, los esfuerzos de resistencia de la población, promovidos, en especial, por las mujeres, quienes aún hoy persisten en un profundo anhelo por hacer memoria y romper con los estigmas que han marcado a su pueblo.

Al respecto, tal como anotamos en la cartilla *Aportes teóricos y metodológicos para la valoración de los daños causados por la violencia*,

se produce la privatización del daño que termina contaminando las decisiones personales, las relaciones familiares y los afectos. Esta privatización diluye e impide el reconocimiento de los verdaderos responsables; desubica a las personas en relación con el mundo y el trauma, y les impide interpretar lo vivido ponderada y razonablemente. De modo que, las víctimas, en lugar de tener en cuenta que los armados se impusieron arbitrariamente y que lo ocurrido no estaba en sus manos, no debía haber pasado y les fue impuesto de manera injusta, terminan percibiéndose como responsables de lo acontecido (CNMH, 2014, página 34).

Ahora bien, abrir un espacio para que las personas puedan hablar de lo acontecido, cuando quieren o sienten la necesidad de hacerlo, expresando sus sentimientos de culpabilidad, conjugando esto con el conocimiento de las personas profesionales que acompañan los ejercicios de memoria y de otros participantes acerca de los hechos, contribuye a hacer consciente que ellas son sujetos vulnerados por las acciones de otros. Esta conciencia es básica para generar sentimientos de indignación (¡esto no debió pasar!) y motivar acciones de búsqueda de justicia sobre la base de saberse sujetos de derechos, y no como personas depositarias de la buena voluntad o de la caridad de los demás. Estos factores aportan al bienestar psicosocial, a la liberación de las culpas y la desprivatización del daño. Así lo pudimos evidenciar en el informe sobre la masacre de La Rochela (Santander)⁴¹:

41 El 18 de enero de 1989, cerca al corregimiento de La Rochela, en el municipio de Simacota (Santander), fue perpetrada por un grupo paramilitar una masacre en la que murieron 12 de un total de 15 funcionarios judiciales que investigaban varios delitos en la zona. El crimen fue el resultado de una alianza entre paramilitares, narcotraficantes y algunos miembros del Ejército, y se enmarca dentro de un contexto de violencia contra funcionarios judiciales. Entre 1979 y 1991, un promedio anual de 25 jueces y abogados fueron asesinados o sufrieron algún tipo de atentado. A partir de la masacre de La Rochela, como caso emblemático, se ilustrarán las múltiples formas de victimización de los operadores judiciales en Colombia.

Con el tiempo, los sentimientos de culpa generados por las imágenes y juegos mentales de las probabilidades: -si yo no lo hubiera dejado ir, si se hubiera venido antes, etc.- se fueron dejando de lado en la medida en que la culpa se puso en los verdaderos responsables, en los autores materiales, en sus cómplices, en los supuestos autores materiales, en sus cómplices, en los supuestos autores intelectuales y en el Estado mismo (GMH, 2010c, página 232).

Saber que las historias personales se pueden convertir en historias colectivas

Teniendo en cuenta el daño social y relacional provocado por las estrategias de desarticulación social que implementaron los grupos armados (GMH, 2011c, página 245), que evidenciamos en casos como el de San Carlos donde se desarrolló una “guerra entre pares”, los espacios dispuestos para la reconstrucción de memoria no solo posibilitan la presentación de distintas versiones que contribuyen a ampliar y completar el relato de la historia, sino que ayudan también a saber que hay otras personas que experimentan situaciones similares a las que se vivieron en la particularidad y promover así la restauración de las relaciones de confianza que los armados desestructuraron. Las reflexiones de Pilar Riaño (2006, página 104), investigadora del CNMH, ilustran este aporte de los procesos de reconstrucción de memoria:

La operación de escuchar a otros permite cierta organización de esa experiencia [de los hechos violentos] e identificar (...) lo común del sufrimiento, la dimensión humana y personal de la experiencia, los recursos y estrategias empleados para la supervivencia, así como nuevas comprensiones de su situación. Esta identificación de la historia personal en la historia de otros está directamente encadenada a una labor de reconstrucción de la confianza.

Gonzalo Sánchez, director del CNMH, precisa en la presentación del informe de El Salado que el dolor y la memoria individualmente vividos se convierten, a través de la narración, en un dolor y una memoria socialmente compartidos (GMH, 2009, página 20).

Además, compartir, mediante la remembranza y la palabra, las distintas reacciones que se han experimentado ante los eventos violentos, permite comprender que las respuestas que provoca una violación a los derechos humanos, como la rabia, el insomnio, la desesperanza, el desánimo, el consumo de alcohol o psicoactivos, la pérdida o el cambio drástico en las creencias, no tienen que ver con problemas de la personalidad de la víctima (son débiles, rencorosas, intolerantes), sino que son por lo general reacciones normales y búsquedas frente a eventos que no debieran sucederle a ningún ser humano.

Las profundas crisis en los ámbitos personal, familiar y comunitario, desatadas por la violencia, son en verdad efectos y mecanismos defensivos que se despliegan para tratar de hacer frente a hechos que no son normales. Este reconocimiento tiene implicaciones en el bienestar de las víctimas dado que pone de presente que el entorno anormal provoca reacciones normales en las personas que afecta. Al decir de Martín-Baró (1988, citado por Dobles, 2009, página 89): “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”.



Foto: César Romero Aroca - CNMH 2015

Romper el silencio y planificar estrategias de resarcimiento y justicia

En distintos casos, trabajados por el CNMH, corroboramos que la intención de los armados era silenciar, reprimir y controlar. Cabe aclarar respecto del silencio que este no necesariamente es muestra del efecto de los hechos violentos y la materialización de los propósitos de los armados. El silencio es esencialmente polisémico: puede ser una opción, es decir, una manera de procesar el duelo; puede ser también, en un contexto como el colombiano en que el conflicto armado se mantiene vigente, una estrategia de supervivencia⁴², a sabiendas de los riesgos que conlleva la palabra. El silencio puede expresar también la carencia de alguien dispuesto a escuchar (GMH, 2009, página 16).

Los espacios de reconstrucción de memoria se suponen dispuestos para hablar de lo sucedido y de los sentimientos que ello provocó a las víctimas, lo cual, en ciertos contextos culturales y para algunas personas, puede aliviar la pesada carga que implica el silencio. Este asunto es particularmente importante. De acuerdo con Lira (1999, citado por Dobles, 2009, páginas 85-86):

El establecimiento de la verdad, de la recuperación de los recuerdos y de las experiencias dolorosas, es el primer paso para la elaboración psíquica del daño sufrido. Analógicamente podemos señalar que la sociedad debe recuperar su memoria social, su historia, para poder realizar el proceso de elaboración que permitirá a su vez, la reparación a las personas dañadas directamente, y a la sociedad en su conjunto.

Este ha sido un aspecto destacado por varias personas con las que hemos tenido la oportunidad de trabajar, recientemente en un evento de socialización del informe general,

⁴² En su tesis doctoral en antropología, Cancimance propone que los silencios o lo que él denomina como actitud de silencio son una forma susurrada que emplean los campesinos del Putumayo para enfrentar las condiciones de violencia y no como una condición traumática, pasiva y derrotada frente al conflicto. El autor también sugiere que los silencios no solo son estrategias comunicativas, sino que hacen parte de un marco cultural interpretativo que sustenta diversas prácticas de resistencia cotidiana. Desde esta perspectiva, los silencios condensan un tipo de resistencia sutil pero efectiva (Cancimance, 2015).

los participantes insistieron en la relación que tienen sus recuerdos con el derecho a la verdad, la justicia, la reparación y la no repetición, siendo la memoria un eje transversal para el conocimiento de lo que pasó, la exigencia de los derechos de sus derechos como víctimas y la forma de hacer pública la verdad sobre lo ocurrido en medio de la guerra, contribuyendo así a la justicia y la dignificación de las víctimas y a la desincentivación de la reproducción de la guerra en cuanto otras y otros conocen y por ello rechazan la ejecución de hechos violentos⁴³.

En este sentido, los procesos de memoria promueven distintos procesos; por ejemplo, en Trujillo, la memoria se tradujo en un proceso organizativo entre y para las víctimas. Así se inició un proceso de recuperación de la confianza, de fortalecimiento de la cohesión interna de las víctimas, en suma, la creación de una comunidad de duelo que asume por sí misma tareas básicas de reparación (GMH, 2008, página 22). Asimismo, la reconstrucción de memoria significa interpelación no solo al Estado, sino también a toda la sociedad por los silencios, los olvidos y la indiferencia que han enarbolado unos y otros respecto de la situación de las víctimas y los engranajes del conflicto armado. En suma, podríamos destacar que los procesos de reconstrucción de memoria son ejercicios que, en cuanto suponen el reconocimiento de la palabra y el testimonio de las víctimas, no solo aportan a la sociedad para que, luego de hacer conciencia de la atrocidad, pueda emprender búsquedas de justicia y con ello contribuir a las transformaciones que se requieren para garantizar un ordenamiento social democrático y haga memoria y construya la verdad para que les sirva a las víctimas y a la sociedad a fin de transformar pasado que se quiere superar (GMH, 2008, página 25).

Estos ejercicios, además, revisten gran valor de orden emocional y espiritual para las víctimas, en cuanto median la elaboración, comprensión, socialización y validación de su experiencia, lo cual les ayuda significativamente a liberarse de los efectos dañinos que producen los sentimientos de culpa. El siguiente apartado del informe sobre la masacre de Trujillo es clave al respecto, dado que presenta las preguntas que copan las mentes de las víctimas y que son trabajadas en las técnicas de reconstrucción de memoria:

⁴³ Relatoría socialización Informe General, Bogotá, 6 de julio de 2014. Evento FJT, PNUD, CNMH.



Foto: César Romero Aroca - ONMH 2015

La memoria es una instancia de reconocimiento del sufrimiento social que fue negado, ocultado o suprimido de la escena pública bajo el efecto mismo de la violencia (...) se trata de respuestas a las preguntas que persiguen la mente de las víctimas: ¿qué pasó?, ¿quién lo hizo?, ¿por qué lo hizo?, ¿dónde, cómo y cuándo? (GMH, 2008, página 26).

Asimismo, recordar permite a las víctimas desahogarse ante otros que escuchan respetuosamente y que comparten sus propios dolores. Mediante la reconstrucción de memoria en ejercicios colectivos, parafraseando a Riaño (2006), las memorias individuales entran en un registro grupal en el que tienen lugar la escucha, el diálogo y la negociación, dado que los procesos de reconstrucción de memoria permiten compartir y hacer visibles los saberes, las historias pasadas y los puntos de vista de los participantes.

Estos espacios también representan un aporte a la comprensión de los sentimientos y las emociones de las víctimas y les permiten reconocer los recursos de apoyo e identificar sus propias capacidades y atributos, así como dignificar sus reclamos de justicia. En el ejercicio de memoria, las víctimas individualizadas, locales y regionales, pasan a víctimas organizadas, víctimas-ciudadanos, creadores

de memorias ciudadanas. Como referimos en el informe sobre la masacre de Trujillo, en Colombia la violencia paraliza y destruye, pero también ha obligado a la movilización y generación de nuevos liderazgos (GMH, 2008, página 26).

LO PSICOSOCIAL COMO UN REGULADOR ÉTICO DE LOS TRABAJOS CON LA MEMORIA

La memoria no se hace sola. Es un trabajo colectivo, en primer lugar de las víctimas; pero el equipo de investigadores (...) se ha reconocido también como un jugador en la arena de la memoria, pues hacer escuchar las voces de las víctimas no es un trabajo neutro. De este modo (...) se ha analizado cómo la interacción con las víctimas, las subjetividades e intersubjetividades en juego y los procesos de selección y presentación de la información, inevitablemente llevan una impronta de quienes se empeñaron en recopilarla y organizarla. Así, el trabajo colectivo de memoria conlleva un gran desafío para las víctimas: pasar de la memoria en función del pasado, a la memoria en función del futuro. El papel del equipo de investigación [es] acompañar y visibilizar esos procesos de transformación individual y social (GMH, 2010d, página 27).

Finalmente, consideramos que lo psicosocial, aplicado a la construcción de la memoria, opera como un regulador ético de las acciones emprendidas por las personas y los equipos que lideran estos procesos, pues, tal como se plantea en la cita con la que damos inicio a este apartado, la labor que realizan las personas para ayudar a reconstruir los pasados violentos no es objetiva ni neutral.

Los elementos expuestos ampliamente a lo largo de este capítulo sobre el enfoque psicosocial y los énfasis que hicimos en relación con el trabajo con víctimas y con la memoria histórica ya proporcionaron información importante al respecto. Además de esto, los módulos 2 y 3 también pueden ayudar a consolidar el accionar ético que esperamos de cada persona vinculada y contratada por el CNMH. Sin embargo, queremos precisar que la regulación ética de nuestra labor en función de los procesos para recordar la guerra tiene que ver con la manera en que aprendemos a hacernos responsables de las consecuencias que generamos con nuestras intervenciones y de prevenir situaciones que pueden:

- Generar victimización secundaria, que se refiere a las respuestas institucionales y sociales que contribuyen a que las personas revivan su papel de víctimas y a despojarlas de sus capacidades para decidir y afrontar las situaciones provocadas por la violencia.
- Apoyar las narrativas victimizantes que subrayan el evento violento y dejar de lado los recursos y las estrategias de las personas para retomar y continuar con sus vidas de manera digna.
- Reactivar o exacerbar conflictos, los cuales tienen que ver con el efecto que la guerra ha promovido en las relaciones de familias y comunidades, dado que los armados generaron desconfianza entre sus víctimas. Los espacios de reconstrucción de memoria corren entonces el riesgo de convertirse en plataforma de manifestación y reproducción de conflictos, por lo que los profesionales que acompañen los procesos deben prever y tratar posibles enfrentamientos entre los participantes.

El CNMH ya tiene una experiencia para prever qué cosas se generan solo con nuestras preguntas o con nuestras dinámicas o actividades de trabajo. Así que las personas y los equipos vinculados y contratados por la entidad requieren adelantarse a las consecuencias que puedan ocurrir tras sus intervenciones. Para ello, es importante tener claro que no es la guerra, los grupos armados, las instituciones, los únicos que pueden desatar respuestas y consecuencias, sino también lo que movilizamos cuando estamos al frente de los procesos de construir la memoria. Y lo mejor que podemos hacer es preverlas y no esperar a que se desaten.

Como ya lo expresamos en apartados anteriores, el trabajo con la memoria es un trabajo con profundas repercusiones emocionales y entonces ahí es cuando quienes están participando y estimulando la elaboración del pasado deben ser cuidadosos con:

1. Sus preguntas, pues estas pueden desatar respuestas emocionales. No puede ocurrir que las personas o equipos al frente de talleres, entrevistas o cualquier otra técnica de recolección de información pregunten por aspectos que se sabe van a desencadenar reacciones emocionales y que luego no se pueden atender durante las jornadas de trabajo (“les pregunté si se sentían mal por todo lo que había ocurrido y todos se pusieron a llorar y yo me fui porque no supe qué hacer”). Tampoco es recomendable que se formulen preguntas que generen incomodidad o comprometan la seguridad de las personas con las que estamos trabajando (“¿acá en este lugar sí es seguro trabajar? ¿Ustedes hablan con el comandante o jefe del grupo armado que domina en este lugar? ¿Cómo es que se comportan los actores armados acá?”). Lo psicosocial entonces opera como regulador de nuestras propias preguntas.

3. La manera en que interactúan con las personas que construyen la memoria. En este sentido, la intimidad de las víctimas, su ámbito privado debe ser respetado. Debemos evitar indagar sobre aspectos que expongan a las personas a los prejuicios y juicios de los demás participantes. Metodológicamente, es necesario entonces evaluar la creación de espacios mixtos (hombres y mujeres, niños, niñas y adultos) y la importancia de los espacios separados.

Profundicemos, entonces, en algunos aspectos relacionados con los tres puntos planteados y que se encuentran consignados con mayor detalle en *Recodar y narrar el conflicto: herramientas para reconstruir memoria histórica (GMH, 2013 [2009])*:

1. Al reconstruir la memoria en el país, debe tenerse en cuenta que la guerra en Colombia y las víctimas que ha cobrado tienen particularidades: la guerra es vigente, de larga duración, es un conflicto degradado con varios actores en confrontación y en que la población civil es altamente victimizada. Por su parte, las víctimas y sus recuerdos están condicionados por la edad, el género, la pertinencia étnica, el tipo de modalidad de violencia sufrida y el contexto en el que se inscribe su experiencia vital; las diferencias también tienen que ver con los espacios y las posibilidades que las personas han tenido para compartir sus experiencias⁴⁴.

Estos elementos son relevantes para la planeación metodológica de los procesos de memoria, dado que permiten a los investigadores reconocer que las experiencias de los participantes de los procesos son diversas: para algunas personas, hablar puede ser reiterativo, lo cual provoca la sensación de volver sobre el mismo hecho sin que nada cambie; en este sentido, su postura puede ser escéptica y su disposición limitada. Para otras, en cambio, la necesidad de hablar, de ser escuchadas con solidaridad y con respeto, puede ser prioritaria, más si no han tenido posibilidad de hacerlo antes. Otras optarán por el silencio. Al respecto, cabe señalar que este constituye un derecho irrenunciable en todos estos procesos, así como la autonomía, la privacidad, la intimidad, la confidencialidad y la autodeterminación. El respeto a estos derechos por parte de los facilitadores de las actividades y de los participantes garantizará la consolidación de un ambiente favorable para el relato voluntario de las vivencias personales.

En este sentido,

⁴⁴ Cada una de estas características del conflicto armado en Colombia pueden profundizarse en el informe ¡Basta Ya! Colombia: memorias de guerra y dignidad (GMH, 2013).

el rol de los investigadores no consiste solo en facilitar la reconstrucción de la memoria, es fundamentalmente ayudar a que este proceso se torne significativo para cada una de las personas que participan dotándoles de un sentido claro de sujetos que asumieron y asumen un rol activo en su historia, permitiéndoles reelaborar los hechos desde una perspectiva de aprendizaje para el futuro (Red para el Desarrollo Integral del Niño y la Familia, 2004, página 49).

2. La disposición de hablar, de reconstruir hechos del pasado, se relaciona también con las expectativas de las víctimas y con lo que ellas esperan que esto les pueda representar. En este sentido, resulta crucial exponer, aclarar y fijar los alcances que tiene la actividad y, en especial, no generar falsas expectativas e irrealizables, dado que “crear expectativas y luego no llenarlas, podría convertir el proceso de revelar la verdad en un proceso dañino, acrecentado en las víctimas sobrevivientes el sentimiento de engaño, abandono y negligencia ajena” (Laplante, 2007, página 132).

En ocasiones, frente al dolor ajeno, y provocado por el sentimiento de omnipotencia de quienes acompañan y apoyan a las víctimas, es usual que se digan y ofrezcan cosas que en verdad ni son ciertas, ni podemos asegurar que ocurran: “Esto va a pasar pronto”, “Entiendo cómo te sientes”, “Ya te vas a sentir mejor”. Estas expresiones pueden ser usadas también para contener las manifestaciones de llanto, rabia o desesperación, frente a las que los facilitadores deben prever técnicas para expresar las emociones. Asimismo, es necesario evitar usar expresiones que minimicen el dolor, como “No es para tanto, no te preocupes”, que lo magnifiquen como “Eso es terrible, ¿cómo no te has enloquecido?” o que repriman la expresión de las emociones “No llore” “No se enoje”.

3. En estos procesos, es necesario que se dé prioridad a la integridad, la centralidad y el respeto por las víctimas. Las preguntas que se usan requieren cuidadosa atención, pues su formulación apunta a activar ciertos recuerdos y detalles. La característica común del tipo de preguntas iniciales que se plantean para activar memorias es que son abiertas y encaminadas a recordar experiencias, no son preguntas evaluativas en su formulación. Los ejercicios entonces no deben convertirse en interrogatorios que satisfagan la curiosidad epistemológica de los profesionales y los equipos de trabajo, ni se deben detener las narraciones, porque se considere que no son el tema central sobre el que hay que hablar.



Foto: María Paula Durán - CNMH 2015

Es necesario señalar que hablar no es una necesidad generalizada, ni es el recurso más apropiado para las víctimas. La relatividad de ese recurso se hace en especial evidente en los casos de la violencia sexual.

este delito 'enmudece' a las víctimas. La violación, a diferencia de otros delitos, es uno de esos crímenes que se devuelven contra sus propias víctimas; además del trauma vivido, si hablan, se cierne sobre ellas el temor al destierro emocional y físico; el riesgo de ser repudiadas por sus seres más cercanos o por sus comunidades de origen, que pueden llegar a percibir las como emblemas del oprobio que ha mancillado el honor del clan (Grupo de trabajo Mujer y género, 2008, página 152).

4. Las personas deben consentir de manera explícita su participación, y estar informadas de los derechos que les asiste frente a su participación y frente a los resultados que desde allí se produzcan, sean informes o publicaciones, y garantizar, además, que los riesgos que estos productos puedan representar para las víctimas se minimicen al máximo, manteniendo en anonimato sus testimonios y archivos, a menos que las personas autoricen el uso público de la información.
5. Recordar el pasado de manera pública precisa de un clima de confianza, de la construcción de un espacio de respeto y solidaridad. Teniendo en cuenta que en los casos que hemos trabajado la reconstrucción de memoria no está articulada a procesos de reparación material, el interés de hablar debe estar en función de dos propósitos, principalmente:
 - a) Encontrar una escucha respetuosa y una comunidad de afectos y solidaridades. La compensación que las personas buscan es de orden emocional y afectivo: hablar para desahogarse, para compartir, para dignificar. Es un relato del dolor, del sufrimiento y de la resistencia que requiere ser validado en el proceso: no admite confrontaciones o dudas. Por los propósitos de los procesos de reconstrucción de memoria en el CNMH, el testimonio no tiene valor judicial: no cobran relevancia la precisión y coherencia de los hechos y los datos.
 - b) La reconstrucción de memoria histórica aparece también como una necesidad ligada a la búsqueda de verdad y de justicia. En muchos talleres y espacios aun distintos de los gubernamentales y “oficiales”, las víctimas manifiestan que su principal objetivo es que su verdad se sepa, se haga pública y contribuya así a dignificar a sus familiares y a vencer la impunidad. Recordar cobra sentido si su relato entra a hacer parte de un relato colectivo y público que denuncia la barbarie y la atrocidad, que protesta por la exclusión y la discriminación y que reclama que lo acontecido nunca se repita y se construya justicia. La necesidad es, entonces, de orden ético, moral y se relaciona con las necesidades emocionales, lo cual conduce a que las metodologías favorezcan la reconstrucción de los contextos y ayuden a develar a los actores, sus intereses e intenciones que favorecieron la violencia. Este propósito aporta significativamente a que las víctimas logren desinstalar la culpa.

De manera más concreta, las recomendaciones sobre qué hacer y qué no hacer mientras se desarrolla trabajo de reconstrucción de memoria sobre la violencia, las resumimos en el cuadro 1.



Cuadro 1.

Recomendaciones en el momento de reconstruir memoria histórica

Fuente: GMH (20013 [2009]) y Equipo de Estudios Comunitarios y Acción Psicosocial (1998).

Construya con los participantes acuerdos previos al desarrollo de las actividades del proceso, dele prioridad al respeto, la autonomía, el derecho a la palabra y demás consideraciones que sean pertinentes.

Desarrolle una escucha responsable. Escuche atentamente y resúmale brevemente las emociones a la persona afectada. Transmítale que comprende la situación que atraviesa; en esto consiste una actitud de empatía. Tenga en cuenta el uso de un lenguaje fácil, que todo el público comparta.

Preste atención al lenguaje corporal de los participantes, tenga en cuenta que al contar a los otros hay una cierta “puesta en escena” que incluye gestualidad, pausas, acentos, uso del cuerpo. Tener en cuenta estos aspectos le permitirá adquirir una mejor comprensión sobre lo que las personas buscan comunicar y sobre las dimensiones corporales y afectivas de sus testimonios.

Sea cortés, honesto y transparente: eso le permitirá ganarse la confianza y cooperación de la persona afectada. Tenga en cuenta que el proceso de generar confianza muchas veces toma más tiempo del que pudo haberse pensado en el cronograma de la investigación. Identifique a los líderes y personajes representativos de las comunidades, acercarse a ellos y ellas puede provocar mayor confianza.

Como facilitador de la entrevista o taller, aporte elementos de comprensión del contexto y los intereses de los grupos armados para que versen sobre las narrativas de las víctimas, lo cual contribuirá a que el entorno sea tenido en cuenta y así se haga distancia entre el relato impregnado de culpa y aquel en que se responsabiliza a quienes llevan las armas.

Promueva la dignidad y la autonomía para que las víctimas puedan trabajar en sus propios problemas. Preste atención especial a la manifestación de los recursos personales y comunitarios de afrontamiento y resistencia.

Promueva la confianza y la seguridad.

Esté atento a las oportunidades que le permitan resaltar las cualidades y fortalezas de la persona.

Formule preguntas efectivas precisas y claras que permitan a las personas expresarse, evite las preguntas cerradas o aquellas que incluyan la respuesta, como “¿Se siente mal por eso?”, “¿Eso es lo que lo tiene triste? Tenga presente que las preguntas promueven cuestionamientos que tienen el potencial de generar nuevo conocimiento e interpretaciones respecto de lo sucedido.

No permita que la gente se enfoque solo en los aspectos negativos de su experiencia; es su responsabilidad favorecer narrativas alternativas.

Pida retroalimentación para lograr una concreta comprensión, pero no interprete haciendo uso de frases, como “Lo que a usted le pasa es...”, no critique, juzgue o manifieste su opinión frente al relato. Cada persona da una significación particular a los hechos, por ello, es muy importante no generalizar, ni predecir los efectos y las reacciones.

Sea comprensivo de las creencias religiosas y las prácticas espirituales. No las juzgue, ni las interpele para invalidarlas.

Si es necesario remita a la persona a ayuda profesional (psicológica).

No ofrezca cosas que no puede llevar a cabo.

No tema al silencio: permita un tiempo para la reflexión y la expresión de las emociones.

Procure manejar el sentimiento de impotencia y frustración que puede experimentar. Usted es importante y sus acciones cobran relevancia para la reparación emocional de las víctimas.

No demuestre ansiedad, esta se puede transmitir fácilmente a los participantes de los procesos.

No ofrezca respuestas sino más bien facilite reflexiones. Evite convertirse en consejero o consejera; en cambio, procure contribuir a la identificación de recursos personales, familiares, comunitarios e institucionales a los que las víctimas pueden acudir. Esto garantizará, entre otros aspectos, que el proceso de bienestar emocional que puede promover la reconstrucción de memoria no dependa de su presencia.

Tenga en cuenta que los procesos de reconstrucción de memoria despiertan sentimientos, como rabia, ira y hostilidad. Procure no dejarse afectar por las emociones de las personas, manténgase tranquilo y presto a la escucha.

No presione a nadie para hablar. Si alguien toma la decisión de abandonar alguna sesión del proceso, no se oponga. Recuerde que debe prevalecer la voluntad de los participantes.

No tema admitir que la persona afectada necesita más ayuda de la que le puede ofrecer. Recuerde que el proceso que está desarrollando tiene como propósito fundamental reconstruir la memoria de los hechos violentos, por lo que puede despertar sentimientos o poner de manifiesto necesidades psicológicas y emocionales que los profesionales no pueden solventar integralmente, precisamente por el límite que el mismo proceso tiene implícito, dado que no se trata de intervención de carácter psicológico o terapéutico, aunque hacer memoria tenga implicaciones terapéuticas.

No demuestre conmiseración o paternalismo, tampoco se exprese de manera autoritaria o impositiva. Encuentre una vía intermedia, procure liderar democráticamente.

No confronte a una persona en crisis: podría sentirse amenazada. Dele su espacio y, posteriormente, si usted o alguien de su equipo se saben capacitados para asumir tal situación, ofrézcale un espacio de escucha individual.

Foto: Harold García - Nov 2014 - Ese día la violencia llegó en canoa

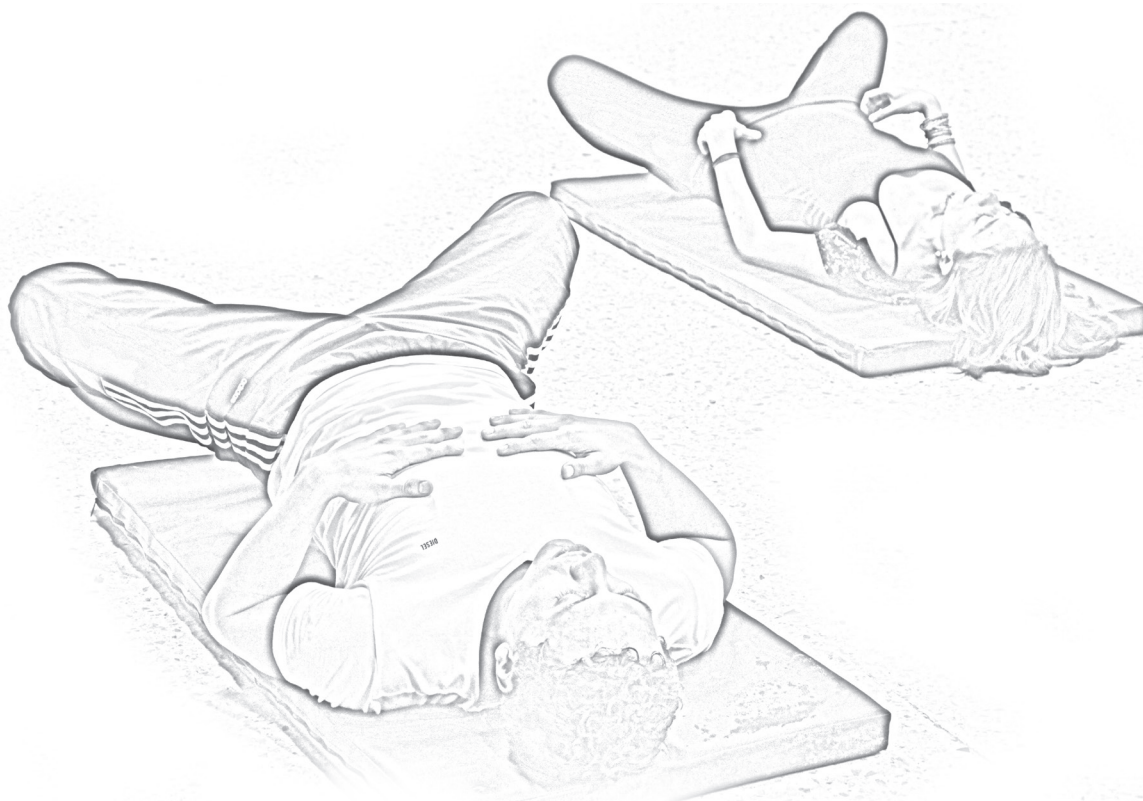




CAPÍTULO 2

DESGASTE Y CUIDADO PSICOSOCIAL

Teniendo en cuenta la vigencia y la prolongación del conflicto armado colombiano, así como su degradación, el gran número de víctimas y los diferentes efectos que tienen las diversas modalidades de violencia que han ejercido los grupos armados, consideramos que *reconstruir la memoria histórica de este país es un trabajo con una alta carga emocional.*



Y no solo para las personas que han vivido el drama de la violencia (las víctimas sobrevivientes) o para aquellas que fueron perpetradoras de una serie de actos de guerra y que ahora participan de mecanismos, como el de contribución a la verdad y a la memoria histórica a cargo de la DAV (Dirección de Acuerdos de la Verdad) del CNMH (los desmovilizados), sino también para quienes atestiguan y se exponen a los relatos o imágenes de la guerra, con el propósito de documentar estas memorias para contribuir a la dignificación de las víctimas, la realización de la reparación integral y el derecho a la verdad, es decir, los *profesionales*.

En el capítulo anterior, ya plateamos esas implicaciones emocionales para las víctimas que participan en los ejercicios de construir la memoria⁴⁵. Así que ahora vamos a profundizar en los efectos que esta labor puede producir en los profesionales y en los equipos encargados de investigar y analizar los materiales documentales y acompañar a las víctimas, comunidades, pueblos y organizaciones en los procesos de reconstrucción y comprensión de los hechos violentos ocurridos en sus regiones, así como los que están a cargo de entrevistar, transcribir, codificar y analizar las narrativas de los desmovilizados.

Las afectaciones de este grupo de personas se originan por la labor o las tareas que desempeñan. Por ejemplo, en entidades como el CNMH nuestros profesionales están expuestos al dolor y el horror, no solo de los relatos de víctimas y victimarios, sino de los distintos materiales en que se ha documentado el drama de la guerra en Colombia. Este acceso directo al sufrimiento hace que sean confrontados constantemente por las vivencias de crueldad y de violencia extrema, por las condiciones de impunidad y de revictimización que atestiguan y documentan, así como con la dificultad para que las víctimas encuentren respuestas y salidas dignas ante la magnitud de las tragedias que han vivido. Estas diversas situaciones pueden llevar a un permanente cuestionamiento sobre el sentido y el valor del trabajo que se desempeña y generan sentimientos de frustración, agobio, rabia, desolación y desesperanza.

En función de esa particularidad de trabajar en la reconstrucción de memoria histórica, el propósito de este capítulo consiste en indicar la necesidad que tienen los profesionales del CNMH, y otras instituciones u organizaciones dedicadas a recuperar el pasado, de desarrollar prácticas de cuidado propio y de los grupos con que trabajan, para prevenir y tratar las afectaciones que promueven las labores de memoria. Esto sin desconocer que son las entidades las responsables de diseñar mecanismos o políticas de cuidado para sus trabajadores, pues, cuando no existe una estructura institucional que

45 Al finalizar el módulo y a modo de separata se encuentra un documento sobre lo psicosocial y el trabajo con las personas desmovilizadas. Ahí se plantean las particularidades del trabajo con la memoria con estas poblaciones.

piense y genere acciones claras en función del cuidado, el efecto emocional del trabajo con víctimas (sea terapéutico, de acompañamiento o de investigación) se agrava (Lira, 2016a).

Esto también significa que la responsabilidad del cuidado de las personas y de los equipos no puede, por ningún motivo, recaer individualmente sobre el profesional o los grupos de trabajo. Debe existir una sinergia entre los niveles de autocuidado, cuidado de equipos y cuidado institucional. Coincidimos con Lira (2016a) quien afirma que cuando las personas se quedan solas con las angustias que les causa lo que escuchan y no hay una estructura institucional que permite acoger las dificultades y tramitarlas o facilitar repartir las “cargas y responsabilidades” sobre el resultado del trabajo, según su especificidad, estamos en un escenario de desgaste propiciado no solo por las tareas que los profesionales desempeñan, sino también por la ausencia de un compromiso institucional claro y definido en función del cuidado de las personas y de los equipos.

Según los puntos señalados, en este capítulo iniciaremos presentando algunos de los conceptos que se han acuñado en el estudio de las diversas formas en que la demanda emocional trastoca a los profesionales y despierta sentimientos, actitudes y acciones que pueden afectar no solo el desarrollo laboral, sino la vida personal. Finalmente, expondremos el concepto de *cuidado psicosocial* y sugeriremos niveles de implementación de estas prácticas.

IMPLICACIONES DE LA RECONSTRUCCIÓN DE MEMORIA EN LOS PROFESIONALES

Las fuentes de estrés en el área laboral son diversas. Por ejemplo, Carlos Martín Beristain ha identificado como fuentes de desgaste emocional

el estrés día a día relacionado con el volumen y frustraciones de trabajo, *el estrés acumulativo* que se manifiesta con signos de fatiga y sobrecarga emocional, *el estrés organizativo* producto de trámites administrativos, y *el confrontarse con el dolor y situaciones de extrema pobreza, dolor y muerte [las cursivas son nuestras]*” (Beristain, 2007, página 30).

En específico, según Beristain, el estrés como consecuencia de confrontarse con el dolor y con situaciones extremas es el que se relaciona estrechamente con el trabajo en temas de violencia. Ahora, todas estas tipologías tienen como base la percepción sostenida en el tiempo que hacen las personas de desbalance entre los recursos propios y las exigencias externas (OIM, 2016, página 8). Esto significa que *el estrés puede entenderse como toda experiencia que requiere cambios en nuestros mecanismos habituales de adaptación.*

La reconstrucción de la memoria histórica del conflicto armado en Colombia implica que los profesionales se utilicen a sí mismos como herramienta de trabajo (Morales, Pérez y Menares, 2003, página 11), por lo que la demanda emocional que supone la interlocución con víctimas y con las personas desmovilizadas, las labores de documentación acerca de las violaciones a los derechos humanos, las posibilidades tan limitadas de la puesta en marcha de la amplia normativa del país en función de los temas de verdad, justicia, reparación y los límites de las acciones que se emprenden respecto de la expectativa de las víctimas impacta en quienes trabajan. Puede tratarse de efectos asociados al ámbito del estrés, como los descritos por Beristain, o de afectaciones que *sobrepasan* los mecanismos de adaptación. Claramunt (1999) nos proporciona un ejemplo de esos efectos más profundos para la vida y la salud emocional de los profesionales. Señala:

el escuchar constantemente los relatos de violencia nos ubica como testigos no solo del miedo, la impotencia y la paralización de quien sufre la agresión, sino también de la brutalidad perpetrada por un ser humano. Es decir, somos testigos de la vulnerabilidad humana. Nuestra presencia en medio de ese horror tiene por tanto consecuencias en la forma en que interpretamos el mundo y las relaciones personales y al igual que la víctima, podemos empezar a cuestionarnos los supuestos que guían nuestra forma de relacionarnos (páginas 16 y 17).

La autora nos está describiendo situaciones de trabajo en las que se producen efectos o reacciones negativas para el bienestar de las personas y los equipos después de ayudar a otros de manera intensa (OIM, 2016, página 10).

Algunas de las reacciones que se han documentado en Colombia o en otros países azotados por guerras tienen que ver con la impotencia, la frustración, la desesperanza. Experimentar estos y otros sentimientos respecto de las personas con quienes trabajamos, de su situación y de la labor que desarrollamos no constituye un riesgo en sí mismo; no obstante, la exacerbación de estas y el desempeño del quehacer profesional desde el malestar pueden hacer emerger una serie de síntomas y reacciones lesivas para el sujeto y para la labor que realiza. Estos sentimientos son también, con frecuencia, el resultado de las tensiones que provocan los dilemas éticos que se deben afrontar en las tareas de reconstrucción de la memoria, la dedicación excesiva al trabajo y la sobrevaloración de la responsabilidad personal en los cambios requeridos (sentirse indispensable para las personas o comunidades) (GMH, 2013 [2009], página 154).

Si estas vivencias se acumulan y no son debidamente reconocidas y atendidas por las instituciones y los mismos profesionales, terminan por “quemar” y agotar la capacidad profesional y afectar también la vida personal. En este sentido, podemos afirmar que una situación estresante que no se trata a tiempo puede generar desgaste emocional y conducir al profesional al agotamiento, quien se torna apático y pierde el interés por el trabajo que desempeña. Y este desgaste no solo va a afectar negativamente a la persona que lo experimenta,

sino a la organización a la que pertenece, lo que impacta directamente la calidad del servicio que recibe la población atendida. Se debe tener presente que el desgaste puede afectar la capacidad de la persona de realizar aprendizajes profundos en torno a la atención, así como su creatividad y su habilidad para vincularse. [Por ello] prevenir el desgaste y promover acciones sistemáticas de cuidado resulta esencial en dos sentidos: para promover el bienestar de quienes se encuentran vinculados a este contexto de trabajo y para contribuir al logro de los objetivos que el país persigue en el marco de la Ley 1448 y de las disposiciones derivadas (OIM, 2016, páginas 10 y 14).

Conceptos asociados a los efectos del trabajo en contextos de violencia

Diversas categorías se han acuñado en el estudio de los efectos que sobre la vida personal y laboral tiene la demanda emocional en el trabajo, entre ellos podemos mencionar los siguientes:

- El síndrome de burnout
- El desgaste emocional o profesional
- La contaminación temática
- La fatiga por compasión (o desgaste por empatía)
- La traumatización vicaria (estrés traumático secundario)
- La traumatización de los equipos

Quizá uno de los términos más conocidos y ampliamente documentando es el síndrome de burnout. Fue propuesto inicialmente por el psicólogo estadounidense Herbert Freudenberger como “un estado de fatiga o frustración que aparece como resultado de la devoción a una causa, a un estilo de vida o a una relación que no produce las recompensas esperadas” (1974, citado por Arón y Llanos, 2004, página 2). Posteriormente, la psicóloga, también estadounidense, Christina Maslach, propuso:

El burnout es un síndrome de agotamiento emocional, despersonalización y reducción del logro personal, que puede ocurrir entre individuos que realizan algún tipo de “trabajo social”. Es una respuesta a la tensión emocional crónica de lidiar sostenidamente con otros seres humanos, particularmente preocupados o con algún tipo de problema (1986, página 3).

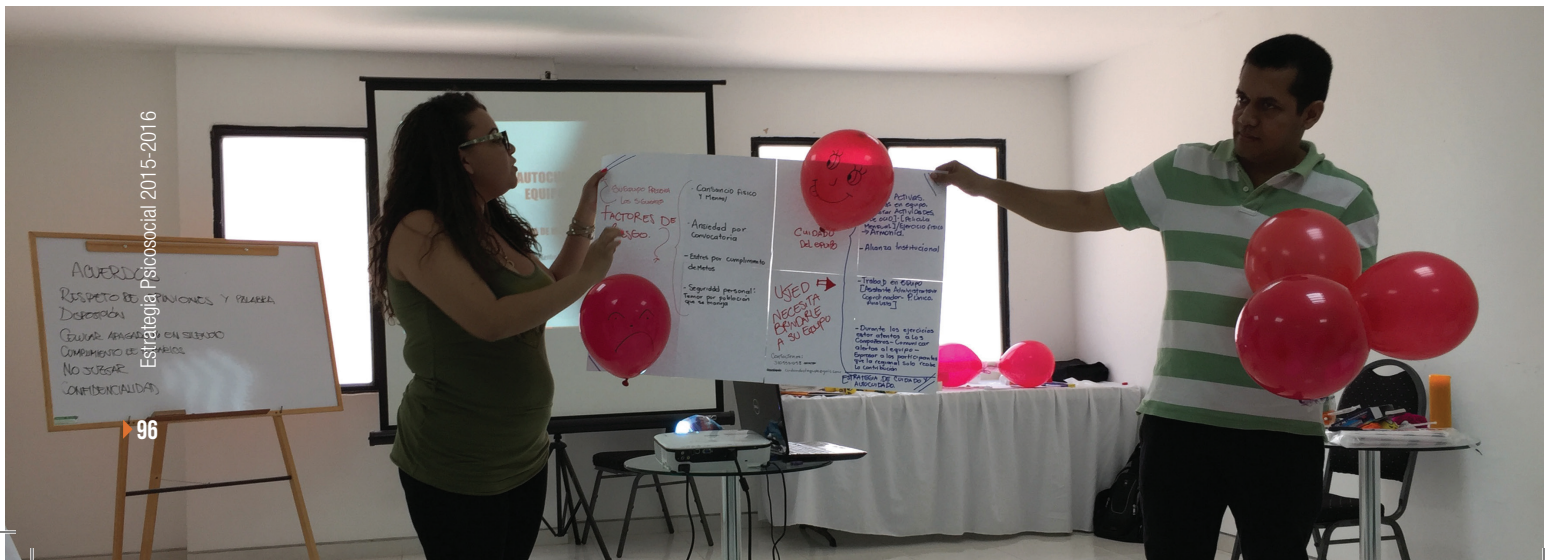
El *burnout* se define entonces como una respuesta a un estrés emocional crónico, cuyos rasgos principales son el agotamiento físico y psicológico, una actitud fría y despersonalizada en la relación con los demás y un sentimiento de inadecuación en las tareas que se ha de realizar (Maslach y Jackson, 1981, página 21). Asimismo, produce la sensación de “estar fundido” (Aron y Llanos, 2004, página 4) y se caracteriza por síntomas como cansancio, fatiga, lentitud, problemas físicos (malestares digestivos

y musculares), alteraciones en el sueño, desmotivación, pérdida del entusiasmo, ausentismo, visión negativa de la vida y de los demás. También produce sentimientos de frustración o de omnipotencia.

Cabe resaltar que estos síntomas no se producen súbitamente, sino que aparecen lenta y progresivamente si no son tratados. Con el *burnout*, se experimenta la sensación de estar quemado por usar toda la energía física y emocional en el desarrollo del trabajo, aun sin conservar lo suficiente para sí mismo (Claramunt, 1999, página 19). Por esta razón,

no se trata de agotamiento por exceso de trabajo, es decir, no es algo que pueda curarse tomando unas vacaciones. No se trata solo de cansancio, sino que es una especie de “erosión del espíritu”, que implica una pérdida de la fe en la empresa de ayudar a otros (Aron y Llanos, 2004, página 2).

Es necesario señalar, entonces, que el desgaste profesional trasciende el estrés que pueden experimentar los profesionales en la adaptación y la realización de sus obligaciones, de manera que, al analizar el burnout y otras categorías asociadas, la atención no está puesta en las capacidades y los problemas personales de los profesionales. De hecho, los efectos que se experimentan en el desarrollo de labores emprendidas por el CNMH permiten precisar que es la forma en que se afronta la demanda emocional de las diversas labores, lo cual desborda las capacidades de las personas.



Por su parte, las psicólogas Ana María Arón y María Teresa Llanos proponen el *desgaste profesional o desgaste emocional* “como un conjunto de síntomas indeseados que generan una sensación de agotamiento y que están directamente relacionados con las dinámicas de trabajo de la persona” (OIM, 2016, página 9). Para estas dos autoras, se trata de un desgaste en el que las reacciones que presentan quienes trabajan son originadas por su directa relación con temas de violencia, abuso y traumatización, dado el efecto emocional que tienen estas temáticas sobre las personas. De esta manera, el efecto se experimenta en lo individual y promueve el agotamiento profesional y con ello una serie de síntomas que involucran la vida personal, profesional y el desarrollo laboral de la persona, lo cual lleva en algunos casos al abandono de la profesión o el campo de trabajo. Las implicaciones del agotamiento también se configuran en los equipos de trabajo y erosionan a sus integrantes y las personas con quienes trabajan (Aron y Llanos, 2004, página 1).

Otro concepto asociado a los efectos que sobre la vida personal y laboral tiene la demanda emocional en el trabajo es la *contaminación temática*. Según la OIM,

se refiere al efecto negativo que las personas experimentan al trabajar con temas de alto efecto emocional. Particularmente, en contextos de violencia puede ocurrir que los relatos de guerra y sufrimiento se instauren en la persona, generando que la mayor parte de sus pensamientos, conversaciones y emociones estén vinculadas con la temática de trabajo, lo cual produce un efecto silencioso que resulta nocivo para la persona y para su círculo familiar y social (2016, página 9).

Frente a la manifestación del agotamiento emocional también se han creado conceptos como *fatiga de compasión (o desgaste por empatía)* y *trauma vicario*. El primero ha sido definido como

una reacción que presentan las y los profesionales debido al sobre involucramiento y la falta de distancia adecuada al tratar con personas que se encuentran afectadas por situaciones de dolor y sufrimiento intenso (...) La naturaleza misma del trabajo

los expone a reacciones de dolor, impotencia, frustración o desesperanza (Núcleo multidisciplinario sobre el derecho de las mujeres a una vida libre de violencia, 2011, página 5).

La característica principal de la fatiga de compasión es la sensación de agotamiento relacionada con el deseo de ayudar a alguien que está sufriendo. Por eso, entidades como la OIM plantean que “se presenta como una posible consecuencia de trabajar empáticamente con personas que han experimentado eventos extremadamente traumatizantes” (2016, página 10).

El *trauma vicario* ocurre cuando la persona que ayuda se encuentra muy afectada por la experiencia de las víctimas con las que trabaja (Beristain, 2010, página 141). Se refiere al efecto de reproducir en sí mismo los síntomas y sufrimientos de las víctimas (Aron y Llanos, 2004, página 5). En este sentido, se empieza a vivir la experiencia traumática de los demás como propia y reproducir en uno mismo sufrimiento intenso, pesadillas relacionadas con la vivencia de la víctima o sentirse en peligro constante, por ejemplo. Esta vivencia es descrita también como la aparición de síntomas de estrés postraumático en quien brinda apoyo a quien ha experimentado una vivencia traumática (OIM, 2016, página 10). En el ámbito grupal, es el riesgo de que los equipos reproduzcan en su interior aquello que se plantea como tarea (Lira, Becker y Castillo, 2013, página 30). Esto nos da paso a retomar la definición de *traumatización de los equipos* propuesta por la OIM:

es un concepto que sigue la línea de la traumatización vicaria, pero se enfoca en los efectos de reproducir en los grupos de trabajo las dinámicas de la violencia, donde se establecen relaciones conflictivas y marcadas por la polarización y los desbalances de poder. De esta manera se pueden producir en los equipos relaciones de abuso hacia uno o varios de sus integrantes y con ello dinámicas de exclusión que afectan el desempeño y el bienestar colectivo (2016, página 10).

Todos los términos en los que hemos venido profundizando hasta el momento podrían agruparse en la categoría *desgaste psicosocial*, un concepto que se refiere a aquel

conjunto de síntomas indeseados sostenidos en el tiempo y relacionados con el trabajo, experimentados por personas que trabajan en contextos de violencia. Esta experiencia incluye afectaciones a nivel físico, emocional, mental, relacional, existencial o espiritual. Entre algunos de los efectos observables se destacan el agotamiento emocional, el cansancio crónico, dolores y afecciones de salud, desmotivación, aparición de conflictos en las relaciones de manera más frecuente que antes, bajo rendimiento, pérdida de la fe o del sentido de vida y un estilo pesimista de relacionarse con el mundo (OIM, 2016, página, 10).

Factores de riesgo y de protección

Los conceptos que se han desarrollado para tipificar los efectos que ciernen sobre los profesionales el trabajo en contextos y situaciones de violencia, como el campo de la reconstrucción de memoria, no solo permiten visibilizar el carácter riesgoso del trabajo y la exposición constante del bienestar de los profesionales, sino también la necesidad de reconocer permanentemente sus capacidades de afrontamiento ante situaciones de riesgo psicosocial. Esto nos lleva a no perder de vista que el abordaje, la comprensión y el análisis de las tragedias producto del conflicto armado pueden configurar *factores de riesgo*, así como *factores de protección*.





Los primeros podrían concebirse como los efectos que el trabajo con relatos de

violencia sociopolítica y conflicto armado, han causado, en cuanto irrupción y quiebre, en la vida emocional, familiar y personal (...) hace referencia a las lesiones, rupturas o huellas visibles o invisibles, físicas y emocionales, generadas a nivel individual y colectivo, y que según su profundidad pueden ocasionar daños permanentes (CNMH, 2013, página 20).

Estos no se manifiestan de manera homogénea, sino que dependen de las características propias de las personas (por ejemplo género, clase, pertenencia étnica, escolaridad, experiencia) y el escenario donde se presentan. En otras palabras, los factores de riesgo son aquellas condiciones o situaciones propias de las personas o de su entorno que pueden tener consecuencias traumáticas o adversas en los diferentes ámbitos de su vida (personal, familiar, de trabajo, salud, etc.), es decir que afectan su bienestar.

Los segundos podrían ser definidos como “la conjugación de dos o más eventos inherentes a la persona, al grupo, a la entidad o al contexto que reducen las posibilidades de que las personas presenten agotamiento emocional” (Corporación Avre, 2001). En ese sentido, los factores de protección se refieren a los recursos que ya existen o pueden seguir desarrollándose en el CNMH para enfrentar situaciones de riesgo al bienestar personal, de equipo o institucional.

Ante los factores de riesgo, las instituciones están obligadas a proponer prácticas de autocuidado y cuidado grupal e intergrupal como factores de prevención, lo cual significa, tal como lo señala la OIM (2016, página 10), que

se debe comprender que aunque el desgaste psicosocial es una consecuencia posible de las actividades laborales de ayuda y de los contextos laborales de violencia, no es una consecuencia inevitable (...) su prevención es posible y existen numerosas formas de hacerle frente. Aunque en algunas de las propuestas relacionadas con el tema se ha planteado que estos efectos negativos son un resultado natural en los trabajos de ayuda, proponemos que ocurre cuando no se les presta suficiente atención y no se toman las medidas pertinentes. El trabajo en escenarios de violencia nos puede representar grandes oportunidades de crecimiento y plenitud por lo que sería un grave error naturalizar el desgaste psicosocial. En lugar de esto nos hemos preguntado por las alternativas con las que contamos para mantener entornos de trabajo saludables que contribuyan al desarrollo integral de quienes trabajan en escenarios de violencia sociopolítica.

Lo propuesto por la OIM en la cita anterior nos lleva a afirmar que el trabajo con la memoria histórica también genera en los profesionales y equipos una serie de aprendizajes dentro de los cuales se encuentran las lecciones de valor, de dignidad, de resistencia y de capacidad frente a la adversidad, que enseñan a amar, valorar y respetar más la vida; esa vida que gracias a las víctimas puede considerarse milagro y privilegio (Semana, 2014, página, 74). Es decir, creemos junto con Lira (2016a), que los ejercicios de memoria no solo son experiencias desgastantes y penosas para quienes participan de estos procesos, que originan daños en las personas que trabajan en ello. También producen resultados visibles y logros en las comunidades y grupos, lo cual genera efectos morales y psicológicos positivos en los profesionales al compartir el proceso de “salir adelante” de personas y grupos.

La OIM también está alineada con esta idea de considerar no solo las cuestiones relacionadas con el desgaste psicosocial en los profesionales y equipos que trabajan con víctimas y en contextos de violencia, sino también los aprendizajes de esa labor. Esta entidad propone hablar de ganancias secundarias en múltiples aspectos vitales. Algunos ejemplos dados son:

El desarrollo de la identidad personal, el aprendizaje derivado de la experiencia de otros y la satisfacción de sentir que se aporta al crecimiento del mundo (...) Dos conceptos (...) sirven como referente frente a este tema. La *satisfacción de compasión* es un concepto antagónico a la fatiga por compasión que se entiende como el gozo de trabajar ayudando a otros. Esta idea de gozo está asociada con el proceso de crecimiento que experimenta quien ayuda y con las ganancias espirituales que obtiene. Por otro lado, la *resiliencia vicaria* es un concepto antagónico a la traumatización vicaria que se refiere al crecimiento que puede obtener el acompañante a partir de una relación de apoyo. En este concepto se destacan ganancias en las relaciones interpersonales, espirituales y relacionadas con el propio sentido de vida [las cursivas son nuestras] (OIM, 2016, página 11).

Para finalizar este apartado, presentamos algunas de las observaciones sobre los factores de riesgo y de protección recolectadas en los talleres de cuidado adelantados con algunos de los equipos del CNMH durante el periodo comprendido entre noviembre de 2015 y abril de 2016⁴⁶. Tales observaciones nos muestran que:

- Los factores de riesgo están agrupados en dos tipologías: los que se generan por el *acompañamiento profesional a los procesos de memoria histórica* y los que ocurren debido a las *condiciones estructurales y funcionales del CNMH*. Dentro del primer grupo de riesgos, encontramos los siguientes:
 - » El contacto constante con los relatos de violencia.
 - » La ausencia de espacios comunes para relatar y sobrellevar situaciones dolorosas o perturbadoras (espacios de descomprensión o vaciamiento).
 - » La ausencia de procesos continuos de formación en habilidades psicosociales.

El segundo grupo de riesgos corresponde a la limitada infraestructura que tiene la entidad para operar, a las relaciones entre quien contrata y quien asume el contrato, a los honorarios y condiciones económicas, a los procesos y procedimientos de la entidad, así como a la definición de metas e

⁴⁶ Para profundizar sobre los factores de riesgo y los de protección planteados por algunas profesional del CNMH, lo invitamos a revisar el anexo e en este mismo módulo.

indicadores de gestión. En los talleres de autocuidado, salieron a relucir elementos relacionados con cargas excesivas de trabajo, así como la falta de unificación de criterios en el direccionamiento de tareas; es decir, fallas en la comunicación de procesos, el no reconocimiento de los aportes que cada integrante hace en los avances del equipo, falta de participación en la toma de decisiones que afectan el trabajo o la prestación del servicio, así como exigencias contradictorias entre las diferentes áreas del CNMH.

- Los factores de protección empleados por los profesionales del CNMH podrían estar agrupados en los siguientes cuatro ítems:
 - » La disposición al cuidado: existe una conciencia clara en la institución sobre la necesidad de desarrollar prácticas de cuidado ante las diversas situaciones de riesgo o desgaste emocional que plantea la vida cotidiana. Se define la disposición al cuidado como un factor de protección en cuanto se considera que el reconocimiento de la importancia del cuidado —en el ámbito del trabajo y en el de la vida personal— es una condición necesaria para su ejercicio. En este reconocimiento, está implícito el acto de asumir la responsabilidad tanto individual como colectiva de identificar la existencia de riesgos al bienestar. Cuando está presente la disposición al cuidado, es posible reinventar la vida cotidiana para llenar el presente de sentidos que permitan avanzar hacia el futuro.
 - » La consolidación de las relaciones que fortalecen la cohesión grupal: en la mayoría de los equipos existen lazos de confianza, solidaridad, apoyo y complicidad. Las prácticas relacionales que permiten que existan este tipo de vínculos se consideran un factor de protección en cuanto convierten el espacio de trabajo en un lugar seguro y fértil para el crecimiento personal. Se pueden definir como prácticas que permiten ejercer las relaciones desde la acción en conjunto (Shotter, 1984; Deissler, 2013); es decir, desde el interés genuino que tienen los miembros de los equipos por re-conocer, apoyar y construir desde el afecto con sus compañeros/as. En esa medida, dignifican la presencia de los/las otros/as con quienes se entra en relación.
 - » La resolución no violenta de conflictos: se ha podido identificar un valor institucional latente que se puede definir como el compromiso de no reproducir —hacia el interior— las ideologías mismas que han desatado, mantenido y perpetuado la violencia en Colombia. Así, el compromiso por resolver conflictos desde la no violencia implica asumir el conflicto desde las lógicas de la solidaridad, la cooperación y la negociación. Parte también del ejercicio de pensar que existe una responsabilidad en cada miembro del CNMH en la construcción de

la moral que guía a la comunidad que se configura dentro de la institución. En ese sentido, las personas se reconocen como participantes activos. En la cotidianidad, se manifiesta como factor de protección cuando se materializan espacios para reflexionar, identificar, reconocer y crear colectivamente mecanismos para tramitar los conflictos.

- » La capacidad de autorreconocimiento como personas vulnerables: los profesionales y equipos del CNMH entienden que la labor que realizan los ubica a ellos mismos como personas vulnerables y en función de esto toman decisiones para atender esa vulnerabilidad. El rumbo que se traza desde esta noción permite resaltar que, cuando las personas se dan el permiso de hablar públicamente de sus propios dolores y de las emociones que genera lo que hacen dentro del trabajo que tienen, se pueden reconocer también como sujetos de cuidado, como parte de una red que también se muestra solidaria ante sus necesidades y, finalmente, como mercedores de la reparación colectiva que piden en cuanto sujetos y objetos de la construcción de memoria histórica. Según Lira, Becker y Castillo (1989), “la reparación social implica un proceso colectivo que involucra a la sociedad en su conjunto y no solo a todos aquellos que han sido afectados por la violación de sus derechos (...) es, por tanto, simultáneamente una tarea y una utopía subjetiva y política” (página 165).



CULTURA DEL CUIDADO

Consideramos que el CNMH debe apostarle a la promoción de una *cultura del cuidado* que puede ser entendida como un proceso a través del cual el CNMH y quienes lo integran, por un lado, son conscientes de la importancia del cuidado para la consecución de los objetivos que el trabajo demanda y, por el otro, se interesan por instaurar y promover unas prácticas o estrategias de cuidado integradas en la cotidianidad del trabajo dentro de la organización, no solo para fortalecer las capacidades y habilidades de las personas y equipos vinculados a la entidad, sino para resguardar, desde el punto de vista de la prevención y atención, la salud y el bienestar físico, mental y emocional.

De esta manera, la cultura del cuidado busca vincular de forma permanente lo misional del CNMH con los propósitos individuales y colectivos de quienes la integran y articular el sentido de vida con el sentido del trabajo. En otras palabras, hacer que todas las personas contratadas por la entidad se comprometan con la misión que ella tiene en función de la construcción de una visión compartida del trabajo a partir, por supuesto, del despliegue de una política o una estructura institucional alrededor del cuidado. Esto implica vincular la dimensión existencial de los profesionales que integran el CNMH, es decir, su sentido o propósito vital, su postura ético-política, con los aspectos misionales de la entidad. En últimas, lo que se puede asegurar con la consolidación y promoción de una cultura del cuidado es que se haga bien el trabajo, pues una entidad que piensa en el bienestar y la salud de las personas que contrata, no solo logra administrar las tensiones y los conflictos de forma oportuna y eficiente, sino que está demostrando interés en cuidar la vida y la salud de los trabajadores, asunto altamente valorado por quienes integran la organización y que se convierte en una fuente de productividad.

Cuidado, desarrollo, salud y bienestar

En términos generales, el cuidado es entendido como un acto tanto intelectual y teórico como práctico: cuidar es una interacción humana de carácter interpersonal, intencional, única, que se sucede en un contexto sociocultural, tiene un fin determinado y que refuerza o reafirma la dignidad humana (Tobón, 2003). Para la OIM (2016), el cuidado va más allá de tener una intención o un deseo de cuidar. Es un compromiso con el otro, así como una invitación para la realización de acciones concretas que promuevan bienestar y desarrollo. Esta definición trasciende entonces al deber y a la obligación, y más bien posiciona el cuidado como un habilidad para conectarnos con la vulnerabilidad de los demás:

“Quien cuida es un promotor del reconocimiento del otro, de su singularidad y de sus posibilidades de desarrollo” (OIM, 2016, página 11).

Para esta entidad, existen dos características principales que están presentes en un ambiente de cuidado: 1) está centrado en la atención a las necesidades de desarrollo humano y 2) requiere una comunidad de apoyo que contribuya a enfrentar todos los retos presentes para el desarrollo colectivo. Desde esta perspectiva, para la OIM, el concepto de cuidado está ligado a la perspectiva de desarrollo, lo cual implica

considerar el bienestar integral de quienes trabajan en este contexto y realizar acciones sostenidas en el tiempo que lo promuevan. Sea considerando necesidades, capacidades o niveles de libertad, el cuidado debe [significar] el enriquecimiento de la vida al mayor nivel posible (OIM, 2016, página 12).

Consideramos que, además de vincular el cuidado al desarrollo, también hay que ubicarlo dentro del concepto de salud de una manera íntegra, teniendo en cuenta que el despliegue de prácticas de cuidado posibilita la prevención de los procesos de enfermedad, así como la preservación de un estado físico y mental saludable. Tener presente la conceptualización de salud y bienestar facilita la interpretación de las manifestaciones emocionales y somáticas del agotamiento profesional.

Según la OMS (Organización Mundial de la Salud), la salud es un estado de completo bienestar físico, mental y social y no meramente la ausencia de enfermedad o de minusvalía. Esta es una conceptualización integral, en la que las distintas dimensiones del sujeto son interdependientes. Entendemos entonces la salud integral como un proceso dinámico de interrelación entre el individuo y su entorno social, económico, cultural, ambiental y político, que le permite un desarrollo físico, mental, social y espiritual pleno (Secretaría Ejecutiva de Protección Social, 2008, página 32).

Desde un enfoque integral, dejamos atrás la dicotomía mente–cuerpo para dar paso a un enfoque en que consideramos que las dimensiones físico–corporal y mental–subjética están estrecha e indisolublemente relacionadas, de modo tal que los síntomas físicos de falta de equilibrio y bienestar reflejan y a la vez inciden en una falta de bienestar cognitivo–emocional–conductual–relacional, y viceversa. Las

dimensiones de cuidado que propone la OIM (2016) nos ayudan a reforzar este propósito de entender este enfoque de una manera integral. Aquí es importante resaltar que cada una de las dimensiones que presentamos en el cuadro 2, están siempre conectadas y se impactan mutuamente, por lo que no se deben comprender de manera aislada.



Cuadro 2. Dimensiones del cuidado

Fuente: OIM (2016). Elaboración propia.

Dimensiones del cuidado	Descripción	Forma de cuidar esa dimensión
Física	Se refiere al cuidado de nuestro cuerpo en cada uno de los sistemas que lo componen: nervioso, muscular, óseo, respiratorio, digestivo, reproductor, circulatorio, entre los principales.	El cuidado de esta dimensión implica el descanso, la nutrición saludable, el ejercicio, la realización de chequeos médicos periódicos y el evitar hábitos nocivos. El bienestar físico implica también vincular el cuerpo con las dimensiones emocional y mental y reconocer que a través suyo comunicamos mucho de lo que pasa en nuestro mundo interno. En este sentido, implica atender las señales del cuerpo y lo que simbólicamente se manifiesta a través de él.
Emocional	Reúne todo nuestro componente afectivo y se refiere a aquello que no podemos “ver” pero que podemos “sentir”. Algunas de las emociones que más frecuentemente experimentamos son estas: alegría, tristeza, rabia, miedo,	La forma básica de cuidado supone aprender a identificar, expresar y transformar estados emocionales desagradables y a favorecer estados emocionales agradables. El bienestar emocional implica comprender que

Dimensiones del cuidado	Descripción	Forma de cuidar esa dimensión
Emocional	vergüenza y culpa. No prestar atención a esta dimensión nos puede llevar a experimentar estados afectivos perturbadores y sostenidos en el tiempo, como la ansiedad y la depresión.	negar o suprimir emociones, como la rabia, la culpa o la tristeza, puede resultar nocivo, por lo que es necesario fortalecer la capacidad de ponerse en contacto con estas experiencias para comprender su sentido y su utilidad en la vida.
Mental	Se refiere básicamente a nuestros pensamientos, ideas y creencias con relación al mundo. Con frecuencia consideramos que vemos nuestra realidad “como es” y desconocemos que hemos aprendido a verla de cierta forma. La manera en la que percibimos el mundo puede cambiar si mantenemos apertura a nuevas posibilidades.	Cuidar de nuestra dimensión mental implica revisar nuestros pensamientos e identificar cuándo involucran ideas o creencias que resultan limitantes para nuestra comprensión de nosotros mismos o de nuestro entorno. El bienestar mental conlleva también aprender a identificar la influencia que determinados estados emocionales tienen sobre nuestros pensamientos.
Relacional	Considera la forma en la que nos relacionamos con los seres que tenemos a nuestro alrededor. Somos seres sociales, por lo que nuestro mundo está siempre marcado por los vínculos que construimos.	Tenemos siempre la posibilidad de establecer tanto relaciones que nos posibilitan estados de bienestar como relaciones que nos resultan nocivas. Aprender a seleccionar las que queremos construir, a identificar nuestras expectativas con respecto a los demás y a transitar los conflictos son algunas de las principales maneras de cuidar de esta dimensión.

Dimensiones del cuidado	Descripción	Forma de cuidar esa dimensión
Existencial	<p>Considera nuestro sentido o propósito vital, nuestra postura ético-política con respecto a la vida y a la labor que desempeñamos y el significado que le damos a nuestra existencia. Asimismo la conciencia de libertad y la construcción de los propios valores están vinculadas con lo existencial, por lo que asuntos como la muerte, la injusticia o el dolor son elementos que en el contexto de la violencia desempeñan un papel de alta relevancia en esta dimensión. Además de esto, lo existencial está relacionado con el proceso de construcción de identidad con el proyecto de vida y con nuestra percepción de lo estético. Finalmente, la dimensión existencial implica la capacidad de vincular nuestras distintas dimensiones y vernos como seres integrales.</p>	<p>Cuidar de esta dimensión implica realizar acciones personales que estén alineadas con nuestros valores y con nuestra posición ético-política. Implica también involucrarnos en actividades que nos enriquezcan como individuos y que nos representen crecimiento intelectual, emocional y relacional. Mantenernos conectados con la búsqueda de nuestro propósito vital y materializarlo en acciones cotidianas que nos acerquen al proyecto de vida que deseamos se traduce en una vivencia de bienestar existencial.</p>
Espiritual	<p>Se refiere al vínculo que tenemos con algo que va más allá de nosotros mismos. Aunque es usual que nuestra espiritualidad esté mediada por nuestra relación con determinada religión, comunidad espiritual o sistema particular de creencias, no siempre es así. Se refiere a las experiencias que van más allá del pensamiento y que nos conectan con la fe, la paz interior, la unidad y la certeza interna</p>	<p>La manera de cuidar de esta dimensión es procurando el balance y el bienestar integral de nuestras demás dimensiones y abriéndonos a la realización de prácticas espirituales que nutran nuestro espíritu. Un camino para generarnos bienestar es fortalecer nuestra capacidad para estar presentes “aquí y ahora”, realizando</p>

Dimensiones del cuidado	Descripción	Forma de cuidar esa dimensión
Espiritual	de hacer parte de algo superior que nos contiene. El elemento central está en la conexión que tenemos con algo que nos trasciende y que se vincula con la búsqueda de nuestra verdad interior.	prácticas de meditación y buscando espacios, actividades y personas que nos generen paz interior.

En este contexto de entender el cuidado como un proceso integral que debe buscar el balance entre las distintas dimensiones de la vida, la conservación de la salud depende del despliegue de prácticas de cuidado y prevención que se desarrollen en los tres niveles de cuidado propuestos por la OIM (2016):

1. Cuidado institucional: entendido como las acciones desarrolladas desde instancias gerenciales y administrativas de la organización para prevenir el desgaste en atención a víctimas y promover el bienestar de los equipos.
2. Autocuidado: entendido como la acción sistemática de cuidar de uno mismo, en atención a las necesidades propias y en procura de nuestro bienestar y crecimiento.
3. Cuidado de equipos: entendido como las acciones que se pueden iniciar colectivamente para generar bienestar en los grupos de trabajo haciendo énfasis en las relaciones establecidas en torno a la actividad laboral.

Cuidado psicosocial

Teniendo en cuenta que el trabajo de reconstrucción de memoria implica una serie de riesgos por desgaste y agotamiento profesional, es necesario tomar precauciones y consolidar hábitos que mantengan al profesional en una situación de bienestar respecto del trabajo y del contexto en que este se desenvuelve.

Al decir de Aron y Llanos (2004),

el desgaste emocional presenta una intensidad cualitativamente distinta cuando el campo de trabajo se refiere a violencia: ya sea el trabajo con víctimas o victimarios. El trabajo en estas áreas puede describirse como una profesión de alto riesgo, lo cual implica estar expuesto en mayor grado a las consecuencias (...) lo cual implica que para trabajar en estas áreas es importante tomar precauciones.

Por eso buscamos posicionar en el CNMH el *cuidado psicosocial*, definido como una

competencia necesaria para las personas que se desempeñan en escenarios laborales de violencia, que implica el reconocimiento de los riesgos presentes en el contexto de trabajo, la disposición por comprender las necesidades de desarrollo propias y de los demás y la actuación para promover el bienestar integral de su red social (OIM, 2016, página, 12).

Cabe resaltar que el cuidado se despliega cuando el profesional se reconoce a sí mismo como sujeto que se encuentra en riesgo y debe promover para sí estrategias protectoras. De hecho, el primer paso para el autocuidado es reconocerse vulnerable y dedicar recursos al desarrollo de estrategias que permitan amortiguar el efecto nocivo y contaminante que tiene el trabajo (Aron y Llanos, 2004).

La implementación de estrategias de cuidado es necesaria respecto de los riesgos que se configuran si

las y los profesionales sociales están constantemente en contacto con situaciones y relatos extremos, de dolor, angustia y sufrimiento, reciben permanentemente información que no tienen ni tiempo ni herramientas para elaborar, desplazan sus necesidades personales y profesionales a último lugar porque deben estar siempre en disposición de atender las pérdidas, los traumas, los sufrimientos, la indefensión y los dolores de las y los demás (Reyes, 2011, página 2).

Para garantizar la conservación de la salud psicoemocional de los profesionales, el cuidado debe implementarse en distintos niveles: individual, intraequipo e interequipo. La implementación debe realizarse simultáneamente, a partir de estrategias particulares para cada nivel. Por eso, el módulo 3 proporciona una serie de estrategias metodológicas y de intervención sobre los temas de autocuidado y cuidado de equipos. El objetivo es lograr que los grupos y las personas que integran el CNMH dispongan de fundamentos prácticos a través de los cuales prevengan y atiendan el desgaste psicosocial y consoliden así competencias de cuidado dentro de la puesta en marcha de una cultura del cuidado.

Ahora, para la OIM (2016) existen tres acciones básicas a fin de promover el cuidado y prevenir el desgaste psicosocial (cuadro 3).



Cuadro 3.
Promoción del cuidado

Reconocer el riesgo	Esto implica tener presente que por el tipo de trabajo que desarrollamos estamos en riesgo de experimentar desgaste psicosocial. Asimismo, implica recordar que el desgaste se puede prevenir y que la misma actividad que lo puede generar puede traer bienestar y satisfacción (satisfacción de compasión).
Tomar la decisión de cuidar	Esta acción representa el inicio de una serie de prácticas que se pueden desarrollar diariamente y que contribuirán a experimentar mayores niveles de bienestar. Es importante hacerlo con un profundo compromiso con nosotros mismos, nuestros equipos y las personas atendidas.
Capacitar/capacitarnos	No es suficiente con querer cuidar/cuidarnos. Es necesario aprender a hacerlo. Existen múltiples formas. No solo nos debemos capacitar en la forma de cuidarnos, sino también en la manera de desarrollar mejor nuestra actividad laboral.



Estrategia Psicosocial 2015-2016

Nivel individual del cuidado

El nivel de autocuidado en una institución como el CNMH, en la que constantemente se desarrollan varias actividades y se llevan a cabo múltiples funciones alrededor de la reconstrucción de la memoria histórica en un país como Colombia, es necesario reconocerlo como parte del accionar ético-político que moviliza y compromete a quienes trabajan en la entidad con el quehacer que realizan día a día. Así, en la medida en que quienes desarrollan actividades que implican estar de frente y en un continuo contacto con los relatos de horror y dolor de un país con una historia casi interminable de violencia sociopolítica, es imperante que se desarrollen prácticas de cuidado personal que alimenten las esperanzas y los proyectos como parte fundamental del bienestar tanto dentro y fuera del ámbito laboral.

Por eso se propone que en una cultura del cuidado este nivel requiere la autoaplicación de estrategias de autocuidado, autocontrol, manejo del estrés y hábitos de vida saludables. Es un nivel donde el cuidado se entiende como “la práctica de actividades que los propios individuos inician y desarrollan en su propio beneficio, en la mantención de su vida, salud y bienestar” (Santana y Farkas, 2007, página 6), pues

el autocuidado es por sobretodo acción, es decir cuidarse de lo que daña en el trabajo y protegerse de aspectos vulnerables a los que es posible anticiparse. De este modo, el autocuidado se despliega a través de estrategias, o sea, buscando distintos caminos que conduzcan al bienestar laboral (Santana y Farkas, 2007, página 10).

En este sentido, cada persona debe estar pendiente de la forma en que el desarrollo del trabajo la afecta. Debe procurar descentrarse del “hacer”, para comenzar a reflexionar sobre los pensamientos y sentimientos que despiertan sus labores y la manera en que se sitúa frente a sus acciones y el contexto en que las realiza. Es importante que la valoración de estos aspectos se relacione con la lectura e interpretación del bienestar o malestar corporal, de manera que el profesional, siendo autorreflexivo, a partir del autoanálisis logre entrever los ámbitos que el trabajo ha afectado y las maneras en que este efecto se manifiesta.

Esto requiere una escucha en lo más profundo de sí, es decir, saber reconocer capacidades, límites, alcances, afectaciones y, ante todo, saber en qué momentos es necesaria una pausa para liberar cargas que afectan lo físico, emocional, mental, relacional, espiritual y existencial. Este ejercicio es potente para dotar de nuevos sentidos o significados las diferentes experiencias, historias o circunstancias a las que se enfrentan quienes trabajan en el CNMH.

En este nivel del cuidado, las personas se preocupan por su bienestar, son conscientes de cuándo hay una situación de riesgo y tienen recursos para tramitar sus emociones de tristeza, dolor, rabia, angustia, entre otras. Esto quiere decir que el conflicto no se niega, más bien que hay procedimientos de cooperación y negociación que permiten que cada persona sea capaz de reconocerlo y re-encuadrar su cotidianidad para volver a un estado de bienestar. Hay que tener en cuenta, tal como lo proponen Bernad et al. (2013), que

hay personas para las que no resulta complicado establecer límites entre lo laboral y la vida privada, y otras que se llevan el trabajo a casa; hay situaciones en que resulta difícil aislarse una vez acabada la jornada laboral. Esto no solo supone un coste personal sino que tiene también efectos en el propio rendimiento profesional. Y ahí entran en juego las estrategias de cuidado personal ya que pueden ser un modo eficaz de contrarrestar el peso del trabajo que en ocasiones puede provocar una sensación de ahogo; aspectos como la alimentación, el ejercicio físico, las aficiones o las relaciones sociales pueden contribuir a aligerar los efectos dañinos del trabajo en el profesional y contribuir a que lo laboral ocupe únicamente la parcela que le corresponde (página 7).

Nivel de equipo o como grupo de profesionales pares

Teniendo en cuenta que el desarrollo de una cultura implica, en términos generales, la consolidación de unas creencias, unos valores y unas prácticas que mantienen cohesionados a los individuos dentro de un colectivo, sugerimos que la cultura del cuidado trasladada al cuidado de los equipos debe estar soportada en las siguientes características propias de un proceso de formación de un grupo (figura 1):



Figura 1.
Niveles del trabajo con grupos

Fuente: Cascón y Beristain (1995).



Es decir, se propone que la cultura del cuidado en una entidad como el CNMH puede consolidarse a partir del logro de cada una de las características identificadas en el esquema anterior. Por supuesto, es necesario entender, de acuerdo con lo propuesto por Cascón y Beristain (1995), que tales características de “evolución grupal” no son independientes entre ellas, puesto que la realidad de un grupo y las relaciones humanas son más ricas y complejas que una sucesión de fases. Sin embargo, son características que no dejan de responder a la realidad de la evolución de un grupo, en la que el conocimiento de los/as participantes, el aprecio, la confianza y la comunicación interpersonal abren la puerta a nuevas realidades como la cooperación y la resolución de conflictos de forma creativa (página 13).

Revisemos, de modo general, los detalles de cada fase (cuadro 4).



Cuadro 4. Fases de los grupos de trabajo

Fuente: Cascón y Beristain (1995).

Fase del grupo	Descripción
Presentación	Se trata del primer contacto del grupo. Es el momento en el que se realiza el primer acercamiento entre las personas. Conocer los nombres y algunos datos básicos de las personas es el propósito de esta fase. Cuando las personas no se conocen, es el primer momento para ir creando ya las bases de un grupo que trabaja de forma dinámica, horizontal y distendida.
Conocimiento	Este es un segundo momento para lograr la constitución de un grupo. Tiene como propósito profundizar en la experiencia de vida de las personas con las que comparto. Es la oportunidad para conocer más detalles de los demás.
Confianza	En este nivel, se empiezan a consolidar sentimientos de correspondencia entre las personas. Es una fase que supone la construcción de un clima favorable en el grupo. El grado o los matices de esa confianza suponen una configuración de interrelaciones entre cada integrante del grupo. Construir la confianza dentro del grupo es importante, tanto para fomentar las actitudes de solidaridad y la propia dimensión del grupo como para prepararse para un trabajo en común.
Aprecio	Supone el desarrollo del autoconcepto de cada persona y su afirmación como tal en el grupo. Este proceso da apertura a la consolidación de relaciones de afecto entre las personas que integran un grupo.
Comunicación	Tenemos la experiencia de que los problemas de comunicación están en la base de muchos conflictos. Desarrollar la comunicación verbal, tanto en la expresión de necesidades o sentimientos como en la escucha activa, es parte de este proceso. Escuchar supone no solo comprender, sino estar atentos a las necesidades de los demás y al compromiso. El desarrollo de formas de comunicación no verbal supone también una riqueza de innumerables experiencias para la potenciación de las relaciones interpersonales y el fortalecimiento del grupo.

Cooperación	Supone un paso más en el proceso de superar las relaciones competitivas. El grupo puede descubrir no solo las ventajas y posibilidades del trabajo en común en cuanto a los resultados, sino como experiencia vital y desarrollar la capacidad de compartir.
Resolución de conflictos	La evolución del grupo lleva a una situación en la que puede desarrollar su capacidad de resolver conflictos. La base que supone el avance en las relaciones dialécticas afirmación-inseguridad, conocimiento interpersonal-ignorancia del otro, confianza-individualismo, comunicación-incomunicación, cooperación-relaciones competitivas, supone el hecho de una situación nueva en la que los conflictos no tienen por qué ser ya algo por evitar, sino por resolver de forma creativa.

Para la cultura de cuidado en el nivel de equipos, también resulta pertinente retomar algunas recomendaciones básicas y generales para la protección, progresión y cohesión del equipo propuestas por Beristain (2010):

- Es importante que el grupo tenga una representación adecuada de la tarea. Por ello, es importante que haya claridad en los objetivos que comparten los miembros del equipo.
- El equipo debe organizarse teniendo como criterios la tarea que se va a realizar, las condiciones de contexto, el sentido del trabajo y las acciones que se desarrollan.
- Los miembros del equipo deben fomentar la capacidad de apoyo mutuo y resistencia en condiciones difíciles deben aprender a cuidar las relaciones entre los miembros del grupo, promoviendo un clima de confianza y reconocimiento que fortalecerá las relaciones de ayuda: intercambiando ideas, compartiendo sentimientos, confrontando experiencias y estableciendo relaciones entre sí.

Es importante tener presente que las tareas por realizar en el CNMH son emocionalmente demandantes, no solo por las temáticas tratadas, sino por las dinámicas que se generan internamente, de manera que el equipo genera ansiedades respecto del trabajo.

Ahora, en cuanto a las distorsiones que se producen por el funcionamiento del equipo, podemos señalar dinámicas disfuncionales, riesgos potenciales, que se caracterizan por (Bernad et al., 2010, página 26):

- Diferencias, distorsiones y confusiones en los modos de comunicación entre sus miembros.
- Debilitamiento de los objetivos de trabajo conjunto.
- Tendencia a la desintegración grupal, tras lo cual se constituyen subgrupos por afinidades, coincidencias de opinión, enfoques o estilos de algunos de sus miembros.
- Desarticulación y descoordinación en el trabajo conjunto.
- Disminución de la mutua valoración personal y profesional.

Referente a la demanda emocional que supone la documentación y reconstrucción de la memoria sobre la violencia, se ha documentado que los equipos generan mecanismos de protección o defensa, promoviendo en ocasiones dinámicas disfuncionales, fomentando o agravando el funcionamiento disfuncional del equipo (Morales y Lira, 1997).

Cierto es que los equipos se encuentran en riesgo, sin embargo, estos también pueden ser considerados como una posibilidad de apoyo mutuo y solidario, lo cual ha demostrado ser el elemento que mayormente contribuye a la prevención del agotamiento profesional (Corporación Avre, 2010). En este contexto, la implementación de cuidado en el ámbito grupal se refiere a la creación de espacios de conversación y encuentro para el mutuo reconocimiento, contención emocional e intercambio de experiencias personales y del desarrollo de las labores. No obstante, es determinante tener en cuenta que

la implementación del auto cuidado profesional depende en buena medida del propio equipo, en cuanto a coincidir en conjunto respecto de su importancia y concreción en actividades, y a su capacidad para organizarse de modo de poder viabilizarlas en una perspectiva de periodicidad, continuidad e instalación en espacios definidos. Tal vez un aspecto muy relevante a considerar en este punto es cómo desde la coordinación se pueden propiciar estas actividades desde una noción de autogestión, lo que por cierto incide en que cada experiencia (...) pueda ser implementada con pertinencia a sus necesidades y posibilidades.

Finalmente, no hay que olvidar la necesidad de retomar el *nivel interequipos o de redes de profesionales*. La implementación del cuidado en este nivel tiene que ver con la configuración de redes de equipos que tienen conexión temática y de desarrollo de actividades. La idea es que se configuren espacios de encuentro e intercambio de experiencias en una perspectiva de aprendizaje y contención emocional. Las redes de apoyo profesional son un recurso importante para el fortalecimiento del grupo: saber que hay otros sectores profesionales que están ocupados de los mismos temas es un alivio para los equipos.

Foto: Estrategia Psicosocial 2015-2016





REFERENCIAS

Andrews, Molly, (2007), “‘Pero si no he acabado... tengo más que contar’: las limitaciones de las narraciones estructuradas de los testimonios públicos”, en Revista de Antropología y Arqueología, Antípoda, número 4, enero-junio, Bogotá, Universidad de los Andes, páginas 147-159.

Arón, Ana y Llanos, María, (2004), “Cuidar a los que cuidan: desgaste profesional y cuidado de los equipos que trabajan con violencia”, en Sistemas Familiares, n.º 1-2, páginas 5-15.

Becker, D., Castillo M. y Díaz M, (1991), Trauma y reparación después de la dictadura en Chile: consideraciones clínicas y sociales, Santiago de Chile, Instituto Latinoamericano de Salud Mental y Derechos Humanos.

Bello, Martha et al. (2006), “Evaluación y estudio técnico de la gerencia e efecto social de los proyectos de intervención psicosocial a la población en situación de desplazamiento forzado interno por la violencia en Colombia, periodo 2000-2005”, Convenio interadministrativo No. 306 de 2005, Bogotá, Universidad Nacional de Colombia, Programa de Iniciativas Universitarias para la Paz y la Convivencia (PIUPC), Ministerio de la Protección Social, Documento de trabajo inédito.

Bello, Martha, Chaparro, Ricardo, (2011), Acción sin daño y construcción de paz. Módulo 9: El daño desde el enfoque psicosocial, Bogotá, Universidad Nacional de Colombia, Programa de Iniciativas Universitarias para la Paz y la Convivencia (PIUPC).

Beristain, Carlos (2010), Manual sobre perspectiva psicosocial en la investigación de derechos humanos, España, hegoa.

Bernad, Manuel, Pérez, Jesús, Fernández, Ester, García, Concha & Villagrasa, Verónica (2013), “Cuidado y autocuidado de los profesionales de intervención directa”. Disponible en: <http://www.descargascoppa.es/varios/DocPiiaaCuidadoAutocuidadoProfIntervDirecta2013.pdf>

Blanck, Fanny, (2006), “La memoria en el Diván”, en Acta poética, vol. 27, núm. 2, México, Instituto de Investigaciones Filológicas, Universidad Nacional Autónoma de México.

Boutzouvi, Aleka, (1994), “Individualidad, memoria y conciencia colectiva: la identidad de Diamando Gritzona”, en Historia y Fuente Oral No 11, identidad y memoria, Barcelona, Departamento de Historia contemporánea de la Universidad de Barcelona y del Institut Municipal d’Historia, páginas 39-52.

Cancimance, Andrés, (2015). Echar raíces en medio del conflicto armado. Resistencias cotidianas de campesinos en Putumayo, tesis doctoral en Antropología, Bogotá, Universidad Nacional de Colombia.

_____, (2010), “Acciones psicosociales en los procesos de intervención con niños, niñas y adolescentes víctimas del conflicto armado en Colombia. La experiencia de hogar gestor”, Bogotá, UNICEF, ICBF y Asociación Proactiva, documento inédito de trabajo.

Cascon, Paco; Beristain, Carlos (1995). La alternativa del juego I. Juegos y dinámicas de educación para la paz. Seminario de Educación para la paz-Asociación Pro Derechos Humanos. España: Madrid.

Castaño, Bertha, (2004) “A propósito de lo psicosocial y el desplazamiento”, en Bello, Martha, Desplazamiento forzado: dinámicas de guerra, exclusión y desarraigo, Bogotá, Universidad Nacional de Colombia, Programa de Iniciativas Universitarias para la Paz y la Convivencia (PIUPC), Oficina del Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Refugiados (ACNUR).

Chiocchetti, Magali, (2008), “La reconstrucción de la identidad frente a situaciones traumáticas. El rol de la comunicación y la palabra. Un análisis sobre el libro La Tregua de Primo Levi”, en Question, Revista especializada en periodismo y comunicación, Volumen 1, Número 19, Argentina, Facultad de Periodismo y Comunicación Social de la Universidad Nacional de La Plata.

Claramount M (1999), “Ayudándonos para ayudar a otros: Guía para el autocuidado de quienes trabajan en el campo de la violencia intrafamiliar”, Costa Rica, Organización Panamericana de la Salud, Disponible en http://www.nodo50.org/mujeresred/violencia_guia_autocuidado.doc. Págs. 16 - 17

CNMH, (2014), Aportes teóricos y metodológicos para la valoración de los daños causados por la violencia, Bogotá, Centro Nacional de Memoria Histórica

_____, (2012), El Placer. Mujeres, coca y guerra en el bajo Putumayo, Bogotá, Centro Nacional de Memoria Histórica, Fundación Semana, Tauros.

Corporación AVRE (2010), Reflexiones desde la práctica de acompañamiento psicosocial en salud mental: Lecciones aprendidas, Bogotá, Corporación Avre.

Dobles, Ignacio, (2009), Memorias del dolor. Consideraciones acerca de las Comisiones de la verdad en América Latina, Costa Rica, editorial Arlekin.

Equipo de Estudios Comunitarios y Acción Psicosocial (ECAP), (1998), Cuadernos de salud mental No 1. Técnicas de escucha responsable, Guatemala, ECAP

GMH, (2008), Trujillo. Una tragedia que no cesa, Bogotá, Grupo de Memoria Histórica, Comisión Nacional de Reparación y Reconciliación, Planeta.

_____, (2009), La masacre de El Salado: esa guerra no era nuestra, Bogotá, Grupo de Memoria Histórica, Comisión Nacional de Reparación y Reconciliación, Fundación Semana, Tauros.

_____, (2010), Silenciar la democracia. Las masacres de Remedios y Segovia. 1982-1997, Bogotá, Grupo de Memoria Histórica, Comisión Nacional de Reparación y Reconciliación, Fundación Semana, Tauros.

_____, (2010a), Bojayá: La guerra sin límites, Bogotá, Grupo de Memoria Histórica, Comisión Nacional de Reparación y Reconciliación, Fundación Semana, Tauros.

_____, (2010b), La masacre de Bahía Portete, mujeres Wayuu en la mira, Bogotá, Grupo de Memoria Histórica, Comisión Nacional de Reparación y Reconciliación, Fundación Semana, Tauros.

_____, (2010c), La Rochela. Memorias de un crimen contra la justicia, Bogotá, Grupo de Memoria Histórica, Comisión Nacional de Reparación y Reconciliación, Fundación Semana, Tauros.

_____, (2010d), *La tierra en disputa. Memorias del despojo y resistencias campesinas en la costa Caribe, 1960 – 2010*, Bogotá, Grupo de Memoria Histórica, Comisión Nacional de Reparación y Reconciliación, Fundación Semana, Tauros.

_____, (2011), *La masacre de El Tigre. Un silencio que encontró su voz*, Bogotá, Grupo de Memoria Histórica, Comisión Nacional de Reparación y Reconciliación, Tauros.

_____, (2011a) *Mujeres que hacen historia. Tierra, cuerpo y política en el Caribe Colombiano*, Bogotá, Grupo de Memoria Histórica, Comisión Nacional de Reparación y Reconciliación, Fundación Semana, Tauros.

_____, (2011b), *Mujeres y guerra. Víctimas y resistentes en el Caribe Colombiano*, Bogotá, Grupo de Memoria Histórica, Comisión Nacional de Reparación y Reconciliación, Fundación Semana, Tauros.

_____, (2011c), *San Carlos. Memorias del éxodo de la guerra*, Bogotá, Grupo de Memoria Histórica, Comisión Nacional de Reparación y Reconciliación, Fundación Semana, Tauros.

_____, (20013 [2009]), *Recordar y Narrar el conflicto. Herramientas para reconstruir memoria histórica*, Bogotá, Grupo de Memoria Histórica, Comisión Nacional de Reparación y Reconciliación.

_____, (2013), *¡Basta ya! Colombia: Memorias de guerra y dignidad*, Bogotá, Grupo de Memoria Histórica, Imprenta Nacional.

Grupo de Psicología Social Crítica (2010) “Principios éticos para la atención psicosocial”, en *Revista de Estudios Sociales* No 36, Bogotá, Universidad de los Andes, páginas 127-131.

Grupo de trabajo Mujer y género, por la verdad, la justicia, la reparación y la reconciliación, (2008), *Recomendaciones para garantizar los derechos a la verdad, la justicia y la reparación de las mujeres víctimas del conflicto armado en Colombia*, Bogotá, Grupo de trabajo Mujer y género, por la verdad, la justicia, la reparación y la reconciliación.

Gómez, Elena, Castillo María Isabel, (2005) “Aspectos Clínicos del Reconocimiento y Reconstrucción de la Subjetividad en Pacientes severamente Traumatizados”, Ponencia presentada en Congreso Psicoanalítico, Río de Janeiro.

Honwana, Acinda, (2001), “Guía de discusión No. 4: conceptos no-occidentales sobre salud mental”, en, La experiencia del refugiado: manual de entrenamiento psicosocial, Centro de estudios sobre refugiados, Universidad de Oxford, Queen Margaret University Collage, Traducción del Inglés por Teresa Santos Rojas, Bogotá, 2004.

Hurtado, Claudia, (2016), “Equipaje de trabajo”, producto de la Línea de transversalización del enfoque psicosocial para la intervención en procesos de memoria histórica, Bogotá, CNMH, documento inédito de trabajo.

Jelin, Elizabeth, (2003), “Memorias y luchas políticas”, en Degregori, Carlos Iván (Comp.) Jamás tan cerca arremetió lo lejos. Memoria y violencia política en el Perú, Lima, Perú, Instituto de Estudios peruanos.

Laplante, Lisa, (2007) “Después de la verdad: demandas para reparaciones en el Perú postcomisión de la Verdad y Reconciliación”, en Revista de Antropología y Arqueología, Antípoda, número 004 enero-junio, Bogotá, Universidad de Los Andes, páginas 119-145.

Lira Elizabeth, Becker David, Kovalskys Juana, Gómez Elena y María Castillo, (1989), “Daño social y memoria colectiva: perspectivas de reparación”, en derechos humanos. Todo es según el dolor con que se mira, Santiago de Chile, Instituto Latinoamericano De Salud Mental y derechos humanos ILAS.

Lira, Elizabeth, (2016), “Reflexiones sobre la perspectiva psicosocial con personas que trabajan en escenarios de construcción de paz en América Latina. Conversatorio con Elizabeth Lira y Martha Nubia Bello”, Bogotá, Centro Nacional de Memoria Histórica, 17 de mayo.

Lira, Elizabeth, (2016a), Intercambio de correos en función de la Estrategia Psicosocial del CNMH, Bogotá, Centro Nacional de Memoria Histórica.

Lira, Elizabeth, Becker, David y María Castillo, (1989), “Psicoterapia de víctimas de represión política bajo dictadura: Un desafío terapéutico, teórico y político”, en derechos humanos. Todo es según el dolor

con que se mira, Santiago de Chile, Instituto Latinoamericano De Salud Mental y derechos humanos ILAS

Martín-Baró, Ignacio, (1990), psicología Social de la Guerra: trauma y terapia, San Salvador, UCA Editores

Maslach y Jackson, (1981), “Manual de orientación para la reflexividad y el Autocuidado”, en Secretaria ejecutiva de protección social, Chile, Ministerio de desarrollo social.

Ministerio de la Salud de Perú, (2004), Lineamientos para la acción en salud mental, Perú, Ministerio de Salud, Dirección General de promoción de la salud, disponible en http://www.minsa.gob.pe/dgsp/archivo/salud_mental_documentos/02_Lineamientos_SM.pdf

Morales, G, Pérez, J & Menares, M (2003), “Procesos emocionales de cuidado y riesgo en profesionales que trabajan con el sufrimiento humano”, en Revista de Psicología de la Universidad de Chile, Vol. XII, Número 1: Pág. 9 – 25.

Núcleo multidisciplinario sobre el derecho de las mujeres a una vida libre de violencia, (2011), Protocolo de contención emocional para profesionales que atienden a mujeres víctimas de violencia de género, México.

Organización Internacional para las Migraciones –OIM (2016), Herramientas de cuidado psicosocial para organizaciones y trabajadores vinculados a contextos laborales de violencia sociopolítica, Bogotá, OIM.

Portocarreño, Gonzalo, (2004), “Perú, el país de las memorias heridas: entre el (auto) desprecio y la amargura”, en Belay Raynald, Jorge Bracamonte, Carlos Iván Degregori y Jean Joinville Vacher (Comps.) Memorias en conflicto. Aspectos de la violencia política contemporánea, Lima, Perú, Instituto de Estudios Peruanos, Embajada de Francia en Perú, Instituto Francés de Estudios Andinos, Red para el Desarrollo de las Ciencias Sociales en Perú.

Rebolo, Luis, (2004), “Memoria subversiva y alternativas sociales”, en Revista página abierta No 150, páginas 49-51.

Red para la Infancia y la familia (Red para el Desarrollo Integral del Niño y la Familia), (2004), Propuesta metodológica para la elaboración de la Memoria Histórica en comunidades rurales, Perú, Lima, Red para el Desarrollo Integral del Niño y la Familia

Relatoria socialización Informe General, Bogotá 6 de julio de 2014. Evento FJT –PNUD – CNMH

Relatoría socialización Informe General, Cali 9 – 10 de julio de 2014. Evento FJT –PNUD – CNMH

Restrepo, Diego, Muñiz, Oscar (2005), “Aproximación al estado del arte de las investigaciones y las experiencias de intervención psicosocial en salud mental en el campo de la violencia en Colombia entre los años 1999 y 2003”, en Informes psicológicos, N°7, Medellín, Universidad Pontificia Bolivariana, Facultad de psicología.

Riaño, Pilar (2006), “El desplazamiento interno y los trabajos de la memoria. Los talleres de la memoria”, en Bello, Martha Nubia (ed.), Investigación y desplazamiento forzado, Bogotá, Redif y Colciencias, páginas 91-111.

Reyes, A (2011), “El agotamiento emocional a partir del enfoque de Acción sin daño”. Disponible en: <http://bivipas.info/handle/10720/581>

Riaño, Pilar (2006), “El desplazamiento interno y los trabajos de la memoria. Los talleres de la memoria”, en Investigación y desplazamiento forzado, Bogotá: REDIF

Rodríguez Ana Luz, (2011), acción sin daño y Construcción de paz, Módulo 2, El enfoque ético de la acción sin daño, Bogotá, Universidad Nacional de Colombia, Programa de Iniciativas para la Paz y la Convivencia (PIUPC).

Santana, A y Farkas, C (2007), “Estrategias de autocuidado en Equipos profesionales que trabajan en maltrato infantil” Disponible en: http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-22282007000100007

Sluzki, Carlos, (2006), “Victimización, recuperación y las historias con mejor forma”, en Sistemas Familiares 22, No. 1-2, Buenos Aires, Asociación de Psicoterapia Sistémica de Buenos Aires, páginas 5-20.

Souroujon, Gaston, (2011), “Reflexiones en torno a la relación memoria, identidad e imaginación”, en *Andamios. Revista de Investigación social*, vol. 8, número. 17, septiembre – diciembre, México, Universidad Autónoma de la Ciudad de México.

Taller nacional de Elkarri, (2004), Propuesta de código ético para la solidaridad con las víctimas, disponible en <http://www.lokarri.org/files/File/PDF/Codigoetico.pdf>

Visacovsky, Sergio, (2007), “Cuando las sociedades conciben el pasado como memoria: un análisis sobre la verdad histórica, justicia y prácticas sociales de narración a partir de un caso argentino”, en *Revista de Antropología y Arqueología, Antípoda*, número 004 enero-junio, Bogotá, Universidad de Los Andes, páginas 49-74.





Anexos



Anexo A.

Uso de lo psicosocial en el CNMH

Fuente: Estrategia Psicosocial del CNMH, Relatoría panel psicosocial (2016).

Enfoque o grupo transversal	Uso de lo psicosocial
Estrategia Nación Territorio	<p>Lo psicosocial es un elemento central en el reconocimiento de la memoria como una medida de satisfacción para las víctimas, por medio de lo cual se contribuye a la dignificación de las experiencias de las personas y a facilitar procesos de reparación integral. En este sentido, se reconoce como un elemento central a la labor del grupo y de la entidad, en la medida en que conecta las acciones cotidianas de trabajo con las vivencias y expresiones emocionales de las víctimas. Lo psicosocial en este grupo está ligado al trabajo interdisciplinario, desde el cual se promueve el diálogo de saberes y el reconocimiento de la humanidad de las personas con las que se trabaja. En este sentido, lo psicosocial también puede ser entendido como una herramienta que permite responder al sufrimiento y a las necesidades de las personas que hacen parte de los ejercicios de memoria: víctimas, comunidades y profesionales.</p>
Discapacidad y adulto mayor	<p>Se asume lo psicosocial como un conjunto de principios de actuación. Entre estos principios se le da importancia a actuar de acuerdo con un enfoque diferencial, con el enfoque de acción sin daño y con el enfoque transformador que desde la Ley 1448 de 2011 se proponen. Frente a los referentes conceptuales y metodológicos se vincula lo psicosocial con el paradigma de los derechos humanos de la discapacidad desde donde se reconoce la interrelación de los factores personales y de los factores sociales para configurar el fenómeno de la discapacidad. Otro elemento conceptual vinculado con lo psicosocial está en el reconocimiento de las capacidades de las personas y en promover escenarios de libertad en los que las personas se puedan desarrollar. Un elemento adicional que se puede vincular con lo psicosocial es una metodología de trabajo denominada danceability desde la cual se promueve la participación de personas con discapacidad en escenarios artísticos.</p>

Enfoque o grupo transversal	Uso de lo psicosocial
Pedagogía	<p>La manera en la que se ha vinculado lo psicosocial con lo que el grupo hace ha estado enfocada en tratar el horror en el aula de clase de forma constructiva a partir de algunas acciones principales:</p> <p>Fomentando espacios seguros y construcción democrática de comunidad en el aula.</p> <p>Realizando sesiones de socialización de las experiencias personales de los estudiantes en las que ellos identifican emociones y las comparten.</p> <p>Poniendo énfasis en las emociones que se expresan a partir de los testimonios con los que se trabaja.</p>
Estrategia de Participación de Víctimas	<p>Lo psicosocial se identifica como una perspectiva desde la que se promueve la participación activa de las comunidades, en la cual se respetan los estilos/ las formas de interacción y donde las estrategias de trabajo están adaptadas a las preferencias y necesidades de la gente. Asimismo se entiende vinculado a la solidificación de redes de trabajo, las cuales se fortalecen por medio de talleres y espacios comunitarios.</p>
Respuestas a requerimientos judiciales y administrativos	<p>Lo psicosocial ha sido una preocupación del grupo, por lo que se ha profundizado en elementos conceptuales provenientes de Martha Nubia Bello, Elizabeth Lira, Pau Pérez, Carlos Beristain, entre otros. Por esta razón, los conceptos de dignidad e identidad hacen parte de los cuestionamientos cotidianos que se realiza el equipo. Como ejemplo de esto, puede mencionarse la realización de perfiles biográficos que se hacen desde el grupo y en el que se puede ver claramente el vínculo del trabajo con el concepto de dignidad. En estos casos la entrevista no se centra en el hecho violento, sino que se promueve que se cuenten las historias que las personas desean y que les dan fuerza y valor. Este trabajo se realiza siempre desde el lado de las víctimas y en los perfiles realizados se resaltan sus recursos y su capacidad de agencia, lo cual está estrechamente vinculado con lo psicosocial.</p>

Enfoque o grupo transversal	Uso de lo psicosocial
DAV* Bogotá	<p>Los aportes que desde lo psicosocial pueden facilitar la construcción de paz en asuntos relacionados con la DAV se enfocan en la facilitación de procesos de reintegración en los que se reconozca la humanidad de los excombatientes y en los que se trabaje a partir del reconocimiento de sus capacidades. Dentro de la forma en la que se ha involucrado lo psicosocial en el trabajo del equipo, se propone la metáfora del tomate para explicar que quienes trabajan en este contexto requieren una habilidad para cambiar su piel y habituarse a distintas situaciones tal y como lo hace el tomate. En este sentido, lo psicosocial implica dejarse contagiar por las emociones que se presentan alrededor del tiempo que nos cuidamos a nosotros mismos. Ser tomate, en ciertos ejercicios de memoria, implica escuchar los relatos y estar dispuestos a hacerlo desde lugares que permitan la interlocución con el otro. El tomate debe ser transformador de los contextos en los que se desempeña, manteniendo posiciones éticas que sean responsables con quienes han sido víctimas.</p>
Niños, niñas y adolescentes	<p>Lo psicosocial para el trabajo con niños, niñas y adolescentes ha implicado identificar e integrar elementos teóricos del desarrollo humano, de la acción sin daño y del enfoque de derechos. Desde el trabajo con niños, niñas y adolescentes, lo psicosocial se ha estructurado como una fuente de herramientas para propiciar la participación de esta población. Así, lo psicosocial se ha posicionado como un referente para responder al cómo promover participación y se ha vinculado con alternativas artísticas y lúdicas por medio de las cuales se ha promovido que las experiencias se pasen por el cuerpo como alternativa de trabajo. De la misma forma, entrar en el plano simbólico por medio de rituales ha sido una herramienta de conexión con la experiencia de los niños que está vinculada con lo psicosocial.</p>

* La DAV del CNMH es una dirección que incorporó lo psicosocial como un eje transversal a todas sus funciones. Desde 2013 viene desarrollando una estrategia en este tema que incluye la asistencia técnica y el cuidado de los equipos.



Anexo B.

Principios éticos generales en la evaluación e intervención con personas afectadas por el conflicto armado

Fuente: Grupo de Psicología Social Crítica (2010)

Principios éticos	Detalles de los principios	
	Propósitos	Acciones
1. Incorporar en la práctica profesional el ejercicio de reflexionar sobre las acciones y, en especial, sobre el uso del lenguaje como herramienta en la intervención	a. Reconocer los efectos del poder del lenguaje en la reparación	<ul style="list-style-type: none"> • Potenciar el uso de narrativas y palabras que construyan ciudadanos plenos. • Reconocer el uso de las palabras técnicas con fines estratégicos. • Utilizar el poder del discurso y el lenguaje como herramientas para potenciar distintas maneras de participación en escenarios políticos y personales. • Entender la palabra como mecanismo de lucha contra el silencio y la indiferencia y también permitir abiertamente espacios de silencio. • Abrir la posibilidad de narrar diversos textos y contextos desarrollando distintas interpretaciones y reflexiones en torno a las experiencias.
	b. Promover la acción reflexiva para que tanto la práctica como la teorización en los equipos no sean procesos estáticos. Esto implica que quienes participan en estos ejercicios reflexivos empiecen por reconocer las posiciones de poder (o no poder) en su quehacer profesional.	
	c. Reconocer en el trabajo con las personas afectadas por el conflicto, los diferentes espacios en los cuales se da el proceso de subjetivación. Especialmente, establecer una diferenciación entre el sujeto jurídico y el psicológico en la formulación de intervenciones.	

Principios éticos	Detalles de los principios	
	Propósitos	Acciones
	d. Repensar y articular las diferentes formas de entender la memoria, junto con las maneras en las que esta se utiliza como herramienta en la intervención	<ul style="list-style-type: none"> • Desarrollar comprensiones que caractericen su relación con el olvido y el recuerdo, y que diferencien entre la construcción histórica y la personal. • Reparar en las posibilidades de tratar la memoria como proceso de producción de subjetivaciones y de imaginarios sociales que permitiría relacionar nuestras experiencias con las de una colectividad.
2. Asumir críticamente una postura política	a. Facilitar la visibilización de las víctimas.	<ul style="list-style-type: none"> • Reconocer la existencia de un conflicto armado en nuestro país, en el cual los actores no son exclusivamente los grupos ilegales, y aceptar que la situación genera no solo un daño individual, sino colectivo. • Sensibilizar a las comunidades receptoras y brindar conocimiento sobre el contexto del conflicto armado. • Reconocer las particularidades y las necesidades de las poblaciones afectadas por el conflicto armado (tipos de victimización, género, grupo etario y étnico). • Pensar el tipo de acompañamiento que demanda cada tipo de victimización (violación de derechos humanos, litigio, defensa, duelo, contención, etcétera).
	b. Reflexionar sobre el lugar de la reconciliación y las posibilidades del perdón en los procesos políticos nacionales. En especial, reflexionar sobre la posibilidad de plantear/implementar iniciativas generativas en las que se articulen estos procesos y en las cuales se incluya a los victimarios.	

Principios éticos	Detalles de los principios	
	Propósitos	Acciones
2. Asumir críticamente una postura política	c. Mantener una postura crítica frente a las propuestas de reconciliación que no privilegian el cuidado de las necesidades de las víctimas y acaban imponiendo políticas que las coaccionan y desconocen.	
	d. Enfrentar las preguntas sobre posturas políticas que subyacen al trabajo de intervención. Por ejemplo, sobre el tipo de sujeto que estamos construyendo o privilegiando a partir de las estrategias desde donde ejercemos. Asimismo, sobre el posicionamiento de la terapia “cara a cara”, entendiendo las dificultades que entraña el pensar este tipo de intervenciones dentro de la realidad nacional.	
	e. Tomar una postura crítica frente a procesos cuyo fin es la indagación para establecer una versión única y verdadera de la realidad. Cuestionar el valor de la verdad en los procesos y el beneficio que reporta a las víctimas la realización de iniciativas de este tipo.	
	f. Promover formas de reparación que se construyan desde estrategias locales que promuevan las garantías de no repetición.	
	g. Desarrollar programas sustentados en la actualidad del país y los escenarios cambiantes, así como propuestas que promuevan la coordinación de las agencias, instituciones y organizaciones a cargo de la intervención a población afectada por la guerra.	
3. Abandonar la posición de experto	a. Partir de una posición “desde abajo” que priorice la voz, el bienestar y las potencialidades de las víctimas. Es decir, desarrollar cualquier proyecto de atención pensándolo desde la experiencia de las víctimas, y no ejercerlo exclusivamente desde la experticia teórica de los profesionales. Esto implica la construcción conjunta, entre profesionales y personas afectadas, de una manera de trabajo que reconozca las voces de los distintos actores en el proceso (víctimas y profesionales) y genere formas de pensar y actuar desde la corresponsabilidad.	

Principios éticos	Detalles de los principios	
	Propósitos	Acciones
3. Abandonar la posición de experto	b. Valorar las experiencias y saberes locales como legítimos e importantes. Esto implica pensar en formas de conexión entre los conocimientos generados en lo local y los aportes que pueden plantear las instituciones y la academia “desde arriba”. Al trabajar desde esta lógica, se evitaría plantear intervenciones ajenas a los contextos culturales.	
	c. Abordar la atención psicosocial, reconociendo su complejidad y, por tanto, nuestras limitaciones personales, profesionales y grupales en la acción y en los saberes. Esto implicaría abandonar la posición de “expertos” y valorar las voces de las víctimas (verdaderos expertos).	
	d. Generar procesos investigativos locales, en los que se reconozca la importancia de los líderes populares y de las intervenciones que se generan dentro de las comunidades. Asumir como profesionales la responsabilidad de acompañar y asesorar a la comunidad en estos procesos.	
	e. Aprovechar la diversidad disciplinar en la aproximación psicosocial y, desde allí, la polifonía de voces y posiciones profesionales y políticas.	
	f. Generar alianzas estratégicas entre instituciones, academia, profesionales y comunidades que promuevan un mayor efecto en la intervención.	
	g. Co-construir las formas de intervención procurando la no polarización dentro de las organizaciones: generar desde allí un clima de respeto, donde puedan plantearse las diversas posiciones de los actores (población-interventores).	
	h. Promover la inclusión de la diversidad de la población en términos etarios, étnicos y de género, y actuar en la práctica desde dicho reconocimiento.	
4. Trabajar desde una ética de cuidado	a. Los programas de atención deben tener claros los objetivos de intervención.	
	b. Procurar la creación de lenguajes comunes y espacios de diálogo, para evitar la revictimización a través de discursos polarizantes o desempoderantes.	

Principios éticos	Detalles de los principios	
	Propósitos	Acciones
4. Trabajar desde una ética de cuidado		c. Cuidar de no convertir a las víctimas en medios para conseguir fines políticos: buscar con las intervenciones el beneficio directo de las víctimas y el respeto mutuo.
		d. Tener como prioridad la recuperación de las personas: <ul style="list-style-type: none"> • Buscar la transición de la narrativa de “víctimas” a narrativas de “sobrevivientes”. • Establecer distinciones entre la exploración histórica y anecdótica de los relatos de dolor y los relatos desde la recursividad, las posibilidades, las excepciones y capacidades.
		e. Comprometerse con procesos de intervención, capaces y suficientes, planeados, sujetos a rendición de cuentas y susceptibles de influir en las políticas públicas.
		f. La formación de los profesionales en el campo; su experiencia y sensibilidad deben convertirse en criterios centrales para la selección y conformación de los equipos de intervención, de manera que se responda a las necesidades propias de cada contexto.
		g. Asumir una ética de cuidado, que promueva un conjunto de prácticas y modos de relacionarse tanto con las personas afectadas como dentro de las organizaciones. Por ejemplo, buscar que los equipos tengan en cuenta mecanismos de apoyo interno, como protocolos de seguridad y espacios de “oxigenación”, así como promover y reforzar redes para garantizar el cuidado de manera creativa. Para esto se necesita la creación de rutas claras sobre los pasos a seguir, de manera que el procedimiento legal no constituya una fuente más de vulnerabilidad.
		h. Garantizar a las víctimas el acceso a información completa y en términos comprensibles por ellos y ellas. Esto implica, también, promover el papel activo del sujeto jurídico y la información principal de los procesos que deben llevar a cabo las víctimas.

Principios éticos	Detalles de los principios	
	Propósitos	Acciones
4. Trabajar desde una ética de cuidado	i. Trabajar en la reparación desde el cuidado de las relaciones entre los miembros de las redes de las poblaciones afectadas, pues estas se consideran un eje central de la reconstrucción del tejido social.	
	j. Buscar el fortalecimiento de redes de apoyo, tanto para las organizaciones como para las personas afectadas por el conflicto armado. k. Trascender los imaginarios del sentido común y comunicarse con las personas desde una comprensión del contexto sociohistórico.	



Anexo C.

Devenir del enfoque psicosocial en América Latina

Fuente: Hurtado (2016).

Enfoque	Época/ contexto	Con-ceptual-ización del problema	Concep-ción del sujeto	Tipo de intervención	Críticas
SALUD MENTAL: modelo médico y enfoque de estrés postraumático	Años ochenta y noventa (recrudescimiento de la violencia)	Equi-paración del conflic-to arma-do a los desastres naturales	Víctima pasiva e impotente con las ca-pacidades de afron-tamiento agotadas	<ul style="list-style-type: none"> • Modelo médico con un esquema de síntomas claramente definido • Énfasis en la reducción del malestar psíquico • Ayuda en la adapta-ción y la curación de un sujeto traumatizado o con estrés postraumático 	<ul style="list-style-type: none"> • Pensado en contextos no afectados por conflictos armados • Conciben desencade-nantes y episodios como excepcionales y transitorios: <ul style="list-style-type: none"> - Situación no generalizada que no afecta de manera directa el conjunto social - Suponen cese de la fuente de daño (no existe un

					<p>victimario con claras intenciones de hacer daño)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Recurrencia de reaparición de síntomas por nuevos desencadenantes (no restitución de los mínimos de supervivencia y ayuda humanitaria) - Precaria reducción de síntomas (desatención a la pérdida de dignidad, permanencia de las razones de vulneración en la autocul-pabilización, naturalización o interpretación fatalista) - Despolitización e individualización del problema
<p>ATENCIÓN PSICOSOCIAL: la dignificación con énfasis de derechos</p>	Década de los años noventa	Reconocimiento de las dimensiones políticas y sociales en un conflicto armado	Sujeto vulnerable socialmente	<ul style="list-style-type: none"> • Articulación con lo psicológico (para comprender lo relativo a lo emocional): - Ampliación de la mirada individualizante • Supera la patologización: <ul style="list-style-type: none"> - Favorece la integración analítica de los fenómenos implicados, la comprensión del dolor y los recursos propios más lo social 	<p>La posición de experticia:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Desconocimiento de saberes y recursos de las personas • Dependencia y culminación de la intervención • Agotamiento emocional profesional por irritabilidad, apatía, prejuicios, desensibilización

				<ul style="list-style-type: none"> • Se reconocen los efectos políticos: <ul style="list-style-type: none"> - Labor de concientización, promover la exigibilidad y participación política • Se crean nuevas líneas o categorías de trabajo: <ul style="list-style-type: none"> - Memoria (individual y colectiva) - Construcción social de la víctima - Se reconocen las afectaciones diferenciales: étnica, edad, género • Entre las nuevas dimensiones de intervención sobresalen: <ul style="list-style-type: none"> • Abordaje de las situaciones críticas como un asunto ético-político • Comprensión contextual de la naturaleza política y la dimensión colectiva de los daños • Priorización de la información sobre derechos y mecanismos legales de exigencia. 	<ul style="list-style-type: none"> • Intervenciones invasivas: no consultaban voluntad, disponibilidad o necesidades sentidas, alteraban rutinas y ambientes.
--	--	--	--	---	--

<p>ACOMPANAMIENTO PSICOSOCIAL: al lado de las víctimas, desde sus iniciativas, potenciando sus recursos</p>	Actualidad	Lo psicossocial se posiciona como una estrategia de acompañamiento y no como un asunto de intervención clínica	Sujetos activos (sociales, históricos, políticos) en proceso de recuperación (reconocimiento de las víctimas y atención especial)	<p>Complementario a la atención psicossocial donde se hace énfasis además en:</p> <ul style="list-style-type: none"> • La oportunidad liberadora de los procesos de acompañamiento a las poblaciones y sujetos vulnerados • Se le da cabida a la reflexión sociopolítica • Se potencian y reconocen los recursos propios de los sujetos y colectivos • Acompaña la mitigación del dolor y la recuperación • Aporta al restablecimiento del tejido social lesionado • Existe un compromiso político: solidaridad con iniciativas de exigibilidad y búsqueda de justicia • Se da especial importancia a la reflexividad y al autocuidado de acompañantes 	<ul style="list-style-type: none"> • No logra un real reconocimiento/interlocución en lo público y el Estado • Desconocimiento e incumplimiento sistemático de negociaciones • Persecución al liderazgo, hostigamiento, asesinatos selectivos, falsas judicializaciones • Desestimulación de la participación y asociación y desintegración
--	------------	--	---	---	---



Anexo D.

Características y criterios de evaluación de las tipologías de proyectos

Fuente: Bello et al. (2006, páginas 41-43).

Tipología de proyectos	Criterios de evaluación
Clínico-terapéuticos	<ul style="list-style-type: none"> • Las personas elaboran versiones coherentes acerca de los hechos que dieron lugar a la modalidad de violencia de la cual fueron víctimas (identifican causas, actores e intereses). • Las personas reconocen y nombran las pérdidas materiales, espirituales y morales ocasionadas por el conflicto armado y la manera como repercuten en sus vidas. • Las personas identifican recursos, habilidades y capacidades, personales familiares, comunitarios e institucionales y se apoyan en ellas para la superación de las crisis actuales y las que puedan presentarse en el futuro.
De trabajo comunitario	<ul style="list-style-type: none"> • Las personas conocen y establecen relaciones (de transacción, conversación, solidaridad) con vecinos y amigos. • Las personas participan de dinámicas grupales. • Las personas se vinculan a alguna organización. • Las personas se vinculan a proyectos para mejorar su calidad de vida.
De formación y organización social	<ul style="list-style-type: none"> • Las personas tienen información clara sobre la situación del país y de su región que provocó el evento catastrófico. • Las personas tienen información que les permite reconocer sus derechos vulnerados. • Las personas conocen sus derechos a la reparación. • Las personas conocen las instituciones y entidades con obligaciones y competencias de atención. • Las personas solicitan y tramitan servicios y derechos. • Las personas usan mecanismos de reclamación de derechos. • Las personas participan en organizaciones que reivindican derechos.

De sensibilización y apoyo social	<ul style="list-style-type: none"> • Funcionarios, ciudadanía y agentes sociales informados frente a la situación y derechos específicos de las víctimas. • Funcionarios, ciudadanía y agentes sociales capaces de orientar a las víctimas en cuanto a sus derechos, mecanismos y servicios a los que pueden acceder.
-----------------------------------	---



Anexo E.

Factores de riesgo y de protección identificados en algunos equipos del CNMH

Fuente: Elaboración propia.

Actividad que desarrolla	Factores de riesgo identificados	Señales de riesgo identificadas	Factores de protección identificados
Área de trabajo: Dirección para la Construcción de la Memoria Histórica			
Se encarga de coordinar las investigaciones por medio de las cuales el CNMH reconstruye la historia del conflicto armado y hace énfasis particular en la experiencia de la población victimizada. Entre sus funciones más destacadas se encuentran: formación de gestores de memoria,	Cambio de cronogramas o actividades a última hora, situación que obliga a recomenzar las acciones adelantadas y a perder el proceso realizado. Las largas jornadas laborales que se ven obligados a asumir para poder cumplir con todas las obligaciones, trabajando hasta 11 o 12 horas, lo cual ha implicado que lleguen más temprano o salgan a altas horas de la noche de sus lugares de trabajo. Falta de comunicación clara y directa con los otros equipos de trabajo. Quienes deben estar en terreno deben pedir una serie de documentación, que no siempre es posible conseguir para legalizar viáticos, como el RUT del	Sensación de inseguridad, que su bienestar se ve comprometido ante las actividades desarrolladas en terreno. Sentimientos de impotencia e indignación ante las situaciones que viven las víctimas. La constante exposición a relatos de dolor ha producido fuertes sentimientos de tristeza, ira, sensación de incompreensión, inseguridad, entre otras afectaciones emocionales. El estar tan altamente involucrados con el que se pierdan	Capacidad para reírse de las situaciones que enfrentan como mecanismo de descarga emocional. Han conseguido articularse y trabajar en equipo, lo cual ha posibilitado generar espacios de contención como grupo. El uso de gotas naturistas para el estrés y la realización de pausas activas. Como equipo están pendientes del bienestar de los/las profesionales, principalmente cuando salen a terreno. La directora técnica ha generado y promovido

<p>seguimiento a sentencias de justicia y paz, acompañamiento a comunidades víctimas donde la institución ha adelantado investigaciones, divulgación y apropiación social mediante la construcción de piezas pedagógicas.</p>	<p>señor que maneja la “panga”, quien no carga esos documentos consigo. El compromiso con el trabajo les exige pensar o estar conectados la mayor parte del tiempo con temas de violencias en el conflicto armado. Reducción de espacios de interacción o sociales por fuera del ámbito laboral. Han tenido que sobrellevar situaciones en campo en las que se han visto enfrentados a altas situaciones de inseguridad, lo cual ha repercutido en un efecto físico, emocional y relacional. Falta de claridad en protocolos de acción, referidos en el proceso de intervención con las personas y en la seguridad de los/las profesionales.</p>	<p>amistades en algunos casos, lo cual se traduce en una ruptura de la red social de apoyo. Debido al estrés y la angustia por algunas actividades han aparecido enfermedades como gastritis, problemas de colon, gripas recurrentes, entre otros. Dificultades para dormir, pesadillas relacionadas con los temas de violencia.</p>	<p>una alta conciencia alrededor del cuidado con el equipo. Reconocen la importancia de tener espacios para que los profesionales puedan generar procesos de descarga o descompresión.</p>
<p>Área de trabajo: Dirección de Archivo de los derechos humanos.</p>			
<p>Recuperar y proteger los recursos documentales en los que se encuentre información sobre las distintas modalidades de violaciones de los derechos humanos; desarrollar talleres para</p>	<p>La alta carga laboral, la repartición inequitativa de tareas, la sobrecarga emocional por la exposición a los relatos de las víctimas o el trabajo directo con ellas, debido a que las principales funciones están relacionadas con la transcripción, escucha y análisis de los relatos de violencias y, en algunos casos, la interlocución directa con los sobrevivientes de situaciones de violencias. Dificultades de comunicación sobre malestares</p>	<p>Pesadillas, sensación de impotencia o impunidad ante las exigencias de los sobrevivientes a ellos como funcionarios del Estado, estrés por factores externos que impiden la realización de actividades.</p>	<p>Prácticas físicas que permiten la descarga emocional, compartir con los seres queridos o realizar actividades que permitan la desconexión con las actividades del trabajo. Destacan que son un equipo solidario, comprometido, alegre y creativo que promueve el desarrollo de actividades, a pesar de las dificultades. Es</p>

<p>sensibilizar a las comunidades víctimas sobre la importancia de los archivos y documentos en los procesos de esclarecimiento de la verdad y la reconstrucción de la memoria histórica.</p>	<p>que dificultan la realización de tareas, falta de concertación de acuerdos en pro del bienestar común, relaciones jerárquicas de poder, preferencias en los equipos, lo cual repercute en la repartición desigual de tareas, sensación de desconocimiento de la importancia de las funciones que realizan los diferentes equipos, que contribuye a la desmotivación.</p>		<p>un equipo propositivo que siempre está planteando nuevas ideas y alternativas ante las dificultades.</p>
<p>Área de trabajo: Dirección de Acuerdos de la Verdad</p>			
<p>Se encarga de recibir, clasificar, sistematizar, analizar y preservar los testimonios de aproximadamente 15 mil desmovilizados de las AUC que firmaron los acuerdos de la Verdad con el Gobierno Nacional, en el marco de la aplicación de la Ley 1424 de 2010.</p>	<p>Realización de tareas repetitivas, desarrollar acciones que no van con el cargo o con las funciones asignadas, la falta de incentivos, dificultades en gestiones referentes a actividades laborales (como la falta de pago oportuno de las comisiones), decisiones inapropiadas o arbitrarias que terminan generando malestar en el equipo, solicitud de resultados de trabajo sin que existan las condiciones idóneas para realizar las obligaciones contractuales, poca claridad en las directrices que guían el desarrollo de las funciones, la escucha constante de relatos emocionalmente desbordantes, no percibir resultados significativos del trabajo realizado, sobrecarga laboral, repartición de tareas</p>	<p>Dolores físicos, falta de sueño, cansancio, problemas gástricos, afectación del colón, pensamientos recurrentes sobre las situaciones de violencia, obsesiones con el trabajo (estar pensando en todas las actividades que deben desarrollarse en horarios extralaborales, realizar lecturas o participar de eventos relacionados con el tema de violencia que impide la desconexión con las temáticas laborales, entre otras), sensación de confrontación constante al tratar de forma integral y</p>	<p>Pausas activas durante las jornadas laborales, prácticas enfocadas en el cuidado propio, por ejemplo la realización de ejercicios como yoga, meditación, montar bicicleta, entre otras actividades que inviten a pensar en temas diferentes de los laborales. Encuentros que han permitido la consolidación del trabajo y el fortalecimiento de vínculos entre ellos que han posibilitado el cuidado, como organizar juegos de fútbol, encuentros en los que puedan coordinar acciones y perspectivas</p>

	poco equitativas, sensación de aislamiento por parte de compañeros de trabajo de otras direcciones por prejuicios alrededor del trabajo con perpetradores (desmovilizados).	reflexiva el trabajo con perpetradores (deconstrucción del prejuicio del perpetrador como un monstruo, reflexión alrededor de la humanidad y contextualización de hechos).	en función de las necesidades laborales y el bienestar.
Área de trabajo: Dirección Administrativa y Financiera			
Realizar trámites administrativos correspondientes a las acciones que realiza el CNMH. Control y supervisión del recurso de la institución para los proyectos que esta implementa.	Dificultades de comunicación y desconocimiento de las labores que realizan otras áreas. Prácticas insanas de alimentación, por cumplir con las diferentes actividades laborales no mantienen horarios de comidas o en oportunidades saltan el almuerzo para cumplir con las actividades correspondientes. Espacios precarios de interacción por fuera del espacio laboral. No se cuenta con elementos idóneos de trabajo (sillas incómodas, portapies muy altos o bajos para los profesionales, entre otros).	Malestares físicos, como dolor de espalda o cabeza. Sensación de que el trabajo no es reconocido en algunas oportunidades. Tristeza, rabia o malestar emocional cuando se presentan situaciones estresantes que los/ las afectan, expresan que en ocasiones han llegado a la casa a llorar o muy enojados por situaciones que se han presentado en el espacio laboral.	Red de apoyo familiar y cercana. Participar de actividades lúdicas que se aparten de la temática laboral y permitan la distensión. Como equipo han generado prácticas de solidaridad, compromiso y colaboración, lo cual permite que puedan llevar a cabo sus funciones y se apoyen en algunas actividades laborales entre quienes han generado confianza.



Foto: Estrategia psicosocial DAV

Separata

ATENCIÓN A PERSONAS DESMOVILIZADAS EN EJERCICIOS DE CONSTRUCCIÓN DE MEMORIA DESDE UNA PERSPECTIVA PSICOSOCIAL

Por: Roberto Eduardo Reyes Gámez
Dirección de Acuerdos de la Verdad

En el presente apartado, se tratarán los efectos psicológicos y psicosociales producidos en personas desmovilizadas y en proceso de reintegración, que participan en el mecanismo no judicial de contribución a la verdad y la memoria histórica de la DAV (Dirección de Acuerdos de la Verdad) del CNMH (Centro Nacional de Memoria Histórica). Para ello se presentan las implicaciones conceptuales que permitirán finalmente la comprensión de la labor de las personas que trabajan en el CNMH con personas desmovilizadas en ejercicios de memoria. Es aquí entonces que la comprensión de los efectos de la guerra en las personas desmovilizadas cobra sentido, toda vez que dicha comprensión nos permitirá leer de una manera mucho más cercana el fenómeno paramilitar, pero también desarrollar las habilidades y competencias necesarias para un ejercicio humanizante, incluyente, posibilitador y reconciliador.

El derecho a la verdad, tal y como se registra en el informe Yo apporto a la verdad de la DAV, es una condición necesaria para que sean garantizados los derechos de las víctimas a la justicia y a la reparación (CNMH, 2015). Tiene su origen en la normativa internacional humanitaria: Protocolo I de 1977 adicional a los convenios de Ginebra de 1949, artículo 32 (CICR, 1977), por lo que la participación de las personas desmovilizadas en los ejercicios de memoria centra su importancia en el derecho que tienen las sociedades a saber. En esa misma línea, encontramos el deber de recordar,

como mecanismo que tienen los Estados, con relación a las circunstancias históricas, políticas, militares y sociales, sobre las cuales se sustentaron la ocurrencia de hechos de violencia y graves violaciones a los derechos humanos y al derecho internacional humanitario en todas sus manifestaciones.

En ese mismo sentido, la DAV tiene la tarea de aportar información orientada a la comprensión y el análisis del fenómeno paramilitar en Colombia, por medio de la aplicación de los acuerdos de la verdad. Este ejercicio de memoria se encamina a la aplicación de un mecanismo no judicial diseñado por la DAV, para la contribución a la verdad y la memoria histórica. No obstante, en la aplicación de dicho mecanismo, pueden surgir diferentes situaciones, que afrontan las personas responsables de recabar la información proveniente de dichos contribuyentes al mecanismo, como las afectaciones físicas y emocionales que surgen como consecuencia de la participación en hechos de violencia.

LOS IMPACTOS GENERALES DE LA GUERRA Y LA VIOLENCIA POLÍTICA

En su gran mayoría, los desmovilizados poseen atributos psicosociales y valores que limitan su posibilidad de interacción social; en otras palabras, no se encuentran preparados para vivir dentro de un conjunto de reglas sociales en coordinación con el presupuesto de la legalidad. Las características psicológicas de las personas en proceso de reintegración son resultado de la interacción en contextos familiares, sociales, culturales, económicos y políticos, caracterizados por la violencia, injusticia e inequidad que dificultan la posibilidad de generar alternativas para la satisfacción de sus necesidades básicas (Departamento Nacional de Planeación, Conpes 3554).

De manera general, las guerras y los desastres tienen elementos en común. Entre las consecuencias más devastadoras, encontramos que tanto las guerras como los desastres causan grandes sufrimientos humanos y afectan de manera significativa la salud física y mental de la población, no limitándose esta afectación a los actores directos del conflicto, sino también a aquellos profesionales que se ven

involucrados en la lectura, la comprensión y el análisis de los eventos traumáticos. Por otra parte, dentro de las consecuencias psicológicas y psiquiátricas de la guerra, encontramos que la experiencia de vulnerabilidad y de peligro, de indefensión y de terror, puede marcar a fondo el psiquismo de las personas. Según Ibáñez (2005), presenciar o participar de manera directa o indirecta en violaciones, torturas, asesinatos, ejecuciones masivas, bombardeos y arrasamiento o exterminio de poblaciones enteras es casi por necesidad traumatizante. Los efectos psicológicos de estos hechos pueden producir una importante afectación a la salud mental, que se entiende en este contexto como todo trastorno psiquiátrico que aparece con ocasión de su participación en eventos traumáticos en escenarios de conflicto y que no se limita a la simple consecuencia inmediata del intenso estrés psicofisiológico propio de los combatientes.

Tal y como se mencionó, Martín-Baró (1990, páginas 509-511), para referirse a tales afectaciones, utiliza el término de *trauma psicosocial*, en busca de resaltar el carácter esencialmente dialéctico de la herida causada por la vivencia prolongada de la guerra, como en su caso se dio en El Salvador, no queriendo decir con ello que se produzca un efecto uniforme o común a toda la población. Justamente hablar del carácter dialéctico del trauma psicosocial se realiza con el fin de subrayar la herida o la afectación, la cual dependerá, justamente, de la peculiar vivencia de cada individuo, vivencia que además está condicionada por elementos, como su condición o extracción social, sus características personales, la construcción de significados que hace de su propia existencia y el grado de participación en el conflicto, entendido esto, para el caso de las personas desmovilizadas, como el tiempo, el rol, la estructura paramilitar a la que perteneció y los lugares en los que desarrolló sus acciones armadas.

Otra consecuencia psicológica que surge de la participación en combates y eventos traumatizantes es la denominada *fatiga de combate* o reacción de estrés de combate, la cual es también una consecuencia directa del intenso estrés psicofisiológico experimentado en combate. Esta consecuencia no puede ser entendida en este caso como una patología, sino como una reacción normal surgida ante situaciones extremas y poco comunes, como es el caso de la participación directa en grupos armados.

En este grupo de consecuencias psicológicas, también encontramos las denominadas conductas disruptivas (Lolich et al., 2014), referidas al insistente quebranto de la norma o de la ley; en el caso de las personas desmovilizadas, las conductas disruptivas se ven más claramente cuando quienes han participado en hechos violentos consideran válido mantener un comportamiento al margen de la ley y presentan dificultades en el reconocimiento de hechos o, en algunos casos, el no desarrollo de culpa

respecto de las acciones cometidas. Para comprender esta afirmación, es necesario tratar dos conceptos fundamentales. Por un lado, la culpa como construcción social; y por otro lado, el trauma psicosocial como deshumanización.

Hablar de la culpa como construcción social implica un proceso que se da en lo individual y en lo social, una interiorización de lo social. Bourdieu articuló lo individual y lo social en el *habitus*. Según él, cuando el individuo social actúa hacia el exterior, ya hay un condicionamiento subjetivo interno, por tanto, el *habitus* nos lleva a actuar, percibir, sentir o pensar de una forma determinada según lo interiorizado y a su vez incorporado como individuo que hace parte de un entorno social determinado (Bourdieu, 1995).

“Los sentimientos de culpa, constituyen un incentivo fundamental para la creación y el trabajo en general, aun en sus formas más simples. No obstante, si son demasiado intensos tienen el efecto de inhibir las actividades e intereses productivos” (Klein, 1937, página 313).

En el caso de las personas desmovilizadas, el control de los sentimientos de culpa opera desde lo social, ya que la construcción de lo “culpabilizante” puede estar mediada por lo que socialmente pueda ser entendido como grave o moralmente sancionante, ejerciendo una presión adicional que se evidencia durante la participación de las personas desmovilizadas de los grupos armados ilegales, en el mecanismo no judicial de contribución a la verdad y la memoria histórica o en cualquier ejercicio de memoria.

Askevold (1976) conceptuó acerca del síndrome del sobreviviente y lo asoció con el trastorno de estrés postraumático, relacionado directamente con la respuesta que se genera cuando se presencia o se ha estado involucrado con la muerte de otras personas. Ibáñez (2005) afirma que a partir de este síndrome se siente indefensión ante las vivencias de angustia y temor que se reiteran en los sueños y el recuerdo, sentimientos de culpa por sobrevivir, desesperanza y una actitud básica de desconfianza.

Ahora bien, Martín-Baró y Samayoa (1990) afirman que los cambios cognoscitivos y comportamentales que ocasiona la guerra acarrear un proceso de deshumanización, que es entendido como el empobrecimiento de cuatro capacidades fundamentales del ser humano; la de pensar con lucidez, la de comunicarse con veracidad, la sensibilidad frente al sufrimiento ajeno y su esperanza.

Por otra parte, el mismo Samayoa puntualiza cinco cambios cognoscitivos y comportamentales ocasionados por la necesidad de adaptación a escenarios de guerra, que precipitan la deshumanización

de las personas. Estos son: la desatención selectiva y el aferramiento a prejuicios, la absolutización, idealización y rigidez ideológica, el escepticismo evasivo, la defensa paranoide y el odio y el deseo de venganza.

Lo expuesto corresponde *grosso modo* con lo mostrado por las personas desmovilizadas, susceptibles de participar en el mecanismo de contribución a la verdad y a la memoria histórica, que es en sí mismo un elemento por tener en cuenta a la hora de aplicar el instrumento e intervenir a dicha población.

ASPECTOS PSICOSOCIALES POR TENER EN CUENTA PARA LA ATENCIÓN A PERSONAS DESMOVILIZADAS EN EJERCICIOS DE MEMORIA

En términos generales, los profesionales psicosociales responsables del acompañamiento a personas y equipos vinculados con ejercicios de memoria requieren desarrollar unas competencias básicas que permitan la atención e intervención a personas expuestas a ejercicios de memoria con personas desmovilizadas. Competencias que deben ir a la par de las habilidades desarrolladas por los profesionales y equipos responsables del desarrollo del mecanismo de contribución a la verdad y la memoria histórica.

En los/las profesionales que están en relación directa o indirecta con personas desmovilizadas, se requiere, más allá del necesario conocimiento respecto del perfil de las personas desmovilizadas, establecer unas condiciones psicosociales mínimas que permitan la participación de todos los desmovilizados sin importar su condición física o mental. Dichas condiciones psicosociales mínimas para la realización de acciones de memoria con desmovilizados incluyen desde la comprensión de la cosmovisión de los desmovilizados con todas y cada una de las eventuales consecuencias en la salud mental surgidas con ocasión de su participación en un grupo armado, hasta la transformación del pensamiento y de los esquemas cognitivos del desmovilizado, lo cual implica un cambio en los significados construidos respecto de conceptos vitales, como conflicto, culpa, vida, verdad, reparación, etc., y los significados construidos hacia ellos mismos.

Por otra parte, los diálogos establecidos como parte de un mecanismo de contribución a la verdad y a la memoria histórica deben estar enmarcados en un contexto *reconciliador, reintegrador, restaurador y reparador*. Dichos diálogos de memorias deberán desarrollarse en contextos que impliquen por lo menos algunas de las siguientes características psicosociales.

Reconstrucción de memoria como reconstrucción de vida

Los procesos de reconstrucción de memoria desde las narrativas, desde los diálogos de vida frente a los diálogos de muerte, le permiten a la persona desmovilizada una reconstrucción de su propia historia de vida, a partir de un diálogo constructivo que lleve a la persona desmovilizada a reconocer los significados que ha venido construyendo con posterioridad a su participación en el grupo armado y cómo esos significados se han ido transformando desde antes de su vinculación al grupo, durante su participación y con posterioridad a su participación en el grupo armado, significados en ocasiones marcados por las secuelas del estrés postraumático causado por la relación entre el individuo y las escenas atroces propias de la guerra irregular vivida en Colombia, la cual lo lleva a crear etiquetas emocionales a cada una de las reacciones psicofisiológicas que produce el haber presenciado hechos violentos que vulneraron de forma extrema la condición humana propia.

Las historias de vida han sido empleadas en ocasiones diversas con el fin de reconstruir significados en perspectiva temporal, ya que se focalizan en las formas de intercambio y circulación de la memoria en la cultura (Molina, 2010).

En el caso de las personas que trabajan de forma indirecta con relatos de violencia, como los transcritores o profesionales en tareas de sistematización, la construcción de significados presenta una complejidad mayor, al no conocer a la fuente de tales hechos violentos y, en un ejercicio abstracto, el transcriptor puede enfrentar un conflicto mayor a la hora de atribuir significados. Este ejercicio es señalado como una de las herramientas y los mecanismos más significativos para afrontar la represión y el efecto psicológico, ya que cuando se sabe cuál es la cara de la represión, aun con todo lo que produce, el daño es menor (Beristain, 1993).

Es decir, no es la memoria por la memoria, no es la verdad por la verdad⁴⁷, es permitir que quien asume su participación en el ejercicio de memoria este le permita resignificar su experiencia de vida, pero también posibilitará al profesional que escucha evitar la traumatización terciaria⁴⁸ que se produce por la exposición a los relatos de muerte sin contrastar estos relatos con los de vida que se produjeron con posterioridad o, en ocasiones, a la par de la ocurrencia de estos mismos hechos violentos. En ocasiones, a los profesionales expuestos al trauma de la guerra les es más difícil tramitarlo cuando la persona que relata los hechos no cuenta cómo fueron afrontados o como fueron superados. La sola imagen de los hechos violentos crea una escena estática de dolor y sufrimiento, que no es superada en cuanto no se conoce la contraparte del dolor. De tal suerte que esta construcción de significados se convierte en un proceso bidireccional, interactivo y dialógico, que lleva a que entrevistador y entrevistado encuentren significados conjuntos, y es ahí donde termina la reconstrucción de memoria y se inicia la reconstrucción de vida.

La narración como terapia

Nuestro mundo está constituido por una red intrincada de relatos y múltiples narrativas con distintos niveles de dominancia. Estos relatos nos permiten a cada uno de nosotros entrar en contacto consciente con nosotros mismos, nuestros intereses, nuestras prioridades y, en general, nuestras “realidades”. Atribuimos significados y ordenamos los hechos vividos desde el punto de vista del tiempo y el espacio.

De acuerdo con esto, nuestras realidades se construyen y deconstruyen en el relato. A eso que llamamos “realidad” es a lo que acudimos para expresarnos a través de descripciones de personas, hechos,

⁴⁷ Se han considerado diferentes tipos de verdad, entre las que sobresalen en procesos de memoria histórica la verdad histórica y la verdad judicial. La primera referida a la verdad polivalente y polifónica desde cada uno de los actores del conflicto, mientras que la verdad judicial es establecida a partir de un proceso judicial. El derecho a la verdad, en el marco general de la llamada justicia transicional, está relacionada con la memoria histórica, la cual es, a su vez, aquella facultad deseable en todas las sociedades para afrontar un pasado relacionado con significativas situaciones de violencia, graves violaciones a los derechos humanos y al derecho internacional humanitario.

⁴⁸ Término utilizado por Summerfield, citado por Pérez (1999), quien presenta una serie de diferencias conceptuales que existen entre la traumatización y los distintos grados de afectación, y define la traumatización terciaria como aquella que afecta a quienes están en contacto con los actores directos e indirectos.

eventos, sentimientos y experiencias, que evolucionan a través de nuestras interacciones. Finalmente, el discurso produce los encuadres a partir de los cuales la acción social tiene lugar (Harré, 1984).

En esa misma línea, importantes publicaciones, como la Revista de Estudios Sociales de la Universidad de los Andes, han presentado diferentes artículos en relación con las experiencias específicas desarrolladas con actores directos de la violencia sociopolítica, las cuales evidencian la importancia de reconocer la potencialidad de las narrativas y las conversaciones y el uso del diálogo para la reconstrucción de relaciones sociales. Esta modalidad permite hacer visibles los recursos emocionales con los cuales las “víctimas”⁴⁹ cuentan, y escucharlos en su condición de sobrevivientes (Estrada et al., 2010).

Para las personas desmovilizadas, los diálogos se constituyen en una herramienta importante para la transformación de los relatos en mecanismo terapéutico a través del cual las personas desmovilizadas encuentren otras maneras de afrontar los efectos que la guerra y la violencia política les ha dejado.

Reconexión con la cultura y sus redes de apoyo

Las personas desmovilizadas deben afrontar diferentes retos en su proceso de reintegración a la vida civil, y afrontar el conflicto sociocultural es el más difícil de resolver. Este fenómeno les presenta el reto de tener que adaptarse a una comunidad y a un contexto, seguramente distinto de aquel en el que se formó, contexto en los que la persona desmovilizada debe resolver situaciones básicas, como pobreza, exclusión, desigualdades sociales y, en algunos casos, una cultura que le presenta barreras y obstáculos para su adecuada inserción.

Recordemos que las características psicológicas que poseemos son producto de las interacciones sociales, familiares, económicas, políticas y culturales a las que nos enfrentamos a diario. Si estas interacciones crean un conflicto con su cultura, las personas desmovilizadas se enfrentan a una dificultad mayor para la adecuada interacción con su nuevo contexto, que es este a su vez, junto con otros factores, el responsable en muchos casos de su vinculación al grupo armado. Una misma

⁴⁹ La publicación presenta un importante giro nominal en los actores del conflicto, pasando de víctima a afectado, victimario por ofensor y sociedad civil por ofendido.

estrategia de afrontamiento puede ser positiva o negativa dependiendo del contexto, la percepción de la persona, las características individuales y la cultura (Aldwin y Revenson, 1987).

Ahora bien, el problema que afrontan muchos grupos vulnerados y marginados tiene que ver con la ausencia de redes de apoyo social, el cual dista mucho de los programas de asistencia social. Las redes de apoyo social le permiten al individuo conocer los recursos humanos con los que cuenta en un proceso de construcción y ejercicio de ciudadanía y de un efectivo proceso de reintegración social y, por supuesto, de reconciliación. Se ha encontrado que personas con serias dificultades físicas o mentales, como las discapacidades o la disminución de capacidades sensoriales, producidas por la guerra, producen pérdida de sistemas de apoyo comunitario, lo cual pone en riesgo de marginación social a dichos grupos, mientras que dentro de los beneficios generados por las redes de apoyo social incluyen formas para el manejo de estigmas y habilidades para una reintegración activa, así como beneficios individuales, que incluyen la disminución de las secuelas por estrés postraumático y de eventuales afectaciones generadas por la necesidad de adaptación a nuevos contextos (Beristain, 1999).

Con esto, no estamos invitando a que como receptores de los relatos de violencia seamos los constructores de dichas redes, pero sí a que el mecanismo sea un facilitador que permita identificar y reconocer por parte de las personas desmovilizadas estos recursos de apoyo sociales y familiares, necesarios para un proceso humanizante y reconciliador

Finalmente, la *construcción de ciudadanías activas*, como resultado del desarrollo de los elementos anotados con anterioridad y la identificación, el reconocimiento y la exaltación de factores positivos en pro de un ejercicio ciudadano activo. Transitar de la condición de desmovilizado a una de ciudadano activo implica un profundo proceso de transformación de significados y significantes, el cual no se resolvería en el ejercicio de memoria, pero sí como todo un engranaje de partes, cuyo resultado final sea la identificación personal en un contexto social.

La memoria, y en especial el olvido, se convierten en el pivote de construcción del pasado pero también del futuro, toda vez que dota de continuidad a la realidad y le da al mismo tiempo sentido al presente. Según esto, la memoria no puede seguir siendo vista como una especie de colección mental de recuerdo inerte, más o menos compartido, relacionado con hechos ya sucedidos e inmodificables; por el contrario, el proceso de memoria, principalmente con actores directos del conflicto, personas desmovilizadas de los grupos armados ilegales, debe ser asumido como un mecanismo de reconstrucción y resignificación de elementos vivos, presentes o que pueden y requieren ser

incorporados al imaginario social, como una necesidad compartida socialmente de reactivación de la realidad pasada y presente y, en esa misma vía, con proyección al futuro (Vásquez, 2001).

Siendo así, desde este ámbito, tal y como lo referencia el informe de la DAV, en su propuesta de intervención psicosocial a personas desmovilizadas, lo psicosocial es entendido como aquello que se encuentra en relación con la conducta humana en su aspecto social, lo cual implica considerar todos los factores y efectos generados en las distintas redes sociales con las que los equipos de trabajo se interrelacionan. Lo psicosocial en escenarios de profesionales intervinientes con poblaciones con condiciones especiales, como es el caso de las personas desmovilizadas que participan en ejercicios de memoria, es visto, como lo afirma Roberto Reyes (CNMH, 2014), la magnitud en la que un individuo o un colectivo puede realizar sus aspiraciones, satisfacer sus necesidades y cambiar el entorno o mínimamente desarrollar habilidades y competencias para afrontarlo.

REFERENCIAS

Aldwin C y Revenson T, (1987), *Does coping help? a reexamination of the relation between coping and mental health*, en *Journal of Personality and Social Psychology*, 53, páginas 337-348.

Beristain C y Riera F, (1993), *Afirmación y Resistencia*, Barcelona, Ed.Virus.

Centro Nacional de Memoria Histórica, CNMH, (2014), *Yo apporto a la verdad, acuerdos de contribución a la verdad y la memoria histórica: mecanismo no judicial de contribución a la verdad, la memoria histórica y la reparación, Ley 1424/2010*, Bogotá, Centro Nacional de Memoria Histórica.

Departamento Nacional de Planeación, Consejo Nacional de Política Económica y Social, (2008), Documento Conpes 3554, Bogotá.

Emotions and Anxiety, (1967), en https://books.google.com.co/books?id=gZjlCAAAQBAJ&pg=PT108&lpg=PT108&dq=anxiety+epstein+1967&source=bl&ots=3_8f47g1dM&sig=QZ4JRnc-JsnnCK87GS_IDVCmAyDs&hl=es419&sa=X&ved=0ahUKEwiW3p7A6u7NAhXIHx4KHYYTC-BX8Q6AEIJTAB#v=onepage&q=anxiety%20epstein%201967&f=false, recuperado el 12 de Julio de 2016.

Estado del arte del DDR en Colombia frente a los estándares internacionales en DDR (IDDRS): Desarme, desmovilización y reintegración de excombatientes: políticas y actores del postconflicto (Enero – Abril 2013), en <http://dx.doi.org/10.7440/colombiaint77.2013.10>, recuperado el 10 de julio de 2016.

Freud Sigmund, (1970), *El malestar en la cultura*, Madrid, Alianza.

Harré R, (1984), *Personal being*, Cambridge, Harvard University Press.

Ibáñez Rojo, (2005), *Consecuencias psicológicas y psiquiátricas de la guerra*, *Diario electrónico de la sanidad* 892 en: El médico interactivo, medynet.com/elmédico, recuperado el 6 de julio de 2016

Klein Melanie (1937), *Amor, culpa y reparación*, España, Paidós.

Ley 1424, (2010), *Justicia transicional: garantías de verdad, justicia y reparación a las víctimas de desmovilizados de grupos organizados al margen de la ley*.

Lolich M, Paly G, Nistal M, Becerra, Azzollini S, (2014), *Memoria Autobiográfica, Sentidos y Fenomenología: Recuerdos de Tipo Traumático en Ex-combatientes y Veteranos de la Guerra de Malvinas* en *Psykhé*, 23 (1), páginas 1-13.

Martín-Baró y Samayoa J, (1990), *psicología social de la guerra*, El Salvador, UCA Editores.

Molina N, (2010), *Reconstrucción de memoria en historias de vida. Efectos políticos y terapéuticos* en *Revista de Estudios Sociales de la Universidad de los Andes*, 36, páginas 64 - 75.

Pérez-Sales P y Mollica R, (1999), *Actuaciones psicosociales en guerra y violencia política*, Madrid, Exlibris.

Protocolo I adicional a los Convenios de Ginebra de 1949 relativo a la protección de las víctimas de los conflictos armados internacionales, 1977 - CICR. (2016), en <https://www.icrc.org/spa/resources/documents/misc/protocolo-i.htm>, recuperado el 12 de Julio de 2016.

psicología y desastres: aspectos psicosociales, (1976), en <https://books.google.com.co/books?id=gshR-3w0Q64gC&pg=PA133&lpg=PA133&dq=sindrome+sobreviviente+askevold&source=bl&ots=2AT-Lz0fO6N&sig=zrmjWJMtjrwuHSvRwd06Yjxxzsg&hl=es-419&sa=X&ved=0ahUKEwjo-PC-77NAhWD0h4KHWTuAxwQ6AEINjAE#v=onepage&q=sindrome%20sobreviviente%20askevold&f=false>, recuperado el 12 de Julio de 2016

Reconstrucción de memoria en historias de vida. Efectos políticos y terapéuticos, Atención psicosocial del sufrimiento en el conflicto armado: lecciones aprendidas, (2010), en <http://dx.doi.org/10.7440/res36.2010.06>, recuperado el 3 de julio de 2016.

Rodríguez J, Zaccarelli Davoli M, Pérez R, (2006), *Guía práctica de salud mental en situaciones de*

desastres, Washington, Organización Panamericana de la Salud.

Vázquez Félix, (2001), *La memoria como acción social. Relaciones, significados e imaginario*, Barcelona, Paidós.

Este módulo de *Al Cuidado de la Memoria*, la caja de herramientas para trabajar en procesos de construcción de memoria histórica -elaborado por la Estrategia Psicosocial del Centro Nacional de Memoria Histórica (CNMH)-, está diseñado desde una perspectiva conceptual. Su propósito es ofrecer, a todas las personas y los grupos de profesionales que trabajan para el CNMH (en especial los que están al frente de procesos de construcción de memoria con sobrevivientes del conflicto armado y con desmovilizados que participan del mecanismo de contribución a la verdad desarrollado por la DAV), reflexiones sobre el enfoque psicosocial y el cuidado de personas y equipos para enriquecer la construcción que las distintas áreas de la entidad han venido haciendo alrededor de estos dos temas.



PROSPERIDAD SOCIAL



**TODOS POR UN
NUEVO PAÍS**
PAZ EQUIDAD EDUCACIÓN



**Centro Nacional
de Memoria Histórica**



USAID
DEL PUEBLO DE LOS ESTADOS
UNIDOS DE AMÉRICA



International Organization for Migration (IOM)
The UN Migration Agency