

COMPREENSIÓN DEL BIENESTAR EN UNA PERSONA DESPLAZADA POR LA VIOLENCIA SOCIOPOLÍTICA

Comprehending the well-being in a person
displaced by socio-political violence

Fabián Buelvas*, María Amarís**
Universidad del Norte (Colombia)

Resumen

Este trabajo pretende ahondar en la comprensión del bienestar en una persona desplazada por motivos de violencia sociopolítica. Por bienestar se entiende el desempeño satisfactorio de las funciones mentales, lo cual se evidencia en actividades productivas, relaciones sociales gratificantes, la habilidad para adaptarse a los cambios y enfrentar la adversidad. Así mismo, se divide en bienestar subjetivo (evaluación que una persona hace sobre su vida), psicológico (balance entre lo que ha logrado y lo que se desea lograr), y social (valoración que hacemos de las circunstancias y el

Fecha de recepción: 18 de junio de 2010
Fecha de aceptación: 1 de julio de 2010

* Psicólogo, Universidad del Norte. Candidato a Magíster en Psicología, Universidad del Norte. *fabian.buelvas@gmail.com*

** Psicóloga, Universidad del Norte. Magíster en Proyectos de Desarrollo Social, Universidad del Norte. Magíster en Ciencias de la Educación, Universidad París XII Val-de-Marne. Candidata a Doctora en Psicología, Universidad del Norte. Docente del Departamento de Psicología, Universidad del Norte. *mamaris@uninorte.edu.co*

Correspondencia: Universidad del Norte, Km 5 vía a Puerto Colombia, A.A. 1569, Barranquilla (Colombia).

funcionamiento dentro de la sociedad). El diseño de la investigación es un estudio cualitativo de caso único; a partir del contacto con la persona se establecieron las preguntas orientadoras. Para la recolección de la información se utilizó la entrevista abierta, la cual fue sometida a un análisis de contenido que fue posteriormente validado por la participante en repetidas ocasiones. Las conclusiones del estudio giran en torno a los tres tipos de bienestar, y se evidenciaron aspectos positivos y negativos en cada uno de los tres; así, es posible afirmar que existe una ambivalencia de la participante en algunos elementos de su discurso en relación con el bienestar subjetivo y psicológico, y muchos elementos negativos en lo que respecta a su bienestar social..

Palabras clave: Bienestar subjetivo, bienestar psicológico, bienestar social, desplazamiento, violencia política.

Abstract

This paper pretend to go deeper in the understanding of well-being, in a displaced person, due to socio-political violence. The well-being is the acceptable performance of the mental functions in productive activities, beneficial social relationships, the ability to adapt to changes and to face adversity; likewise it divides into subjective well-being (a self assessment of a person own life) psychological (a balance between what a person has achieve and what it wants to accomplish) and social (assessment we do to the circumstances and functionality of society).

The design of the research is a qualitative study of one case; in this line, the key questions were established through continual contact with the subject. For data recollection, the open interview technique was utilized, which was later confronted with an analysis of its contents, after that was a series of validations done by the participant in several occasions. The conclusions of this study go around the three types of well-being, proving both positives and negatives aspects in each one of the three; thus, is possible to affirm that it exist an ambivalence of the participant in some elements of her speech in relation with the subjective well-being and psychosocial well-being, and more negative elements related to its social well-being.

Key words: Subjective well-being, psychological well-being, social well-being, displaced, political violence.

INTRODUCCIÓN: EL FENÓMENO DEL DESPLAZAMIENTO

La tragedia de la violencia en Colombia echa sus raíces en los inicios del siglo XX, recrudeciéndose en 1948 con el asesinato en Bogotá del líder popular Jorge Eliécer Gaitán (Guzmán, Fals & Umaña, 2005). Durante todas estas décadas de conflicto la población civil de la zona rural se perfila de lejos como la más afectada. El campesinado se ve expuesto a combates, amenazas, extorsiones, pérdidas de tierras y asesinatos, impunidad e indiferencia social. Todas estas situaciones de violencia obligan a las familias a abandonar su lugar de origen y establecerse en la ciudad para salvar así su vida.

El acto de desplazarse, a los ojos de nosotros los de fuera, puede parecer una misma cosa dolorosa para todos los que se ven obligado a hacerlo. Puede que el *leitmotiv* de la situación sea, objetivamente, el acto violento, pero la historia de vida de cada individuo, los motivos, la familia, los intereses, el sitio de llegada y muchos otros aspectos vitales hacen que los significados de las personas respecto al desplazamiento concuerden en algunas cosas y difieran en otras.

Diez años atrás, la Consultoría para los Derechos Humanos y el Desplazamiento (CODHES) estimaba las cifras totales sobre el desplazamiento forzado en 308.000 víctimas, lo que equivale a algo más de la cuarta parte de la población de Barranquilla. Sólo en 1998, 71.613 hogares fueron desarraigados de su lugar de origen (CODHES, 1999a). Hoy día, el número de desplazados en Colombia se muestra casi invariable: 305.966. En la Costa Caribe, los departamentos de Magdalena y Bolívar son los que más familias en situación de desplazamiento reciben: 11.213 y 9.709, respectivamente; Atlántico ocupa el puesto 22 con 5.547 (CODHES, 2008).

La violencia armada desintegra a las familias, bien sea por vía de la muerte de uno o más miembros de ésta, o por el reclutamiento de jóvenes menores de edad, quienes en muchas ocasiones marchan a la guerra contra su voluntad (CODHES, 2007).

El tema del desplazamiento cobró importancia a finales de la década de los noventa del siglo XX, gracias al apoyo de entidades internacionales y a la creación de organismos nacionales para la solución de las pro-

blemáticas de las personas desplazadas. En años recientes, la Corte Constitucional estableció algunos parámetros para que el gobierno garantizase los derechos de las personas desplazadas, referidos a su vida y al desarrollo de programas de prevención. Aunque los resultados de estas medidas son cuestionables (Comisión Colombiana de Juristas, 2007), el avance ha sido significativo.

Este proceso de visibilización es necesario hacerlo también desde las ciencias sociales, de manera que la población colombiana se informe sobre el desplazamiento forzoso y la situación de las personas víctimas de este flagelo. Desgraciadamente, existen entre las personas muchas creencias y prejuicios negativos sobre la población desplazada, entre las que se encuentran el ser ladrón, flojo, irresponsable, resentido o agresivo (Herrán, 2005).

El impacto psicológico que la violencia sociopolítica y el subsecuente proceso de desplazamiento tienen sobre el sujeto o la familia es diverso: si bien la situación resulta ser desgarradora para las personas, el modo como la asumen es único, particular, cualquiera que sea la solución que ellos planteen con sus vidas. De esta manera se asume que, ante el dolor, muchas personas deciden apelar a recursos internos y externos para sobrellevar tal situación y tener nuevamente, en la medida de lo posible, una vida estable y adaptativa.

Es así como el bienestar, entendido como el desempeño satisfactorio de las funciones mentales que se evidencia en actividades productivas, relaciones sociales gratificantes, la habilidad para adaptarse a los cambios y enfrentar la adversidad (U.S. Department of Health and Human Services, 1999, citado en Keyes, 2002), es lo que se pretende comprender con este estudio de caso.

METODOLOGÍA

Juana, la participante

Juana¹ es una mujer de 24 años oriunda de un corregimiento cercano a María La Baja (Bolívar), población de aproximadamente 45.395

¹ Nombre ficticio.

habitantes en 2005 (DANE, 2009). Juana vivió allí hasta septiembre de 2008, cuando decidió abandonar junto con su esposo y sus dos hijas su lugar de origen, debido a las constantes amenazas y hostigamientos que realizaban grupos paramilitares a la población. Actualmente, Juana vive con su esposo y sus hijas de 7 y 2 años en Soledad (Atlántico), y se dedica a atender las labores de la casa y de la tienda, negocio que administran desde que llegaron a Soledad.

Tipo de investigación, técnicas e instrumentos

El diseño de esta investigación es cualitativo. Una investigación de este tipo es aquella que pretende producir datos descriptivos a partir de las palabras de las personas (habladas o escritas), y la conducta observable (Quecedo & Castaño, 2002). La metodología usada para la recolección y sistematización de los datos recogidos fue el estudio de caso único, cuyo propósito es estudiar fenómenos actuales dentro de su contexto real (Yin, 1984, citado en Sandoval, 1996).

Los datos fueron obtenidos mediante entrevistas abiertas con el objetivo de producir un discurso conversacional, continuo y no fragmentado (Alonso, 1994). Para el análisis se utilizó la metodología del análisis de discurso, logrando así la interpretación de significados dentro de contextos y situaciones determinadas, de forma que se pueda conocer qué quiere decir el sujeto o participante en relación con un tema particular (Abril, 1994).

Etapas del proceso

En el inicio, se estableció aquello que se pretendía estudiar: para ello se elaboraron las preguntas orientadoras dirigidas a conocer y comprender —partiendo de su experiencia— lo que el sujeto entiende por bienestar. Algunas de las preguntas orientadoras realizadas inicialmente fueron:

- ¿Cómo ha sido el proceso de adaptación al nuevo entorno?
- ¿Qué valor tienen para la participante las nuevas instituciones sociales con las que se relaciona?
- ¿Qué percepción tiene la participante sobre las personas de su nueva comunidad?

- ¿Cómo su vida fue afectada por el fenómeno de la violencia y el desplazamiento?
- ¿Cuáles fueron las cosas, personas y situaciones que le ayudaron a seguir adelante?
- ¿Cómo piensa y siente su vida actualmente?
- ¿Qué valoración tiene de sí misma?
- ¿Qué retos personales tiene?

Una vez concretado el espacio de trabajo se recogió la información: en un primer momento el investigador y la participante realizaron una entrevista abierta que luego fue sometida a análisis de discurso. Las interpretaciones y categorías emergentes fueron validadas por la participante, quien confirmó algunas y descartó otras; en ese mismo momento se efectuó otra entrevista abierta para aclarar aquellas interpretaciones descartadas, al tiempo que se profundizaban otros aspectos que permitieran completar los datos. Tal información también fue sometida a análisis de discurso y validada por la participante. Un último análisis de los datos reconstruyó la experiencia vital de la participante, la cual se sistematizó en relación con el tema de investigación y las preguntas orientadoras. Se establecieron reflexiones finales que, lejos de finalizar el proceso, dejan abierto un espacio para nuevos y variados análisis.

MARCO DE REFERENCIA

Bienestar

La noción de bienestar es investigada por los psicólogos desde hace un par de décadas, como alternativa a los clásicos estudios sobre psicopatología. Este estudio parte de las conceptualizaciones realizadas por dos tradiciones: la *hedónica* y la *eudaimónica*; la primera relaciona al bienestar con la felicidad, y la segunda con el desarrollo del potencial humano (Díaz, Rodríguez-Carvajal, Blanco, Moreno-Jiménez, Gallardo, Valle & van Dierendock, 2006).

En 1948, la Organización Mundial de la Salud definió a la salud como “[...] un estado de bienestar físico, mental y social, y no simplemente como la ausencia de enfermedad.” (citado en Ryff & Singer, 1998, p.1). Ello influyó para que fuesen tenidos en cuenta aspectos positivos como la felicidad para el estudio de la salud.

En términos generales, el bienestar alude a aquellos aspectos del ser humano relacionados con la consecución de su felicidad y el alcance de todos los beneficios posibles a lo largo de su existencia. Para definir con mayor precisión el bienestar es necesario aludir a las grandes tradiciones mencionadas anteriormente, de las cuales se desprenden tres grandes dimensiones al respecto: bienestar subjetivo, psicológico y social (Blanco & Valera, 2007).

Bienestar subjetivo

Es la evaluación que realiza una persona acerca de su propia vida. Esta valoración se realiza cognitivamente (satisfacción por situaciones de la vida como el trabajo) y afectivamente (emociones positivas y ausencia de displacer). El bienestar subjetivo es producto la sensación de dominio de una persona sobre sus actividades, metas, intereses, relaciones sociales positivas, entre otras (Diener, Sapyta & Suh, 1998). En otras palabras, es la apreciación que el individuo realiza sobre la calidad de su vida (Diener et al., 1999, Keyes et al., 2002, citados en Keyes, 2006).

Desde esta idea,

El bienestar vendría a ser el nivel de satisfacción personal conseguido de acuerdo con: a) nuestras oportunidades vitales [...]; b) el curso de los acontecimientos de nuestra vida (nuestra ubicación en el continuo privación-opulencia, ataque-protección, soledad-compañía, etc.), y c) la experiencia emocional experimentada y vivida como conclusión de todo ello (Blanco & Valera, 2007, p.15).

Bienestar psicológico

A diferencia del bienestar subjetivo, el cual se centra en el estudio de los afectos y las satisfacciones vitales, el bienestar psicológico se enfoca en el desarrollo de las capacidades y el potencial humano como elementos característicos de un funcionamiento positivo (Díaz, Rodríguez-Carvajal, Blanco, Moreno-Jiménez, Gallardo, Valle & van Dierendock, 2006).

En este sentido, las acciones que haga el sujeto redundarán en felicidad o infelicidad, según el caso. Csikszentmihalyi (1996, citado en Blanco & Valera, 2007), considera que el bienestar psicológico se relaciona con la combinación de dos circunstancias: a) la percepción alta del reto, es decir que aquello a lo que se enfrenta el individuo valga la pena ser asumido y solucionado, y b) la percepción de que ese reto puede ser afrontado con éxito.

Resumiendo, el bienestar psicológico:

[...] es una experiencia humana vinculada al presente, pero también con proyección al futuro, pues se produce justamente por el logro de bienes. Es en este sentido que el bienestar surge del balance entre las expectativas (proyección de futuro) y los logros (valoración del presente), lo que muchos autores llaman satisfacción en las áreas de mayor interés para el ser humano y que son el trabajo, la familia, la salud, las condiciones materiales de vida, las relaciones interpersonales, y las relaciones sexuales y afectivas con la pareja (Victoria & González, 2000, p.588).

Bienestar social

La tercera idea considera que el bienestar es “[...] la valoración que hacemos de las circunstancias y el funcionamiento dentro de la sociedad.” (Keyes, 1998, p.122). Corey Keyes, el principal estandarte de esta tradición, asume que existen cinco dimensiones de ese bienestar:

- *Integración social.* Evaluación de la calidad de las relaciones entre la sociedad y la comunidad. Los individuos sanos consideran que hacen parte de la sociedad.
- *Aceptación social.* En esta dimensión, las características y las cualidades de la gente se convierten para el sujeto en una categoría generalizada. La gente aceptada por los demás goza de buena salud mental; por otro lado, la aceptación social es necesaria para la autoaceptación.
- *Contribución social.* Se refiere a la valoración que la persona realiza de sí misma en relación con su sociedad; se refiere al hecho de que el sujeto considera que es parte vital de su comunidad.

- *Actualización social*. Es la evaluación de la trayectoria y el potencial de la sociedad. La gente saludable tiene esperanza sobre la condición y el futuro de su sociedad, y es capaz de reconocer el potencial de ésta.
- *Coherencia social*. “Percepción de la calidad, organización y operación del mundo social, e incluye el cuidado y la preocupación por conocer el mundo. La gente sana no sólo cuida el tipo de mundo en el que quiere vivir, sino que también entiende qué pasa alrededor de él.” (p.123).

SISTEMATIZACIÓN DE LA EXPERIENCIA

Juana: contexto y desplazamiento

Juana tiene 24 años. Su niñez transcurrió entre la escuela rural y las labores típicas del campo. Ya adolescente abandonó sus estudios, decidió hacer su propia vida familiar, y tuvo su primera hija a los 17 años. Actualmente vive con su esposo y sus dos hijas (de 7 y 2 años) en Soledad (Atlántico), en una casa con espacio para una tienda.

Se considera a sí misma como una persona con “[...] berraquera (risas), yo me le mido a lo que sea (risas) no importa, yo me le mido a lo que sea, porque ya tengo una meta y quiero cumplirla; yo no me aguachento por nada, pa’ lante es pa’ allá, me toque pasarlo como me toque, pa’ alante es pa’ allá”.

Su vida en el pueblo era: “Agradable, era una vida como de campo, animalitos, vacas y todo eso, una finca ganadera, que es donde trabaja mi papá. Entonces estábamos ahí, chévere.” Su relación con los vecinos era cordial. El pueblo era pequeño y todas las personas se conocían entre sí. Esa familiaridad es lo que más añora: “[...] en las tardes, yo no quería comer arroz, por ejemplo, quería unos patacones, y yo hacía patacón, pero sí en cambio mi hija quería arroz, yo llegaba donde la vecina ‘regálame un pocillito de arroz’ y llegaba, y así todo [...]”.

En el 2000, grupos paramilitares empezaron a merodear el pueblo. Le exigieron a la población que cumpliera una serie de reglas como

acostarse a las 6:00 p.m., asistir a reuniones periódicas e informarles sobre la presencia del ejército o la guerrilla en la zona. Las constantes amenazas creaban zozobra entre la población, que vio cómo su estilo de vida era modificado:

Todo, todo cambió, por lo que ellos entonces venían ya del pueblo, por ahí pasaban todos, se sabía lo que iban a hacer, a matar de pronto, y todo el mundo lo veía [...]. Cambiaron las costumbres, porque de acostarse, por decir uno a las ocho, a las nueve de la noche, hasta eso de las seis, adaptarse uno es maluco. Y hacé' lo que ellos dijeran [...].

Juana y su familia dejaron su hogar a mediados de 2008. Se desplazaron a Cartagena en busca de refugio en casa de su hermano mayor, quien había abandonado el pueblo varios años antes que ella:

[...] lo único que recogí fue la ropa. Yo lo que llevé fue ropa, ya lo que hemos tenido lo hemos adquirido aquí [...]. Yo cuando salí me dio mucha tristeza; este, dejarlo todo, no, las amistades que uno ya tenía allá, y dejar todo allá para empezar una nueva vida [...]. Pensaba de todo, tenía preocupación, pensaba en qué íbamos a hacer, y ahora qué va a seguir, de todo, uno piensa de todo.

Dejaron posteriormente Cartagena, esperanzados en un posible empleo que un amigo de Aníbal² les había prometido en Soledad (Atlántico). El empleo consistía en una tienda ubicada en un barrio periférico de este municipio, sobre la que Juana y Aníbal pagan semanalmente una cuota a su dueño. Para Juana y toda su familia, llegar a Soledad fue muy duro. Además de no contar con recursos económicos o enseres del hogar, no conocían a nadie:

Nosotros llegamos aquí sin un peso. Nosotros sacábamos limitadamente [dinero] PARA COMER, porque no había para más. Mis hijas no tenían ropa, o sea, cositas todas feitas, viejitas, rotica. No tenían, terrible. Entonces pasamos lo peor. El año este que pasó [2008] nos pasamos aquí [en casa] todos, ahí, mirando lejos.

² Esposo de Juana. Nombre ficticio.

Comenzar a trabajar para vivir de nuevo

Así las cosas, con poco dinero y desconociendo el sitio en el que se hallaban, Juana y su esposo comenzaron a laborar en la tienda para poder sacar adelante a sus hijos. Considera que este oficio le ha dado estabilidad económica y personal, pero piensa que éste es muy esclavizador, que poco o nada le deja hacer con su vida. Aunque al principio el trabajo le resultó incómodo y se equivocaba con frecuencia, Juana no se amilanó:

Yo le digo que antes, al principio, sí, porque como no tenía práctica para vender, números y todo eso, no tenía mucha práctica, entonces muchas veces me confundía, muchas veces me salía la cuenta mala, entonces yo desarmaba, pero como no había más que hacer porque estaba él [su esposo] y yo nada más [atendiendo] yo le decía ‘pues, no importa, yo sigo pa’ lante’ [...] y con el tiempo, con el tiempo le fui cogiendo la práctica; yo ahora me puedo quedar sola en la tienda, cuando hay que hacer alguna vuelta, él [su esposo] sale y me deja sola en la tienda.

Juana y Aníbal deben abrir la tienda temprano en la mañana y cerrarla a las diez u once de la noche; trabajan todo el día y no tienen espacio para ninguna otra actividad individual o familiar:

Si tengo que salir, ahora en vacaciones tengo a las pelás’ aquí, y así que es difícil atender a la tienda y atender a las niñas, entonces me toca ir volando y venir volando, que el almuerzo, que si la niña se hizo, limpiarla, en fin, son ejemplos [...] lo malo [de la tienda] es que es muy esclavizante, este, sí, uno no le puede dedicar tiempo a más nada, uno se vuelve tienda, tienda y tienda.

Familiares, vecinos e instituciones: conociendo otras formas de vivir

A pesar de haberse marchado, Juana tiene el apoyo constante de sus padres y hermanos que quedaron en María La Baja. Por vía telefónica, la comunicación entre Juana y sus padres es constante y nutrida: hablan casi a diario. De esta forma se mantiene actualizada sobre los sucesos que acontecen en el pueblo.

La relación con sus familiares es la única que Juana posee: en Soledad no conoce a nadie aún. Sus tratos con los vecinos se limitan al comercio y, si bien reconoce que su oficio le ha permitido tener contacto con ellos, prefiere no intimar mucho para evitar malos entendidos o crear conflictos entre las posibles amistades y los clientes. De hecho, son precisamente los conflictos que ha tenido con ellos los que la previenen:

[...] cuando uno abre tienda, prácticamente, a veces le salen a uno con groserías y todo eso. [Gente que] no le gusta cómo uno le despacha, gente que se toma las cosas a mal, y uno por ser tendadero (sic) y por tener educación, porque le toca, tiene que aguantarse todo eso.

A pesar de los tropiezos que ha tenido reconoce que ellos son buenas personas. En varios aspectos se identifica con ellos porque considera que poseen características de las personas de los pueblos, ya que muchos de ellos también se desplazaron años atrás:

[...] [Este] es un barrio parecido a como es uno en los pueblos, la gente es estilo pueblo. La mayoría de la gente que viene por acá es como de pueblo, la mayoría. Y uno se siente más común en, en armonía con la gente, como que más, más familiares [...].

Una vez instalada en el barrio, Juana se enteró gracias a sus vecinos que tenía acceso a algunas ayudas, pero se abstuvo de indagar al respecto porque creyó que quizá podría ser perseguida. Poco a poco, se fue animando:

Yo llegué [al barrio] y algunos [vecinos] me hablaron de eso. Yo como que tenía temor de ir allá; de pronto a uno lo llegan a bucear donde sea, pero después me animé y dije 'tengo que hacerlo siquiera por mis hijas' y fue cuando yo me animé a ir. Y entonces fui a hacer todo el proceso que exigían.

En Soledad, la institución encargada para las ayudas es la Unidad de Atención y Orientación para la Población Desplazada (UAO), un organismo gubernamental coordinado por la Agencia Presidencial para la Acción Social y la Cooperación Internacional (Acción Social). Si bien considera que la atención es desordenada y que no sabe qué seguirá para ella en un futuro si sigue asistiendo, reconoce que, desde que contactó con la UAO:

[...] me he sentido bastante aliviada, en cuanto económicamente qué es lo que más lo desvela a uno [...] Yo espero, yo espero que...¿qué? Que de pronto con la ayuda de la UAO, pueda yo lograr mis sueños o parte de mis sueños [...].

Su futuro

Juana afirma que no puede seguir siendo únicamente ama de casa, que debe acompañar sus oficios con una actividad económica. Ha decidido que la tienda, a pesar de lo incómoda que pueda parecerle, es un buen negocio que debe ser fortalecido. Su interés de laborar está ligado al deseo de sacar adelante a sus hijas: “[Mis fortalezas son] Mis hijos. Eso es lo que me da fortaleza pa’ seguir, seguir y seguir adelante. [Tengo] Las ganas, las ganas de seguir, seguir adelante, tener algo propio, algo que brindarle a mis hijas más adelante, las ganas que tengo de seguir [...]” No desea regresar al pueblo. Admite que Soledad aún le es ajena, que extraña a su familia y su entorno, pero reconoce las “ventajas” que ha tenido para ella el haberse desplazado:

Yo no sé si [el cambio en mi vida se ha debido] al desplazamiento. Éste, no sé cómo llamarlo si es tan malo, pero a mí me ha convenido, porque he visto cosas buenas y bien en el hogar, todo eso, desde que llegamos a acá [...] yo pienso que todo lo que yo hice fue lo mejor que pude hacer, porque yo de haberme quedado allá quién sabe qué hubiera sido. Yo creo que peor. No sé, yo creo que lo mejor que pude haber hecho es salir.

ELABORACIÓN TEORÉTICA

La violencia en Colombia: su impacto psicológico

Si bien el llamado periodo de la violencia en Colombia data desde los años cuarenta del siglo XX, el proceso, los enfrentamientos y los grupos implicados en el conflicto han ido variando con el paso del tiempo. De 1948 a 1953 la violencia se extendía a la región Andina (Cundinamarca, Tolima, Caldas, Antioquia) y los Llanos Orientales (Arauca, Meta). Las manifestaciones de esta violencia en el Caribe fueron esporádicas, afectando algunas zonas de Córdoba (Alto Sinú), Magdalena (La Paz) y Bolívar (María La Baja, San Onofre y Achí). La afirmación de Guzmán,

Fals y Umaña (2005) sobre el poco interés por la violencia que tuvieron los habitantes del Caribe resulta apropiada: “[...] sus gentes mulatas y negras (y en parte mestizas) pudieron defenderse fácilmente del contagio, quizá gracias a su naturaleza abierta, franca, amigable, y a su gran virtud de la tolerancia (p.155)”.

Aunque Juana es de María La Baja, no menciona haber escuchado historias de sus padres o abuelos que den cuenta de antiguos conflictos en la región. Para ella, el conflicto comienza en el año 2000 debido a la presencia de grupos armados.

Hacia el año 2000, los matices del conflicto colombiano habían cambiado sustancialmente: ahora las partes del conflicto son el Estado, las guerrillas, y los grupos paramilitares o autodefensas. Precisamente en los departamentos de Sucre, Córdoba y Bolívar se libraban fuertes enfrentamientos. Juana relata que los que comenzaron a hostigar a María La Baja (Bolívar) y a ejercer diversas formas de control social, como las amenazas, fueron paramilitares; este control desmedido termina por acabar con la cotidianidad del pueblo, generando zozobra entre la población. Una de las vías de dominación territorial usada por los paramilitares es el desplazamiento de la población civil por vía de la amenaza, lo que les permite manejar la economía local, las instituciones sociales y hasta las normas familiares y comunitarias (Cepeda & Girón, 2007).

Toda experiencia violenta genera un desequilibrio psíquico. La amenaza, al causar incertidumbre, se convierte en un detonante de frustración e impotencia para el sujeto, quien se ve “atado de manos” para responder a una situación imprevista, toda vez que dar dicha respuesta podría costarle la vida (De Castro, 1996, citado en Aristizábal & Palacio, 2003). Bajo estas condiciones, la cohesión social entre vecinos y amigos se esfuma, se interrumpen los espacios de socialización entre los individuos, la formación de actitudes y hábitos, el desarrollo de actividades y de amistad, la satisfacción de aspiraciones, y todas aquellas acciones que se desarrollan entre los miembros de un grupo social (Guzmán, Fals & Umaña, 2005). El primer impacto de la violencia que afecta negativamente la organización social entre los habitantes de un pueblo es

el miedo (Arquidiócesis de Cali, 1997; CODHES, 1997a, citado en Palacio & Sabatier, 2002). El caso del desplazamiento de Juana es una historia que ella recuerda con dolor, pero que no está asociada a comportamientos disfuncionales en el plano interpersonal o laboral. Muy al contrario, en poco tiempo ha reorganizado muchos aspectos de su vida familiar y ocupacional, llegando a tener, según su opinión, una vida estable aunque no exenta de complicaciones.

Luchar contra el trauma: la idea de bienestar

Las razones por las que Juana decidió desplazarse, así como los elementos presentes en su entorno y en ella misma que le permiten adaptarse a sus nuevas condiciones de vida, emergen en todo su discurso. La familia, sus hijas, su esposo, y toda la malla de sus relaciones sociales fueron significativos al momento de percibir y darle un nuevo valor a su vida. Bajo condiciones de dolor coexisten características sociales e individuales que pueden permitirle al sujeto enfrentar la adversidad. Estas características, denominadas positivas, actúan como amortiguadores contra trastornos mentales (Vera, 2006), logrando que el individuo mantenga un estado de bienestar.

En este sentido, la existencia de sentimientos positivos y un buen desempeño vital también se presentan en condiciones objetivamente adversas (Keyes, 2002), es decir, el bienestar resulta ser –más que una condición que denota felicidad– una serie de aspectos subjetivos, psicológicos y sociales que le permiten al individuo actuar funcionalmente ante situaciones vitales de diversa índole. De hecho, el funcionamiento humano positivo es quizá más extraordinario en contextos que implican un cambio drástico en la vida o una adversidad (Ryff & Singer, 2003).

El trabajo como reflejo del bienestar social

La importancia del trabajo en la vida de Juana muestra el bienestar que hay actualmente en su vida. Tener un empleo le ha permitido no ser más la ama de casa que sólo se dedicaba a cuidar niños y a hacer aseo, sino que le ha otorgado un cierto status en relación a su esposo y familiares cercanos, así como sentimientos de identificación y participación ante los demás miembros de la familia y la comunidad.

Trabajar es importante porque —normativamente en todas las sociedades—, quien trabaja aporta algo a la sociedad y a sí mismo (Wrzesniewski, Rozin & Bennet, 2003). Uno de los aspectos que reflejan el bienestar social es contribuir de alguna forma con los demás, que la persona se sienta útil al colaborar con su grupo social. Este comportamiento es tan importante para la salud de una persona como podría llegar a serlo comer bien o dejar de fumar (Grzywacz & Keyes, 2004), de ahí la importancia de lo que Keyes (1998) denomina integración social y contribución social.

La fortaleza de las instituciones en la vida de Juana

Al poco tiempo de estar en Soledad, Juana supo que podía ser ayudada por una entidad gubernamental. Como desplazada, sintió que se interesaban por su difícil situación. Ella aprecia la ayuda que la UAO le ha brindado en tan corto tiempo. Además, el contacto con otras personas en su misma situación hace que Juana se sienta parte de un grupo. Siguiendo de nuevo a Keyes (1998), el reconocimiento social del valor de las personas que comparten características similares es un indicador de bienestar en términos de aceptación social.

Esta apreciación tiene sus límites. En efecto, hay un apoyo de la institución para con Juana, pero no existe una confianza entre ambos. Juana agradece la ayuda, pero tiene la sospecha de que podría ser más y mejor; reconoce que en la UAO la atienden por obligación y muchas veces mal: la conexión que existe entre las partes es estrictamente utilitaria. La confianza que Juana pueda tener hacia la UAO refleja la manera como ella evalúa las capacidades y el potencial de la sociedad en la que vive. Si no hay confianza entre las instituciones y las personas, si el Estado no es percibido por sus habitantes como útil, la idea de la fatalidad aparece. En las sociedades latinoamericanas es frecuente que la gente crea que muchos de los eventos negativos que les ocurren son obra de un tercero muy poderoso, o de Dios; el fatalismo, entendido como una forma de comprensión de la vida “[...] según la cual el destino de todos está ya predeterminado y todo hecho ocurre de modo ineludible” (Martín-Baró, 1987, p.76), rompe los procesos comunitarios en tanto que, si las cosas ocurren por obra de manos que no se pueden controlar, la gente se resignará y no hará nada para impedir las.

Los vecinos del barrio

Juana dice –quizá por el tiempo o por lo agotador del trabajo– que no tiene mucho contacto con sus vecinos, y por ello se centra en asuntos de comercio. Lo anterior limita sus relaciones sociales, a tal punto que no conoce a alguien con quien pueda contar o simplemente conversar.

Mantener buenas relaciones sociales con los demás es toda una fuente de satisfacción y bienestar, sobre todo en el aspecto emocional (Reis & Gable, 2003). De hecho, el apoyo de los vecinos es significativo al momento de conseguir recursos como trabajo o ayudas económicas, tanto así que Juana conoció a la UAO gracias al comentario de uno de ellos.

En efecto, los llamados lazos débiles, es decir, las relaciones con conocidos y vecinos, son más efectivos para lograr acceder a recursos materiales, en comparación con los lazos fuertes establecidos entre familiares y amigos, los cuales se centran más en brindar a la persona un apoyo emocional, cercano (Granovetter, 2003, citado en Palacio & Madariaga, 2006, p. 95).

La ambivalencia de las relaciones de Juana con sus vecinos es producto de la coyuntura entre su desconocimiento del lugar y su ética laboral que le indica que no puede ser amiga de sus clientes. Aún así, ella reconoce que ha avanzado en la comunicación con ellos, y que espera que ésta mejore. En relación con el bienestar social, la integración social de Juana hacia su comunidad es pobre, pero tiende a mejorar: ella, aunque distante, no percibe que sus vecinos la excluyan, o que ella quiera estar a un lado.

Juana, según Juana

Al reconsiderar y evaluar lo que ha sido toda su vida, Juana concluye que ha sido muy satisfactoria, y se parece mucho a lo que soñó de niña. Sobrepone su presente y su futuro a su pasado, de manera que las situaciones de satisfacción actuales y las expectativas a futuro tienen para ella una mayor relevancia que la situación del desplazamiento. Lo anterior es comprensible puesto que el bienestar psicológico vincula experiencias

presentes con proyección a futuro, de manera que la persona realiza un balance entre lo que ha logrado y lo que desea obtener (Blanco & Valera, 2007; Victoria & González, 2000).

La relación positiva con los otros y el dominio del entorno son aspectos que se ven malogrados debido al poco tiempo que Juana tiene en el barrio, y a su actual interacción con los vecinos; en contraste con esto, ella es una mujer que actualmente se siente muy bien consigo misma, que valora positivamente su raza, sus orígenes rurales, a su esposo e hijos, y que tiene planes a futuro, los cuales espera desarrollar en Soledad.

Así, en lo que respecta a las dimensiones de bienestar psicológico autonomía, propósitos personales y crecimiento personal, es posible afirmar que en Juana tienen más preponderancia. Quizá ello se deba a que estas dimensiones tienen características más individuales que el resto y ella, en vista del poco conocimiento que tiene sobre su nuevo contexto, puede dedicarse a pensar qué hacer consigo misma y con su familia.

Las situaciones vitales que acontecieron para Juana antes, durante y después de haberse desplazado, marcaron el actual rumbo de su vida. Todas las soluciones que propone sola o con su esposo son, en resumen, intentos de adaptarse a su situación actual, de ahí que Juana se cuestione repetidas veces sobre el rumbo de sus acciones, así como el impacto que éstas puedan tener en su vida: esta evaluación que hace se inscriba dentro del denominado bienestar subjetivo (Diener, Sapyta & Suh, 1998).

Juana identifica y asocia los positivos a sus logros personales o los de sus hijas, mientras que los negativos se refieren al tiempo que estuvo separada de su esposo o la situación de desplazamiento. Si bien éstas son, en general, las principales situaciones vitales de Juana, el acento emocional que les otorga no es tan fácil de delimitar. Aún en las situaciones de dolor ella encuentra cosas rescatables: un ejemplo es lo que ella considera como la conveniencia del desplazamiento: poder salir del pueblo y conocer cosas nuevas y diferentes.

REFLEXIONES FINALES

La primera cuestión que se debe tener en cuenta en este trabajo se refiere *al hecho de ser una persona desplazada*. Si bien artículo 1º. de la Ley 387 de 1997 define al desplazado como:

Toda persona que se ha visto forzada a migrar dentro del territorio nacional abandonando su localidad de residencia o actividades económicas habituales, porque su vida, su integridad física, su seguridad o libertad personal han sido vulneradas o se encuentran directamente amenazadas [...] (Congreso de la República, 1997, p. 2).

Eso es lo único que comparten entre sí. La realidad es que son personas muy heterogéneas que, para efectos de la atención humanitaria en condiciones de emergencia, son atendidos por el Estado de la misma forma; este proceso institucional de homogeneización es extrapolado por las personas de a pie, quienes terminan elaborando prejuicios positivos y negativos sobre la población desplazada (Herrán, 2005), lo que debilita el apoyo que pudieran recibir de los ciudadanos. En Juana esta discriminación no tuvo lugar directamente, ya que ella vive en un barrio donde la mayoría de sus habitantes son desplazados de años o décadas atrás y conocen por experiencia esa situación; sin embargo, sí ha sufrido estigmatización de parte de desconocidos.

Un segundo punto se relaciona con lo anterior: *la concepción de bienestar de una persona no es el efecto de una sola causa*, como sería en este caso la situación de desplazamiento. Aunque eso haya sido un evento muy significativo en la vida de un individuo, no condiciona por completo su vida presente y futura; más bien se lía con otros eventos objetivamente diferentes, pero del mismo modo importantes. Es así como, para futuros acercamientos cualitativos a la temática del bienestar, es necesario abordar en profundidad la vida de las personas, de manera que se logren unir coherentemente todas sus experiencias y, de este modo, tener una elaboración más amplia y estructurada de la tesis central de lo que sea que se pretenda investigar respecto al bienestar.

Así como Juana ha tenido y tiene constantes vicisitudes, así mismo es la oscilación de lo que ella entiende por su bienestar. En otras palabras,

el bienestar subjetivo, psicológico y social, así como los subelementos que conforman el mismo, no se manifiestan de un modo positivo o negativo en un mismo momento, sino que ambas valoraciones coexisten sin ofrecer demasiadas contradicciones para la persona. A tono con lo anterior está la relación de Juana con el trabajo, el cual ella ve muy positivo al tiempo que le parece agobiante. Aunque ella haya conseguido un trabajo como nunca antes en su vida y sienta satisfacción al realizarlo, no es razón para considerar que esa labor sea placentera en su totalidad. El hecho de que una sociedad determine qué es correcto o sano, no quiere decir que así lo sea en realidad (Fromm, 1994) y, en el caso concreto del trabajo, éste puede dejar de ser algo placentero para convertirse en penoso y destructivo para la salud mental y física.

Finalmente, el bienestar, lo que Juana considera positivo y satisfactorio, es una mezcla entre las cosas que conserva del pueblo, y lo que ha obtenido acá. Sostener lo valioso de su pasado en María La Baja y valorar lo que ha conseguido en Soledad durante el tiempo que tiene allí es gran apoyo emocional, al tiempo que útil. Juana se comunica constantemente con su familia, les pregunta por la situación del pueblo, conserva la cercanía con su corregimiento; en Soledad le ha resultado muy beneficiosa –aunque insuficiente– la ayuda prestada por la UAO. En este sentido, el apoyo de la familia, vecinos e instituciones es un elemento importante para el bienestar de la persona, la cual se siente partícipe a medias de una sociedad que apenas conoce. Se entiende entonces por qué para Keyes (1998), la sociedad es parte importante de la salud mental de los individuos, gracias a su conexión con los otros dos bienestares. En lo que respecta al bienestar psicológico, aquellos aspectos que están más ligados a la sociedad son los que Juana ve como negativos, lo que resulta comprensible si se tiene en cuenta que ella aún no se considera parte de su comunidad.

Referencias

- Abril, G. (1994). Análisis semiótico del discurso. En Delgado, J., Gutiérrez, J. (Eds.), *Métodos y técnicas cualitativas de investigación en ciencias sociales* (pp.427-463). Madrid: Síntesis.
- Alonso, L. (1994). Sujeto y discurso: el lugar de la entrevista abierta en las prácticas de la sociología cualitativa. En Delgado, J., Gutiérrez, J. (Eds.), *Métodos y técnicas cualitativas de investigación en ciencias sociales* (pp.225-240). Madrid: Síntesis.

- Aristizábal, E. & Palacio, J. (2003). Subjetivación del acto de desplazarse y aspectos psicopatológicos relacionados con experiencias violentas. *Investigación y desarrollo*, 11 (2), 238-253.
- Blanco, A. & Valera, S. (2007). Los fundamentos de la intervención psicosocial. En Blanco, A., Rodríguez, J. (Eds.), *Intervención psicosocial* (pp.3-44). Madrid: Pearson Educación.
- Cepeda, I. & Girón, C. (2007). La “guerra sucia” contra los opositores políticos en Colombia. En Carrillo, V., Kucharz, T. (Eds.), *Colombia: terrorismo de Estado: Testimonios de la guerra sucia contra los movimientos populares* (pp.147-171). Barcelona: Icaria.
- CODHES. (1999a, 15 de febrero). Un país que huye... *Boletín de Consultoría para los Derechos Humanos y el Desplazamiento*, 17, 1-14.
- CODHES. (2007, 30 de noviembre). Huyendo de la guerra. *Boletín de Consultoría para los Derechos Humanos y el Desplazamiento*, 72, 1-43.
- CODHES. (2008, 13 de febrero). *Departamentos de llegada años 2006-2007*. Recuperado el 28 de abril de 2008, de http://www.codhes.org/index.php?option=com_docman&task=doc_download&gid=75&Itemid=51
- Comisión Colombiana de Juristas. (2007). Prevenir el desplazamiento y proteger la vida de las víctimas. En Carrillo, V., Kucharz, T. (Eds.), *Colombia: terrorismo de Estado: Testimonios de la guerra sucia contra los movimientos populares* (pp.427-468). Barcelona: Icaria.
- Congreso de la República. (1997). *Ley 387 de 1997*. Recuperado el 25 de mayo de 2009, de <http://personeriadeduitama.gov.co/contenido/Ley%20387%20de%201997.doc>
- DANE. (2009). *Población ajustada municipal y omisión censal*. Recuperado el 6 de mayo de 2009, de http://190.25.231.242/redatam/CG2005/Total_poblacion_conciliada_mpal.xls
- Díaz, D., Rodríguez-Carvajal, R., Blanco, A., Moreno-Jiménez, B., Gallardo, I., Valle, C. & van Dierendock, D. (2006). Adaptación española de las escalas de bienestar psicológico de Ryff. *Psichotema*, 18 (3), 572-577.
- Diener, E., Sapyta, J. & Suh, E. (1998). Subjective well-being is essential to Well-Being. *Psychological Inquiry*, 9 (1), 33-37.
- Fromm, E. (1994). *La patología de la normalidad*. Barcelona: Paidós.
- Grzywacz, J. & Keyes, C. (2004). Toward health promotion: Physical and social behaviors in complete health. *American Journal of Health Behavior*, 28 (2), 99-111.
- Guzmán, G., Fals, O. & Umaña, E. (2005). *La violencia en Colombia* (Tomo I). Bogotá: Taurus.

- Herrán, M. (2005). Percepciones, estereotipos y prejuicios. En ACNUR. (Ed.), *Manual de cobertura de desplazamiento interno para periodistas* (pp. 12-32). Recuperado el 14 de mayo de 2009, de <http://www.acnur.org/biblioteca/pdf/4222.pdf>
- Keyes, C. (1998). Social well-being. *Social psychology quarterly*, 61 (2), 121-140.
- Keyes, C. (2002). The mental health continuum: from languishing to flourishing in life. *Journal of Health and Social Behavior*, 43 (2), 207-222.
- Keyes, C. (2006). Subjective well-being in mental health and human development research worldwide: an introduction. *Social indicators research*, 77, 1-10.
- Martín-Baró, I. (1987). El latino indolente. En Blanco, A. (Ed.), *Psicología de la liberación* (pp.73-101). Madrid: Trotta.
- Palacio, J. & Madariaga, C. (2006). Lazos predominantes en redes sociales personales de desplazados por violencia política. *Investigación y desarrollo*, 14 (1), 86-119.
- Palacio, J. & Sabatier, C. (2002). *Impacto psicológico de la violencia política en Colombia: salud mental y redes sociales en familias desplazadas en el Caribe*. Barranquilla: Uninorte.
- Quecedo, R. & Castaño, C. (2002). Introducción a la metodología de investigación cualitativa. *Revista de Psicodidáctica*, 014, 1-26.
- Reis, H. & Gable, S. (2003). Toward a positive psychology of relationships. En Keyes, C., Haidt, J. (Eds.), *Flourishing: positive psychology and the life well-lived* (pp.129-159). Washington: American Psychological Association.
- Ryff, C. & Singer, B. (1998). The contours of positive human health. *Psychological inquiry*, 9 (1), 1-28.
- Ryff, C., Singer, B. (2003). Flourishing under fire: resilience as a prototype of challenged thriving. En Keyes, C., Haidt, J. (Eds.), *Flourishing: positive psychology and the life well-lived* (pp.15-36). Washington: American Psychological Association.
- Sandoval, C. (1996). *Investigación cualitativa*. Bogotá: ICFES.
- Vera, B. (2006). Psicología positiva: una nueva forma de entender la psicología. *Papeles del psicólogo*, 27 (1), 3-8.
- Victoria, C. & González, I. (2000). La categoría bienestar psicológico. Su relación con otras categorías sociales. *Revista cubana de medicina general integral*, 16 (6), 586-592.
- Wrzesniewski, A., Rozin, P. & Bennet, G. (2003). Working, playing and eating: making the most of most moments. En Keyes, C., Haidt, J. (Eds.), *Flourishing: positive psychology and the life well-lived* (pp.185-204). Washington: American Psychological Association.