

MIEMBROS DEL CONSEJO DIRECTIVO

Maestro Mynor Estuardo Lemus Urbina

Director

Licenciada Julia Alicia Ramírez Orizábal de de León

Secretaria

M.A Karla Amparo Carrera Vela

M.Sc. José Mariano González Barrios

Representantes de los Profesores

Viviana Raquel Ujpán Ordóñez

Nery Rafael Ocox Top

Representantes Estudiantiles

M.A. Olivia Marlene Alvarado Ruíz

Representante de Egresados

MIEMBROS DEL CONCEJO ACADÉMICO

Maestro Mynor Estuardo Lemus Urbina

Director

Maestro Ronald Amilcar Solís Zea

Director Departamento de Postgrado

Maestra Gabriela Alvarez García

Maestro Francisco José Ureta Morales

Maestro Miguel Alfredo Guillén Barillas

Maestro José Mariano González Barrios

Docentes titulares



UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS



Cc. Archivo

CODIPs. 2597-2024

ORDEN DE IMPRESIÓN TRABAJO DE GRADUACIÓN

24 de julio de 2024

Licenciado (a)
Enríquez María Eugenia
Escuela de Ciencias Psicológicas
Edificio

Maestrante:

Para su conocimiento y efectos consiguientes, transcribo a usted el **Punto CUARTO** del **Acta TREINTA Y OCHO- DOS MIL VEINTICUATRO (38-2024)**, de la sesión celebrada por el Consejo Directivo el 24 de julio del año 2024, que copiado literalmente dice:

“CUARTO: Se conoció el expediente que contiene el Trabajo de Graduación titulado: **“Experiencias de trauma y resiliencia en la Comunidad Victoria 20 de Enero, Ixcán, Quiché.** de la maestría en **Psicología Clínica y Psicoterapia** realizado por:

Enríquez María Eugenia
Registro Académico: 202290681
CUI: 2672241250101

Con base en lo anterior, el Consejo Directivo **AUTORIZA LA IMPRESIÓN** del Trabajo de Graduación de la Maestría en Psicología Clínica y Psicoterapia 1ra. cohorte con categoría en artes.

Atentamente,

“ID Y ENSEÑAD A TODOS”



M.Sc. Julia Alicia Ramírez Orizabal de León
SECRETARIA DE ESCUELA II



Universidad De San Carlos De Guatemala
Escuela De Ciencias Psicológicas
Departamento de Estudios De Postgrado
Centro Universitario Metropolitano -CUM-
9ª. Avenida 9-45 zona 11 Edificio "A" Oficina 206
Tel. 2418-7572 postgrado@psicousac.edu.gt

D.E.P.Ps 158-2024

Guatemala 17 de julio de 2024

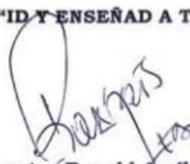
**Autorización para impresión trabajo de graduación
Maestría en Psicología Clínica y
Psicoterapia 1° cohorte**

Licenciado (a)
Enriquez Maria Eugenia
Escuela de Ciencias Psicológicas

Maestrante:

Después de saludarle cordialmente, transcribo a usted el Punto QUINTO del ACTA No. CADEP-Ps-08-2024 de fecha veinticuatro de junio del dos mil veinticuatro El director del Departamento de Estudios de Postgrado presentó el informe de la Maestra Suhelen Patricia Jiménez Pérez, responsable del curso de Seminario III, de los trabajos finales de los maestrandos de la Maestría en Psicología Clínica y Psicoterapia 1era. cohorte. Este trabajo representa el último paso para culminar con los requisitos de graduación de la Maestría. Para tal efecto, los miembros del Concejo Académico del Departamento revisaron los documentos que fueron presentados y realizaron algunas preguntas sobre contenidos que fueron de interés debido a lo innovador del tema, la metodología utilizada, entre otros. Considerando, Reglamento del Sistema de Estudios de Postgrado, Capítulo III, Evaluación del Rendimiento Académico, Artículo 61. Atribuciones del Consejo Académico, literal b, Resolver los asuntos presentados por el Director de Estudios de Postgrado; sobre la Dirección del Departamento, Artículo 66. Atribuciones de la Dirección, literal f, Organizar y supervisar el funcionamiento del control académico basado en lo dispuesto por la Coordinadora General del Sistema de Estudios de Postgrado, n. Extender certificación de cursos, constancia de derechos de graduación y certificación de actas de graduación; sobre la evaluación del rendimiento académico de los estudiantes, Artículo 86. Graduación. Cumplidos los requisitos estipulados en este Reglamento y en el Normativo específico de la Unidad Académica, se le otorgará al profesional el grado que corresponda en acto público. Considerando, el Normativo del Departamento de Estudios de Postgrado de la Escuela de Ciencias Psicológicas, en el artículo 9, Funciones del Concejo Académico, literal g, Conocer sobre asuntos estudiantiles de los programas de estudios de postgrado, tales como proyectos de investigación, solicitudes específicas y otros asuntos no previstos, se **ACUERDA:** Autorizar, la impresión del trabajo final de graduación con título **"Experiencias de trauma y resiliencia en la Comunidad Victoria 20 de Enero, Ixcán, Quiché."**

"ID Y ENSEÑAD A TODOS"



Maestro Ronald Amilcar Solis
Director Departamento de Postgrados
Escuela de Ciencias Psicológicas

c.c. archivo
Verna



Universidad De San Carlos De Guatemala
Escuela De Ciencias Psicológicas
Departamento de Estudios De Postgrado
Centro Universitario Metropolitano -CUM
9ª. Avenida 9-45 zona 11 Edificio "A" Oficina 407
Tel. 2418-7561 postgrado@psicousac.edu.gt



Guatemala, 25 de noviembre de 2023

Maestro Ronald Solís Zea
Director Departamento de Estudios de Postgrado
Escuela de Ciencias Psicológicas
Centro Universitario Metropolitano -CUM-
Universidad de San Carlos de Guatemala
Presente

Estimado Maestro Solís:

Reciba un saludo cordial. Por este medio hago de su conocimiento que emito **DICTAMEN TÉCNICO FAVORABLE** al trabajo de graduación del (de la) estudiante **María Eugenia Enríquez con carné 202290681**, previo a optar al grado de Maestro(a) en Psicología Clínica y Psicoterapia, el cual acompañé durante su realización. Dicho trabajo de graduación lleva por título **“Experiencias de Trauma y Resiliencia en la Comunidad Victoria 20 de Enero Ixcán, Quiché.”**

Atentamente,

Suhelen Patricia Jiménez Pérez
Profesor/a Seminario III
Colegiado No. 616

María Eugenia Enríquez

Licenciada en Psicología

Colegiado No. 7,944

ÍNDICE

Capítulo 1. Generalidades	13
1.1 Línea de investigación.....	13
1.2 Planteamiento del problema.....	14
1.3 Justificación	19
1.4 Alcances	20
1.5 Objetivos.....	21
1.5.1 <i>Objetivo General:</i>	21
1.5.2 <i>Objetivos Específicos:</i>	21
1.6 Definición conceptual de las variables	22
Capítulo 2. Marco Teórico.....	25
2.1 Antecedentes	25
2.2 El trauma individual y colectivo del Conflicto Armado Interno en Guatemala.....	26
2.2.1 <i>Agudización de la violencia y su impacto psicológico.</i>	31
2.2.2 <i>Impacto psicológico de la Iglesia, estado y Gobierno en tiempos del conflicto armado.</i>	34
2.2.3 <i>Trauma existencial del Conflicto Armado Interno.</i>	36
2.3 El desplazamiento y su impacto psicológico	37
2.4 Refugiados y la vivencia psicológica, adaptaciones.	38
2.5 Retornados, su regreso y esperanza.....	40
2.6 Trauma	42
2.6.1 <i>Trauma complejo.</i>	42
2.6.2 <i>Consecuencias Psicológicas del Trauma:</i>	44
2.6.3 <i>Consecuencias Postraumáticas:</i>	46
2.6.4 <i>Trauma y Transculturalidad.</i>	46
2.6.5 <i>Tipos de trauma.</i>	48
2.7 Resiliencia.....	50
2.7.1 <i>Redes de apoyo psicológico y resiliencia.</i>	51
2.8 Resiliencia en la Comunidad Victoria 20 de Enero, Ixcán.....	52
2.9 Migración.....	54
2.10 <i>Aspectos Psicológicos de la Migración.</i>	54
2.10.1 <i>Estrés en el migrante.</i>	54
2.10.2 <i>Depresión en el migrante.</i>	56

2.10.3	<i>Duelo migratorio</i>	57
2.10.3.1	<i>Características del duelo migratorio:</i>	58
2.10.4	<i>Adaptación</i>	59
2.11	Psicología de la interculturalidad	60
2.11.1	<i>Dignificación de la cultura</i>	61
2.11.2	<i>Contactos entre culturas: vida de la interculturalidad</i>	61
2.11.3	<i>Impacto psicológico e interculturalidad de conflictos armados, guerras y genocidios</i>	62
2.11.4	<i>Problemas de adaptación cultural</i>	62
2.11.5	<i>Muerte y cultura</i>	63
Capítulo 3. Marco Metodológico		66
3.1	Diseño de la investigación	66
3.2.	Sujetos	66
3.3	Instrumento	66
3.4	Procedimiento de investigación	67
3.5	Diseño y metodología del análisis de la información recabada	69
Capítulo 4. Resultados del Trabajo de campo		70
4.1	Tabla de Categorías	70
4.2	Testimonios: Detección de narrativas y presencia de variables	71
4.3	Análisis de Testimonios por variables por sujeto	72
4.4	Análisis de los resultados	126
Capítulo 5, Conclusiones y Recomendaciones		136
5.1	Conclusiones	136
5.2	Recomendaciones	139
Capítulo 6		140
Propuesta de Intervención Psicoterapéutica		140
6.1	Análisis de los participantes	141
6.2	Análisis de problemas	141
6.3	Análisis contextual y diagnóstico	145
6.4	Análisis de objetivos/opciones	146
6.5	Análisis de Opciones	147
6.6	Viabilidad	150
6.7	Marco Conceptual Sistemas de Psicoterapia	153

6.7.1	<i>Consejería y Psicoterapia Multicultural.</i>	153
6.8	Propuesta Específica de Psicoterapia Comunidad Victoria 20 de Enero, Ixcán, Quiché	155
6.9	Marco lógico	161
6.10	Presupuesto	163
6.11	Cronograma	164
6.12	Evaluación de Proyecto	165
	Bibliografía	167

Introducción

Este trabajo de investigación tiene como propósito conocer las vivencias de trauma y resiliencia de la población retornada de la Comunidad “Victoria 20 de Enero”, Ixcán, Quiché, a través de los distintos momentos que experimentados previo a su retorno, mismas que están clínicamente relacionadas con proceso de trauma (guerra, violencia, despojo, desplazamiento, duelo, estrés, refugio, adaptación, entre otros), así como por factores poderosos para el desarrollo de la salud mental como la resiliencia.

Como investigadora es emocionante poder conocer la fortaleza resiliente que desarrollaron las personas de esta Comunidad a pesar de las vivencias traumáticas; y, es importante conocer y reconocer los logros que han tenido a lo largo del tiempo. Por otro lado, hay que considerar que fue una guerra que duró 36 años, es decir una guerra larga que dejó población con traumas complejos y consecuencias psicológicas tanto para individuos como para sus familiares.

Durante la guerra ocasionada por el Conflicto Armado Interno, se evidenció que los derechos humanos y fundamentales de las víctimas fueron violados o limitados, hubo secuestros, violaciones, asesinatos, desapariciones forzadas, fue la violencia y crueldad en una de sus máximas representaciones en Guatemala, Centroamérica y Latinoamérica, llegándose incluso a considerar un genocidio. Todo esto llevó a miles de guatemaltecos a huir del país sin nada, provocando un fenómeno migratorio intercultural, ya que en su mayoría vivieron entre ocho y diez años al sur de México, todo lo anteriormente descrito, encaja con lo manifestado por (Martín-Baró, 1988), quien refiere que la guerra dejó población empobrecida y violentamente desgarrada que concentra secuelas psicológicas que deben ser tratadas y prevenidas por el trauma existente a partir del sufrimiento al que fueron expuestas. Así también, (Ruppert, 2008), refiere que la vivencia de una guerra puede ser altamente dañina para la estructura psíquica del individuo y tipifica esta experiencia dentro del trauma complejo.

Derivado de los Acuerdos de Paz del año 1996, se inicia el regreso a Guatemala de los primeros grupos de migrantes retornados. Este estudio se interesa en conocer la resiliencia de estas comunidades, siendo que la Comunidad Victoria 20 de Enero, es la primera comunidad de población retornada, por lo que no fue fácil el proceso de adaptación por la naturaleza del cambio que conlleva estrés, el trauma causado y el duelo vivido son los aspectos de importancia para entender la capacidad de resiliencia de estas personas, que tanto cuando partieron de Guatemala o cuando volvieron de nuevo, atravesaron la integración sociocultural, por medio de la interculturalidad y transculturalidad.

En este trabajo se presentan los testimonios de resurgimiento de cómo las personas afectadas por el conflicto armado regresaron a su país de origen, decididos a salir adelante a pesar de los grandes cambios a los que han sido sometidos.

Los sujetos a estudiar, son población guatemalteca compuesta por hombres y mujeres mayores de edad, retornadas a Guatemala al finalizar el Conflicto Armado Interno, instalándose en la comunidad "Victoria 20 de enero", en el municipio de Ixcán, del departamento de Quiché, Guatemala.

El tipo de estudio es descriptivo cualitativo de corte fenomenológico. Se elaboró una entrevista semiestructurada que permitió recopilar el testimonio de las vivencias de los participantes, es decir la investigación estará basada en el discurso testimonial. Se realiza en un periodo no mayor de seis meses, aplicado a una muestra selectiva mediante convocatoria directa a los participantes que cumplan los criterios de pertenecer a la comunidad ya mencionada y que sean parte del primer bloque de personas retornadas del Conflicto Armado Interno en Guatemala, que se dio el 20 de enero de 1993.

En este trabajo se deja un aporte a la sociedad guatemalteca y al gremio de psicólogos de Guatemala, al brindar una perspectiva clínica del conflicto armado interno, desde el enfoque de trauma y resiliencia que ha experimentado esta población. También es importante recordar que esta fue una etapa de mucho sufrimiento para los guatemaltecos desde su individualidad, familia y comunidad por lo que se debe tener presente la memoria histórica de lo que representó para Guatemala, la cual puede servir a las nuevas generaciones para entender el impacto del trauma individual y colectivo, previniendo que se repitan estos sucesos altamente violentos que dejaron a la población con estrés postraumático, duelos complejos y sufrimiento psicológico.

Por otra parte, es importante resaltar que una herramienta básica de la evaluación psicológica es la entrevista y el contacto con el paciente, ya que su discurso enriquece el proceso mediante las experiencias personales y en este estudio se utilizará el discurso por testimonio que permitirá clarificar a viva voz la experiencia traumática, resiliente y todos los factores psicológicos relacionados. Finalmente, la Comunidad Victoria 20 de Enero, a lo largo de su historia ha sido una población dispuesta a afrontar los retos a pesar del sufrimiento que les antecedió y decidieron volver a su patria y reiniciar su vida, adaptarse nuevamente llevando consigo la riqueza de la experiencia, la sensibilidad del sufrimiento, la mezcla cultural entre México, Guatemala y sus respectivas culturas ancestrales, interrelacionando costumbres, cultura, tradiciones, lo cual también se indagó en la presente investigación como parte de un trabajo integrativo.

Capítulo 1. Generalidades

1.1 Línea de investigación.

El campo de la psicología clínica incluida en la presente investigación, está directamente vinculado a conocer las vivencias de trauma y resiliencia de la población de retornados de la Comunidad Victoria 20 de Enero, Ixcán, Quiché.

Áreas	Líneas de investigación	Justificación
Salud mental dentro del contexto de la realidad guatemalteca. Población retornada Conflicto Armado Interno en Guatemala	Psicología clínica: Resiliencia, duelo, readaptación trauma, trauma complejo, sistemas de psicoterapia Psicología social: Multiculturalidad Violencia, trauma, estrés postraumático.	El Conflicto Armado Interno en Guatemala, ha dejado huellas indelebles en la salud de los guatemaltecos, principalmente a las poblaciones directamente afectadas, quienes han pasado por distintos procesos psicológicos y muchos se vieron obligados a huir y migrar, situación que afecta la vida de las personas que han experimentado éstas vivencias.

		<p>Por otro lado, con ocasión del inicio de los Acuerdos de Paz en Guatemala, algunos grupos que migraron deciden retornar al país, encontrándose con distintos retos por afrontar, es por ello que se considera de interés, poder visualizar las experiencias de los migrantes retornados y sus experiencias de resiliencia, así como los factores que han contribuido a su readaptación y desarrollo.</p>
--	--	---

1.2 Planteamiento del problema

El Trauma existente a partir de la exposición a guerras, violencia, despojo, riesgos y enfermedades representa un trauma complejo y desde la perspectiva de (Yalom, 1984), puede ser también un trauma existencial, una marca en la vida de la persona, su familia y comunidad que puede ser difícil de superar sin los apoyos suficientes, es por ello que la Resiliencia de una persona, familias y comunidades juega un papel muy importante en el proceso de recuperación del trauma ya que representa el estado de fortaleza que puede

poseerse luego de circunstancias difíciles; aunque se comprende que el dolor humano es parte de la vida existen vivencias que conllevan mucho sufrimiento físico, mental y emocional. En relación a esto, el Conflicto Armado Interno en Guatemala representa también un trauma psicosocial (Baró-Martín, 2000), ya que por la cantidad de población afectada se vivió una alta tasa de violencia, la cual derivó en sufrimiento psicológico en la población guatemalteca, ya que fue un conflicto que se vivió en el territorio nacional por treinta y seis años (entre los años 1960 a 1996). (Arzobispado, 2021)

El (Instituto Internacional de Aprendizaje para la Reconciliación Social, s.f.), indica que las vivencias de violencia, mediante las cuales la población experimentó emociones de forma continua como miedo por el riesgo a su integridad física y de sus seres queridos; estrés derivado de los altos niveles de alerta a los que estuvieron expuestos; y, tristeza por la pérdida de seres queridos fallecidos y desaparecidos, pérdida de tierra, casa, país, migración, entre otros.

Dentro del proceso de guerra se limitaron garantías y se violaron derechos humanos y fundamentales de las personas, que incluso más allá de los actos de represión, la violencia se hizo presente a través de asesinatos, secuestros, desapariciones forzadas, situaciones que obligaron a muchos guatemaltecos a huir del país, en muchos casos sin nada, lo que llevó al fenómeno de la migración por los altos índices de violencia generados por la guerra y el riesgo a la vida y readaptarse a nuevas situaciones.

Lo anterior, refiere que las personas pudieron experimentar procesos de trauma y a su vez factores que les ayudaron al proceso de retorno a Guatemala, iniciando una nueva vida lo que sugiere la existencia del factor Resiliencia en las personas integrantes del primer bloque de retornados.

Así también, el apoyo comunitario, la organización y la construcción de comunidades con un Yo Colectivo fuerte representan caminos de sanación y solución ante el sufrimiento experimentado.

En la misma línea, como parte de los procesos de diálogo por los Acuerdos de Paz en 1996, grupos de migrantes que huyeron a México inician a regresar a Guatemala, siendo uno de los primeros grupos de retornados, la Comunidad “Victoria 20 de enero”, siendo un 20 de enero de 1993 que se asentó en el municipio de Ixcán, departamento de Quiché, la primera comunidad. Para estas comunidades el proceso de retorno no fue fácil, requirió procesos de cambio, adaptación, estrés, trauma, duelos, entre otros, es por ello que se plantea de interés la investigación de las experiencias de resiliencia de esta comunidad representativa del grupo de retornados del Conflicto Armado Interno en Guatemala, ya que no hay suficiente conocimiento sobre este aspecto positivo de las comunidades retornadas, existen más estudios sobre las secuelas traumáticas, no así del proceso de desarrollo individual de las personas, los apoyos recibidos que han sido claves para el crecimiento comunitario.

La investigación da inicio con un breve recorrido histórico que ubique al lector en el tema del Conflicto Armado Interno en Guatemala desde el enfoque de la psicología clínica, conteniendo elementos como trauma, resiliencia, adaptación, estrés y duelo. Por otra parte, se considera que es un estudio integrativo, ya que permite tomar en cuenta en el enfoque clínico, los aspectos del ecosistema del individuo como lo son lo sociocultural a través la interculturalidad y multiculturalidad que ha experimentado, la población muestra como parte del proceso de migración, así como el proceso de adaptación a un nuevo país y cultura, sobrellevar o afrontar sus procesos psicológicos es un proceso difícil y humanamente doloroso. No obstante, pasado el tiempo toma la decisión de regresar a Guatemala, la

persona se enfrenta a nuevas experiencias y retos que hacen que se desarrolle o no el factor de resiliencia. Por tanto, esta investigación dará a conocer el testimonio de cómo las personas retornadas del Conflicto Armado Interno, han resurgido como el ave fénix luego de tanto sufrimiento psicológico y han decidido salir adelante en su país de origen pese a los grandes cambios a los que se han tenido que adaptar.

Luego de guiar al lector por la temática trauma y resiliencia, será imperativo identificar los procesos de readaptación a la comunidad incluyendo los cambios interculturales y en muchos casos la transculturalidad, puesto que la mayoría de personas de la Comunidad “Victoria 20 de enero”, huyeron a México y este cambio, conllevó adaptarse a la cultura, pero también traer elementos culturales al nuevo proceso de retorno.

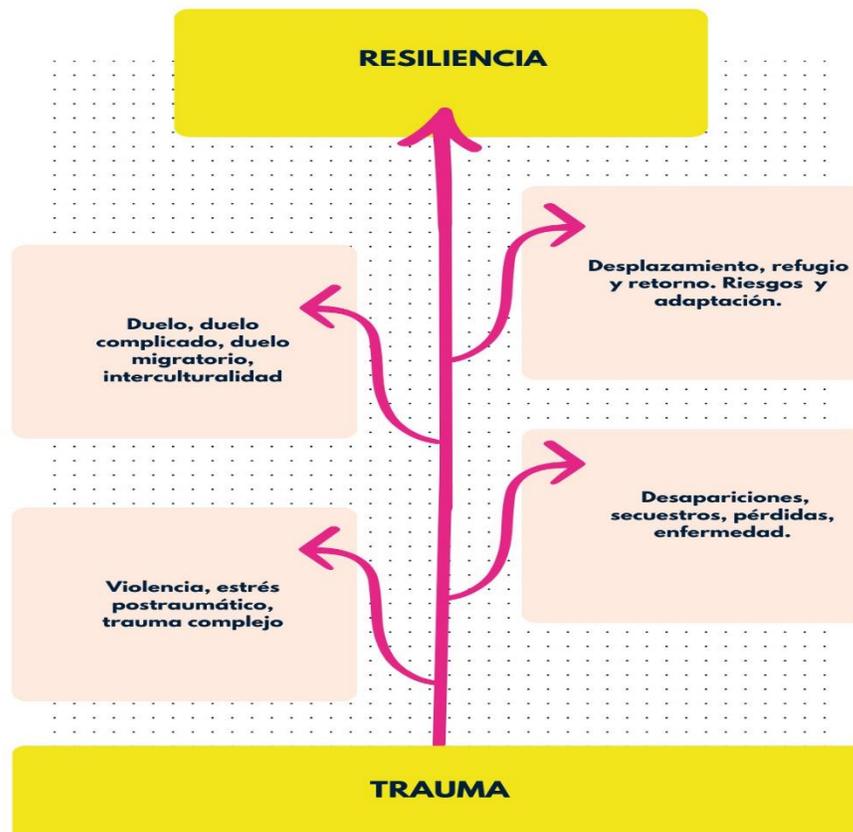
Derivado de lo anterior, es menester indicar que la orientación integrativa que ha tenido la formación de la Maestría en Psicología Clínica y Psicoterapia, hace necesario realizar un trabajo de investigación que permita la integración de factores clínicos y socioculturales, desde la perspectiva del trauma y resiliencia de personas que vivieron el Conflicto Armado Interno y que retornaron a Guatemala.

Las preguntas que orientaron la investigación son las siguientes:

- | |
|---|
| <ul style="list-style-type: none">• ¿Qué vivencias traumáticas tuvieron las personas durante el Conflicto Armado Interno en Guatemala? |
| <ul style="list-style-type: none">• ¿Qué riesgos y vivencias traumáticas tuvieron las personas durante su desplazamiento por las selvas y montañas? |
| <ul style="list-style-type: none">• ¿Qué duelos experimentó la población desplazada? |

- ¿Por qué decidieron regresar a Guatemala? ¿Se adaptaron o no a vivir en México?
¿Qué encontraron cuando llegaron a Guatemala? ¿Qué experiencias ayudaron a la población de retornados a readaptarse y desarrollarse en Guatemala?
- ¿Es la resiliencia un factor protector para personas retornadas del Conflicto Armado Interno en Guatemala?
- ¿Qué aspectos interculturales vivieron las personas que migraron del Conflicto Armado Interno y luego retornaron a Guatemala? ¿Las personas retornadas han tenido oportunidad de relatar y describir sus experiencias que les ayudaron a su desarrollo actual?

Árbol de Categorías



1.3 Justificación

La presente investigación es necesaria y relevante ya que el Conflicto Armado Interno en Guatemala, es parte de la historia y realidad nacional, es una etapa que conllevó mucho sufrimiento para los guatemaltecos, especialmente para quienes fueron directamente afectados y es parte de la memoria histórica de todo un país y que hoy en día es muy probable que aún se tengan secuelas de dichos procesos de trauma y violencia. El campo de la psicología clínica, nos permite indagar sobre los distintos aspectos psicológicos y por ende en la salud mental de las personas que han pasado por estos procesos, y uno de los factores de protección en el ser humano es la resiliencia.

La investigación pretende dar a conocer las vivencias, experiencias y testimonios de retornados del Conflicto Armado Interno y su historia de vida después de la migración, sus nuevos comienzos, su regreso al país de origen y la manera en que han afrontados los retos que trajo la decisión de regresar a Guatemala, cómo hoy en día esta comunidad: “Victoria 20 de enero”, ha salido adelante, qué dificultades tuvieron, qué retos afrontaron, qué decisiones tomaron y sobre todo hoy en día, años después de su proceso de retorno en qué situación se encuentra la comunidad.

El Conflicto Armado Interno en Guatemala, ha dejado heridas en la población, y aunque han pasado muchos años, no se debe olvidar, se debe dar a conocer que hoy en día existen comunidades resilientes que han sumado esfuerzos para su desarrollo, comunidades organizadas, personas que dan esperanza y ejemplo de supervivencia, guatemaltecos que han dado un sí a su país y a las nuevas oportunidades.

Por otro lado, es interesante evidenciar que al momento de migrar se dan fenómenos culturales que van interrelacionando las costumbres y dan paso a procesos de transculturización, tal como se detallará más adelante, de cómo los hijos de retornados nacidos en México hoy en día han traído muchas costumbres al área de Ixcán, dando vida al fenómeno de la interculturalidad.

Este trabajo es necesario ya que aportará una nueva perspectiva de las personas retornadas, una visión llena de esperanza y superación, siendo un componente esencial la resiliencia, como factor de fortaleza para el ser humano en medio de condiciones adversas, a través del testimonio de miembros de la Comunidad “Victoria 20 de enero”.

1.4 Alcances

Por las características ya indicadas del problema a investigar, se considera que el presente trabajo es un estudio cualitativo con enfoque fenomenológico, que implica la integración de una entrevista profunda a través del testimonio.

La presente investigación será aplicada en una muestra intencional y selectiva, en un periodo no mayor a seis meses, a través de convocatoria directa a los participantes que cumplen los criterios de pertenecer y ser residentes originarios de la comunidad “Victoria 20 de enero”, de Ixcán, Quiché, comunidad conocida por estar conformada por personas retornadas del Conflicto Armado Interno en Guatemala.

1.5 Objetivos

1.5.1 Objetivo General:

Conocer las experiencias de trauma y resiliencia de la población de retornados de la Comunidad Victoria 20 de Enero, Ixcán, Quiché.

1.5.2 Objetivos Específicos:

- Describir las manifestaciones de trauma y de resiliencia en personas retornadas de la Comunidad Victoria 20 de Enero, Ixcán, Quiché.
- Conocer las vivencias personales, familiares y grupales, que experimentaron en su proceso de migración.
- Identificar los procesos de readaptación a la comunidad, incluyendo los procesos de cambios interculturales.
- Identificar los Sistemas de Psicoterapia que se pueden integrar para el abordaje.

1.6 Definición conceptual de las variables

1.6.1 *Manifestaciones de Trauma*

El trauma se refiere a la herida psicológica que puede experimentar una persona a lo largo de su vida, puede ser una o varias veces y se puede manifestar con distintos acontecimientos que pongan en riesgo la integridad de la persona. El trauma puede tener distintas manifestaciones como la existencia de emociones intensas como el miedo, la ansiedad, la tristeza. Por otro lado, lleva a su alrededor mecanismos psicológicos complejos como la culpa, la evitación, disociación, embotamiento emocional, entre otros. También el trauma puede generar en el individuo afectación en sus relaciones interpersonales e intrapersonales, manifestándose por ejemplo con desconfianza excesiva de las personas o de su entorno, así como en algunos casos puede existir confianza desmedida por la necesidad de protección de parte de otras personas. En sus relaciones intrapersonales pueden existir manifestaciones de enojo mal regulado, el cual puede afectar a la persona directamente con el mal control de impulsos, sentimientos de coraje, ira u odio, podría afectar a los demás cuando la persona que ha sufrido trauma ejerce acciones violentas en contra de los demás, ideas de venganza, todo lo anterior como consecuencia del trauma. También cuando el trauma es ejecutado por otras personas, se puede manifestar con violencia, es decir, la víctima puede en algún momento también ejercer violencia si ha estado muy expuesta. En el caso de la presente investigación, se pretende conocer el discurso de hechos que el participante considera como impactantes, que le han afectado y que fueron circunstancias traumatizantes por lo que se evaluarán dichas manifestaciones conforme el discurso y testimonio.

1.6.2 Manifestaciones de Resiliencia

Montero (2022), refiere que es el proceso y el resultado de lograr adaptarse a una experiencia vital desafiante, o difícil, por medio de la flexibilidad mental, conductual y emocional a las demandas que ocurren externas como internas. Los factores sociales, personales y las estrategias de afrontamiento contribuyen a su desarrollo. Las habilidades y capacidades adaptativas asociadas a la resiliencia se pueden aprender, es posible cultivarlas. Es entonces el conjunto de factores que hacen que un individuo se vuelva más flexible y mucho más resistente a los efectos de deterioro que causa el estrés. También se puede definir como la adaptación óptima ante circunstancias de amenaza. La resiliencia de personas que han vivido una guerra, tiene muchas aristas, una de ellas tiene mucho que ver con el apoyo de las personas, países o instituciones a su alrededor, también con oportunidades de desarrollo y hoy en día la atención en salud mental viene a ejercer una parte importante para el desarrollo de resiliencia, especialmente de prevención y detección temprana de síntomas psicopatológicos o trastornos mentales.

1.6.3 Vivencias personales, familiares y grupales en proceso de migración

Cada ser humano va acumulando a lo largo de su vida y desarrollo distintas experiencias las cuales pueden quedar documentadas en un historial clínico; sin embargo, la Psicología Integrativa, plantea ver más allá de la historia individual de un paciente, invita a conocer a su familia, su entorno, sus grupos de desarrollo y todos los elementos que han construido la historia individual, esto incluye el país de origen y los lugares geográficos en que la persona puede migrar.

La migración conlleva una serie de retos y dificultades, especialmente situaciones de estrés y adaptación. El proceso de migración puede conllevar dificultades dependiendo la forma en que se decide migrar, existen maneras seguras de migración y otras que van a representar alto nivel

de riesgo, especialmente en el camino, lo cual puede representar exponer su integridad ante las inclemencias del tiempo, la intemperie, delincuencia, falta de acceso a insumos básicos, etc. (Enríquez, 2023)

1.6.4 ***Procesos de readaptación a la comunidad y cambios interculturales.***

Se refiere a los cambios por los que ha pasado un grupo de personas especialmente en situaciones de migración, donde viven por años en otro país, en el caso de la presente investigación las personas vivieron en la frontera sur de México, el retorno (regreso) a Guatemala representó una readaptación y debido a la convivencia con la cultura de otra país se podrían manifestar integraciones interculturales. (Achotegui, 2022)

Capítulo 2. Marco Teórico

2.1 Antecedentes

(De León & Ruiz, 2007), realizaron el estudio denominado “La resiliencia en comunidades afectadas por la violencia política durante el Conflicto Armado Interno”, su objetivo fue establecer los factores de resiliencia, en jóvenes provenientes de áreas rurales y que pertenecen a hogares que fueron víctimas del Conflicto Armado Interno. El estudio se llevó a cabo con ocho jóvenes estudiantes de cuarto magisterio, a través de la técnica de observación y reconstrucción de vivencias mediante una guía de entrevista previamente preparada. Identificaron factores de riesgo debido a las secuelas de la guerra y se enfocaron en factores protectores, correlacionando tanto los factores de riesgo como los factores protectores para llegar a un proceso de esclarecimiento de resiliencia. Dentro de los hallazgos encontrados refieren factores de protección como autoestima, deseo de superación, y la influencia positiva del medio familiar, así como de los grupos de apoyo comunitarios, los cuales generaron cambios significativos. También refieren en la investigación un reforzamiento de la cultura y creencias.

Asimismo, detectaron como principales factores de riesgo la pobreza, ausencia de un familiar, ausencia del sentido de pertenencia, e incluso conductas adictivas, detectando que el factor protector más fuerte fue el apoyo familiar. Concluyeron que los jóvenes entrevistados, derivado de las múltiples dinámicas experimentadas, eran jóvenes autónomos, con expectativas más altas, así como fijación de objetivos o metas, indicando que la prueba era el proceso de reinserción educativa de los jóvenes quienes estaban próximos a graduarse de la carrera de Magisterio. Razón por la cual, luego de analizar esta investigación, se rescata la interacción entre factores de riesgo y factores protectores que formaron generaciones más resiliente, no obstante, la muestra utilizada en dicho estudio fue pobre como asegurar la presencia de resiliencia en generaciones de familias que vivieron el Conflicto Armado Interno.

(Arcón, 2008), realizó la investigación sobre “Situación socioeconómica de los desplazados internos, víctimas del Conflicto Armado Interno”, el cual tuvo como objetivo dar a conocer la situación socioeconómica de desplazados internos ubicados en el sector “Mario Antonio Díaz”, Villa Nueva Guatemala. Utilizó técnicas de investigación del área social, entrevista, visita domiciliaria entre otras estrategias de investigación. Dentro de sus conclusiones, se encuentra que, en el aspecto psicosomático, la mayoría presenta problemas gastrointestinales, enfermedades en articulaciones, producto de la falta de alimento durante el tiempo de persecución durante el desplazamiento y falta de acceso a atención médica adecuada. También, concluyeron que la mayoría de participantes subsisten de la economía informal. Así también llama la atención que mantienen sentido de pertenencia cultural, ya que a la fecha de la investigación portaban la vestimenta de su lugar de origen, hablan aún el idioma maya entre la familia de origen, no así con las nuevas generaciones. Cabe resaltar que se cita como antecedente esta investigación, ya que realiza un trabajo con personas que vivieron de forma directa la situación del conflicto armado en Guatemala, y también porque la autora ya refiere dentro de su proceso los antecedentes de que una de las primeras comunidades en establecerse en Guatemala con grupo de retornados, fue la Comunidad “Victoria 20 de enero”, en Ixcán, Quiché.

2.2 El trauma individual y colectivo del Conflicto Armado Interno en Guatemala.

La (Comisión para el Esclarecimiento Histórico de Guatemala, 1999), realizó el informe “Guatemala, memoria del Silencio”, mediante el cual en su parte introductoria se enfoca en la parte histórica del Conflicto Armado Interno, menciona los antecedentes y causas históricas del conflicto y contempla distintos elementos desde la estructura agraria, racismo, exclusión hasta el autoritarismo, lo cual permite reflexionar sobre las causas que antecedieron en la historia y que llevaron a que en Guatemala se diera un estallido del conflicto; es por ello que se citará la parte

histórica pero se le brindará un enfoque de análisis desde la perspectiva de la psicología clínica, especialmente desde la visión de la psicotraumatología, el estrés, adaptación y duelo.

Para fines de centralizar la información de esta investigación, será de apoyo enfocarse en la etapa de agudización de la violencia y la militarización del Estado, puesto que gran parte de los procesos más graves y traumáticos se dieron a finales de los años setenta abarcando hasta 1985, lo cual indica que terminó la violencia, puesto que al investigar la historia se evidencia que Guatemala ha pasado por años de perpetuación de la violencia, inequidad, exclusión social; sin embargo, la etapa de agudización de la violencia será de base para esta investigación.

Conflicto Armado Interno

(Lawand, 2012), indica que el Conflicto Armado Interno se refiere a los enfrentamientos armados largos que se dan entre fuerzas armadas gubernamentales y las fuerzas de uno o más grupos armados o entre estos grupos, que se realizan en el territorio de un estado. El enfrentamiento con armas alcanza un nivel considerado mínimo de intensidad por ejemplo que el gobierno tenga que recurrir con los militares contra los insurrectos en vez de recurrir únicamente a la fuerza policial. Y los bandos que participan en este conflicto deberán de tener un mínimo de organización, cierta estructura de mando y poder mantener operaciones militares.

Conflicto Armado Interno en Guatemala

La Comisión para el Esclarecimiento Histórico (2006), refiere que el enfrentamiento armado en Guatemala, tiene como actores principales al ejército y a los insurgentes. Las investigaciones también han demostrado la participación y la responsabilidad del estado entero con sus agentes y mecanismos, los grupos de poder económico, partidos políticos y diferentes sectores de la sociedad civil en la génesis, progreso y duración de la violencia. Esta última fue legitimada por el peso de los valores ideológicos que han estado presentes a lo largo de la historia de Guatemala.

Esto ayudó a la formación de una cultura racista y en contraposición con las ideologías de la guerrilla, construyeron y consolidaron el entramado de lo violento del enfrentamiento armado y del carácter histórico de la violencia en la sociedad guatemalteca. Esto explicaría los orígenes y curso del prolongado enfrentamiento armado. Demostrando que está determinado por una historia profunda, con carácter excluyente, estructurado, racista, centralista, autoritario que adquirió la sociedad, el estado y la economía de Guatemala.

Un Conflicto Armado Interno es parte de las experiencias que puede afectar significativamente la vida de una persona, especialmente en su salud emocional, generando en la mayoría de casos un Estrés Agudo y en la mayoría de casos un Estrés Postraumático, es decir una herida psicológica que puede afectarle temporalmente o a largo plazo, respectivamente, incluso durante toda su vida dependiendo de la exposición que tuvo el individuo a la violencia o a ser testigo de hechos concernientes a un Conflicto Armado Interno que incluye presenciar alto grado de violencia, maltrato, abusos, torturas, secuestros, desapariciones, así como el proceso de lucha por la supervivencia que puede llevar a huir y activar mecanismos que preparan al organismo ante altos niveles de estrés.

En relación al Conflicto Armado Interno en Guatemala, las personas no lo vivieron únicamente de forma individual sino también colectiva, ya que fueron familias, grupos y poblaciones que fueron afectadas de forma directa.

(Vela, 2011), expresa que es importante continuar investigaciones que reconozcan la historia de Guatemala con el objetivo de: ***“que no se repita jamás la historia de violencia”***. Derivado de lo anterior es importante reconocer que la historia es un aspecto importante de la vida del individuo, desde la perspectiva de la Psicología Clínica el historial clínico de una persona, sus familiares y generaciones brinda pautas para conocer más su forma de ver el mundo, su

conducta, desarrollo, sistema de pensamiento entre otros aspectos, y ahora viene la interrogante ¿Qué pasa si una historia de trauma se repite no sólo en un individuo, sino en miles de personas y familias?; ¿acaso no se llegará a un trauma colectivo?, he ahí la importancia de que hoy en día, todavía se escriba sobre lo que pasó en Guatemala durante el Conflicto Armado Interno.

En la actualidad aún existen personas que dan testimonio de lo que vivieron de forma directa, ya que fueron treinta y seis años de conflicto y muchas experiencias significativas, especialmente si se indaga en los aspectos psicológicos (qué pensaron, qué sintieron, cómo lo afrontaron, cómo les afectó). Actualmente también los hijos y nietos de quienes lo vivieron directamente y fueron afectados todavía tienen muy presentes los hechos que sufrieron sus abuelos y padres, tratándose posiblemente de trauma intergeneracional. Es por ello, que la historia del Conflicto Armado Interno en Guatemala no se restringe a un hecho pasado que se debe olvidar, sino tener presente para tratar hoy en día las secuelas de sufrimiento inclusive, por qué no referirlo, tratar el trauma colectivo de los sobrevivientes y sus familias.

Por otro lado, (Simon, 2002), indica que, derivado de las vivencias durante el Conflicto Armado Interno en Guatemala, la población y comunidad internacional debían tener acceso a la verdad de los hechos, derivado de ello a mediados de 1994, se establece el llamado “Acuerdo de Oslo”, que establece que debe crearse una Comisión para el Esclarecimiento Histórico, que por sus iniciales se conocería como la CEH. Fue en 1997, cuando el Secretario General de Naciones Unidas nombra al primer comisionado, siendo el Doctor Christian Tomuschat, quien fue conocedor de los hechos mediante la Comisión de Derechos Humanos en los años 1990^a 1993.

La Comisión, debía estar integrada por personas ajenas al conflicto, podían ser miembros internacionales o nacionales que tuvieran la capacidad de brindar una visión veraz y objetiva de lo que realmente pasó en Guatemala por medio de la investigación y documentación. Los

miembros de la Comisión gozaban de inmunidad contra arresto y prisión por la naturaleza de los hechos que se investigarían, por lo que se les resguardaba de cualquier tipo de presión que pudieran tener con el fin de garantizar la imparcialidad del proceso de investigación. Luego de varias gestiones, preparación de financiamiento, organización la Comisión para el Esclarecimiento Histórico (Guatemala), inicia funciones el 31 de julio de 1997. Su personería jurídica tenía la complejidad de estar entre el derecho nacional e internacional, con el propósito principal de gozar independencia absoluta.

En febrero de 1999, la CEH publica su informe final, el cual estuvo conformado por doce tomos, mediante los cuales concluye que el enfrentamiento armado interno en Guatemala, tuvo un saldo de más de doscientas mil personas fallecidas y desaparecidas. Así también, estableció que aproximadamente entre quinientas mil a más de un millón de personas tuvieron que huir a refugios, desplazarse o establecerse en campamentos de refugiados en otros países. Toma como referencia del grado estadístico de huida y desplazamiento que en esos años la población guatemalteca era de aproximadamente seis millones de personas, lo que refiere un altísimo índice de personas exiliadas. Por otro lado, estimó que los años más violentos fueron entre 1981 y 1983. En este caso es importante referirse al impacto psicológico para los familiares y sobrevivientes debido a la cantidad de personas fallecidas y desaparecidas, es decir, fueron miles las familias afectadas y la cantidad es tan significativa que se puede deducir la existencia de un Trauma Colectivo para miles de guatemaltecos. Cabe resaltar que los desaparecidos y fallecimientos derivados de violencia afectan severamente a los sobrevivientes ya que muchos familiares hasta la fecha no han podido tener un proceso de cierre emocional de su duelo, ya que los rituales de despedida son altamente significativos en la cultura guatemalteca.

Finalmente, en cuanto al establecimiento de responsabilidades de las partes, refirió que el Estado de Guatemala “reprimió libertades políticas de sus ciudadanos con métodos terroristas”,

refiriendo que cualquier persona considerada subversiva podía ser privada de su vida. Estableció que el 93% de infracciones jurídicas fueron del Estado de Guatemala, versus un 3% y 4% atribuidas a grupos armados. En cuanto a las poblaciones víctimas que fueron identificadas se estableció que el 83% pertenecían a la población maya. Las infracciones tanto del estado como de grupos militares insurgentes, fue de pleno conocimiento de sus más altas autoridades, considerándose inclusive crímenes de lesa humanidad.

Referente a lo anterior, es importante citar el impacto psicológico que tiene para una persona el no sentirse protegida por su sistema, en un país los ciudadanos deben de gozar garantías de respeto a sus derechos humanos fundamentales, por tanto, es importante citar el aporte de (Ruppert, 2008), referente al Trauma del Sistema de Vinculación, que se refiere a los traumas que sufre un individuo dentro o fuera de la familia y que pueden ser graves que incluye asesinatos, secuestros, exposición a abusos graves, esto puede generar tanta afectación psicológica que se puede prolongar a lo largo de varias generaciones, es por ello que puede existir un trauma en el sistema de vinculación puesto que el Estado como tal no garantizó sus derechos y expuso a las miles de personas víctimas a cualesquiera de abusos, violencia y graves carencias humanitarias.

2.2.1 Agudización de la violencia y su impacto psicológico.

Citando lo indicado por la Comisión para el Esclarecimiento Histórico, se refiere que durante los años 1979 a 1985, se da una escalada de violencia que pretendía el uso de la fuerza no únicamente con fines políticos de aniquilar a líderes de la guerrilla sino ya tenía un enfoque de terminar en sí con el movimiento social. Para ello se enfocó en atacar áreas donde se había detectado que existían grupos fuertes de la guerrilla, importante saber que esto incluía a las poblaciones, en su gran mayoría de etnia maya. En este aspecto es importante resaltar que al

acabar con personas, familias, comunidades y poblaciones, no solamente afectaban a las personas en sí, sino a la cultura y es importante recordar que psicológicamente la cultura también es identidad, que representa modos de pensar, sentir y actuar que deben ser respetados, no obstante ante una escalada de violencia también se aniquilaba el yo colectivo.

La organización de grupos civiles que buscaban una lucha y movimientos sociales para reestructurar la sociedad y economía, se volvieron movimientos de lucha política que iban fortaleciéndose y en constante crecimiento, situación que no era del agrado de los regímenes militares, generando conflicto en el momento que surgen y aniquilando a grandes líderes sociales que encabezaban movimientos de movilización social. En esta parte es importante hacer referencia al factor humano de la esperanza¹, es decir, muchos grupos civiles esperaban cambios estructurales y su lucha era la forma de que la esperanza individual y colectiva prevaleciera.

Entre 1978 y 1982, el gobierno de Romeo Lucas García se enfoca en la destrucción del movimiento social en el área urbana y rural, derivado que el mismo estaba en constante crecimiento, por ello se dio un gran combate contra la guerrilla, cabe resaltar que los gobiernos anteriores también continuaban siendo electos bajo regímenes militares y Romeo Lucas, era el tercer gobernante electo bajo un modelo militar. Así también, la persecución política que se vio agudizada y ampliada hacia distintas profesiones, incluyendo jueces, abogados entre otros, con el fin de paralizar la justicia. Es decir que se trató de una etapa crítica de disconformidad social, del uso abusivo de la ley hasta ir escalando a la violencia como asesinatos, desapariciones de líderes. Se buscaba desestructurar política y socialmente a cualquier movimiento que representara subversión y ya abarcaba persecución política a profesionales y estudiantes de distintas carreras. También la economía sufrió cambios drásticos, inició ausencia de inversión internacional y se considera que se empezó a consolidar la corrupción como un “mal crónico”.

¹ Esperanza: Beck (1974), evalúa las expectativas de una persona hacia el futuro. Es predictor del estado de ánimo y sentimientos de desesperanza que pueden llevar a las personas a sufrir depresión.

Guatemala en este tiempo ya fue foco de interés para la comunidad internacional siendo objeto de fuertes sanciones y se dio también aislamiento internacional ya que estaba ya considerándose un estado altamente represivo. Tomando en cuenta lo anterior, las personas se iban organizando con distintos objetivos, no obstante los movimientos represivos buscaban su desaparición, acá es importante enfocarse en que una de las poblaciones más afectadas y perseguidas a nivel ciudadano fueron los jóvenes, especialmente universitarios, desde el punto de vista del desarrollo psicosocial el joven se encuentra en la etapa de la vida más fuerte y productiva, donde según (Erikson, 1971), puede generar grandes aportes a su entorno, desarrollo y claramente a la sociedad, no obstante, el silenciar sus voces por medio de la represión y la violencia, genera un impacto no sólo en los jóvenes que participaban activamente en los movimientos sino también en quienes tenían esperanza de cambio generando en muchos jóvenes y sus familias conductas pasivas como la no participación, el miedo e incluso afectación en seguir sus estudios universitarios debido a la represión de la época.

En marzo de 1982 un grupo de militares dan un Golpe de Estado y es en ese año cuando Efraín Ríos Montt se declara Presidente de la República, continúa las estrategias de ataque las cuales denomina la investigación como “tierra arrasada”, esto incluía presencia militarizada más focalizada, destrucción de aldeas y el establecimiento de bases militares (Patrullas de Autodefensa Civil)². Derivado de esto y claramente de las formas más violentas la población civil se ve en la necesidad desplazarse de forma masiva, huyendo de las áreas de conflicto. En el tema político y legal, el poder militar tuvo intervención directa en lo judicial dándose una militarización de la justicia.

² Estructuras militarizadas para establecer mayor control en la población en apoyo a las defensas militares, estableciendo funciones de vigilancia a las poblaciones., y buscaba reducir la insurgencia y manejar los denominados polos del desarrollo.

2.2.2 Impacto psicológico de la Iglesia, estado y Gobierno en tiempos del conflicto armado.

Es un tema amplio y complejo; sin embargo, es importante citar la influencia que tienen líderes religiosos en sus seguidores, en algunos casos llegando a faltas a la lógica como en el populismo y al citar la religiosidad: “quien habla de dios es buena persona”, “El general Efraín Ríos Montt, habla de dios”; por tanto, es buena persona, hay que escucharle. Esta etapa también está marcada por el conflicto político-religioso, Ríos Montt solía mantener discursos radiales moralistas. (Garrard-Burnette, 2013), refiere que su influencia religiosa, generaba discursos moralistas y nacionalistas, puesto que se denominaba pastor, la continuidad de discursos de domingo generaban una respuesta efectiva para ejercer control en la población más no congruente con las acciones violentas que el gobierno militar encabezaba. Cabe resaltar el choque marcado contra la iglesia católica, se reprimía incluso se les acusaba de brindar apoyo a grupos contrainsurgentes, existían falacias en el discurso a la población que desviaban al escucha de lo que políticamente pasaba hasta hacerlo un líder moral que buscaba la salvación de un pueblo. Se dio un creciente incremento de poblaciones evangélicas, frente a la persecución política de líderes religiosos católicos. Cabe resaltar, que, según la investigación, el ser católico o evangélico no hizo a las personas inmunes de la violencia, ya que las represiones eran masivas.

En cuanto al tema de discriminación, se refiere que las poblaciones indígenas eran consideradas “fácilmente manipulables” por insurgentes y contrainsurgentes y pensaban que su participación se debía a la “presión”, “resentimiento” y “abandono”, derivado de esto consideraban que las poblaciones indígenas fortalecían los movimientos insurgentes y eran considerados potencialmente peligrosos.

Así también, señalan que el gobierno del General Humberto Mejía Víctores, continuó con la estrategia de militarización y lograron la expansión de las Patrullas de Autodefensa Civil. Importante señalar que las PAC, se constituyeron como una estructura a la cual le fue brindado el poder sobre las poblaciones civiles como control, vigilancia militarizada, alterando la dinámica de las comunidades. Estudios indican que llegaron a ser casi un millón de patrulleros al servicio del ejército.

Finalmente, el poder del Estado militar, rebasó la capacidad de la guerrilla en cuanto a estrategias operativas y armadas, una derrota política-militar. Los grupos organizados lograron tener influencia a nivel internacional y desplegarse en el plano diplomático. Hoy en día es interesante estudiar la influencia de la política que se vivió en esos años críticos y los constructos luego de los Acuerdos de Paz de 1996, derivado que sin armas Guatemala sigue siendo víctima de distintos tipos de violencia: violencia política, corrupción, trauma, así como el nacimiento de pandillas y crimen organizado. Como en muchos países alrededor del mundo las diferencias políticas e ideológicas aún están presentes, con la diferencia que las estrategias son diferentes.

2.2.3 Trauma existencial del Conflicto Armado Interno.

(Ruppert, 2008), se refiere a Trauma Existencial como cualquier amenaza a la vida o existencia de un individuo, el hecho de pasar por el riesgo a la vida misma, representa una experiencia de las más profundas donde el individuo pasa por un peligro en muchos casos mortal lo cual puede ser traumático y tal experiencia va acompañada de sufrimiento psicológico y emociones como el miedo, tristeza, angustia, culpa, entre otras.

El (Arzobispado, 2021), según la ODHAG, indica que la violencia durante el Conflicto Armado Interno, afectó a las personas a nivel individual, familiar y comunitario. Las personas fueron afectadas por distintas situaciones, siendo los efectos psicosociales los que fueron más evidentes.

(Guatemala, 1998), así también se refiere que las víctimas del Conflicto Armado Interno son personas asesinadas, desaparecidas y torturadas, así como víctimas de masacres. Lo anterior victimiza también a los familiares, comunidades y toda aquella persona que vivió de cerca dichas situaciones. Dentro de las violaciones a los derechos humanos de las personas, se enlistan las siguientes:

<p>Muerte directa, muerte indirecta, desaparición forzada, desaparición, apareció vivo, tratos crueles y torturas, atentado con lesiones, atentado con daños, amenazas a personas, amenazas a instituciones o grupos.</p>
--

FUENTE: Guatemala Nunca Más. Pág. 529

2.3 El desplazamiento y su impacto psicológico

(La Comisión Interamericana de Derechos Humanos de la Organización de Estados Americanos), refiere que el desplazamiento derivado del Conflicto Armado Interno en Guatemala, fue de aproximadamente cuarenta y cinco mil personas, esto confirmado por el Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Refugiados.

También define los términos de acuerdo al tipo de desplazamiento:

- **Desplazado interno disperso.**
- **Desplazado interno en la montaña**
- **Desplazado interno retornado.**

En relación al término desplazamiento, se refiere al traslado de personas que huyen de eventos de violencia buscando refugio o que se dispersan ya sea en el territorio nacional, en la montaña o inclusive en otro país.

Es interesante conocer los distintos testimonios de quienes en su momento fueron desplazados, debido a la violencia las poblaciones buscaban refugio fuera de sus departamentos, inclusive buscaron la ciudad capital. Una situación muy común fue el desplazamiento por la montaña. Entre los años 1980 a 1983, se tuvieron desplazamientos masivos, personas, familias, grupos y comunidades buscaban huir de sus áreas de origen o vivienda hacia territorios seguros.

Por otro lado, (Aldeas Infantiles S.O.S. para Latinoamérica y el Caribe, 2019), se refiere a los riesgos que pueden existir ante la movilización, siendo incluso el riesgo de perder la vida o sufrir un accidente en el trayecto, situaciones por las que pasa el individuo que sin duda alguna ponen en alerta y situación de estrés, activando los mecanismos más ancestrales de supervivencia.

Así también, las poblaciones desplazadas durante el Conflicto Armado Interno, presentaban temor puesto que su trayecto incluía transitar por las selvas y montañas constituían territorios aislados. Muchos se desplazaban bajo los peligros de la noche, ya que era más seguro transitar, es decir avanzaban y corrían menos peligros de ser vistos, y por el día se escondían para no ser descubiertos.

Dentro del desplazamiento interno retornado, son personas que se resguardaron precisamente en las montañas y luego tuvieron un proceso de ubicación. El desplazado era un nómada del trauma y violencia, huía para buscar sobrevivir. Este desplazamiento no sólo se dio hacia áreas aisladas, la contraparte es que muchas personas abandonaron sus aldeas y lugares de origen hacia cabeceras departamentales y lugares con mayor población.

(Worby, 2002), indica que fueron más de millón y medio las personas desplazadas. Las personas que el gobierno no recuperaba para su servicio podían ser acusadas de ser cómplices de la guerrilla y expropiadas de sus tierras, lo que generaba que el desplazamiento se diera con fines de refugio; sin embargo, muchas familias no lograron llegar a fronteras más seguras. A quienes llegaron, se les llamó refugiados y se establecieron en las áreas fronterizas especialmente de México.

2.4 Refugiados y la vivencia psicológica, adaptaciones.

(Worby, 2002), indica que más de cuarenta y cinco mil personas huyeron de la guerra y lograron refugiarse, siendo su etapa más aguda entre 1980 y 1983, derivado de la violencia se desplazaron hasta llegar a las fronteras, especialmente en el sur de Chiapas. La mayoría de refugiados eran campesinos de distintas etnias mayas quienes lucharon por llegar a frontera segura. Cabe recalcar que muchas personas dejaron todo a su paso por la búsqueda de la sobrevivencia, esto incluía tierras ancestrales que sus generaciones habían cultivado por años,

aunque se tratara de tierras pequeñas socioculturalmente era su medio de subsistencia y dejarlo tenía un gran significado de duelo y pérdida.

En México, ingresaron a los denominados “Campamentos”, que eran áreas específicas para los refugiados guatemaltecos, la Comisión Mexicana de Apoyo a los Refugiados COMAR, representó un apoyo a las poblaciones de guatemaltecos en situación de refugio.

Cabe resaltar que el refugio era una medida que las poblaciones la consideraban como una decisión temporal y generalmente tenía relación con estados de emergencia y sobrevivencia ya que las poblaciones indígenas y campesinos tenían una conexión importante con la tenencia de la tierra y huir significaba dejar todo. Algunos visualizaban el refugio como una medida temporal de semanas o meses, no se dimensionaba que iban a ser años que las familias guatemaltecas se iban asentar en tierras mexicanas. Su situación de refugio les alejaba cada día de recuperar sus tierras ya que muchas eran invadidas y otras eran cuidadas genuinamente por familiares o vecinos.

Es importante citar la situación de refugio y su relación con la tenencia de la tierra, derivado que fue una de las fuentes principales de motivación para que los refugiados regresaran a Guatemala. Derivado de eso, se refieren dos momentos importantes en la lucha de la recuperación de la tierra que habían dejado los refugiados, uno es en 1987, mediante un movimiento de repatriación por medio de un pequeño grupo, esto se dio antes del gran retorno de 1993. Cabe resaltar que los retornos de 1987 por pequeños grupos y el movimiento de 1993 también fue fuente de conflicto, ya que quienes durante diez años habían invadido las tierras, las reclamaban como propias. Parte del éxito para la recuperación de las tierras fueron los apoyos recibidos por parte de ACNUR, la Conferencia Episcopal de Guatemala y el Procurador de los Derechos Humanos.

2.5 Retornados, su regreso y esperanza.

El proceso de retorno representó procesos de diálogo, organizar y sobre todo esperanza de la población refugiada de regresar a su país, extrañaban la tierra, la siembra y agricultura, querían ir a enterrar a sus muertos y sobre todo hacer frente a un pasado traumático bajo una nueva reestructuración comunitaria y también cognitiva porque sus años de refugio representaron estar lejos de su país, no saber de sus familiares, incluso muchos deseaban regresar con la esperanza de encontrar a sus desaparecidos y dar cristiana sepultura a sus muertos.

(Fundación Arias para la Paz y Progreso Humano, 2000), indica que el retornado del Conflicto Armado Interno es la persona que decide regresar a Guatemala luego de su proceso de refugio en la frontera sur de México.

La Organización Internacional para las Migraciones -OIM-, (2019), señala que el migrante retornado es la persona que pasa por el proceso por el cual una persona regresa o es llevada de vuelta al punto de donde partió. Este retorno puede producirse dentro de los límites territoriales de un país, por ejemplo, los desplazados internos que vuelven o los combatientes desmovilizados. O entre un país de destino y uno de origen, como les sucede a los trabajadores migrantes, los refugiados y los que solicitan asilo. Está el retorno voluntario, esto es el regreso asistido o independiente al país de origen, de tránsito u otro país, fundamentado en la decisión voluntaria de quien retorna. Y el retorno forzado, es el movimiento migratorio que se puede dar por diversos factores, pero el centro de esto es que se realiza a través de la fuerza, violencia física o psíquica, impidiendo o reprimiendo la voluntad de la persona.

El proceso de retorno fue posible gracias a distintos procesos de diálogo que tuvo actores que apoyaron el movimiento de un retorno seguro a Guatemala. Las Comisiones Permanentes de Refugiados lograron acuerdos con el Gobierno y fue así como se logró el histórico “Acuerdo del

08 de octubre de 1992". Este acuerdo es considerado de gran importancia para el proceso de regreso a Guatemala debido a que estableció un retorno organizado, colectivo y con garantías de seguridad para las poblaciones refugiadas.

Según (Worby, 2002), el Acuerdo del 08 de octubre de 1992, es considerado uno de los retornos más organizados en la historia y un reclamo auténtico de derechos fundamentales que incluye regresar con la seguridad de la tenencia de una tierra.

Es importante hacer ver el papel de las mujeres refugiadas en las negociaciones del retorno colectivo ya que asumieron roles estratégicos, participación y espíritu de lucha; no obstante, al retorno, muchas mujeres retoman actividades del hogar, generando más participación de los hombres. El papel tan importante de las mujeres se debió a varios apoyos institucionales quienes las mismas mujeres refieren como un gran trabajo de empoderamiento femenino y tuvieron una atención prioritaria en los refugios.

En los campamentos en México los diálogos eran más abiertos, no discriminaban el sexo, cabe recalcar que estos roles de empoderamiento fueron perdiendo fuerza al regreso a Guatemala, donde en reuniones eran convocados los hombres y si se convocaba a mujeres, se daba esa división de género. Claramente, la figura femenina fue conveniente para los acuerdos y coberturas, no obstante, al llegar a Guatemala el Gobierno no mantuvo las estrategias de fortalecimiento y el hombre empezó a tomar actitudes más pasivas e iniciaron a tener oposición en la participación comunitaria de las mujeres. Incluso proyectos por cooperativa, comités y asociaciones mantenían una postura de exclusión a la mujer.

2.6 Trauma

(La Clasificación Internacional de Enfermedades - estadísticas de morbilidad y mortalidad, 11 Revisión, 2022), se refiere específicamente a los Trastornos asociados al estrés, mismos que pueden estar relacionados con algún evento traumático o sumamente estresante. Esto no se queda únicamente en un solo evento, sino pueden ser varias experiencias adversas.

Así también, refiere que hay eventos relacionados con los acontecimientos vitales del individuo, no así los acontecimientos traumáticos, sumamente estresantes, “de naturaleza extremadamente amenazante o terrible”. Dentro de los trastornos se encuentra el de Estrés Postraumático, que refiere puede desarrollarse después de uno o serie de eventos, siendo una emoción prevalente el miedo o incluso el horror. La persona suele evitar constantemente los pensamientos o recuerdos y es activa la percepción de amenaza, que incluye hipervigilancia, sobresaltos y sintomatología que puede ser sumamente molesta cargada de emociones intensas.

2.6.1 Trauma complejo.

También, en (La Clasificación Internacional de Enfermedades - estadísticas de morbilidad y mortalidad, 11 Revisión, 2022), se encuentra la más reciente actualización denominada Estrés Postraumático Complejo -TEP Complejo-, y esta clasificación refiere al trastorno que sufre la persona luego de estar experimentando eventos prolongados y repetitivos. Las manifestaciones clínicas son los criterios del Estrés Postraumático, con la diferencia que la sintomatología es más grave y persistente. Entre los criterios específicos para el Estrés postraumático complejo se encuentran problemas para la regulación emocional o del afecto, creencias de fracaso, culpa, sentimientos de vergüenza, dificultades para relacionarse con las demás personas.

Cabe resaltar que también es conocido como Trauma Complejo, debido a la severidad del trauma y su prolongación durante el tiempo, siendo el caso de las personas víctimas del Conflicto Armado Interno en Guatemala, quienes vivieron distintas situaciones desde desplazamiento, huida, refugio, retorno, tortura, violación, agresiones, abusos sexuales, fallecimiento de seres queridos a manos de violencia, pérdida de tierras, casas y animales, entre muchos procesos que se pueden catalogar como un proceso de trauma complejo.

(Frankl, 1946), se refiere a las distintas situaciones que vivió en los campos de concentración, y refiere algo muy interesante acerca de la tortura, indica que no sufrió que le introdujeran agujas, o quemaran su cuerpo con cigarros, hasta incluso refiere su estadía como un “tormento benigno”; no obstante, refiere la tortura como el acontecimiento más atroz que una persona puede llevar en su interior y que va más allá de cicatrices físicas. Tomando en cuenta lo anterior, se hace referencia al dolor psicológico experimentado por las personas durante el proceso de la guerra, claramente, se dio.

Al respecto, (Pérez, 2006) indica que el trauma constituye cuando existe la amenaza física o psicológica para el individuo, tiene carácter inerrable y es poco comprendido por los demás. El trauma quebranta la confianza de la persona en los demás, socaba su seguridad, cuestiona la bondad de los demás y la empatía, es decir, que la persona traumatizada desarrolla distintos mecanismos de defensa, está en constante alerta sobre su alrededor porque fue precisamente en sus entornos donde se dieron los hechos de violencia, fueron personas las que vulneraron su integridad, por tanto, la persona que ha tenido estas experiencias genera una ruptura básica en el ser humano.

2.6.2 Consecuencias Psicológicas del Trauma:

Nuevamente (Pérez, 2006), brinda aportes sobre las consecuencias del trauma, basados en una amplia investigación, por lo que se procede a enlistar el resumen en forma más sencilla de dichas consecuencias a nivel psicológico:

- ✓ El hecho traumático dejará una marca a nivel consciente o inconsciente.
- ✓ Aislamiento, la persona se percibe tratar una alineación con las personas que no han experimentado vivencias similares.
- ✓ El individuo necesita reconstruir lo ocurrido, busca constantemente llenar espacios, busca sentido constantemente.
- ✓ Se cuestiona y suele tener sentimientos de vergüenza, humillación y culpa.
- ✓ Piensa constantemente en una responsabilidad personal en el hecho.
- ✓ Suele generar cuestionamientos acerca de la bondad del ser humano o de quienes se le acercan, tiende a predecir el mundo de manera negativa.
- ✓ Inseguridad en el control de su propia vida.

Por otro lado, (Ruppert, 2008), señala que el trauma puede ser relativo y depende de las situaciones que el individuo perciba o viva como una amenaza así como su capacidad de adaptación; sin embargo, podría tener repercusiones a lo largo de la vida de la persona. Señala que en el proceso de trauma las emociones llegan a ser “extremas”, generando hipersensibilidad emocional y también es muy recurrente los efectos nocivos duraderos en el individuo en su cuerpo, mente e incluso el autor refiere en el alma; incluso, personas que previo al evento traumático eran consideradas “fuertes”, pueden sentirse vulnerables.

En este punto, es importante detenerse para no subestimar los cambios que el trauma genera en la personalidad, especialmente cambio que el trauma complejo realiza en la persona, en su

seguridad, confianza, relaciones intrapersonales e interpersonales, puesto que el mundo ya no se percibe como el lugar seguro del individuo sino muchas veces es un mundo amenazante, que pone en riesgo su integridad. En cuanto a los mecanismos de defensa, hay varios, pero se cita algo interesante: “una parte de la personalidad total permanece y tolera el trauma, otras repliegan”, a lo que se denomina proceso de fragmentación. Lo anterior, relacionado a la influencia del trauma en la personalidad del individuo.

(Terr, 1991), refiere dos tipos de traumas: Tipo 1 y Tipo 2. En la presente investigación me referiré al Tipo 2, que se refiere a las situaciones abrumadoras y persistentes, tal es el caso de las víctimas del Conflicto Armado Interno que sufrieron distintos tipos de abusos, tortura y otras formas de violencia. Según Terr (1991), la persona que sufre el trauma Tipo 2, puede tener sensaciones de desamparo e impotencia. Claramente, la población que pasó por el desplazamiento, experimentó justamente esa sensación de desamparo puesto que no contaban con el apoyo suficiente y su impotencia era grande al no tener formas para detener la ola de violencia. Dejando en ellos un trauma caracterizado por ser más duradero.

Regresando a la postura de Ruppert respecto al trauma, se encuentra un análisis entre el trauma generado por eventos naturales o catástrofes, a diferencia del trauma generado por otro ser humano en sus formas de violencia. El autor refiere que el trauma emocional generado por la guerra y violencia destruye al individuo y también generan una destrucción de un esquema social ordenado y estructurado. Incluso, es posible que las personas que han experimentado la violencia busquen círculos o estén en ambientes donde siguen constantemente traumatizadas y en muchos casos retraumatizadas. En algunos casos, las víctimas pueden convertirse en agresores debido a tanta exposición a la violencia; no obstante, se aclara que este análisis no pretende buscar culpables ni responsables, únicamente dar a conocer las dinámicas del proceso traumático y su relación con la violencia.

2.6.3 Consecuencias Postraumáticas:

(Ruppert, 2008), indica que a corto plazo la persona puede sufrir una sensación de estar “anestesiada”, incluso experimentar frialdad en su área emocional o un aplanamiento afectivo, la persona trata de continuar con su vida, en la misma línea con el pasar del tiempo el ser humano puede construir una línea defensiva que tratará a toda costa de evitar el dolor y generará que el individuo adopte distintas conductas para alejarse del trauma; no obstante, no se puede subestimar al inconsciente ni a la memoria emocional del cerebro que registró en áreas particulares el dolor físico, emocional, sensaciones, imágenes, y todo lo relacionado al acontecimiento. De ser así en algunos casos el control puede salirse de las manos del individuo al no generar consciencia de su trauma puesto que los mecanismos de regulación emocional pueden ser afectados ante cualquier estímulo que despierte el proceso traumático y activar recuerdos y experiencias que pueden ser muy vívidas para el individuo. Finalmente, señala como consecuencias: Disociación, persistencia del trauma, tendencias suicidas, relación entre molestias psicosomáticas

2.6.4 Trauma y Transculturalidad.

Con el fin de comprender más a profundidad el trauma desde la perspectiva transcultural, (Pérez, 2006), realiza investigaciones a profundidad y se rescatan los siguientes elementos relacionados con supervivientes de las culturas como Camboya, India, Japón y un elemento muy significativo para esta investigación: población maya de Guatemala.

En su investigación en **Camboya** (Gobierno de Khmer Rojo), encontró los siguientes elementos: un testigo refiere: “Tengo dos tipos de heridas..., es una herida en las emociones, psicológica. Vivo con miedo (...), me han quitado el derecho a ser, ser humano”. Otro testigo refiere “No hice

mal a nadie, por qué me hicieron daño a mí (...), cada día mi corazón vive atormentado por esa idea.”.

Al investigar a los sobrevivientes de **Hiroshima y Nagasaki**, donde se vivió la muerte de más de doscientas mil personas, la autora cita el caso del Dr. Hachiya, quien presencié en el hospital el gran sufrimiento físico de las víctimas sobrevivientes y refería la necesidad que tenían de contar una y otra vez lo sucedido, a su criterio esto ofrecía una sensación de alivio. Presenció el dolor de las familias y el caos causado por el sufrimiento. También brinda un testimonio interesante, mientras algunos gritaban de dolor y pedían a gritos la muerte, otras personas reprimían sus quejas y dolor “por consideración a los demás”, relatos que brindan una perspectiva del sufrimiento de la persona y el trauma naciente en plena crisis, manejándose distintas formas de afrontarlo. Llamam la atención quienes reprimían su dolor buscando considerar a los demás y disminuir el caos. También cabe resaltar que los sobrevivientes desarrollaron distintas formas de relacionarse con el entorno y entre ellos, solían hacer bromas con “humor negro” y en su alrededor eran discriminados no sólo por su aspecto físico sino por el estigma que podían “contagiar” de enfermedades. Similar a esta investigación, se realizaron entrevistas quince años después por medio Robert Jay Lifton, quien refirió que quienes experimentaron este trauma tenían tres elementos en común en sus distintos testimonios, siendo los siguientes:

- ✓ **Sentido de conexión:** Daño en su sentido de conexión con los demás.
- ✓ **Sentido de integridad simbólica:** Necesidad de un sentido y de trascender, sabían que eran sobrevivientes de la bomba atómica y buscaban el sentido del por qué sobrevivieron.
- ✓ **Sentido de movimiento.** Su sentido de identidad, ser ellos mismos o ser “sobrevivientes de la bomba”. Necesitaban desarrollo y cambio; sin embargo, esto estaba dañado al momento en que el trauma “marcó una identidad”.

Por otro lado, (Ruppert, 2008), analiza la transmisión del trauma a lo largo de las generaciones, refiriendo que el proceso de dolor en una víctima, puede expandirse incluso años después a las personas cercanas, tanto así que aunque la persona haya fallecido, puede existir una experiencia histórica traumática en los demás. Esto sucede a partir de la transmisión que existe entre generaciones y la vinculación emocional y afectiva. Los hijos pueden ser vinculados directamente al trauma desde el momento en que están expuestos constantemente al “fantasma en la familia”, o a la misma historia de las personas sufrientes del trauma. También se refuerzan los términos presentados por Jung como el “Inconsciente colectivo”, que refuerza el resguardo en el inconsciente no únicamente de las vivencias personales sino las colectivas. (Schuengel, 1999), citado en Ruppert, refiere: “Hay, entre tanto, un cuerpo creciente en la investigación en la que se evidencia la existencia de un mecanismo de transmisión de la experiencia paterna del trauma a la siguiente generación. ... ”.

2.6.5 Tipos de trauma.

(Ruppert, 2008), también aporta el trauma generado por los acontecimientos, siendo que lo tipifica de la siguiente manera:

1. **Trauma Existencial:** Todo aquel trauma en que el individuo percibió que su vida o integridad estaba en riesgo. Es el trauma que teme la pérdida de la vida misma y existencia. Puede darse en situaciones como desastres, guerras, secuestros, violaciones, asaltos, entre otros.
2. **Trauma de pérdida o separación:** Se refiere al dolor emocional causado por la pérdida de seres queridos o pérdidas significativas, lo cual está muy de la mano con el duelo. Situación que las víctimas del conflicto armado vivieron.

3. **Trauma de Vinculación:** Según Ruppert, la relación que se tenga desde el vientre va ser significativo en la vida del ser humano, especialmente la vinculación con la madre. En esta investigación, encontramos testimonios de niños que vivieron de primera mano el conflicto. Aunado a esto, el trauma de vinculación de las personas que vivieron el conflicto armado pudo estar dañado puesto que aprendieron a desconfiar, llevaron muchísimos años para que las personas pudieran conectarse con los demás en vínculos más sanos. Aprendieron por sobrevivencia a estar a la defensiva.

4. **Trauma del Sistema de Vinculación:** Se refiere al daño que pudieron recibir de su entorno, la violación a los derechos fundamentales, la decepción social que no les permitió por mucho tiempo tener vínculo con los sistemas, puesto que el mismo sistema (en este caso el gobierno), les había fallado.

2.7 Resiliencia

(Achotegui, 2022), refiere la etiología de la palabra resiliencia desde el latín *resilientia*, que quiere decir “Resistencia”, incluso lo define como el aguante físico antes las presiones del medio.

(Poseck, Beatriz; Baquero, Begoña; Vecina, María, 2006), indican que la psicología ha dedicado mucho esfuerzo en estudiar los hechos catastróficos y negativos del trauma. El hecho que un evento traumático es uno de los procesos más dolorosos que puede vivir una persona no quita mérito a la capacidad de reestructurar en el individuo su forma de ver el mundo y los hechos, tal como los últimos estudios de la psicología positiva indican. Inclusive existen personas que tienen características para afrontar de forma insospechada los procesos de la vida que en muchos casos de trauma complejo lleva a experimentar sucesos extremadamente dolorosos.

Por otro lado, visualiza a la persona que ha experimentado trauma como víctima, enfocándose en sus debilidades, vulnerabilidades y muchas veces es visto como candidato al desarrollo de alguna patología, teniendo como premisa que el daño produce trauma y que el trauma conlleva a daño grave; no obstante, la propuesta es voltear la mirada hacia los aspectos fortalecedores y los recursos con los que cuenta el individuo.

El ser humano tiene una capacidad de adaptación innata, natural, de naturaleza resistente, fuerte y activa; algunas personas efectivamente sí podrían desarrollar patología, pero según los autores muchas personas son capaces de aprender de sus experiencias y beneficiarse de las mismas; es por ello que hay que tomar en cuenta las diferencias individuales de cada persona, que podría determinar que muchas personas enfrentan de la mejor manera posible los embates de la vida.

Así también, se refiere que la Resiliencia, es una característica más común de lo que se cree y que el proceso de sufrimiento les lleva también a activar la memoria de aprendizaje y por ende tener experiencias correctivas a pesar de los acontecimientos desestabilizadores.

En cuanto a la conceptualización de la Resiliencia, es interesante conocer el enfoque que se da desde distintos lugares del mundo, por ejemplo, los autores franceses visualizan la resiliencia desde un crecimiento postraumático, es decir, el sujeto experimenta adversidad y sale “indemne”, aprende y crece. Por otro lado, está la conceptualización norteamericana que indica que la resiliencia es el proceso en que el individuo regresa al homeostasis en que estaba antes del suceso, sí acepta que la persona puede experimentar un crecimiento, por lo que hacen la diferencia entre la resiliencia y el término de recuperación que se refiere específicamente a cuando el individuo regresa a una “normalidad funcional”, y en la resiliencia la persona trata de mantener un equilibrio. Cabe resaltar, que aún se realizan investigaciones para conceptualizar la Resiliencia, es decir hace falta fortalecer los estudios para clarificar la naturaleza de la misma y los factores relacionados.

2.7.1 Redes de apoyo psicológico y resiliencia.

(Aldeas Infantiles S.O.S. para Latinoamérica y el Caribe, 2019), brinda aportes en el tratamiento del trauma ya desde el proceso de apoyo a la persona e indica que un punto importante es que la persona pueda volver a ver, tener perspectivas de su sufrimiento y se orienta a conocer cuál es la interpretación del trauma para el individuo, ayudar a realizar una evaluación del proceso y las secuelas que dejó, pero también se orienta a fortalecer su entorno, que el mismo sea seguro y protector para que pueda iniciar su fase de recuperación. Dentro de los entornos seguros y protectores señalaré los que considero que fueron importantes en el proceso de resiliencia:

1. **Entornos seguros físicos y protectores** (es justo el ambiente que buscaron los guatemaltecos al desplazarse y refugiarse en México).
2. **Entornos seguros y protectores a nivel emocional:** Un ambiente que brindara seguridad, lo que refiere incluso la seguridad de suplir sus necesidades básicas y que proporcionara una estancia donde pudieran experimentar tranquilidad y no entornos con miedo.
3. **Personas adultas conscientes:** Muchos niños y adolescentes huyeron del país acompañados de padres que sabían que tenían que sobrevivir y eso refería el cambio a un ambiente seguro. Así también, las instituciones que dieron acompañamiento proporcionaron esa parte de adulto consciente que les respaldó y apoyó.
4. **Participación:** Una clave muy importante para su recuperación. Precisamente la Comunidad Victoria 20 de Enero, se caracteriza por ser una comunidad altamente organizada. La participación que tuvieron las personas en las Comisiones Permanentes también fue un espacio que fortaleció la resiliencia ya que las personas y familias no se visualizaban solas sino con acompañamiento y partícipes del proceso de esperanza de regresar al país en condiciones más dignas y seguras.

2.8 Resiliencia en la Comunidad Victoria 20 de Enero, Ixcán

(Hurtado), refiere que derivado del proceso de negociación entre a Comisión Nacional para la Atención de Repatriados, Refugiados y Desplazados -CEAR- y las Comisiones Permanentes Representativas de los Refugiados Guatemaltecos en México –CCPP-, se logró el Acuerdo del “8 de octubre de 1992”. Mediante este acuerdo se estableció el proceso de retorno masivo en el primer bloque y marca un hito importante que encamina las negociaciones para en el futuro llegar a la finalización del Conflicto Armado Interno.

Este Acuerdo representó el compromiso del Estado y el reconocimiento del mismo con el fin de restituir y garantizar los derechos fundamentales de la población refugiada en México; por tanto, las personas que iniciaron su proceso de retorno masivo en el primer gran bloque formaron y establecieron la Comunidad “VICTORIA 20 DE ENERO”, ubicándose en el Municipio de Ixcán, Departamento de Quiché, y también el nombre se dio en alusión a la fecha en que llegaron y en símbolo de la victoria que representó para ellos el logro de regresar de manera segura y organizada a su tierra natal.

La Resiliencia de la Comunidad Victoria 20 de Enero, viene desde la individualidad y la lucha de muchas familias quienes en pro de seguir adelante y con la esperanza de tener una vida lejos del peligro huyen a México, ahí pasan distintas situaciones, aunque tuvieron muchos apoyos tanto del país como de la comunidad internacional, por la gran cantidad de campamentos y refugiados habían adversidades que tuvieron que enfrentar entre ellos la falta de oportunidad, el bajo costo del valor de la moneda en otro país, no tener acceso a una libre agricultura. Así también, los testimonios refieren muchas carencias, en el caso de la alimentación era racionada, había escases de medicina y la incertidumbre de cuándo acabaría, todos estos procesos de sufrimiento aunado al trauma del conflicto armado que vivieron en Guatemala, las personas en su individualidad y como familia, vieron en la unión en comunidad una fortaleza importante.

También vale la pena citar que, en México, los refugiados recibían bastante asesoría, incluso refieren acompañamientos donde les ayudaban a “empoderarse”, constantemente les fortalecían en la seguridad que podían luchar por sus derechos, que ellos como personas y seres humanos tenían un gran valor y también a los hombres y mujeres les hacían referencia del respeto y valor equitativo que debía existir entre ellos.

2.9 Migración

(Achotegui, 2022), brinda una perspectiva clínica de la migración y abarca las distintas temáticas por las que pasa el migrante. Tomando en cuenta la investigación tan valiosa del autor, me referiré a las principales situaciones emocionales que hoy en día se comprende que la combinación entre duelo y estrés pueden llevar a la neuroprogresión, la cual hoy en día investiga la relación de los aspectos biológicos del trastorno mental y su incidencia en la salud del individuo.

En relación a lo anterior, la triada de estrés, duelo y salud son factores que van de la mano a generar alteraciones tanto a nivel físico como mental debido a los altos niveles de tensión que puede experimentar el organismo a tratar de adaptarse a nuevas condiciones que conllevan para la persona desequilibrio y tensión.

2.10 Aspectos Psicológicos de la Migración

Los factores que inciden en la salud mental de las personas individuales son varios, ya que es uno de los procesos que requiere más cambio en el individuo y, por tanto, se expone a vivencias fuertes, tres aspectos que abordaremos en esta investigación: Estrés, duelo y adaptación.

2.10.1 Estrés en el migrante.

Son muchos los factores que afectan al individuo migrante, cambios y adaptaciones a las que se ve forzado su organismo. Uno de los principales cambios es la inflamación crónica debido a los niveles de estrés y esto proviene mucho de las vivencias por las que el migrante pasa y una de las áreas más afectadas ante la inflamación es la neuroplasticidad cerebral, la cual juega un papel sumamente importante para el proceso de adaptación. Esta inflamación se puede ver

evidenciada en la actividad elevada de las citoquinas³, las cuales pasan de forma directa a la barrera hematoencefálica y generan una relación y afectación en neurotransmisores importantes, entre ellos la serotonina. Cada día el hipocampo genera un aproximado de setecientas neuronas, completamente nuevas, al existir un proceso inflamatorio la producción puede alterarse y esto genera la cronificación del estrés, también está incluida la disminución de la melatonina que funge como antiinflamatorio y es facilitador de la regeneración neuronal. Por tanto, la existencia de estrés en una persona, especialmente el tiempo por el cual pasa un migrante adaptándose a nuevas situaciones, puede generar una inflamación crónica que está relacionada con la afectación neuronal, neuroplasticidad y claramente, la inflamación va de la mano con el desarrollo de distintas enfermedades.

Otras de las consecuencias fisiológicas causadas por el estrés incluyen:

- Incremento de estrés oxidativo.
- Activación de los ejes; hipotálamo-hipófisis-médula-suprarrenales
- Alteraciones en funcionamiento de mitocondrias
- Alteraciones en la inmunidad.
- Alteraciones de la permeabilidad intestinal y flora intestinal.

Tomando en cuenta lo anterior, una se deduce que una persona que experimenta estrés crónico, puede ver afectadas de manera significativa áreas fundamentales de su funcionamiento físico, lo cual hace comprender la relación entre el estrés y la enfermedad. ¿Puede entonces el estrés migratorio enfermar a las personas?, la respuesta es sí, puesto que independientemente las razones que lleven a migrar a alguien, la persona está sometida a un cambio significativa en su

³ Citoquinas: Proteínas que controlan el crecimiento y actividad celular, especialmente del sistema inmunitario y sanguíneo. Tienen relación con todo el crecimiento de las células y tienen especial vinculación con las respuestas de inflamación.

ciclo vital el cual mientras más distante sea la cultura de la de origen y los retos que pueda enfrentar, pueden generarse mayores niveles de estrés. Es por ello que la neuroprogresión nos indica que a medida que pasa el tiempo se activan numerosos factores biológicos que pueden afectar al individuo.

En la misma línea, también existen factores psicosociales que aumentan el nivel de estrés en la persona que migró a otro país, es por ello que el apoyo que pueda recibir el migrante es fundamental para que no se convierta en un sufrimiento crónico, entre ellos el que la persona pueda contar con apoyo comunitario.

2.10.2 Depresión en el migrante.

En este aspecto, el proceso de adaptación va muy ligado al estado de ánimo. Cabe resaltar que al momento que llega un individuo al país y si no cuenta con los apoyos suficientes puede llegar a experimentar fases de desmotivación, y para explicar mejor esta relación entre la depresión y la migración procedo a citar la hipótesis de la conservación, la cual explica que el individuo utilizará toda su energía y recursos en tareas que considere productivas; no obstante, al inicio de una migración la persona desconoce mucho ya que es lo vivencial a lo que estará expuesto y sólo con el tiempo podría adaptarse, dificultándose en muchos casos el control y manejo de sus primeras experiencias con lo cual puede existir “indefensión aprendida⁴, es decir la inacción que puede tener inicialmente por no sentirse con la seguridad de afrontar las situaciones que se le presenten. (Achotegui, 2022).

Este aspecto también es explicado desde la perspectiva del estrés que presenta (Espinoza, Pernas, & González, 2018), quienes refieren que cuando las personas están expuestas a niveles

⁴ Indefensión Aprendida: Todo proceso pasivo de inacción o pérdida de respuesta para generar afrontamiento.

elevados de estrés una respuesta natural puede ser la inmovilidad, por lo tanto podría llevar poca actividad motora disminuyendo su productividad, que puede influir en el estado de ánimo del individuo.

Otras reacciones emocionales ante situaciones de estrés también se encuentran el temor, miedo, cólera, ansiedad, sensación de incompetencia. Todo esto puede agudizarse derivado de que el estrés es toda aquella situación que el individuo considera que le sobrepasa y que pone en riesgo su bienestar.

2.10.3 Duelo migratorio.

(Achotegui, 2022), indica que el duelo es “el proceso de reestructuración de la personalidad que tiene lugar cuando hay una pérdida o algo que es significativo para el sujeto”, lo anterior lo basa en el sentido de que un duelo viene a desestructurar el orden que tenía el individuo el cual ha sido afectado por el dolor de la pérdida e incluso frustración por la que tendrá que pasar dentro de su proceso, que aunque es natural experimentarlo en la vida humana se debe tomar en cuenta la vinculación afectiva del individuo, su historia y su capacidad de adaptación a la nueva realidad.

En el caso específico de los migrantes del Conflicto Armado Interno, el proceso de duelo se hizo evidente en sus historias a través de distintas pérdidas: pérdidas personales de familiares, amigos, vecinos, pérdida de vivienda, tierra, animales y la pérdida del país. En el caso de quienes perdieron familiares por motivo del conflicto, podrían encajar en lo que nos refiere el (Asociación Americana de Psiquiatría, 2016), como Duelo Complejo Persistente, que se define específicamente a la muerte de un ser querido, siendo que el individuo puede experimentar una añoranza compleja del ser querido y este duelo puede sobrepasar el tiempo prudencial, cabe resaltar que puede existir un duelo complejo persistente cuando la intensidad de los síntomas y su duración va más allá del duelo y en los casos de pérdidas de guerra algunas personas podrían

experimentar un duelo complejo. Por otro lado, (Levy, 2022), cita a Freud, quien refiere que el duelo puede ser superable, consideraba incluso que no se debía perturbar a la persona que lo vivía y aceptaba a la melancolía en el proceso, no obstante indicaba que dependerá de la tendencia del individuo la exacerbación de esa melancolía, a lo que se podría referir es al duelo patológico, también, Freud se refería a las neurosis traumáticas, que hoy en día la ciencia se refiere como Estrés Postraumático, indicaba que en los casos de guerra, al terminarse la misma podía “evaporarse la neurosis” y que su persistencia orientaba a otro diagnóstico. Ahora bien, una crítica a esta última opinión es que anteriormente se daba más valor al modelo biológico del trauma, hoy en día los estudios respaldan que el dolor de la persona o un trauma sí tiene incidencia en las afectaciones de la persona y el tipo de muerte del ser querido también va a tener influencia en cómo viva su proceso el individuo, ya que no es lo mismo una muerte natural de un adulto mayor a la muerte por causa de guerra o desaparición de una madre, un hijo o un menor de edad. Por otro lado, el autor refiere que, en relación a la migración, la persona se puede ver expuesta a la vulnerabilidad y factores de estrés, siendo que las vulnerabilidades pueden deberse a las limitaciones del sujeto, especialmente las motivaciones para migrar, desde el momento en que el sujeto se marcha, deja su casa ya existe un factor de duelo y estrés.

2.10.3.1 Características del duelo migratorio:

- ✓ Hay una separación de personas u objetivos significativos.
- ✓ El duelo migratorio puede generar un cambio de identidad en el sujeto debido al cambio de vida.
- ✓ Hay puesta en marcha de mecanismos de defensa para lograr sobrevivir.
- ✓ Sentimientos y ambivalencia.
- ✓ El regreso del inmigrante a su país de origen es una nueva migración.
- ✓ Es transgeneracional.

- ✓ En el duelo hay dos partes importantes: el duelo del pasado, es decir lo que dejan atrás y el estrés por el esfuerzo que supone adaptarse.

Los siete duelos de la migración, que refiere Achotegui, 2022, son los siguientes:

1. Separación de familia y seres queridos. La afectación es más grande si se dejan niños pequeños.
2. El idioma.
3. La cultura, lo cual incluye sus costumbres, valores, cosmovisión.
4. Tierra, incluye pérdida como los paisajes, olores, clima.
5. Estatus social, derechos y acceso a oportunidades.
6. Contacto con el grupo de pertenencia, racismo y prejuicios.
7. Riesgos para la integridad física (riesgo del viaje, persecución, indefensión, accidente de viaje).

2.10.4 Adaptación.

Nuevamente (Achotegui, 2022), brinda valiosos aportes al referir que ningún proceso lleva tantos cambios para el individuo como un proceso de migración, ya que al emigrar la vida del individuo tiene muchos cambios, su vida misma cambia, especialmente cuando existen distancias significativas en la cultura, factores sociales, lengua, idioma, clima, grupo de pertenencia.

Cabe resaltar que la migración en sí misma no es la causa de un trastorno mental; sin embargo, los estresores y las vulnerabilidades a las que está sometido el individuo pueden generar cambios que algunas personas afrontarán de mejor manera que otras.

Dentro de los obstáculos que encuentra el migrante las demandas que presenta el nuevo ambiente que incluso pueden exceder su capacidad orgánica de adaptación dando lugar a

cambios biológicos y emocionales, tomando en cuenta la magnitud del cambio que posee el individuo.

2.11 Psicología de la interculturalidad.

(Beltrán, 2015), hace un estudio profundo sobre la interculturalidad y referente al término cultura indica que se ha fortalecido su significado, incluso por mucho tiempo se entendió a la cultura como *cultura animae*, que significa “cultivo del espíritu humano”, los términos y significados han ido cambiando conforme el tiempo se ha estudiado la relación que debe de existir entre cultura y civilización, por tanto, se estableció que la cultura se refiere a las características o atributos comunes entre grupos de la humanidad.

En la misma línea, la coexistencia entre culturas distintas compartiendo el mismo espacio genera la interculturalidad mientras que la multiculturalidad se enfoca en el dinamismo de la pluriculturalidad y la convivencia entre varias culturas. Debido al proceso de globalización el ser humano cada vez está más en contacto con la interculturalidad y en muchos países con la multiculturalidad, es por ello que se tiene que continuar trabajando en la tolerancia y el respeto a otras culturas, ya que de no hacerse seguirán situaciones de racismo, xenofobia, marginación y exclusión.

Por otro lado, las culturas se caracterizan por grupos humanos que se diferencian por sus creencias, valores, costumbres, organización, pensamiento, modos de comunicarse, idioma, forma de vivir y adaptarse, características sociales, entre otras.

(Boas, 1940), refería que las culturas se desarrollaban en lugares geográficos específicos con historias colectivas y particularidades que en muchas implica jerarquía, etnocentrismo o igualdad y relativismo y citaba un punto importante desde la psicología cognitiva, que es el desarrollo del lenguaje, Boas refería que era gracias a su desarrollo que el ser humano desarrollaba premisas, pensamientos, y expandía su inteligencia ya que podía tener la capacidad de externar lo que hay

en el pensamiento. También refería a raíz del análisis de lenguajes indígenas que se generaban esquemas distintos entre culturas, indicando que: “en diferentes culturas, pueden estar basadas en principios fundamentales distintos”.

Así también, parte de la cultura se refiere incluso a formas y modos de vivir, construcción de viviendas, la música de cada cultura, sus mitos e incluso la preparación de alimentos y sus ingredientes.

2.11.1 Dignificación de la cultura

Desde finales del siglo XIX e inicios del XX, la humanidad ha trabajado en valorar las diferentes experiencias culturales entendiendo que cada grupo humano tiene capacidad de crear cultura e identidad, la cual es única es por ello que alrededor del último siglo se ha buscado que exista respeto, tolerancia, igualdad y dignidad entre culturas.

En este tema también es competente citar que no existe un patrón único cultural, sino que existe diversidad cultural alrededor del mundo es por ello que día con día se promueve la tolerancia, la unidad como humanidad y el respeto a las diferencias, ya que de no darse se puede caer en situaciones como el etnocentrismo que puede llevar a prejuicios y discriminación. El desarrollo de la tolerancia entre culturas equivale a reconocer las diferencias, no justificando desigualdades sino buscar el bien común.

2.11.2 Contactos entre culturas: vida de la interculturalidad

La convivencia entre culturas en un mismo espacio geográfico es tan antigua como la humanidad, es decir, que el ser humano siempre ha tenido interacción en varios momentos de la historia con otras culturas, esto ha generado riqueza cultural ya que al existir contacto entre culturas diferentes se dan intercambios, los cuales dan vida a mezclas culturales ricas que incluyen compartir formas culturales, comercio, agricultura, tecnología, inventos, formas de pensar, decir

y hacer. Así también, cabe resaltar que las culturas rara vez han estado aisladas a lo largo de la historia y lo que se tiene hoy en día obedece a muchos intercambios, mezclas y adaptaciones.

2.11.3 Impacto psicológico e interculturalidad de conflictos armados, guerras y genocidios.

Cabe resaltar que a lo largo de la historia han existido guerras que han marcado mayor sensibilidad humana hacia la diversidad cultural, por ejemplo, la Segunda Guerra Mundial que refirió una grave intolerancia a la cultura, buscando reducir grupos específicos y marcando una gran incompatibilidad entre culturas. Por otro lado, los procesos de colonización, que buscaba muchas veces la des culturalización de las poblaciones, imponiendo la cultura del colonizador y entre todos estos hechos también se dio interculturalidad, las culturas y grupos conviven, pero una desea tener poder sobre la otra buscando muchas veces su extinción, en ocasiones la del grupo y en otras como en la colonización, la extinción de modos de pensar, vivir, creencias imponiendo su cultura.

2.11.4 Problemas de adaptación cultural

(Colli, 2023), indica que la Cultura puede afectar a los migrantes en el proceso de adaptación, especialmente si la cultura no es plenamente aceptada, llevando al individuo a generar problemas de tipo neurótico (ansiedad, depresión, estrés), como situacional, es por ello que es importante el reconocimiento cultural y la coexistencia entre culturas. Cabe resaltar que, en el proceso de adaptación cultural, existe el término relativismo cultural, que se refiere a que “lo que es normal en una cultura, no es, ni tiene que ser normal para otra”, Herskovits citado en Collí 2023.

Por otro lado, la adaptación cultural puede facilitarse si existen patrones culturales compatibles como lo es el lenguaje o idioma, la cultura y el contexto tiene similitudes con la cultura de origen, también son importante los valores, ya que cada cultura posee los propios y será más fácil la adaptación mientras más se tenga en común. El autor, cita una serie de elementos a tomar en cuenta en la adaptación cultural, mientras más distintos sean más dificultad puede existir para adaptarse a la nueva cultura:

1. Lenguaje.
2. Personas y similitudes raciales.
3. Metáforas, expresiones, símbolos y conceptos.
4. Contenido (Comprensión de los otros a su cultura).
5. Metas (transmisión de valores culturales positivos. Entre otros.

2.11.5 Muerte y cultura

El psicólogo clínico también tiene relación con la cultura, pues es importante que comprenda al consultante y situaciones específicas de su cultura. Por ejemplo, la presente investigación habla sobre el Conflicto Armado Interno en Guatemala que dejó miles de miles de muertos y desaparecidos, la mayoría de ellos pertenecientes a alguna cultura maya, tomando en cuenta que Guatemala es multicultural por las diversas etnias mayas y su cultura, es importante conocer una parte de la cosmovisión maya, cómo es vista y concebida la muerte desde la cultura, cómo se sobrellevan los procesos de duelo y el significado cultural que tiene la pérdida de un ser querido. Derivado de lo anterior cito a Flores 2002, quien brinda un enriquecedor aporte de la visión maya sobre la muerte. Como terapeuta al conocer un poco más cómo se concibe una muerte trágica y se facilita una mejor la comprensión del paciente y el poder brindar una Psicoterapia con pertinencia cultural, pero para ello el terapeuta debe de estar empapado de la cultura.

(Flores, 2002), se refiere que la cosmovisión es muy distinta incluso entre culturas mayas guatemaltecas y cita el ejemplo de la población q'eqchi, quienes interpretan a la muerte desde su universo conceptual, es decir, la muerte tiene un significado, puede ser "muerte buena" o "muerte mala". En este caso me referiré a la visión que tienen de la muerte mala, la cual se refiere a la muerte por motivo de tragedia o violencia, para su cultura este tipo de muertes interrumpen abruptamente en el destino de la persona fallecida llegando incluso a pensar que no habrá un renacimiento en el más allá, es una muerte anticipada quedando atrapada el alma en una especie de limbo maya, es por ello que para esta cultura es sumamente importante recuperar el cuerpo para dar un digno entierro. Conforme a lo anterior, se entiende entonces porqué para la cultura maya, (específicamente quiché), es tan importante el ritual de entierro, es decir, según su cultura perciben que su ser querido no ha descansado y quedó en el limbo, es por ello que las muertes significaron una crisis existencial y psicológica no resuelta para los familiares de los muertos y desaparecidos.

Otra implicación cultural es el periodo de gran sufrimiento durante el conflicto, el cual se conoce localmente como *maak*, un simbolismo muy enraizado en la cultura maya que se refiere a la culpa, ya que los queqch'és interpretan el infortunio como un castigo por acciones individuales o colectivas, el *maak* implica un castigo retributivo, es por ello que la sensación de culpa se agrava. Cabe indicar que también puede restituirse o restaurarse mediante rituales específicos para restablecer la armonía. Por la cultura y creencias los queqch'és creen que todo proceso de sufrimiento es un castigo, es por ello que cuando se dio el Conflicto Armado Interno, algunos dirigieron el miedo y la responsabilidad hacia sí mismos en vez de dirigirlo hacia los violentadores.

Por otro lado, se da también otra afectación psicológica relacionada con el contexto cultural debido a que las personas fueron removidas de sus canales de expresión, desterrados y lastimados en su identidad cultural, esto lastima el yo individual y el yo colectivo, puesto que en el momento del destierro muchos guatemaltecos huyeron a otro país, a otra cultura.

Finalmente, la interculturalidad no se dio únicamente con el cambio de país, también se evidencian en la interacción y coexistencia de varias culturas mayas en un solo espacio durante el refugio en México. Así también, una facilidad fue el idioma español, no obstante, pudo afectar el proceso de adaptación que la mayoría de refugiados hablaban idioma maya.

Por otro lado, la falta de oportunidades de empleo e incluso la manera de trabajar la agricultura, fueron factores culturales que no facilitaron la adaptación. Las libertades que tenían los refugiados en Guatemala no eran las mismas en otro país, los sabores podían ser similares más la mayoría de guatemaltecos que estuvieron refugiados refieren que extrañaban la comida, agricultura, paisajes e incluso la libertad de llevar a cabo sus rituales mayas.

En relación a ello, es importante que existan abordajes psicoterapéuticos con perspectiva y pertenencia cultural.

Capítulo 3. Marco Metodológico

3.1 Diseño de la investigación

Estudio descriptivo cualitativo, de corte fenomenológico que implica la adaptación de una entrevista para recopilar las vivencias del testimonio y la aplicación de una escala de resiliencia.

El estudio fue aplicado a una muestra selectiva, mediante convocatoria directa a los participantes, en un periodo no mayor a seis meses.

3.2. Sujetos

Población guatemalteca, integrada por once personas, hombres y mujeres, mayores de edad, quienes fueron retornados a Guatemala desde México, quienes vivieron el Conflicto Armado Interno, estableciéndose en la Comunidad “Victoria 20 de enero”, en el municipio de Ixcán, Departamento de Quiché, Guatemala.

3.3 Instrumento

- ✓ Entrevista semiestructurada para recopilación de testimonio, elaborado por la autora de la presente investigación.

3.4 Procedimiento de investigación.

FASE	ACTIVIDADES	TEMPORALIDAD
1. <i>Idea</i>	Revisión de distintas temáticas de impacto social y psicológico. Revisión de literatura. Análisis	Febrero 2023
2. <i>Planteamiento del problema</i>	Selección del tema de investigación. Planteamiento del problema mediante investigación cualitativa	Abril 2023
3. <i>Revisión de la literatura y desarrollo del marco teórico</i>	Desarrollo de líneas de investigación. Revisión de literatura, documentales, archivos. Lectura Búsqueda especializada de la información. Aplicación de normas APA	Mayo 2023
4. <i>Alcance de estudio</i>	Análisis del alcance del estudio. Contacto con líderes comunitarios.	Mayo 2023

		Análisis de capacidad de gestión y logística	
5.	<i>Desarrollo del diseño de investigación</i>	<p>Selección de instrumentos idóneos.</p> <p>Elaboración de entrevista semiestructurada para recabar testimonio.</p> <p>Inicio de gestión para uso de instrumentos en contexto guatemalteco</p>	Mayo 2023
6.	<i>Definición y selección de la muestra</i>	<p>Programación de fechas de visita a Comunidad “Victoria 20 de enero”.</p> <p>Autorización de las personas para participar en la investigación y programación de citas</p> <p>Aplicación de instrumentos.</p> <p>Conocimiento de metodología de investigación por testimonio.</p>	Junio-Julio 2023
7.	<i>Recolección de datos</i>	Elaboración de ficha de recolección de datos.	Agosto 2023

	Adaptación de entrevista e instrumentos. Contacto con los integrantes de la muestra	
8. Análisis de datos	Recopilación de audios de testimonio. Transcripción de testimonio. Interpretación de instrumentos	Septiembre 2023
9. Elaboración de resultados	Análisis de testimonios. Evaluación de prevalencia de resiliencia. Conclusiones.	Septiembre 2023
10. Elaboración final de trabajo de graduación		Octubre 2023

3.5 Diseño y metodología del análisis de la información recabada.

Estudio descriptivo, cualitativo, de corte transversal y retrospectivo.

Capítulo 4. Resultados del Trabajo de campo.

4.1 Tabla de Categorías

Datos de los participantes:

Categoría General	Variable	Indicador por variable	Cantidad
Datos sociodemográficos	<i>Sexo</i>	Hombre/Mujer	8 hombres, 3 mujeres
	<i>Edad</i>	Mayor de edad	Todos adultos mayores de 18 años
	<i>Estado civil</i>	Soltero/casado/unión libre	Casados, una persona viuda
	<i>Hijos</i>	Con hijos/sin hijos	Con hijos
	<i>Etnia</i>	Ladino, mestizo, pueblo indígena	Pueblos mayas
	<i>Idiomas</i>	Español/maya	Ambos
	<i>Educación</i>	Nivel aprobado. No requisito indispensable	10 personas Alfabetos y con estudios y 1 analfabetas
	<i>Lugar de residencia</i>	Comunidad Victoria 20 de enero, Ixcán, Quiché	11 personas

4.2 Testimonios: Detección de narrativas y presencia de variables.

Por medio de los siguientes recuadros se organizarán los testimonios de acuerdo a la variable que se detectó en cada narración de cada uno de los sujetos entrevistados. A continuación, se presenta un ejemplo, seguidamente de los recuadros con la información ya detectada.

Tabla 1:

Variables a detectar en los testimonios.

- **Resiliencia:** Evidenciar las frases y testimonios que muestren que el sujeto estuvo expuesto a una situación adversa y se rescatará la experiencia de fortaleza, superación y resiliencia.

- **Trauma complejo:** Indaga si el sujeto vivió una experiencia de trauma y que haya estado expuesto a violencia o a situaciones complejas propias de la guerra.

- **Emociones:** Detectar en las emociones que experimentó la persona en sus distintos momentos difíciles, en lo que sintió y qué emociones evoca el recuerdo.

- **Duelo:** Se detectará si el sujeto tuvo alguna pérdida de ser querido.

- **Adaptación:** Analizar si el sujeto logró adaptarse en el proceso de migración y todo lo referente al afrontamiento de experiencias que requirieran una adaptación.

- **Migración:** Evidenciar todo lo relacionado al proceso de huida, cambio de país, cultura y diferencias experimentadas por el individuo fuera de su país.

- **Interculturalidad:** Detectar las experiencias de mezcla cultural, adquisición de costumbres, barreras lingüísticas y cambios interculturales.

4.3 Análisis de Testimonios por variables por sujeto

Testimonios. Detección de narrativas y presencia de variables.

Tabla 1

VARIABLES POR PERSONA: SUJETO 1.

Variable	Testimonio de variable
Resiliencia	S1: “pero nosotros logramos, pasamos en la frontera, pero rápido, bueno, ya entramos en territorio mexicano y ya como que es igual que salvarnos y ya no hay ese miedo y llegamos nosotros aquí en Chiapas”
Trauma Complejo	S1: “cruzamos entrando la montaña, dispararon puro bala”.
Emociones	S1: “Ah es miedo , o sea, ya no estábamos nosotros pensando si hay animal o hay culebras, no, nosotros no pensamos en nosotros, solo pensamos a qué hora nos matan”
Duelo	S1: “Una mi sobrina sí, mi sobrina de edad tenía igual como yo, pues se quedó trabajando con su papá y se perdieron y los agarraron los soldados los quemaron, juntaron fuego”
Adaptación	S1: “sí sufrimos al cambio de dinero, cuando van a ir a trabajar con los mexicanos a mi papá solo pagaba 25 pesos, no 5 pesos o es muy es muy diferente.”. “sí fue duro, o sea, que sentimos que nos burlaban, que nos pusieran de menos y nada más. Los años que

	<p>estuvimos en ese lugar y después nos dijeron no mirar más para abajo ahí mexicana tiene idioma. Entonces, como que como que nos conviene ir, porque con que allá no hay burlas de uno”</p>
Migración	<p>S1: “Sí, cuando llegamos y luego que como nosotros tenemos nuestro idioma, ya los mexicanos, y cuando nosotros llegamos es puro español lo que se habla, solo se reía atrás de nosotros porque poco hablamos en español, o sea que hay son puros ladinos.”</p>
Interculturalidad	<p>S1: “hacemos tortillas, suavcito bien fino con la piedra se reparte dos veces con la mano, a nosotros nos dan ya al llegar en México, dónde van a estar en piedras, dónde van dos de México es más cerca nos dijeron, no hay piedra, no hay molino, nos dieron prensa este ya en México, pues solo prensa y en nylon nosotros también los oaxaqueños, los que donde llegamos, pues más son de Oaxaca, ellas hacen tortillas, un nivel así en lo cortan así conforme para hacer unas tortillas grandotas estacas le dice métanles comida adentro a esa tortilla enrollada como taco, pero son tortillas grandes.” “Agarramos pues sus ideas de ellos sus costumbres, hay cosas buenas y hay cosas que sí, también no, no nos gusta, pues nadie nos puede obligar porque ya cada uno, pues.”</p>

Tabla 2

VARIABLES POR PERSONA: SUJETO 2.

Variable	Testimonio de variable
Resiliencia	S2: “Al venir organizados, vimos el apoyo internacional, eso nos animó mucho que no veníamos solos y que nadie una y otras personas manifestaban qué tal que viene el ejército viene aquí pero estamos acompañados cuando llegamos aquí, el que era la finca polígono 14, pues ahí estaba el ejército andando, escuchamos que ahí está el ejército y por las noches volaban los helicópteros sobre la comunidad, pero hay nos mantuvimos, aquí estamos compañeros, aquí no va a pasar nada porque que casi como 6 años estuvieron los acompañantes internacionales con nosotros” “pero por desgracia, el ejército quería tomar el control y se fue a meter una patrulla y sí lograron matar a varios padres que fueron 12 personas, entre hombres, mujeres y niños. Pero a pesar de eso, no tuvimos miedo, simplemente dijimos que eso se tiene que aclarar y los mismos compañeros en dicha comunidad tampoco hay quienes se arrepintieron o regresaron a México, pero en otro lugar no, nos quedamos ahí y repito, gracias por el acompañamiento internacional y nuestra organización que mantuvimos.” “yo creo que el espíritu de la vida comunitaria actual

	<p>es que nos mantenemos con nuestra organización comunitaria y ya no es lo mismo como veníamos en refugio o llegamos aquí, sino que tenemos ese mismo pensamiento esa misma lucha, mantenemos una organización bastante formal.”</p>
<p>Trauma Complejo</p>	<p>S2: “lo más difícil que vi es el desarrollo de la guerra por un lado por parte del pueblo pobre y por otro lado por parte del ejército nacional, la lucha guerrillera, pues se desarrolló casi en todo el país y el ejército vio esto como un peligro e intereses de los grandes ricos entonces lo desataron en 1982 es una cruel guerra, no es contra los grupos que andaban armados, sino que tiraron a masacrar a la población de hombres, mujeres, niños y ancianos, yo fui testigo de varias masacres que se dice que fue una actitud muy cruel de lo que fue el ejército, claro, bajo la orden de Ríos Montt de aquel tiempo y de Lucas, entonces sí fue muy difícil.”</p> <p>“aquí en Ixcán hay una comunidad que se llamó cuarto pueblo, más de 300 gentes el ejército las asesinó, lo mataron dentro de una iglesia echando gasolina o fuego y por parte del Mentón, Huehuetenango, una comunidad que se llama San Francisco, igual le hicieron más de 300 gente fueron a masacradas entre hombres y mujeres” “iba en un grupo de puras mujeres y ancianos y niños a refugiarse en México, pero a pocos kilómetros de llegar a la frontera se encontraron con el ejército, eran 16 personas, entre hombres, mujeres y niños los mató el ejército, quedaron muertos donde se encontraron con el ejército” “hay buena parte de la población que fue refugiado hoy es retornado que no quieren ver</p>

	<p>nada, principalmente al ejército porque piensan que por ser ejército lo que son lo que fueron en aquel tiempo siguen haciendo actualmente, sí, todavía hay personas que están afectadas mentalmente por lo que pasó.” “la expresión de algunos dice que la herida que nos dejó en ese tiempo de refugio, el conflicto armado, pues nunca se va a sanar, nunca se va a mejorar”</p>
Emociones	<p>S2: “yo muy personalmente sentí mucho la tristeza, el dolor de lo que estaba pasando con el pueblo.” “En realidad hubo miedo, hubo temor porque, ya ves como que el ejército anda por ahí patrullando” “Yo legalmente muy, muy personal, fue emocionantemente alegría porque finalmente vamos a dejar el refugio y veníamos a reconstruir nuestra vida en Guatemala”</p>
Duelo	<p>S2: “no solamente, pues mire aldeas, vecinos, sino que a mi propia familia fueron secuestrados y asesinado vilmente como a 8 miembros de mi familia.” “tíos que son hermanos de mi mamá, fueron cuatro secuestrados humildemente sin tener un arma en la mano, simplemente le dijeron que están con la guerrilla y los capturaron y unos los mataron allí mismo y otros los llevaron y torturaron duramente, tengo la certeza que dos de mis tíos fueron llevados en helicóptero y los fueron a tirar en lo que entonces era el boquerón del río Chixoy, en Ixcán, en este lugar.”</p>
Adaptación	<p>S2: “no pudimos quedarnos en un solo lugar, sino que llegábamos ahí, luego mucha gente enfrentamos hambre, falta de comida, falta de medicinas, entonces cada poco tenemos que cambiar lugares para ir viendo que pudiéramos encontrar trabajo, muchos</p>

	<p>mexicanos nos dieron terrenito para trabajar, pero siempre fue un sufrimiento porque conseguimos maíz o el gobierno de México nos apoyaban con la comisión para atender los refugiados que se llama COMAR entonces sí nos apoyaban con nuestros alimentos, pero nos pasamos casi varios años sin el techo, nos dieron unas láminas para nuestra casita, pero son láminas de cartón y fue así, nunca tuvimos una casa segura y no tuvimos comida segura y se murieron muchos en los campamentos”</p>
Migración	<p>S2: “en junio y julio de 1982, salieron miles de vecinos y personas, hombres, mujeres, niños, ancianos hacia México, entonces fue así empezó el tiempo de refugio.” “se vino el primer gran bloque de retorno en 1993”</p>
Interculturalidad	<p>S2: “tal vez en cuestión de la comida, la comida sí tuvimos que a comer como ellos comen la forma de comer allá en México solo se come dos veces al día en la mañana, un tacita de café o atol y a las 9:00 o 10:00 el desayuno y a las 14:00 o 15:00 de la tarde el almuerzo lo que dicen, pues tuvimos que hacer así, en el momento que trabajamos con los mexicanos, pero en el momento que estamos en nuestra posaditas la casita que está para nosotros siempre repetimos 3 veces la comida.”</p>

Tabla 3

VARIABLES POR PERSONA: SUJETO 3.

Variable	Testimonio de variable
Resiliencia	S3: “Pues fíjese que estamos hablando de la fortaleza de que como con toda la organización que estuvimos y estuvimos animando a la gente, toda la comunidad y teniendo buenas ideas y la gente empezó a aprender a escuchar y a respetar uno a los otros, yo por ejemplo me sentía un poco más con alegría y más animado y enfrentar ante algunas situaciones difíciles, por eso es que así andábamos y esa es la fortaleza que yo sentí, pero yo aprendí un poco la organización, porque yo empecé a organizar desde 1977, toda la situación que estuvimos enfrentando con el ejército, la guerrilla, la organización de la guerrilla y nos fuimos para México, yo andaba organizando y siempre no sé si es mi suerte o no sé, pero tuvimos que organizar bastante, cuando salimos de México, siempre yo andaba en la organización, venimos aquí siempre estaba yo con la autoridad y hasta ahorita todavía estamos manejando ese tipo de obedecía para poder convencer o animar y salir adelante con la comunidad.” “tuvimos que ir al ejército en la frontera para sacarlos de ahí y la gente dijeron entremos a ver que dicen y nosotros dijimos no, entonces solo vamos a dialogar con el ejército, con el comandante, no sé quién es el mando del ejército que nos pueda hablar voluntariamente porque si nos metemos así

	<p>seguro que no vamos a salir nos van a matar o no sabemos qué otra cosa pueda pasar, pero tenemos que respetar, entonces nos vamos una comisión con ellos, se dialogó y dijeron que sí y salieron del lugar y nosotros tuvimos que regresar y así hemos venido atendiendo la situación de más de alguna confrontación que se diera” “así fuimos aguantando y aguantando hasta que se desocupó todo lo que es la frontera con el ejército y nosotros nos quedamos en libertad.”</p>
<p>Trauma Complejo</p>	<p>S3: “el ejército se lanzó sobre las comunidades, con quema de casas, con matanzas de gente, porque yo ya estaba trabajando con la guerrilla, me integré con el EGT, porque se estructuró los cuatro frentes, el EGT, PRT, FAR, ORTA, pero como el que trabajó más aquí fue el EGT, estuvimos trabajando con ellos y es una situación que estuvimos tan difícil, pues a veces me pongo a pensar porque era montaña y cuando salimos huyendo hacia la montaña, nos quedábamos con la familia bajo el monte y bajo la lluvia y esa es la situación muy difícil que yo vi en esa época.” “cuando se vino la represión muy fuerte, tuvimos que unirnos juntamente con el grupo, nos cruzamos la frontera y llegamos a México y estuvimos como unos 15 días, afuera del país, en la frontera de México, sentimos que era difícil, tuvimos que salir, eso ya fue en 1982.”</p>
<p>Emociones</p>	<p>S3: “En ese momento, casi veníamos no con una alegría sino que con un poco de miedo porque sabíamos que la situación en Guatemala estaba todavía el problema del ejército y la violencia” “en ese momento cuando se regresaron, se encontraron las familias, un poco contentos y un poco de tristeza, así se sintieron cuando vinieron a Guatemala”</p>

Duelo	S3: “la gente estaba con ese dolor que algunos se habían muerto sus papás, sus mamás, sus hijos y tenían gran coraje con el ejército”
Adaptación	S3: “lo organizamos y nos fuimos, y no fue así, casi llegamos en el puente de Lacandón, llegamos a pico de hora ahí estaban los buses, los camiones, los soldados bajaron las mujeres en peso y así condicionarles bien toda la carga, ahí nos fuimos, no pasó ningún mayor problema, así es cuando nos fuimos, nos fuimos, pero sí obligatoriamente.” “Ya estando allá en Quintana Roo, el único problema estuvo ahí y por eso es que regresamos, organizamos el retorno porque, en Quintana Roo y dos tipos de problemas, uno es, que a veces que hay años que muchas sequía, y nos quedamos como con hambre y pero hay tiempos que también es mucha lluvia, hay 1 año que sembramos ahí sí, casi puro frijol sembramos, hay gente que sembraba una hectárea, dos hectáreas de frijol y maíz, una época que el frijol estaba allá de punto de porrear y hay gente que venía a arrancar todos los frijoles y hay gente que solo unos 2 quintales sacaron y yo solo como un quintal saqué solo fui a probar que al otro día empezó la lluvia y se fregó todo el frijol” “no tenemos libertad de irnos a otro estado, no tenemos libertad de venir aquí en Guatemala, todo es controlado, ya sabemos que estamos país ajeno, siempre no hay esa libertad, únicamente la libertad es estar en tu casita y el hospedaje es que nos dieron para trabajar”
Migración	S3: “estamos hablando de que regresamos al refugio, llevamos como casi 30 años, pero yo soy originario de aquí desde 1977, yo estuve como cuatro años aquí, desde 1976 a 1982, cuando vino la guerra nos fuimos para el refugio, entonces aquí dejé el lugar, 12 años estuvimos en el refugio y

	<p>tuvimos que llegar a Quintana Roo, esa historia si es larga, estuvimos en Quintana Roo y después en 1987 se organizó una comisión permanente para el regreso a Guatemala” “hasta que se dio el retorno en 1993, fue un largo tiempo y tuvimos muchos trabajos y mucho tiempo estuvimos perdiendo hasta cuando se dio el retorno en 1993 hubo muchas dificultades porque el Gobierno mexicano y el Gobierno en Guatemala no aceptaron que nosotros regresáramos, pero la organización fue un poco más fuerte porque tuvimos que abandonar los campamentos y tuvimos que salir caminando como unos cuatro o cinco kilómetros hasta donde tuvimos que llegar y ahí estuvimos esperando, la presión del Gobierno mexicano y también Guatemala, ya estando en el camino autorizaron los buses para ya venir directo para acá.” “el nombre de Victoria 20 de Enero, porque cabal un 20 de enero cruzamos la frontera y por eso es ese el nombre de la comunidad, cuando venimos, estuvimos en Huehuetenango como dos días y después nos fuimos para Guatemala, después salimos de Guatemala hasta Cobán, ahí estuvimos como cuatro o cinco días, después nos venimos para la aldea, estamos hablando que en aquel tiempo no había carretera, no había nada, nos tuvimos que venir en los camiones, mucha cascabel en el camino, una situación un poco difícil cuando regresamos pero de todas maneras tuvimos que llegar aquí donde estamos ahorita.”</p>
<p>Interculturalidad</p>	<p>S3: “ya 12 años en México y tuvimos que adaptarnos a la hablada mexicana y cuando llegamos aquí en Guatemala, pues como que nos costó un poquito el sonido de hablar, todas las bromas y hasta ahorita todavía no se ha perdido mucho el vocabulario mexicano. Aquí los jóvenes</p>

casi siguen el mismo vocabulario de los mexicanos algunos han cambiado, pero la mayoría casi los jóvenes todavía lo siguen, siempre es hablado mexicano, porque como estamos en la frontera y mucha gente se fueron a juntarse con los mexicanos y van ir a chambear a México y van a Cancún, van a diferentes partes de México que se van entonces la cultura mexicana como forma de hablar, no se ha dejado se sigue todavía.” “se trajo algunas culturas como usted dice la situación de la comida y a veces los trabajos, la forma que los jóvenes cómo se rasuran, entonces eso es un poco lo que se trajo de allá y se sigue continuando todavía, pero más que nos hemos adaptado más aquí en Guatemala, las formas de cómo comer los tamalitos de frijol, tamalitos de chipilín y todo eso siempre estamos siguiendo eso”

Tabla 4

VARIABLES POR PERSONA: SUJETO 4.

Variable	Testimonio de variable
<i>Resiliencia</i>	S4: “todos los que regresamos del primer movimiento, pues se dijo que vamos, vamos a luchar y vamos a ver qué hay, porque imagínese entramos en el 93, todavía estaba el conflicto armado, y el área donde nos ubicamos estaba rodeada de destacamentos, decidimos venir con la cara levantada y con nuestra bandera de lucha, hay que vencer ese miedo, ese temor porque ya no podemos vivir en México.” “todo nos fue bien difícil pero bueno, venimos con esas veces que teníamos que salir adelante y todo y gracias a Dios, durante todo el conflicto hasta que terminó en base a los acuerdos de paz, pues no hubo mayor cosa, hubo amenazas, pero la resistimos, la tuvimos que resolver” “he tenido un montón de cargos, no me echo atrás, sigo adelante luchando porque solo así Dios me va a dar”
<i>Trauma Complejo</i>	S4: “¡Ah! si hablamos del Conflicto Armado Interno fue bien difícil, únete a nosotros y toda esa área donde yo estoy ahorita, eran los propietarios pequeños dueños, pues con necesidad puede conseguir un poco de dinero, y aquí ya teníamos cabal 10 años de ubicarnos acá hicimos la aldea y todo y al final de cuenta, la desgracia por la guerra, todos abandonamos la aldea y dejamos todo”

Emociones	S4: “La emoción que tenía yo que hay que regresar al país, otro, pues será que no nos va a matar el ejército porque sabemos que el ejército en esa época eran criminales no perdonan” “Mire en Guatemala ahí sí fue un poco más difícil porque entonces la lucha era más fuerte y había temor del ejército por un lado, porque las bombas” “seguir luchando y hasta ahorita me dicen que tengo que estar algo en lo espiritual, pues pienso que eso me siento fuerte y hasta donde Dios diga aquí nada más me diga, hasta ahí llegaría”
Duelo	S4: “murió mi primera mujer me dejó con 7 hijos” “la vida fue muy difícil, yo viví en carne propia aquí en este lugar, recogí un niño de 5 años que se había encargado como era el hermanito más grandecito de piedras blancas, ahí cerca de la aldea donde yo vivo ahorita esa comunidad fue masacrada por el ejército, me tocó ver la situación de esos niños quedando huérfanos por esa masacre, persecución” “dejar casa, animales, bienes y todo después de vivir en la casa, vivir en la selva, pasar hambre, sufrimiento, agua de lluvia, cansancio piquete de mosco, era bien difícil la vida, pero bueno.”
Adaptación	S4: “Mire de adaptarnos no porque no estamos en un terreno asegurado, ya había problema con los mexicanos y no es mejor” “los mexicanos que son campesinos, era muy difícil, ellos no llevan almuerzo, yo fui a trabajar con ellos, lo que nos daban es una bola de masa y un poco de sal y tú guacal buscas agua en el Arroyo, en cambio, aquí nosotros, los guatemaltecos, cuando vamos al campo y llevamos nuestras tortillas y nuestra bebida en cambio ellos no pero de todas maneras, cuando vamos a trabajar con ellos, si nos daban comida nos

	<p>adaptamos a esa cultura, pero en sí no, no nos acostumbramos nosotros como tal”</p>
Migración	<p>S4: “Yo me quedé solo aquí con dos familias en las CR que así se le llamó no querían ir en el refugio, nos quedamos resistiendo dos familias y así me escapé ahí, en eso con esa desgracia porque mi papá y yo era el hijo mayor, teníamos 35 cabezas de ganado, mulas y más siembras, cardamomo, café, según yo que lo íbamos a lograr porque en pocos meses iba a terminar la guerra, no fue así, dónde vi eso me fui para México, porque ya mi papá sí, ellos no estuvieron en la selva, se fueron de una vez para México” “Puerto Rico era del municipio de cómo se llama, de Ocosingo que es un municipio, estaba muy lejos, entonces ahí estuve yo de representante, pero solo fines hasta en 1983, en 1983 llegué al refugio y 1984 como un poco más de 1 año, el desalojo por los marinos porque nos querían llevar a la fuerza para Campeche, pues la reubicación y la gente, entonces, y como había miedo de la gente porque no estaba lejos de la frontera, de la ubicación de ese campamento, a la gente le entró el miedo y los marinos estaban conquistando la gente, entonces, lo que sí, pues a lo mejor nos abusamos de los mexicanos, los que no queríamos ir para Campeche, nos trasladamos al otro lado del gran río Lacantún, nos trasladamos a la fuerza ya ni pedimos permiso a la migración, ni a la COMAR nada, no así abusamos de eso, se trasladó una gran cantidad de gente y los que ya no querían resistir se fueron para Campeche, a Quintana Roo porque ya había iniciado también el campamento en Quintana Roo”</p>

Interculturalidad

S4: “En ese lado los mexicanos que son buenos, pues de plano, aprendimos de ellos, aprendimos de ellos porque ellos tienen otra cultura” “ahora en el sistema de la forma de hablar, eso sí, muchos aprendimos decir tú, porque ellos así hablan y se nos olvidó un poco lo que es vos, verdad, qué tal vos, la forma de expresión” “no hubo peligro de poner sus propios trajes, por ejemplo mi finada esposa que era de Ixtahuacán, hasta que regreso y murió con su mismo traje de Ixtahuacán, ella nunca se cambió de hablar, ahí hablamos nosotros y como éramos todos humanos en las reuniones en los encuentros que tenemos hablamos siempre en nuestro idioma que no nos prohibieron.”

Tabla 5

VARIABLES POR PERSONA: SUJETO 5

Variable	Testimonio de variable
Resiliencia	<p>S5: “nos sentimos un poco ya última hora nos ganó o sea cómo te dijera yo como que se nos subió un poco la estima, autoestima alta como le dicen porque ya nos dio un poco de valor ya tuvimos que ir por ejemplo cuando ya estábamos aquí ya teníamos como que si se nos fue subiendo el valor ya podíamos ir a reclamar que no nos vuelven a hacer como lo que nos hicieron en el año 82” “Eso se reclamó mucho que ya no volvían hacer sobre nosotros como el que sí gracias a Dios nos fueron escuchando y así agarró fuerza y entonces aquí ya contamos con este territorio lo tuvimos que sacar al ejército nuestra demanda nuestra política era de que no queríamos ver el ejército no queríamos ver guerrilla decíamos y sí nos respetaron poco a poco los fuimos desalojando hasta que nos dejaron libres la vía y hoy en día igual la policía, el ejército si van a venir nos tienen que pedir permiso por si tienen que venir a hacer alguna investigación aquí y si no, no, pueden entrar así sin la autorización de las autoridades actualmente de nuestra comunidad ahorita entonces si como que sí se nos da esa emoción un poco fuerte que se diga ya, ya pues ahorita ya casi cambió todo pues” “no podemos detenernos porque la expansión de la población ya es bastante uh lástima que usted no pudiera venir las carreteras ya casi las tenemos como el municipio según cuando</p>

vienen otros lugares otras aldeas aquí con nosotros se admiran gracias a Dios como nos ayuda hay un río que está aquí el río Xaclbal que le decimos entonces el balastro nos ayuda bastante está cerca como quien dice nosotros no compramos en balastrar las carreteras entonces estamos avanzando en eso cuando vienen otras personas que no fueron a México no aquí se quedaron digamos como le llaman población desarraigada algo así le dicen a los que no fueron a México ellos en otras aldeas están bien atrasados no hay como a ellos también no les enseñaron gracias también es una idea que los mexicanos nos hicieron ver que usted hay que reclamar, hay que luchar, hay que pelar con el gobierno eso como que sí nos fueron metiendo un poco en la mente” “hay que reclamar de hecho los acompañantes cuando muy venimos cuando se firmó el acuerdo de paz nos decían así no se callen dicen, hablen hay que exigir al gobierno por el impuesto que a veces se lo roban ellos, hay que reclamar” “ya casi que ya construimos este, 4 puentes sobre algunos ríos hay un río que le llaman río Gavilán acá ese nos perjudica cuando inicia el tiempo de cuando a veces hay huracanes” “Hay huracanes, hay tornados, y eso crece ya no deja pasar nosotros ya construimos casi 4 puentes esto es parte de nuestra esperanza también entonces de toda manera ese beneficio lo vamos a dejar como un cómo te dijera a ti como un este, como un futuro, una vida más mejor para los que bueno ya casi para la otra generación digamos pero no nos cansamos de hacerlo porque de todas maneras como yo decía no hay quién por nosotros digamos nosotros mismos estamos luchando y damos mano de obra casi que al año a veces damos hasta a veces hay como 15 o 20 jornadas que nos regalamos de

	<p>trabajar digamos no es pagado la mano de obra no calificada que dijimos por la misma situación que no hay dinero entonces nosotros mismos a veces cooperamos a veces nos toca cooperar 500 quetzales cada año para construir para comprar cemento, comprar hierro se hace el trabajo y eso es lo que andamos luchando ahorita pues de todas manera eso es parte de nuestra familia y lo que estamos haciendo lo van a aprovechar los que vienen atrás de nosotros la generación”</p>
<p>Trauma Complejo</p>	<p>S5: “el problema es pues por la guerra que nos afectó más fue por la alimentación, imagínate no digamos cuando nosotros estábamos bajo la montaña cuando muy empezó la persecución contra la población por el ejército, la alimentación comíamos nosotros ese tortillas así este doradita pues que hacia mi pobre mamá en ese tiempo, por la alimentación y nombre eso fue un grave problema” “es que igual ya ves que en donde quiera casi uno siempre es libre ellos como están en su país la discriminación a veces cuando íbamos a la ciudad íbamos a trabajar en una obra digamos así en construcción siempre no es lo mismo pues, siempre nos, a veces nos insultaban decían una palabra siempre, siempre se oye hasta se oye siempre esa palabra pinche guatemalteco dicen ellos algo así pero qué vas a hacer y cómo estamos ahí tenemos que aguantar los insultos de la gente” “Mas este, fue un poco complicado porque eh, digamos la ley de la migración la ley de navegación no más nos dieron este 50 kilómetros de la ubicación en donde vivíamos así, como estábamos por campamento entonces nos dijeron que no podemos ir más lejos de la orden de la migración nos daban un carnet hasta nos dieron una foto, nos dieron una carnet y en ese carnet teníamos una foto pegada</p>

	<p>que solo teníamos permiso para salir 50 kilómetros, este fuera del campamento entonces más lejos no podíamos ir porque es que como estábamos bajo la ley de la migración y no se podía hacer nada era esa prisión que te digo y por eso es que la gente no se sentía libre y hasta a veces a las muchachas o a las parejas que ya están casadas ellos que la migración no respetaba eso”</p>
<p>Emociones</p>	<p>S5: “bueno cuando a veces da pena a veces da coraje porque son cosas como dice yo pues como es en defensa a veces no, no halla uno qué hacer” “cuando llegamos en Comitán eh, si casi que nos dio como en forma de alegría porque vimos, primero estábamos tristes porque no sabíamos qué es lo que iba a pasar si iba a haber apoyo por parte de las naciones unidas internacionalmente o las organizaciones populares también en Guatemala”</p>
<p>Duelo</p>	<p>S5: “Mas es los bienes es un ejemplo los ganados mi papá contaba ya con sus ganados, los cafés, es lo que más tenía la tierra, entonces de todas manera eso es algo que nunca, bueno mi papá igual ya falleció por lo mismo pues ya tanto trabajo por la alimentación es así igual mi mamá ya falleció, falleció el 18 de octubre del año pasado ya va ser un año en este octubre que viene ya casi es ya se fueron ya descansaron porque pues qué más le hacemos porque el tiempo nuestra vida no se puede alargar más por lo mismo a veces tal vez por la alimentación y también por los ayes de la guerra, mi pobre papá lloraba mucho por sus ganados” “a veces llorábamos también porque la gente ya está preguntando por sus hijos sus papás como hay muchos que están perdidos por la guerra digamos pues andan buscando no saben de dónde está el paradero de su</p>

	<p>familia como nosotros no podemos saber de quién es la gente porque de tanta gente que quedo perdido ya sea viven o se murieron, nosotros no podemos darles esa información a los que nos andaban preguntando” “da pena pues todos nuestros queridos que ya no están siempre nosotros tenemos una costumbre de a veces cuando el día de los muertos tenía uno siempre se acuerda uno de eso pues, pero que más le vamos a hacer porque también es una orden de Dios que no podemos quedar eternamente sobre este mundo que se diga pues de todas maneras así es tenemos nuestra vida va cambiando y así tiene que ser sí”</p>
<p>Adaptación</p>	<p>S5: “en México también nos dieron escuela todavía, pero tenemos que trabajar para comer para comprar un poco de azúcar, de sal, así pasa así fue la vida casi 10 años.” “cuando van a jornalear a veces nos corretean mucho digamos para que sea un poco rápido su trabajo de ellos así es la ley de los mexicanos ahí fue ese tiempo de 6 a 6 trabajamos de las seis de la mañana hasta las seis de la tarde estábamos regresando casi como doce horas de trabajo, no si fue o sea es duro pues, como pues como no nos podemos este, correr fue un largo tiempo y por la misma necesidad tenemos que trabajar por él, como el dinero es el que se usa para todo mundialmente es el dinero es el que manda en la vida si no hay dinero no hay cómo sostener la vida sí”</p>
<p>Migración</p>	<p>S5: “nos tocó, este, casi una semana nos llevó de aquí digamos cuando muy dejamos la casa ya de aquí para salir a México tal vez está tan cerca cómo, cómo te dijera yo, estamos mirando hoy, hoy en día está cerca porque hay carretera pero como estamos perseguido por alguien pues teníamos que cruzar arroyos, ríos, y no se puede avanzar porque hay que</p>

esperar a veces el ejército está así adelante así no toco como casi 15 días para salir en la frontera tenemos que quedar en la noche así bajo nylon bajo la lluvia bueno” “Como 9 años que te digo, entonces con mi papá y todo eso así llegamos en un lugar aquí en la frontera de Puerto Rico, después nos fuimos en Pico de oro y así poco a poco y ya después salió diciendo el ejército, luego el aviso por parte de las naciones unidas que tenemos que alejar, nos fuimos hasta Campeche imagínate nos trasladamos a Campeche porque salían diciendo que nosotros estamos colaborando con la guerrilla y todo por la alimentación así es la acusación entonces para evitar ese problema entonces nosotros nos fuimos hasta la entrada de Campeche que una parte de la gente se quedó en Chiapas los que no quisieron como es voluntario y los que se fueron pues nos fuimos a Campeche y Quintan Roo, donde se pobló la gente allá en México” “10 años, del 82 al 93, ah no el 93 fue cuando ya retornamos aquí a Guatemala” “vez en 10 años creo que tal vez nos movimos como unas cinco veces a hacer casitas provisionales pues de cerco de madera de cerco de rollizo no es que sea de tabla o de bloc como tuviéramos aquí las casas no, sí por ahí sí cinco o seis veces, ya donde ya cuando ya nos organizamos ya para venir en el retorno entonces ya fue en Santo Domingo Kesté donde pues yo tengo familia también en México pues ahorita que ahí se quedó” “cuando muy venimos pues se tuvo que anunciar con el gobierno la venida de nosotros con las naciones unidas, con las iglesias, no si se organizó por el mismo temor por las, más que todo por el ejército también se anunció bastante, se anunció internacionalmente y se nombró una comisión que le llaman CTP”

Interculturalidad

S5: “mas el que la forma de hablar hasta un día todavía aquí acá hay mucha gente cuando salimos al otro municipio por nuestra expresión de hablar nos dicen ya saben ellos que estuvimos en México ya sí tenemos otro acento de expresión de palabras digamos” “bueno de la alimentación si nos enseñaron muchas cosas digamos ahí nos enseñaron de, de, hasta ya fui un tiempo digamos fuera así del campamento casi como dos años dilate en un lugar nos enseñaron si uno no sabe digamos qué es algo, pues ahí lo enseñan a uno es como cuando uno va al ejército aquí te enseñan de todo hay cosa , hay cosas sí que se aprendió bastante ah, mi papá igual aprendió para cómo le llaman eso de costurar camisas, costurar pantalón, pero eso ya fue por parte también de las naciones unidas lo capacitaron a gente pues”

Tabla 6

VARIABLES POR PERSONA: SUJETO 6

Variable	Testimonio de variable
Resiliencia	<p>S6: “Pues las cualidades que yo siento es de que yo estoy pues muy contento y estoy muy feliz, me gusta compartir, me gusta luchar, me gusta el desarrollo de la comunidad, me gusta colaborar con la comunidad en cuanto a dar unas opiniones o sugerir, plantear, todo eso es lo que yo sé que sí puedo apoyar a mi comunidad” “fue una gran experiencia es una experiencia que tengo hoy en día y que todo esto pues quizá el conflicto armado nos dio un paso muy fuerte para seguir luchando para seguir luchando si no fuera así pues quizá estuviéramos un poco más bajo sin tener conocimientos, para mí que si el conflicto armado pues hay sí que nos dio que nos dio un paso más fuerte para seguir luchando para seguir adelante, para sobresalir y hoy en día me siento bien estoy tranquilo estoy satisfecho con mi trabajo vivir en mi comunidad y sentirme más que todo como una persona que sí me gusta cuidar, después de todo”</p>
Trauma Complejo	<p>S6: “estuvimos como 8 meses en la montaña y casi no estuvimos mucho tiempo porque ya la enfermedad nos atacó” “ya me iba yo también, yo era el otro que estaba, estaba sufriendo ya casi estaba a punto de morirme también por las enfermedades, por hambre, por sed, por otras causas” “mis dos hermanas que me seguían, eran dos mujeres y a causa de esa</p>

	<p>guerra en un año que resistimos pues fallecieron en la montaña” “también que no hay comida, no hay nada que comer eso fue lo más duro y por esa razón nos fuimos al refugio” “Lo más duro que viví en México, yo creo que para mí, lo más duro es de que allá el agua es escasa, lo más duro de estar allá es que por el agua, lo demás no, de México no dudo nada solo es por el agua”</p>
Emociones	<p>S6: “a veces me pongo a pensar por lo que sufrimos y al recordarlo pues sí da tristeza hasta a veces ganas de llorar porque sí vivimos, si lo vi” “de los 5, 6 a los 7 años yo sé exactamente cómo vivía con mis padres y hasta que empezó la guerra, hasta llegar al refugio y llegar a Guatemala otra vez entonces si da tristeza y hasta ganas de llorar por recordar nuestra historia” “allá pues ya me sentía más tranquilo pues ya no hay preocupación ya no hay pena de nada porque ya todo era libre, ya estábamos libres ya no estábamos perseguidos”</p>
Duelo	<p>S6: “un 3 de mayo cuando ya el ejército llegó a nuestra casa, eh, un día antes salimos de la casa y al día siguiente pues mi papá llegó a ver la casa y pues todavía echaba humo, ya la habían quemado los del ejército” “Pues lo más duro que yo vi es que nos atacó la enfermedad y mis dos hermanas pues fallecieron”</p>
Adaptación	<p>S6: “quizás nos adaptamos a México, mucha gente ya no quería regresar por esa razón mucha gente se quedó en los 3 estados de México, pero como yo era niño todavía tenía los 16 a 17 años cuando mis padres se vinieron a Guatemala pues tuve que venir con ellos” “Ah sí bastante, hablando de cambios sí bastante. Porque acá en Guatemala pues vivíamos casi aislados, muy alejados de las demás personas ya al estar</p>

en México pues ya hubo un cambio diferente ya vivimos entre más gente, vivíamos más cerca, ya mucha gente y ya ahí pues bueno para mí fue casi divertido porque como niños nos juntábamos entre niños, entre amigos a jugar y todo era más libre que estar aquí antes. Allá en México sí hubo mucho, mucho, cambio” “Pues como le cuento que fue difícil costó, porque allá andábamos solo en bicicleta solo en carro andábamos allá, ya no caminábamos a pie ya no cargábamos carga con mecapal o con lazo y todo eso allá era diferente tenía mi bicicleta y todo, de mi papá y todo, allá la gente anda en bicicleta en carro, más que todo ya al estar acá ya es diferente nos costó adaptarnos nuevamente porque acá ya no había bicicleta no había carro todo era montañoso, no había carretera, acá hay más cerros hay más subidas, bajadas que ya cuesta andar con bicicleta, en cambio allá todo es planada, todo es planada allá no hay cerro no hay subidas no hay bajadas eso sí de adaptarnos acá si fue difícil y fue duro, si ya después sí nos adaptamos”

Migración

S6: “pues antes de ir al refugio allá en México pues como el Conflicto Armado Interno inició en el 82, entonces ya a finales del 82 nos fuimos a México, nosotros estuvimos aproximadamente como unos 8 meses en la resistencia en la montaña, salimos con la familia. Cuando empezó la guerra pues fue bueno donde vivíamos pues” “al llegar en la frontera de México pues cruzamos un río que se llama Ixcán para estarnos ya en el refugio allá en México en un lugar que se llama la Silla que es parte de Chiapas al estar ahí en Chiapas estuvimos 6 meses en el refugio pero como estábamos pegado a la línea de Guatemala con México, pues el ejército de Guatemala todavía nos siguió atacando en la línea hacia

	<p>México entonces empezaron a enfrentarse con el ejército de México, entonces lo que hizo el gobierno mexicano pues no nos permitió quedarnos cerca de la línea, después de 6 meses nos fuimos a Quintana Roo de Chiapas en donde pues ya ahí el gobierno mexicano nos atendió”</p>
<p><i>Interculturalidad</i></p>	<p>S6: “Pues hablando de costumbres pues en primer lugar eh, la hablada mexicana” “Como nosotros cuando al llegar allá vivíamos entre las mismas personas que nos fuimos aquí de Guatemala no vivimos entre mexicanos allá se formó una comunidad de refugiados, entonces no tanto hablábamos como hablan los mexicanos, porque éramos los mismos, ahora las personas que ya vivían entre mexicanos entonces si ya cambia la hablada pero en si como jóvenes pues ya desde México la hablada de los jóvenes es diferente y hoy en día pues la mayoría aquí en las comunidades retornadas los jóvenes, los niños como los papás lo hablan igual lo traen ese hablado de México y los niños que hoy nacen siguen hablando las palabras que comúnmente se hablan en México entonces hay palabras que aún se siguen hablando como en México” “Exactamente, allá le dicen chamba, como dice usted le dicen güero, allá hay muchas palabras que son diferentes acá le dicen este, por ejemplo, a un niño pues le dice chamaco, allá en México le dicen chamaco y todas esas cuestiones pues ya cambian tiene otros nombres diferentes pero son los mismos. Entonces todo eso cambia, sí hay bastante”</p>

Tabla 7

VARIABLES POR PERSONA: SUJETO 7

Variable	Testimonio de variable
Resiliencia	S7: “al recordar la historia de nuestro refugio en México es como si fuera un sueño para mí y sí es algo que también uno debe de tenerlo permanente en la vida, en la lucha, a lo que ahora tenemos y eso es lo que yo siempre digo en los diferentes espacios en donde yo he, podido estar, es que no es de olvidar esa historia, ese momento que vivimos cuando nosotros cruzamos eh, la frontera a pesar de que mi corta edad pero yo siempre lo tengo en la mente y ahora que ya tengo dos hijos yo siempre les cuento eso con ellos que no fue una cosa fácil, fue muy duro tanto al estar al exilio y luego al regresar acá en Guatemala porque fuimos amenazados fuimos eh, manipulados por, en este caso por la ideología militar, pero la lucha de la comunidad pues ha sido muy clara, ha sido muy organizativa, muy común, pues eso es lo que se permaneció” “Pues eh, no, según mi investigación porque me he investigado yo misma y según mí, yo creo que eso es algo que es un don que tengo desde mi nacimiento desde mi percepción eh, porque desde mi nahual en el calendario Maya desde ahí lo traigo desde ahí me indica” “Soy quemé, es el día de los muertos, el que no tiene miedo a la oscuridad y eso es cierto yo no tengo miedo a la oscuridad, no temo a la muerte, no temo a, no tengo miedo y

es algo que verdaderamente sí va con ese nahual” “Sí hasta ahora me estoy dando cuenta de cómo fui capaz de captar todo eso, y como mi mamá participaba en la organización de las mujeres mamá Maquín porque eso fue la organización muy fuerte de las mujeres en México y de los 15 estados y yo siempre iba y ahí yo escuchaba el derechos de las mujeres este, las obligaciones de las mujeres y cómo iban a llegar aquí porque anteriormente a las mujeres no les toman en cuenta, no les daban las palabras, que no puede opinar, no puede decir nada, pero ahora ya no vamos a llegar así ya no vamos a ir como aquellas mujeres que nos sacaron de ahí bajo golpes, bajo tanto, pero ya no vamos a llegar ahí y eso siempre lo decía ahora tenemos que luchar para que nosotras las mujeres seamos escuchadas, para que nosotras las mujeres que nos respeten, para que nosotras las mujeres podemos ocupar un cargo podemos estar en algún espacio eso es lo que tenemos que hacer por eso nos estamos organizando para ir a pelear allá nuestros derechos no es con armas, no es con machete o como salimos con palas y machetes salimos pero ahora ya no, nuestras armas que vamos a tener es la lucha, es la organización, es la unidad” “ya no me acuerdo si tenía mis 15 o 16 años ya no me acuerdo cuando se volvió unificar la comunidad y yo como siempre de plano siempre me ha gustado meterme en donde no debo dijera yo y vine yo hablé con un grupo de mujeres que, qué pensaban de la organización es que definitivamente lo hayan terminado o todavía palpita el corazón de esta organización qué se podría hacer, que si en ese año empecé yo a concientizarla a las mujeres si se pudiera nuevamente reorganizarse para poder eh, volver a tomar ese voz y voto dentro de las

	<p>reuniones y en este caso es volver, uno por uno fueron integrándose de nuevo fuimos ya viendo y de en eso formamos una junta directiva cabal en eso me dejan como junta directiva y como yo empecé a estudiar en aquel entonces yo ya estudiaba ya estudiaba este, 4to magisterio, estudié en ese, eh, ya estudiaba y dije yo como yo estudiaba plan fin de semana y sí tengo tiempo para apoyarlas a las compañeras para volver a reorganizarse porque son alrededor de y qué podemos hacer cuáles eran los lineamientos organizativos que tenían anteriormente empecé yo a jalar a las que habían sido dirigentes de la organización a preguntarlo cómo estaban para poder volver y demostrarles de nuevo ante la comunidad como líder que las mujeres no están muertas”</p>
<p>Trauma Complejo</p>	<p>S7: “En la iglesia, Ajá los encerraron en una iglesia y los encerraron en un juzgado así le decían juzgado porque era la como la alcaldía o como la auxiliatura lo que se llama común mente ahora así le llamaban pero antes era juzgado y es así como mi padre decía de que no, no, yo jamás voy a traicionar porque gracias a ellos nos pudieron sacar antes, si no fuera por ellos seguramente porque ya estaba el plan también para que la aldea donde vivíamos fueran masacrados, porque eh, un mes antes mataron a 5 personas líderes de la comunidad que son personas que han estado mucho al pendiente eh, trabajando a los catequistas, a los padres y a esas 5 personas lo mataron, por no decirles por no acusarlos quiénes eran los correos de la guerrilla en aquel entonces, entonces por esos los mataron y a ellos cuando se vieron eso porque ya el plan ya iba en la masacre contra la aldea allá la Mojocho, pero antes que eso sucediera pues los tuvieron que sacar de manera inmediata” “los que nos echaron</p>

	<p>la mano, para sacarnos bajo la guerra porque fueron la guerrilla los que los sacaron a ellos, fueron los que les dieron auxilio, porque cercanita de la aldea donde vivían en la aldea de la Mojocho, en donde hubo eh, la masacre, donde murieron 360 personas hay sí que entre hombres, mujeres y niños, jóvenes todo, cuando lo quemaron a esas, en la aldea San Francisco porque está pegado”</p>
Emociones	<p>S7: “en ese momento pues unos emocionados y otros tristes yo en el caso en aquel entones como te decía era una niña pero a pesar de mi niñez yo lo miraba y toda la gente llorando y yo también porque yo me sentía triste al dejar a mis demás compañeros de clases porque nos apartamos y dije yo jamás los voy a volver a ver porque una parte de la colonia donde vivíamos decidieron quedar y otros decidieron repatriar, entonces mirábamos ese rompimiento, miraba yo esa tristeza de ver a los padres llorando se van y hasta incluso me acuerdo perfectamente bien que eso jamás se me va a olvidar y lo bueno que gracias a las redes sociales volví a encontrar a esa niña que en aquel tiempo que ahora todas somos señoras, llorando las dos cuando nos despedimos y yo le dije jamás te volveré a ver ni yo a ti me decía ella éramos unas niñas pero nos llevábamos bien eh, siempre jugábamos las dos ella llegaba en la casa de mis papás a jugar o yo llegaba con ella y comíamos juntas todo era bonito pero cuando nos apartamos fue un dolor muy fuerte, muy fuerte de verdad”</p>
Duelo	<p>S7: “pero me dolió el alma cuando yo dejé a esta mi amiga diciéndole que jamás la volveré a ver” “igual nuestras cosas, la casa se fue quedando porque no lo trajimos la casa con nosotros hasta incluso nuestras cosas</p>

	<p>se quedaron” “fue triste de verdad porque ver a mis papás eh, despidiéndose con sus compadres con sus ahijados eh, con sus hermanos. Mi papá, sus hermanos de mi papá se quedaron en México fueron 4, se quedaron 4 hermano no nunca quisieron venir no vamos a ir nosotros nos vamos a quedar aquí en México”</p>
<p>Adaptación</p>	<p>S7: “algún día vamos a regresar y a reconocer nuevamente nuestro país, porque de aquí no somos nosotros, no somos originarios de México, somos guatemaltecos, pero yo en aquel entonces pues yo solo escuchaba yo no podía opinar, ni podía razonar, ni podía decir nada, pero yo siempre llevaba en mi mente que no éramos de allá que solamente somos unos refugiados y así nos trataban los mexicanos también porque todavía yo estudié allá en México, tenía tercer grado primaria cuando nosotros nos regresamos acá y eso siempre nos decían es que ustedes son refugiados que ustedes son guatemaltecos” “Y fue así esta juventud dije yo no, y me mandan solita a guate y como yo desde mis 13 a 14 años empecé yo a viajar en guate, con el equipo de la juventud de los jóvenes, iba yo como encargada de guate y ni lo conocía y fue así que empecé yo a conocer la capital junto con la organización o institución llamada Alianza y eso me llevaba y ya la conocía pues bueno y dije yo no creo que no voy a llegar, voy a llegar y me van delegando a una reunión en guate con esas personas que venían que querían hablar siempre como la asociación de maestros son de acá de Victoria, fueron ellos los que fundaron esa asociación entonces, dije yo no querían hablar con gentes de la comunidad dije yo voy a ir a representar y me fui como a mí me delegaron bueno ya iba yo con todas mis propuestas allá qué iba a decir que por eso</p>

	<p>a hasta a veces cuando recuerdo todo eso cómo he sido yo tan no sé si es la inteligencia o es la ignorancia no sé a veces eso me pongo yo a pensar pero porque tan de una vez que yo iba ya con mis propuestas y dije yo esto voy a hablar pero primero voy a escuchar de lo que ellos van a venir a plantear” “Eh o yo fuera una mujer que no, que no puede expresar, fuera una mujer que tiene miedo de hablar su realidad o la historia tal vez fuera yo así pero gracias a estos espacios que he tenido porque yo he enfrentado con abogados hasta incluso ahora yo estoy, hay sí que estoy criminalizada, por estar enfrente de la comunidad por estar luchando por la comunidad, por hablar y defender el territorio y estoy criminalizada eh, ya resolvimos eh, dos casos y ahora nos falta uno que estamos enfrentando ahorita por delitos inventados, entonces yo le digo a los compañeros lo bueno que somos 10 criminalizados y pues vamos a enfrentar a ver cómo pero son por la comunidad yo no tengo problemas con la gente, no tengo problemas personales, pero es todo por enfrentar por la comunidad”</p>
<p>Migración</p>	<p>S7: “mis padres ellos vivían en la mera frontera eh, con México, entonces ellos tuvieron gran facilidad de poder emigrar allá en México salvarse la vida porque con los bombarderos ellos salieron” “nosotros con mis padres estuvimos en Chiapas tal vez hayas ido allá, tal vez lo conoces estuvimos en la colonia, primero estuvimos en la colonia Cuauhtémoc frontera ahí de, estuvimos 6 años ahí viviendo, después los mexicanos como solo estábamos posando y después los mexicanos dueños de esos terrenos nos dijeron que ya no podíamos estar” “Eh, bueno en el momento cuando nosotros empezamos a emprender el retorno se realiza un 13 de enero</p>

	<p>jamás se me va a olvidar 13 de enero a partir de las 6 de la mañana el 12 de enero cuando nos van indicando que mañana se van preparen todo mañana salen a las 6 de la mañana”</p>
<p><i>Interculturalidad</i></p>	<p>S7: “en la escuela alzábamos las dos banderas, la bandera guatemalteca y la bandera mexicana y cantábamos los dos himnos nacionales tanto el mexicano y el guatemalteco” “Sí yo creo que de lo que aprendimos ahí es el acento mexicano, es lo que ahora no se le olvida a la comunidad porque eh, al hablar cuando muy llegamos aquí eso del vos allá no hablamos eh, cuando llegamos aquí cuando nos hablan los que estaban acá oye vos, eso, para nosotros era la voz de gritar o algo y eso o cuando nos decían 25 len ni le entendíamos que era eso porque era distinto la moneda que se utilizaba y si fue un poco costoso lo del peso el balance y todo eso de la medida nos costó bastante porque allá en México hablan el litro, ,la cuartilla hablan por kilo a todo era distinto por ejemplo al vender frijol allá venden por cuartilla de 5 litros de 8 litros de 10 litros y eso lo hablan así o venden por kilo entonces son cosas que a nosotros nos costó bastante que aprender nuevamente eh, la forma de vivir en Guatemala y el acento mexicano es lo que realmente se nos ha costado quitar un poquito porque sí veníamos con ese acento mexicano porque aprendimos el idioma de allá pues entonces ya hablábamos igual que los mexicanos porque totalmente como vivíamos en medio de ellos es lógico que aprendimos el idioma de ellos, pero lo bueno es que no lo dejamos olvidado de nuestros idiomas”</p>

Tabla 8

VARIABLES POR PERSONA: SUJETO 8.

Variable	Testimonio de variable
Resiliencia	S8: “por eso me uní con el pueblo y los luchamos y los negociamos y tenemos que regresar porque aquí no es, no es nuestra tierra aquí es tierra ajena donde estamos” “Pues gracias a Dios, Dios nos dio ese valor Dios me dio esa fuerza,” “Y nos venimos a dar este ejemplo es esta luz para librar, dar un ejemplo, todo Guatemala para que se levante unirnos, para que así todos podemos estar más orgulloso me vine al frente del pueblo con apoyando hasta cantando mis corridos allí con todos ellos ahí yo me siento ahí, no que muy poco tristeza, siempre más valor que tuve.” “ahorita hay otro problema, estamos enfrentando, pero estamos unidos, ahora estamos unidos, pero entre estos señores que están hay dos ahorita, no directamente la encabezan hay como 10 o 15 personas, aquí ellos son los que nos están perjudicando seriamente aquí en nuestra comuna ya por culpa de ellos son los que aconsejan y tengo mi hermanito menor él y yo somos los dos cantando en los conocen de nuestra historia, pero mira fue desalojado, aquí ya va para 3 años que él se fue desalojado por las ideas de esos estos señores, porque a ellos son los que se unieron a estas aldea hay 3 aldeas al frente de nosotros para ir al municipio y son ellos nos taparon nuestro camino son 1 año, nos dejaron encerrados pero nosotros

no confrontamos con ellos no quisimos pelear mejor, hablemos con otro, se negoció y se habló con otra aldea, San Lucas aquí a la par se habló de negocio y ellos nos dieron derecho de paso y también están interesados que haya carretera, tuvimos que abrir otra nueva ruta son 10 km puro dinero de nosotros, no hay la municipalidad, no hay quien nos apoye, de la bolsa de nosotros tuvimos que luchar este otro conflicto que tuvimos, estamos sufriendo muchas cosas, pero estamos saliendo adelante” “ya va como 13 años, ahorita que estoy viviendo otra vez porque hace 13 años sufrió un atentado, me querían quitar la vida de una vez, yo trabajé 8 años en la municipalidad de playa grande yo fui jardinero y guardián de un predio del Centro Cultural de Playa Grande pero yo no sabía cuándo me fueron a regalarle 7 balazos en mi cuerpo, entonces tuve que sufrir otro hasta Cobán, hasta ahí me llevaron a operar, pero ya no sabía, por eso me quedé casi inválido, ya no puedo trabajar en el campo, ya no puedo trabajar así ya solo en mis familias” “pero gracias a Dios yo soy algún artesano puedo hacer muchas cosas hamacas, redes, morrales, petate como este, este es el hecho de mis hijas, pero en cambio tejido con la mano es otro, soy carpintero tengo mis herramientas yo hago mesa sillas, todo lo que hace un carpintero, aunque yo no tengo especialidad, pero más o menos lo puedo hacer algo y luego, puedo hacer un poco la herrería también, invento muchas cosas, también” “luego inventé también un molde para hacer esas tazas o cómo se han para letrina abonera me dejó una muestra, hay un viejito, tengo ahí, empecé buscarla con ello ya tengo mi molde inventé dos moldes y con eso hago lo vendo con la comunidad, hago otro, sino otros y a otros, entonces con eso estoy teniendo.” “Pues

	seguir luchando, trabajando, haciendo algo y apoyando la comunidad y apoyando por cualquier cosa”
<p>Trauma</p> <p>Complejo</p>	<p>S8: “la persecución empezó contra mí y contra mi padre, y bueno en fin cuando se puso serio el asunto, cuando Ríos Montt dio el golpe de Estado del año 1981/1982 es donde se arreció, entonces ya estuvo duro,” “esa aldea la arrasaron donde mataron casi acabaron todo, hombres, mujeres y niños, ya solo como cuatro sobrevivientes quedaron,” “casi todos los municipios de Barillas, Santa Eulalia y San Miguel Acatán, todos los municipios de la frontera de San Marcos está aquí hasta por Petén, aquí también mucha muerte, pues ahí sí que eso sí que lo arrasó todo, entonces la que nos tocó vivir, hasta yo me escapé casi 2 o 3 veces en manos del ejército, no me caía en manos del ejército por Diosito ya solo pido a Dios, sino que tiempo ya estuviera muerto, gracias a Dios no me vieron tuvimos que pasar casi dos veces, nos escapamos con mi finada mamá, ya solo nos quedamos con ella, pero logramos cruzar la frontera y logramos evadir, había ya esa patrulla, autodefensa civil, también ya nos tienen perseguido también, entonces pura montaña tuve que correr por la montaña con mi mamá, mis hermanas y todos nos fuimos en montañas, ahí nos dormimos entre las montañas, sin comer, sin nada, aguantando hambre hasta como una semana sin comer, encontramos algunas frutas en la montaña y lo estamos comiendo y caminando cabal digamos hoy pasé en la aldea San Francisco, hay una aldea San Francisco, hoy pasamos ya mañana lo masacraron también ahí por poco no me voy a caer, con mi familia,”</p>

Emociones	S8: “con tristeza , con dolor, con hambre y frío, ahí sí ya no se siente uno ya como está, sino que hay una tristeza y el miedo también que nos agarran por ahí, ya no tuvimos una vida tranquila, sino que un dolor profundo, nos estuvo manteniendo durante casi 10 años, muy duros, pero, en fin.” “Pues es una alegría , una alegría uno se siente cruzando la frontera porque está la limitan, cruzamos la frontera, ya estamos unos pasos adentro, nos sentimos ya gracias a Dios ya logramos vivir otra vez, ojalá que nos den permiso y como vivir a ver cómo, es una alegría, que emoción se siente uno hoy sí ya más ya nos salvamos de la muerte, pero gracias a Dios aquí estamos, nuevamente nos fuimos y nos sentimos tranquilos.”
Duelo	S8: “hasta mataron a mi papá, lo mataron a él” lo que nos hemos perdido, lo que hemos dejado, casas, tierras y todo” “muy duro, llorando, la muerte de mi papá nos dolió dejarlo vaya que logramos enterrarlo todavía,”
Adaptación	S8: “estuve varios lugares, me quedé con un patrón con que tiene y después me salí en el poco tiempos nos organizamos nació la idea que tenemos que nombrar el pueblo refugiado y los 3 estados que han sido Campeche y Quintana Roo y Chiapas se nombró la que le dicen comisiones permanentes,” “allá no, sí, ya no tenemos ese decir que no, pues solo estamos ahí posando, solo estamos ahí, no podemos alzar la voz o que vamos a hacer este que no ahí está uno se siente algo débil, como que uno está en tierra ajena.” “gracias a Dios, a México nos permitieron dar ese espacio, ahí tuvimos que organizarnos, ahí nos preparamos una unión ahí sí como nos ahí nos unimos y con la fuerza y

	<p>todo la experiencia que tuvimos la unión y hoy esa unión nos seguimos manteniendo.”</p>
Migración	<p>S8: “Pues Tuvimos que abandonar nuevamente ese santo lugar y obligadamente tuve que regresar a mi tierra natal de San Mateo Ixtapan, tuve que regresar ahí,” “ahí sí es la que nos obligó a salir de nuestra tierra y nos fuimos a México, fuimos a refugiarnos” “pero gracias a Dios nos cruzamos la frontera y así nos fuimos, entonces gracias a Dios a los hermanos mexicanos nos tendieron la mano, sus tierras también al gobierno, también a la iglesia, el que nos recibió más, más, nos consolidó, nos dio el alojamiento”</p>
Interculturalidad	<p>S8: “estoy muy agradecido a los mexicanos, nos dieron todo su calor” “hasta ahora sigo viajando, ahorita voy, tengo dos de mis hermanas, también hay parte de México en Chiapas, se quedaron, tengo una, colonia, una aldea también ahí de pura familia mía, ya no quisieron regresar,” “casi más o menos durante 10 años, casi nos adaptamos a sus formas de hablar, pero es un poco, no es mucho el cambio casi es puro, indígena, puro, campesinos también ahí del campo no hay, no hay una diferencia mucho, sino que hacen puros indígenas, también tiene sus costumbres, tienen sus formas también ahí, pero casi nos llevamos bien con esto,” “hagan lo que usted quieran, están libres porque ustedes van a luchar para regresar hasta ellos nos permitieron también dar ese espacio para organizarnos más.”</p>

Tabla 9

VARIABLES POR PERSONA: SUJETO 9

Variable	Testimonio de variable
Resiliencia	S9: “Eh, para regresarnos eh, fue porque ya se firmó, se firmó la paz que nosotros preguntamos bien con los encargados, los dirigentes que si no va a haber más guerra porque si no si va a haber otra vez entonces no podemos regresar, pero dijeron que ya no, ya se firmó la paz y ya ustedes pueden ir a tomar otra vez su terreno, sus parcelas y si tienen terrenos así que se abandonó hoy es el momento que hay que ir a aprovechar ir de tomar nuevamente va.” “Entonces eso se le entró la idea que se motivarnos que venir otra vez a tomar nuestras este, terreno, nuestras casas, más que todo terreno” “Eh, más o menos aquí en la comunidad eh, este, hay sí como hay un dicho cada quien sobrevivir, entonces busca iniciativa, busca forma cómo para vivir con la familia actual” “Pues yo gracias a Dios que yo este, eh, lo agradezco porque ya tengo un poquito de terreno para trabajar eso es lo que yo agradezco tengo un poco de terreno para trabajarlo con mis hijos actualmente y yo no estoy alquilando, no estoy prestando, pagando renta, si no es mío lo siembro y eso es lo único que yo lo siento satisfecho aunque hay otras cosas que sí uno necesita pero no hay por la misma situación no se puede pero sí más o menos ya puedo yo

	<p>este, hay una libertad y ya no es igual como ese tiempo, que hay una libertad de salir a trabajar hay que yo salgo a trabajar hago mis planes para hacer para sembrar mi siembra para cultivar y eso es lo que yo agradezco últimamente.”</p>
<p>Trauma Complejo</p>	<p>S9: “Sí, sí, este es una historia, una historia muy, muy, grande y es lamentable porque uno nunca, nunca piensa y nunca, no sabías qué viene va, pero cuando hubo, cuando empezó la guerra y solo me dijo mi padre, que sí, hijos eh hay que preparar que hoy, va a haber una, va a venir una guerra y va a empezar en este país en Guatemala y ya pronto va a venir entonces ya nosotros vamos a prepararnos no sé qué vamos a hacer, pero ya hay que prepararse y cualquier cosa, por aquel aviso pues ya hay que, hay que salir va, entonces nosotros no sabemos nada y de repente que cuando ya empezó ya la guerra” “Sí está un grupo del ejército de los ricos y hay un grupo del ejército de los pobres, y entonces y ya ellos empezaron a reclutar gente tanto a los que están bajo el control del ejército y tanto los que ya empezaron a reclutarse bajo el control del ejército de los pobres” “yo me recuerdo en el 81 cuando estaba más dura la situación empezaron los aviones, los helicópteros y ya hay bombardeo escuchamos bombardeo entonces ya la gente empezaron a, ya el ejército ya empezó a llegar primero no decían nada y ya ellos no, no es porque lo agarraron a la gente sino que ellos vinieron ellos a sacar información y ¿no han pasado un grupo de gente aquí no los han visto, no han visto a la guerrilla? pues nosotros no los hemos visto,</p>

ah bueno y si es así pues entonces hay que estar listos porque hay un grupo de armados están aquí y entonces tengan cuidado de entrar con ellos y aquí vamos a empezar a, hay una guerra se va a empezar aquí en país en Guatemala, entonces el que está metido con van a estar con este grupo eh, será, será castigado o sí todo eso va, entonces ya no halla qué hacer uno qué hay qué hacer en ese momento va.” “Igual ya empezaron a llegar el otro grupo que sí pasaba a la casa de noche o llegaran por, ya andan armados, entonces ya uno ya no hallaba qué hacer e igual dicen ellos que también nosotros traemos unas ideas de que aquí se empezó una guerra por tal razón por una justa, y el que se van quiera unirse que incorpore con nosotros y vamos a luchar por si, por un una, por un pueblo, por tal razón y aquí no hay salida y aquí hay un gobierno que está ahí que ínsita a ustedes que no hay libertad que están cerrados, entonces y así, entonces, final de cuenta que no, eh, mi papá varios hechos solo estamos escuchando y mi papá no haya qué hacer, porque dice va se integra con algún grupo o no se integra pero estaba yo escuchando que sí es obligadamente que lo están haciendo va.” “y ya estamos escuchando que también ya empezaron a secuestrar gente, nuestros vecinos, o ya empezamos a escuchar que ya empiezan las masacres que sí ya hay un temor ya viene pues, así.” “Por la mucha obligación y así resentimientos y caminando bajo el agua, bajo la lluvia, muchos zancudos, los niños lloraban y también lamentables madres este, también hay que el problema que

	<p>enfermos hay que cargarlos un montón.” “yo me tocó me recuerdo una vez estamos caminando y escuché un ruido abajo de un trozo y qué es, pensaba era animal, que lamentablemente era un bebé de recién nacido.” “Y otro grupo de gente que salieron huyendo porque ha llegado el ejército encima, balaceras, y un recién nacido, lo que hicimos levantarlo trasladarlo a la mano del comité, el comité se encargó del bebé para cuidarlo va, buscando forma para cuidarlo, entonces son cosas terribles”</p>
Emociones	<p>S9: “Pues ni modo entonces sí, es así pues hay que ya es empezó como un terror o como un miedo,” “Mucho entra una tristeza, preocupación en ese tiempo.” “Sí, sí, sí, a no es un alivio porque mucho miedo, y uno se escapa de morir y ya al llegar a un lugar que no hay nada se siente muy contento, se siente ese alivio que ya no hay quién está así atrás de uno persiguiendo ya están allá feliz”</p>
Duelo	<p>S9: “Pero lamentablemente que como yo desde ese tiempo perdí la, la, cómo se llama, por la misma razón me dividí contra mi familia actual, entonces ya casi ya solo hablo en castilla con mis hijos y como soy diferente idioma a mi señora, habla en Quiche, entonces casi no, a más que todo hablo en castellano con mi familia, con mis hijos.” “ya no hay nada entonces el único que es ahí pues no es tu país y además está más allá de nuestra casa, está más allá por nuestros animales, se murieron nuestros animales, se quedaron así abandonados y es lo único donde uno se preocupa, y se perdió todo va” “la casas en este caso donde estaba yo, o sea mi padre</p>

	<p>lo quemaron, se quemó y todo eso pero el terreno ahí está, sí, ahí está.”</p>
<p>Adaptación</p>	<p>S9: “Subieron a la montaña nos agruparon pusieron vigilancia entre la gente misma cuando hay bombardeos y la gente van cambiando lugar y así al moviendo una a otros así, dejaron abandonados a los eh, mi familia dejó abandonados a los animales como bestia como este, ganados y gallinas, perros, gatos, todo lo que tenemos en la casa se quedaron abandonados totalmente.”</p> <p>“Qué se llamaba resistencia y, ahí está la gente buscando formas, la gente lo nombraron vigilancias y la gente trabajaban y sembraban maíz abajo del bombardeo, sembraban milpa, hacia frijol, todo lo que se come lo que es alimento va.” “Y la gente ahí está, trabajando y si vienen el ejército si hay un bombardeo avise se moviliza la gente van y vienen a otro lado y mientras pasan los bombardeos, helicópteros y la gente aprendieron que no haya humo.” “Porque si hay humo lo detecta el helicóptero y lo baja, tira bombardeo.” “Ay, eh, lo difícil es porque ahí es unos están hallados aquí en Guatemala y allá es otro, allá es otro, entonces pero sí, más o menos se acató, se acató, y en este caso por el clima y en este caso porque uno no está acostumbrado, pero sí últimamente hubo atención porque hubo promotores, hubo medicinas, hubo alimentación, eh, sí hubo un apoyo ese es que hubo más, más este, unidos a la gente se organizara la gente y están y se sentía como a que fuera todos somos hermanos va.”</p>

<p>Migración</p>	<p>S9: “entonces y ya nosotros no halla qué hacer lado, mi padre entonces lo que vamos a hacer mijo, nosotros obligadamente que vamos a salir a refugiarse en otro país,” “Entonces lo que dijo mi padre, no mejor lo que hay que hacerlo es salir del otro lado huir en México porque allá no hay guerra.” “Entonces, bueno empezaron a preparar oiga amigos ustedes se van y con nosotros vamos a salir así en refugiarse porque va a venir una guerra y nos están buscando” “Y entonces y así empezó la situación aquí en, aquí a, este, en este país entonces mi padre en lo que hizo, organizó un grupo de gente entre ambos y miles de personas se subieron a las montañas porque ya no se puede estar en la casa.” “Como un mes, ajá, como camina poco uno y entra de noche y así no se puede avanzar mucho como es en el, en el, como dijera en montañas no es en caminos donde hay que dar la vuelta y así para llegar.”</p>
<p>Interculturalidad</p>	<p>S9: “Eh, sí. Como digo como, como es diferente pero si casan más o menos casi igual va, entonces sí hubo una el que me gusto es muy unido va, y muy comprensible y muy en este caso que no se niega uno en cualquier cosa ahí está, cualquiera necesidad ahí está, entonces lo que me gusto porque es como aquel dice ellos con el gobierno se preocupó por nosotros, sí.”</p>

Tabla 11

VARIABLES POR PERSONA: SUJETO 11

Variable	Testimonio de variable
Resiliencia	<p>S11: “Entonces y así, eh caminábamos bajo la montaña llevábamos en un lugar de Chajul que es parte de México, ahí nos guardamos ahí nos preparábamos para hacer los planes de trabajo, qué hay que decir al pueblo, cómo hay que concientizar la población, cómo hay que hablar la claridad y cómo hay que abastecer los alimentos, entonces habían eh, también unidades después se formó los pelotones guerrilleros y nosotros como cuadro organizador nos llevó la fregada porque tenemos que ir a platicar con la población a decir la verdad que se prepararan, a moler el pinol.” “La arena de yuca, la arena de plátano, la arena de malanga, meterlo en tinajas de plástico y escarbar la tierra poner dos capaz de trozos que le dicen el palo de tamarindo.” “Para que cuando algún día caen bombardeos no van a alcanzar a perjudicar la alimentación en ese tiempo para la gente que tiene que ir a salir obligadamente” “Me mandaban los hombres a la mano de obra sin querer.” “tomé la decisión del divorcio, firmé el divorcio y dije yo bueno ya no quiero vivir más violencia yo quiero estar contenta y yo para mí que el señor iba a quedar con las niñas las dos niñas que vivían y los dos niños y no pudo el señor recoger sus hijos</p>

entonces después dije yo ante la autoridad mexicana y el representante de refugiados yo lo voy a llevar si es así el papá de ellos no lo quiere reconocer sus hijos pero que tenga presente mañana en la tarde no puede volver a la par, porque yo voy a ser papá y mamá y que Dios me ayude mientras estoy viva van a comer mis hijos” “Y yo siento que a veces cuando me pregunta la juventud pero cómo saliste adelante, saber y todos mis hijas quedaron en 3ro básico solo la que vive conmigo porque no pudo grabar ninguna letra pero sabe cantar infantiles.” “pero viera que nosotros o sea yo cuando, cuando ya estaba yo divorciada ya casi empieza el alistar del primer bloque del retorno y entonces mi papi vivía en aquel entonces y me preguntó hija ahora qué vas a hacer te quedas o te vas entonces yo le dije yo me voy a apuntar para el primer bloque de retorno porque para qué voy a quedar voy a mirar odiando al hombre pero ir con ustedes no, no hay problema para mí que no hubo problema así pues de rapidito y me apunto con el representante de donde yo estoy y qué me dijo el representante no esta señora no se va a retornar si el hombre ahí vive capaz que va a quedar ella con el hombre el papá de sus hijos no está lejos para que le va costar a decir que no se vaya o sea yo me apunté pero en el aire no en el cuaderno y cuando voy descubriendo no aparezco y el retorno se venía acercando y en un mes de noviembre, de diciembre si no estoy pérdida porque nos retornamos en enero y él tenía a las niñas y el primer niño me las quitó de mí, para no retornar qué vida más dura para que yo me

quedara con el hombre se me lleva las dos niñas y un niño y se escondió y yo no dejé de ir a las reuniones del retorno que hay que llevar esto que hay que hacer lo otro no hay que llevar todas las cosas solo el más importante que solo dos mudadas porque los, las caravanas no van a llevar tanta maleta entonces hay que tener un cálculo de llevar entonces yo me preparo la última reunión compro las botas porque yo ya sé que en Ixcán hay mucho lodo compro un par de botas a todas, compro el par de mudadas a todas y todo lo que usaban ellas allí lo iba yo a dejar a según yo la ropita para el retorno es una ropita normal que no sea vieja porque ella usaban ropita los vestiditos todos rotos, todos remendados, todo costurado de dos a tres veces la costura entonces yo dije yo le voy a demostrar a ese hombre yo me las voy a llevar a mis hijas bien vestiditas y bien calzaditas” “ahora tengo que mover, tengo que velar y tengo que ir a ver en su casa y me fui ese momento solo dejé tirado el cilindro y dije yo con mi mami voy a ver este problema mami descanse usted o va ir en su casa pero yo me voy a ir ahí a terminar con el abuelo de mis hijos y me fui agarré un pedazo de mi leña y el abuelo de mis hijas no que no hay nadie que no sé qué le dije ábrame la puerta con buena manera si no le rompo la puerta de su casita con mi pedazo de leña y de miedo agarro y una de mi ex cuñada estaba ahí parada con un machete en una mata de banano esa no tuve miedo empecé a revisar adentro donde había yo vivido y no andaba ni uno de mis hijos y de repente aparece mi comadrona y dice qué estás buscando y era de noche y yo mis

	<p>hijas ya no están dejé a mi madre y lástima no respetaron a mi madre me las sacaron a mis hijas sin el poder de mi mamá y lástima que no hay una ley a mi favor si no encarcelara a ese hombre ya me dejó ya me fastidió ya me divorcié y ahora otra cosa que me está haciendo mal y ya nos vamos a ir en el retorno y él ahí mire lo que me está haciendo el alistare ya está en manos de la COMAR y así como estoy ya no me van a dar el retorno y yo ya me decidí porque dicen es voluntario el retorno no es obligado y yo ya me decidí”</p>
<p>Trauma Complejo</p>	<p>S11: “Ajá, bueno, pues para mí seño, es un, bueno ahorita ya estoy un poco mejor pero antes no podía yo contar por todo lo que viví.” “pues en primer lugar mi juventud fue la guerra, ese es lo más triste para mí al recordar mi historia.” “en el 82 cinco años antes eh, yo me fui a la güerilla, porque cinco años antes del 82 nos llevaban obligatoriamente como mujeres de 14 años al servicio militar forzoso” “Porque por la minería los soldados me sacaron donde yo nació, desalojaron a un sacerdote en donde yo estudié mis 4 años primaria, y eso no me gustaba, entonces ahí conocí la parte más fuerte del ejército del gobierno” “Cuando empezó la guerra agarraban a los sacerdotes a los catequistas a la persona que, hablaba pues por la igualdad o sea no dejaban de que la persona tenía libertad de informar al mundo o al pueblo eso no había en vez que va avanzar eso fueron los secuestros.” “Así se habla por el momento pero ese tiempo teníamos que ir a esconder bajo la montaña nosotros sabemos dónde tiene cada grupo su</p>

	<p>alimentación cuando le va a tocar la situación dura y no pensábamos si se va a alargar la guerra, pensábamos que si solo como seis meses o cinco meses para guardar ese bastimento y resulta que no fue así terminamos con ese alimento y pues por eso murió muchas personas, mucho gentío” “porque en el mero 82 en el mero 82 empieza del 80, 82, 83 era terrible yo encontraba mujeres colgadas de pecho, los hombres colgados de testículos bajo la montaña, cayendo gusanos, mujeres embarazadas que se queman 4to pueblo que ahorita estamos somos vecinos solo el río Xaclbal nos divide, pues ahí agarré mi coraje.” “Como dije yo también la guerrilla tuvo errores hasta delito hay la violencia sexual hay, o sea hubo y quizás hay porque no esa mentalidad no se borra en la vida y es muy dolorosa uno se siente cuando ya sufrió esa violencia sexual ya parece que no servimos para nada.”</p>
<p>Emociones</p>	<p>S11: “O sea en primer lugar como a nosotros cuando muy nos alzamos decíamos nosotros cuando dejamos a nuestros padres en la población y nosotros nos vamos en la montaña nos habían dicho que ya estábamos en manos de nuestros, nuestros enemigos entonces desde ese momento agarramos un coraje el por qué teníamos que tener enemigos sin hacer ningún perjuicio pero como esa lucha hasta el momento somos perseguidas y perseguidos todavía, eh, nos decían que teníamos que ser fuertes ante esa situación pero la verdad yo por ejemplo todavía llevo rabia,” “Porque encontré en las montañas el seso de la niñez o la señora lo que sea ahí en el árbol vivo como ellos solo lo pegaban la cabeza</p>

al hacia el árbol para morir entonces el cerebro ahí se quedó la masa pegado hacia el árbol y eso me agarré bastante coraje todavía tengo cuando los hombres hablan un poco como al revés me **enojó** por qué ya olvidamos esa vida que tuvieron nuestros seres queridos por qué entre nosotros nos contradecemos, por qué no estamos más claritos un poco que la gente que no vivió la guerra.” “Porque nosotros lo vivimos, lo miramos yo por ejemplo yo lo miré el hombre que tenía el hacha en su cabeza como que, si fuera un trozo, el machete cruzado en el pecho, un palo bien puntiagudo zampado en la boca del estómago y está hasta atrás y decía yo Dios mío porque yo soy pertenezco a la religión católica y decía yo por qué está mi gente, así como está, qué deben ojalá que lo encuentre el que hizo yo también puedo hacer **venganza.**” “son cinco, cuatro niñas que viven y dos niños tuve que mantener yo sola pero gracias a Dios yo cargó mi leña, cargo a mi mazorca, voy al campo, miro yo mi mano con su dificultad y digo yo diosito lindo bendiga mi mano cómo van a comer mis hijos sin el papá a mi par y, sí ya, pues ya cumplí con mi deber y obligación ya crecieron con las niñas y los niños ya todos se fueron de mí ya solo con la primera que vivo porque ella también sufrió un golpe en la nariz después de, diez días de haber nacido entonces ella ya vive solo con un ojo ella ya no tiene su cerebro igual como nosotros y es por eso que está ella conmigo y pues bueno ahorita por el momento estoy **feliz** pero antes cuando ellas eran pequeñas yo sufrí bastante.”

Duelo

S11: “yo tengo mi librito que gracias por mi participación en historia de la selva y me hace llorar todavía, entonces nosotros tuvimos que irnos bajo la montaña en el momento del 82 ya conocemos la montaña tenemos que llevar a nuestra gente los que se quedaban muriendo en el camino por las balaceras por el ejército los que nos caían las granadas todo el total del pueblo a morir y el que está herido todavía teníamos que arrastrar hasta morir el resto en nuestra mano” “llegamos en el primer campamento que se llamaba Puerto Rico ahí dejamos enterrado los que se murieron en el caminar y los que se murieron en ese campamento de hambre, de enfermedad, de miedo y de odio también porque hay quienes se murieron de odio el por qué nos están persiguiendo, por qué nos están matando, por qué nos quieren matar o por qué se murieron aquellas vecinas entonces todo eso pues la verdad a mí en un curso de investigación me preguntaron que yo hiciera un cuadernito chiquito y no fui capaz porque yo tenía grandes dolores en aquel entonces y ahora que con la sanación que me dieron mis compañeras diría yo porque ellas son las que se preocuparon de mí entonces sí ya puedo contar un poquito.” “Pues ahí también perdimos varias personas porque el hambre era bastante grandísima la salud estaba, estaba.” “allá donde nací perdí a mi hermana, mi cuñada, este, mi hermana, mi cuñada, y sus padres, pero aquí en Ixcán si hubo vecinos ahí está Marcos Ortiz, eh, ahí está José Ordoñez Jiménez, ahí está Alonzo Ortiz, ahí está Miguel Jiménez, ahí están otros vecinos, están los Pinos y otros.” “aquí tengo una hija que vive conmigo hasta la fecha fue mi primera hija y aquí vive el asesino de su papá de ella aquí vivimos y nos contradecimos siempre yo dije un día no tengo dinero para denunciar a este pinche pendejo que si no hubiera matado a su papá de mi hija estuviéramos con él viviendo sin que la hija sufriera tanto” “ahí recibí dos cuentazos bien puestos ya mi mano derecha no está normal ya se volaron mis dedos, solo diosito sabe cómo se juntaron y ahí están pero añadidos y mi columna vertebral igual recibió un golpe y yo decía cuando vine aquí en esta comunidad

dije yo ya tengo quebrada mi columna y solo eso decía yo que ya tenía quebrada mi columna vinieron unos médicos cuando nosotros vinimos aquí en el ochenta y si no estoy perdida en el ochenta y cuatro, ochenta y cinco vinieron unos médicos aquí y me miraron esa situación no está quebrada si no está bien golpeada recibió un golpe duro” “me puse a llorar y se lo conté fíjese que no es igual estar en una casa ajena que en la casa propia no me importaba si era una champá de nylon de hojas pero si yo estuviera sola no hubiera pasado ese golpe con mi nena pero esto como no es mi casa empezaron a tirar una caja de leche de es una cajita de cartón y eso cayó encima de su nariz de mi nena cuando tenía ella apenas 10 días de haber nacido” “Entonces eso más me agarró la tristeza y dije yo por qué sucedió eso, pues como digo yo a veces no me hubiera yo permitido quedar embarazada pero como no sabía si mí mismo compañero de lucha iba a quitar la vida de su seguridad.” “Entonces o sea yo me quedé eh, un poco más que con tristeza porque tuvimos que llevar la nena de 6 meses a Comitán y los doctores dijeron que no se podía porque ya era tarde porque no nos acudimos cuando recién golpeada pero quién me va a llevar hasta que los seis meses la mexicana tiene carro, el esposo me llevó con ella nos fuimos a Comitán así fue como me llevaron sin ningún costo cuando descubro que la nena está así y que ya no se podía probablemente hasta que ella tenga sus 18 años para poner un plástico y tener la nariz normal.” “Y resulta cuando llegamos aquí en Guatemala no se hizo eso porque quién me va promover sobre esta situación.” “nos dijeron que no se podía dar la solución así va a quedar ella no mira con un ojo solo con uno vive ella tiene ese corazón de niña y su cerebro pues desde el golpe ese golpe que tenía ella diez días pues el cerebro se hay una parte que se despegó digamos del huesito que tenemos en la cabeza y entonces otra tristeza y dolor para mí.” “Entonces son cosas que digamos esos fueron las cuestiones, las situaciones que yo viví en México y cuando tuve que conseguir después ella se llama Ana María después de Ana María tuve que conseguir otro

	<p>señor donde tuve ya otros cinco después de ella y tengo una enterrada en México dejé enterrada mi segunda hija y ese señor con ese señor viví una violencia terrible.”</p>
<p>Adaptación</p>	<p>S11: “Ah, eso fue más tremendo, fue más tremendo porque eh, me fui hasta ahí entre los y las compañeras refugiados para ya dar de nacer a mi primera hija, a pesar cuando yo me fui en la montaña me cambié la primera cambiada de vestuario pantalón, camisa manga larga, la gorra, el cinturón y luego en el refugio de mi pantalón todo mi uniforme y vuelvo a poner vestido y no me sentía cómoda cada ratito tocaba yo la tela que me cubría y me decían las monjitas hermana por qué cada rato estas tocando tu vestuario ¿Tienes miedo todavía? No yo me siento como que estoy sin ropa.” “Pero yo lloré porque, por qué me tenía yo que cambiar de vestuario para dar la seguridad y en donde yo llegué con un refugiado que no es de mi propio idioma pues ya me encerraron como granja no me dejaban salir a fuera de la casa hasta que nació mi hija.” “Hablo tres, Mi propio Mam, Kanjobal y un poco el castellano.” “Pues cuando yo estuve viviendo me sentía triste, me sentía yo encarcelada. Porque, ¿por qué triste? porque no es mí, en mi país estaba libre y ahí cuando me encerraron por estar embarazada y por hablar el castellano.”</p>
<p>Migración</p>	<p>S11: “nos bajamos al Ixcán en el 70, cinco añitos estuve no más porque en qué año me fui en la montaña” “entonces y los que nos quedamos en la montaña pues que se quedaron una parte de la montaña que es la PGR y nosotros cruzamos la frontera con los que se fueron para el refugio” “Entonces llegamos con nuestra gente en México y en Puerto Rico cuando cachó el ejército al campamento se tuvo que dividir toda la gente guatemalteca se dividió en tres estados.” “Unos se fueron a Campeche, otros se fueron en Quintana Roo, y otros que nos quedamos en Chiapas,</p>

	<p>nosotros nos quedamos digo yo porque yo también tenía yo que velar mi gente de México hacia Guatemala.” “Yo me retorné en el primer bloque de retorno en el 93 pues igual estuve como seis años en el refugio.”</p>
<i>Interculturalidad</i>	<p>S11: “La costumbre de ellos bueno que también allá eh comparten ellos el conocimiento hubieron capacitaciones de panadería, de confección, de la cocina, hubieron un montón” “Eh, fue más que yo pienso que desde allá conocí un poco la igualdad porque había hombres que llevaban sus bebés que en Guatemala no se mira eso toda la vida miramos a las mujeres con sus bebés en la espalda y con los otros que caminan jalando de la mano en cambio allá no tenían que compartir el bebé lleva la mujer y el hombre con la pañalera y si hay dos o tres grandes el hombre tiene que llevar su par de grandecitos y ella solo con su bebé o el hombre con el bebé con un grande y ella ya con el más grande y el que dejó de mamar y el que más me gusto que también ellos trabajan ahí sí que nos organizaron a hacer trabajo colectivo porque nosotros no teníamos eso al llegar allá”</p>

4.4 Análisis de los resultados.

Uno de los objetivos de la presente investigación es conocer las experiencias de trauma y resiliencia de la población retornada de la Comunidad “Victoria 20 de enero”, de Ixcán, Quiché, en cumplimiento a lo anterior el relato mediante testimonio de cada uno de los sujetos participantes conlleva riqueza en el discurso, se encontraron muchos puntos de encuentro donde los participantes habían experimentado vivencias similares, teniendo un discurso altamente congruente y confiable. Por otro lado, se aprecian las diferencias individuales y la perspectiva de cómo vivieron su situación. Por lo anterior, se procederá a presentar los principales hallazgos desde el punto de vista clínico de los testimonios de participantes del presente estudio.

Análisis de Trauma Complejo

- Se evidenció que el 100% los participantes (N: 11), experimentaron sentimientos de miedo derivado de los altos niveles de violencia a los que estuvieron expuestos.
- Un participante (Sujeto 1), reportó estar expuesto a la violencia por persecución con arma de fuego.
- Otros participantes indicaron que lo más duro que experimentaron fue el conocimiento y vivencia cercana de masacres en sus lugares de origen (Sujetos, 2, 3, 4, 7), dichas masacres se consideran como evento traumático por la manera en que mataron a las personas (quemadas, asesinatos colectivos, muerte de ancianos, mujeres y niños).
- Dentro del proceso traumático que dejó la experiencia, también reportaron persecución (Sujeto 5), es decir saber que les perseguían y buscaban de forma directa para atentar contra su vida.

- Dos personas refirieron que lo más traumático que experimentaron fue huir por la montaña y los riesgos que conllevó el desplazamiento desde Guatemala a México (Sujeto 6 y Sujeto 8), así también y estar expuesto a las enfermedades que conllevó el desplazamiento viendo directamente morir a dos de sus hermanas quienes enfermaron cuando huían. (Sujeto 6). (Sujeto 8 también reporta que fue traumático experimentar las enfermedades durante el desplazamiento por la selva).

También, experimentaron riesgos durante el desplazamiento ya que tomaban medias muy extremas para no ser detectados, en el proceso de desplazarse pasaron hambre, frío, enfermedades, considerándose que dos puntos traumáticos fuertes fueron su estancia en Guatemala expuestos a la violencia del conflicto y los grandes riesgos y vivencias que pasaron durante su desplazamiento.

Análisis de Duelo

- Respecto a la experimentación de duelo producto directo del Conflicto Armado interno y sus consecuencias, el 100% de los participantes (N: 11), asegura haber tenido la pérdida de familiares.
- Se detectaron dos casos que podrían considerarse como un Duelo Complicado, tal es el caso del Sujeto 1 quien perdió ocho familiares, quienes refiere "fueron secuestrados y asesinados vilmente". Así también el Sujeto 6, experimentó la muerte de sus dos hermanas durante el desplazamiento por la montaña quienes fallecieron a consecuencia de las enfermedades a las que estuvieron expuestas y falta de acceso a medicamentos, una de las hermanas del sujeto fallece frente a él.
- Por otro lado, se observa la existencia de duelo por pérdida de casa, tierra, cosechas, ganado, animales, tal es el caso del Sujeto 4, 5 y 8), quienes refirieron como un evento altamente doloroso la pérdida de sus pertenencias, hogar y lo que significaba para ellos

tener cosecha y animales (estabilidad económica, crecimiento). El sujeto 7 refiere que lo más duro fue regresar a Guatemala y dejar en México a su mejor amiga, esto lo considera como un duelo significativo. Así también de acuerdo a los "Siete duelos Migratorios", que refiere Achotegui (2022), se detecta que en la mayoría de discursos los participantes extrañaban el paisaje

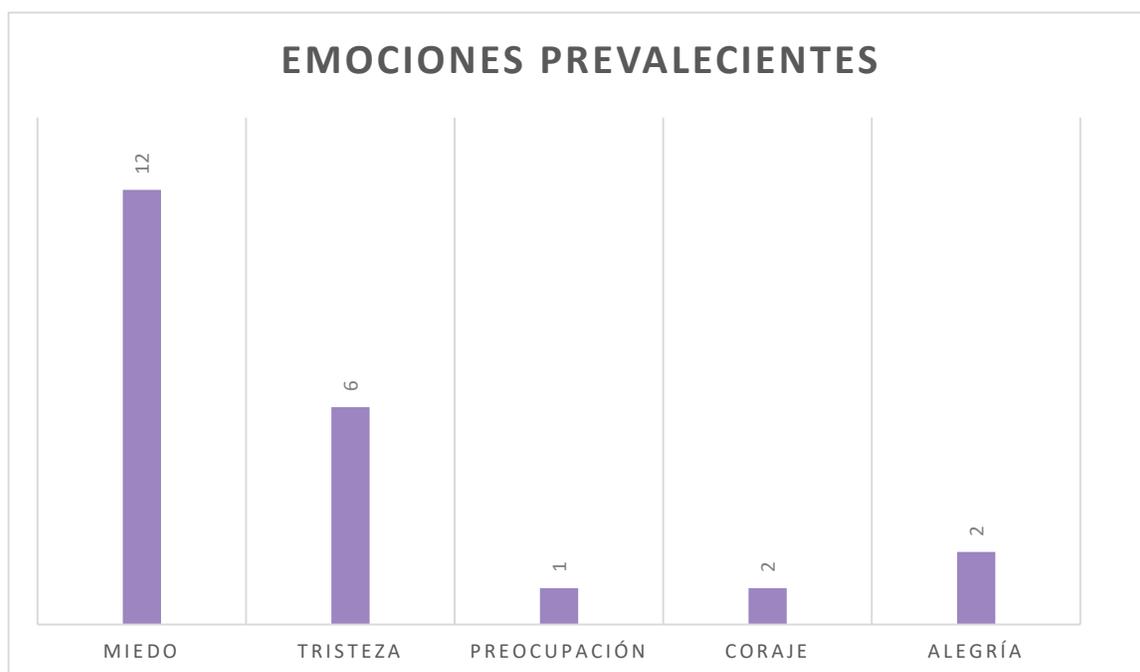
Emociones

- **Miedo** De acuerdo con el análisis, los once sujetos participantes indicaron haber experimentado miedo. Siendo la muestra de doce personas que equivale al 100% de participantes. La principal causa del miedo fue la persecución a la que estuvieron expuestos.
- **Tristeza** (S2, S5, S6, S7, S8, S9). La refieren al evocar recuerdos de padres, seres queridos y fue más evidente cuando hablaban de la pérdida de casa, cosechas, tierra o ganado.
- **Preocupación** (S6). Indicó como la incertidumbre y falta de seguridad de lo que pasaría. También la experimentaron en el proceso de retorno a Guatemala.
- **Coraje** (Sujeto 5), indicó que la principal causa fue la sensación de impotencia por no poder defenderse.
- **Alegría** (Sujeto 5, S8), refieren en común que el principal momento donde experimentaron alegría fue cuando se esperaba el momento de retornar a Guatemala, refieren esta etapa con alegría y esperanza, refieren haber sentido motivación y apoyo comunitario e internacional.

Tabla 11

Prevalencia de Emociones

Participantes Comunidad Victoria 20 de enero, Ixcán, Quiché



Fuente: Análisis de autora de presente investigación.

Adaptación

De los sujetos participantes, 10 manifestaron no haberse sentido adaptados a estar fuera de Guatemala, mientras que dos sujetos indicaron que sí se adaptaron a vivir en México. Las principales causas de falta de adaptación que se detectan según el discurso son las siguientes:

- Falta de acceso a la agricultura.
- Tipo de tierra de cultivo (la mayoría refería que la tierra no era igual de fértil)
- El clima (especialmente para agricultura, indicaban que el clima afectaba en el suelo y que no era igual que en Guatemala.

- Falta de libertad de desplazamiento (Referían que su principal área era en los límites del refugio y hasta donde estaban autorizados a transitar, no podían moverse a otro estado en México).
- Falta de oportunidades laborales. La mayoría refirieron trabajar en la agricultura; sin embargo, indicaban que no tenían oportunidad de ser bien pagados en México y que sólo en las áreas delimitadas podían desarrollarse.
- Falta de adaptación cultural: Aunque refieren que la cultura mexicana es muy similar a la guatemalteca, la mayoría refirieron que no se adaptaron completamente al país, y en el discurso la mayoría refiere que extrañó la tierra, paisajes, comida y libertades.
- Adaptación a modismos y cultura culinaria, el 100% refiere que se adaptó a los modismos y acento, algunos aprendieron en México a hablar español y la mayoría refiere que se adaptó a algunas costumbres culinarias.

Interculturalidad

Parte de llevar a cabo una investigación desde la Psicología Clínica Integrativa, es poder apreciar la cultura de las personas retornadas y detectar los factores culturales que coexistieron o se entremezclaron con la cultura guatemalteca de los participantes, detectándose lo siguiente:

- Las culturas guatemaltecas con la cultura mexicana tienen altas similitudes especialmente por la cercanía geográfica, idioma, comida y por la descendencia ancestral maya, azteca y la respectiva influencia de la colonización.
- La cercanía y similitudes facilitaron el proceso de adaptación cultural (tomar en cuenta que facilitó, no obstante, como se vio en el área de adaptación, la mayoría no se sintió completamente adaptado a vivir en México).

- Una teoría es la riqueza multicultural que existía en los Campamentos de Refugiados, ya que varias etnias mayas coexistían y compartían, cada una con sus particularidades y cultura definida.
- El idioma español facilitó a algunos el proceso de intercambio cultural, no obstante, no todos llegaron hablando español, algunos lo aprendieron en México.
- Dentro del intercambio cultural se considera que también se combinaron **esquemas de pensamiento**, ya que el guatemalteco venía de un esquema basado en el miedo, el silencio y la tendencia a que sus derechos fueran vulnerados, con apoyo de organizaciones se detecta una **reestructuración cognitiva** en el esquema de pensamiento ya que luego de varios años los guatemaltecos refugiados reconocían más sus valores, derechos, lograban organizarse mejor y contradecir el esquema del que venían hacia un esquema de pensamiento más estructurado, más conscientes de sus derechos, más asertivos y con una forma de pensar bastante distinta. Varios refieren que los pobladores mexicanos les decían “no se dejen”, “usted vale”, “la mujer vale igual que el hombre, “hable”.
- Por otro lado, la interacción cultural tuvo una alta adaptación en los modismos del idioma español y el tono y acento, adquirieron mucho de ello y refieren que fue lo primero y a lo que más se adaptaron.
- La adaptación se considera transgeneracional, porque en los testimonios refieren que los hijos y nietos adquirieron los modismos mexicanos en su articulación del castellano.
- En cuanto a religión y creencias no se detectó que hubiese un intercambio cultural significativo ya que los guatemaltecos indican que en México se les respetó mucho sus creencias.
- Finalmente, una adaptación intercultural fue la cultura culinaria, se adaptaron a modos de comer, recetas de comida, la mayoría indicaron que les gustó la comida mexicana,

aunque no lograron explorar más debido a las limitantes de desplazamiento. No se adaptaron culturalmente a los tiempos de comida, ya que refieren que en México se comía dos veces al día mientras que en Guatemala la costumbre es de tres tiempos y de llevar comida a la jornada de trabajo, mientras que en México fue distinto.

- Cabe resaltar que, en la investigación, se detectó que varios refugiados tuvieron hijos en México, lo que implica que tienen doble nacionalidad. Indican que algunos trabajan en distintos estados de México y tuvieron mejores oportunidades. Otra situación interesante es que al visitar Ixcán, se observan varios negocios de comida mexicana y según refieren personas que han tenido años de vivir en Ixcán, a las personas les gusta mucho la comida mexicana, esto se debe a dos factores principales: 1. La cercanía geográfica (Ixcán es fronterizo con México) y 2. La cantidad de población retornada de México a Guatemala.

Resiliencia

Esta variable es uno de los principales puntos u objetivos de indagar en esta investigación, se deja al final por ser un tema importante que transforma el enfoque de este trabajo llevando a recorrer al lector no sólo en hechos traumáticos sino también en valorar la capacidad de afrontamiento, lucha y fortaleza de la población objeto de muestra, así también de apreciar las capacidades individuales y colectivas de salir adelante a pesar del alto nivel de sufrimiento físico, psíquico y emocional que experimentaron. Dentro del análisis de los testimonios se determina que sí existe el Factor Resiliencia en el testimonio de todos los sujetos entrevistados, siendo a continuación los que se detectan como factores protectores que ayudaron a desarrollar la resiliencia en la población:

✓ **Apoyo internacional**

El apoyo recibido por la comunidad internacional refiere ser un hecho fortalecedor para la población de refugiados ya que se dio alto nivel de seguimiento a sus necesidades, situación que confirman en su testimonio como un eje fundamental para el proceso de supervivencia en México y el acompañamiento para el retorno. La mayoría de sujetos indicaron que tuvieron apoyo de la iglesia católica, especialmente de México, indican también que sus necesidades principales como alimentación, techo y acceso a medicinas tuvo seguimiento. Aunque tuvieron periodos de carencias el apoyo internacional iba llegando. Así también, se debe resaltar el apoyo de COMAR (Comisión Mexicana de Ayuda a Refugiados), como representantes del gobierno mexicano, fue un gran apoyo para la población guatemalteca, su seguimiento y acompañamiento fue importante para la subsistencia y desarrollo de la comunidad de refugiados guatemaltecos. Por otro lado, también fue valioso el acompañamiento de ACNUR (Agencia de la ONU para Refugiados).

Construcción de un Yo colectivo Fuerte mediante la organización comunitaria (S1, S2, S3, S4, S5, S6, S7, S8, S9 etc.), la unión entre culturas, el dolor por el sufrimiento común generó que existiera una cohesión entre comunidades de refugiados, con apoyo aprendieron a organizarse de mejor manera, a sobrellevar diferencias y buscar el bien común que era el desarrollo de la comunidad, construyeron un alto nivel de espíritu comunitario ⁵, el cual ayudó a la población de refugiados a desarrollar nuevas perspectivas del futuro, esperanza, motivación y principalmente a construir un **Yo Colectivo**, el cual se refiere a que el yo individual se incluya en un esquema colectivo que le fortalezca. Todo lo anterior se considera como parte del proceso de resiliencia, ya que se dio a través de la fortaleza que se dieron entre miembros de la comunidad y gracias a ello pudieron construir nuevas realidades al retornar a Guatemala.

⁵ Espíritu Comunitario: Se refiere a las ideas que los miembros de una comunidad tienen de sí mismos y la comunidad. Construyen valores positivos, se fortalecen con conductas positivas para la comunidad y bien común, estimulan la contribución de los miembros al bienestar de la comunidad. (Bartle, s.f.)

✓ **Diálogo**

Se considera como parte del proceso que fortaleció la resiliencia individual y colectiva, ya que los refugiados guatemaltecos tuvieron un crecimiento al poder desarrollar unión entre culturas mayas y unificarse a través de la comunidad. El diálogo representó una fortaleza en el proceso de comunicación y aquí se citará la importancia del asertividad, ya que las poblaciones venían de una tendencia al silencio, con actitudes pasivas y algunos habían estado expuestos a la violencia que tenían dificultad para canalizar sus emociones, la comunidad les ayudó a poder comunicar sus ideas, pensamientos, sentimientos de una forma más clara y respetuosa haciendo valer sus derechos.

✓ **Valores**

Dentro de la resiliencia se hace énfasis en los principales valores de los que dieron testimonios los participantes de la investigación, siendo: Unión, respeto, lucha, entusiasmo, esperanza, fortaleza, espiritualidad, entre otros.

• **Reconocimiento del valor individual, colectivo y derechos**

Esta parte está relacionada con el empoderamiento que recibieron los guatemaltecos en México, de parte tanto de la comunidad mexicana como de la comunidad internacional. Tuvieron acceso a educación, talleres, capacitación y esto fortaleció mucho sus perspectivas e incrementó las oportunidades individuales y colectivas. Los participantes refieren apoyo para hacer valer sus derechos fundamentales, muchos incluso llegaron de Guatemala, sin acceso a estudios y en México tuvieron oportunidad de ir a la escuela y también de mejorar el español. Las mujeres entrevistadas dieron testimonio del gran trabajo en el empoderamiento femenino y aquí cabe resaltar el rol que tuvo la Asociación Mamá Maquín, que se ha dedicado por años a trabajar con

mujeres, empoderarlas y brindarles acceso a más oportunidades, transformando su visión hacia más desarrollo.

Muchos fueron los factores que influyeron en fortalecer el proceso de resiliencia de las personas con quienes se tuvo la oportunidad de tener una entrevista por testimonio, su resiliencia se evidencia en la capacidad que tienen hoy en día de seguir adelante y haberse desarrollado en sus distintas áreas de vida como trabajo, familia, comunidad, sociedad, etc. Hoy en día la mayoría relata haber superado lo pasado y muestran agradecimiento por tener la oportunidad de relatar nuevamente los hechos experimentados desde aproximadamente el año 1981 a 1993. Luego de los Acuerdos de Paz, la Comunidad Victoria 20 de Enero, recibió apoyo; sin embargo, hoy en día es una comunidad autosostenible, han construido sus propias carreteras, poseen una organización fuerte y también, como todo grupo social han presentado distintos retos o dificultades que luchan por afrontar. Un punto esencial en las entrevistas es la confianza que ellos tienen al desarrollarse en comunidad (su yo colectivo), lo que indique la comunidad o sus líderes es lo que ellos hacen pues confían en el espíritu comunitario construido desde hace más de treinta años.

Capítulo 5, Conclusiones y Recomendaciones

5.1 Conclusiones

- Se identificó la presencia de trauma complejo en todos los participantes (once participantes), ya que fueron testigos de masacres, asesinatos, despojo de tierras, abusos, entre todas las formas posibles de violencia, dichas situaciones elevaron el nivel de estrés al que puede estar expuesta una persona, generando estrés crónico el cual altera de manera significativa los procesos fisiológicos, neuropsicológicos y emocionales derivado del trauma.
- El trauma más evidente fue el experimentado en el desplazamiento, cuando los participantes huyeron de Guatemala por zonas fronterizas atravesando montañas y selvas. Esta fue una narrativa continua en los testimonios, y se detectó la existencia sufrimiento psicológico por la condiciones adversas, de riesgo, de inseguridad, incertidumbre que alteran el curso de la emocional y las experiencias que tuvieron durante ese tiempo como pasar hambre, frío, riesgos de la naturaleza, vivir la enfermedad e incluso la pérdida de seres queridos durante el desplazamiento, lo cual motiva un estado prolongado de estrés que provocan lesiones psíquicas a nivel del sistema nervioso.

En cuanto a las vivencias personales, se evidenció que cada uno presencié de forma directa la guerra y cada participante experimentó emociones distintas, siendo las de más incidencia: miedo, tristeza y cólera. En cuanto a las vivencias grupales se evidenció comunicación, apoyo y organización. Desde las vivencias familiares, es importante

reconocer que fueron decisiones que se tomaron como grupo familiar y que incluso la decisión del retorno fue consensuada entre la familia. Los duelos familiares también tienen alta incidencia y afectación emocional.

- Las manifestaciones de Resiliencia reportadas que ayudaron a las personas de la Comunidad Victoria 20 de Enero, fueron: el apoyo comunitario, organización, diálogo, presencia de apoyo internacional, así también, presencia de personas alrededor de estas comunidades representaron un punto de partida para el empoderamiento, esperanza, seguridad, motivación y fortaleza.
- Respecto a la adaptación, según los testimonios la adaptación a otro país fue parcial, ya que no se identificaron completamente por falta de acceso a oportunidades más abiertas y el extrañar su país fue más prevalente, varios participantes indicaron que no se adaptaron a la vida en México y por ello decidieron retornar a Guatemala.
- En cuanto a readaptación, los participantes indicaron dificultades ya que iniciaron de cero en terrenos difíciles como lo es Ixcán, y empezaron de nuevo a construir viviendas y luchar por acceso a servicios básicos. También refieren que algo que ayudó a su readaptación fue el seguimiento de la comunidad internacional y otras instituciones de apoyo.
- En relación a la migración e interculturalidad, los guatemaltecos experimentaron seguridad al establecerse en territorio mexicano, quienes ya hablaban español tuvieron mayor facilidad de adaptación mientras que quienes hablaban únicamente idioma maya tuvieron que aprenderlo y adaptarse, siendo una barrera idiomática. La interculturalidad generó riqueza en los modismos del español de los participantes.
- Respecto a las costumbres cabe recalcar el alto respeto que refieren haber recibido del país ya que lograban mantener su fe, creencias y rituales. Por otro lado, se rescata el fortalecimiento de lazos entre guatemaltecos y mexicanos, que los retornados refieren

mucho agradecimiento por el acogimiento que tuvieron en México y varios individuos se refieren como “hermanos mexicanos”. Aunque como en todo grupo social hay riesgo de discriminación o etnocentrismo, los guatemaltecos indicaron que sí recibieron en algunas ocasiones discriminación por su vestimenta, idioma y aspecto racial.

- Finalmente, se establece que la Resiliencia de los retornados fue fortalecida por el acompañamiento de la Comunidad Internacional, la unión y coexistencia entre la multiculturalidad maya de los grupos de refugiados guatemaltecos, la construcción de un espíritu comunitario y redes de apoyo. Cabe resaltar los valores individuales y colectivos, los cuales brindaron principalmente los siguientes resultados a nivel psicológico: asertividad, confianza, esperanza, motivación, entusiasmo y participación.

5.2 Recomendaciones

- Brindar seguimiento a la Comunidad Victoria 20 de Enero, Ixcán, Quiché, desde el área de la salud mental para que luego de más de treinta años después de su retorno la población cuente con un acompañamiento psicológico que dé seguimiento a sus experiencias psicológicas y monitoree su salud mental, derivado que se evidenció trauma complejo por el alto grado de violencia a que estuvieron expuestos integrantes de la comunidad.
- Propiciar espacios de memoria histórica transgeneracional en la Comunidad Victoria 20 de Enero, con el propósito de facilitar la abreacción, la consciencia de las nuevas generaciones y sobre todo la sanación intergeneracional.
- Fortalecer las investigaciones desde la perspectiva de la Psicología Positiva sobre la temática del Conflicto Armado Interno en Guatemala, ya que se considera que existe una parte humana sumamente enriquecedora que evidencia la fortaleza de las personas en momentos difíciles y su crecimiento individual y comunitario, por lo que hacen falta investigaciones al respecto.
- La Comunidad Victoria 20 de Enero, es una comunidad altamente organizada; sin embargo, aún tienen carencias y necesidades que deben ser atendidas desde el Gobierno central, alcaldías y gobernaciones departamentales para ayudarles a fortalecer sus oportunidades de desarrollo y el acceso a una vida más digna, esto con base a la “Pirámide de Necesidades Básicas de Maslow”, quien refiere que previo a la autorrealización de las personas, debe existir una cobertura a sus necesidades básicas.

Capítulo 6

Propuesta de Intervención Psicoterapéutica

Para desarrollar una propuesta que pueda cubrir las necesidades de intervención psicológica para la Comunidad Victoria 20 de Enero, es necesario tener una visión ecológica, multicultural y de la interseccionalidad, es por ello que se citará en primera instancia a la Psicoterapia Multicultural, puesto que la mayoría de sujetos de la presente investigación son originarios de la etnia maya y por ende es de alto respeto la visión que tengan, por ello previo a la intervención el terapeuta tiene que contar con las competencias y capacidades para dar un abordaje con pertenencia cultural. Seguidamente, se explorará la teoría de la Psicoterapia Existencialista que podrá brindar enriquecedores aportes acerca del sufrimiento y proceso traumático experimentado. Finalmente, se considera que la Psicoterapia Gestalt brindará técnicas y herramientas para ayudar a un proceso de cierre armonioso, todo lo anterior será en un esquema de psicología comunitaria específicamente mediante Psicoterapia de Grupo.

6.1 Análisis de los participantes

La propuesta de intervención psicoterapéutica plantea ejecutarse en la Comunidad “Victoria 20 de enero”, Ixcán, Quiché, con apoyo de líderes comunitarios y teniendo como sede física el salón de la iglesia católica de la comunidad.

Los actores relevantes serán los once participantes de esta investigación, con opción a integrar nuevos miembros que deseen participar voluntariamente bajo el requisito que deben residir en la comunidad y que fueron desplazados, refugiados y retornados.

6.1 Análisis de participantes

Grupos	Intereses	Problemas percibidos	Estrategias de intervención
<i>Pobladores de la Comunidad Victoria 20 de Enero, Ixcán Quiché</i>	Recibir atención psicológica especialmente para tratar el proceso de trauma experimentado.	Falta de acceso a servicios de salud mental. Duelos no resueltos. Desconfianza	Terapias psicológicas con enfoque integrativo y sentido de pertinencia cultural Terapias grupales Participación en grupos de apoyo
<i>Hijos o familiares cercanos de los participantes de origen</i>	Brindar acompañamiento psicológico en virtud de las experiencias intergeneracionales que dejó a los padres la exposición a la violencia.	Portadores de trauma intergeneracional Han cargado la mayor parte de su vida con los relatos de sus padres. Han carecido de oportunidades de desarrollo.	Terapias psicológicas que traten los traumas intergeneracionales. Participación en grupos de apoyo de familiares. Estrategias de desarrollo personal

<i>Cualquier persona que haya tenido la experiencia del desplazamiento, refugio y retorno derivado del conflicto armado interno en Guatemala</i>	Tener acceso a ser atendido en un proceso de psicoterapia para tratar los traumas de violencia y adquirir estrategias de afrontamiento y fortalecimiento de resiliencia.	Falta de acceso a grupos de apoyo psicológico para cierre de proceso de trauma. Enfermedades y trastornos sin detectar. Estrés postraumático	Terapias psicológicas grupales Referencias en caso de encontrarse alguna secuela de trastorno como ansiedad, depresión, estrés postraumático, disociación, psicosis, entre otras.
---	--	--	--

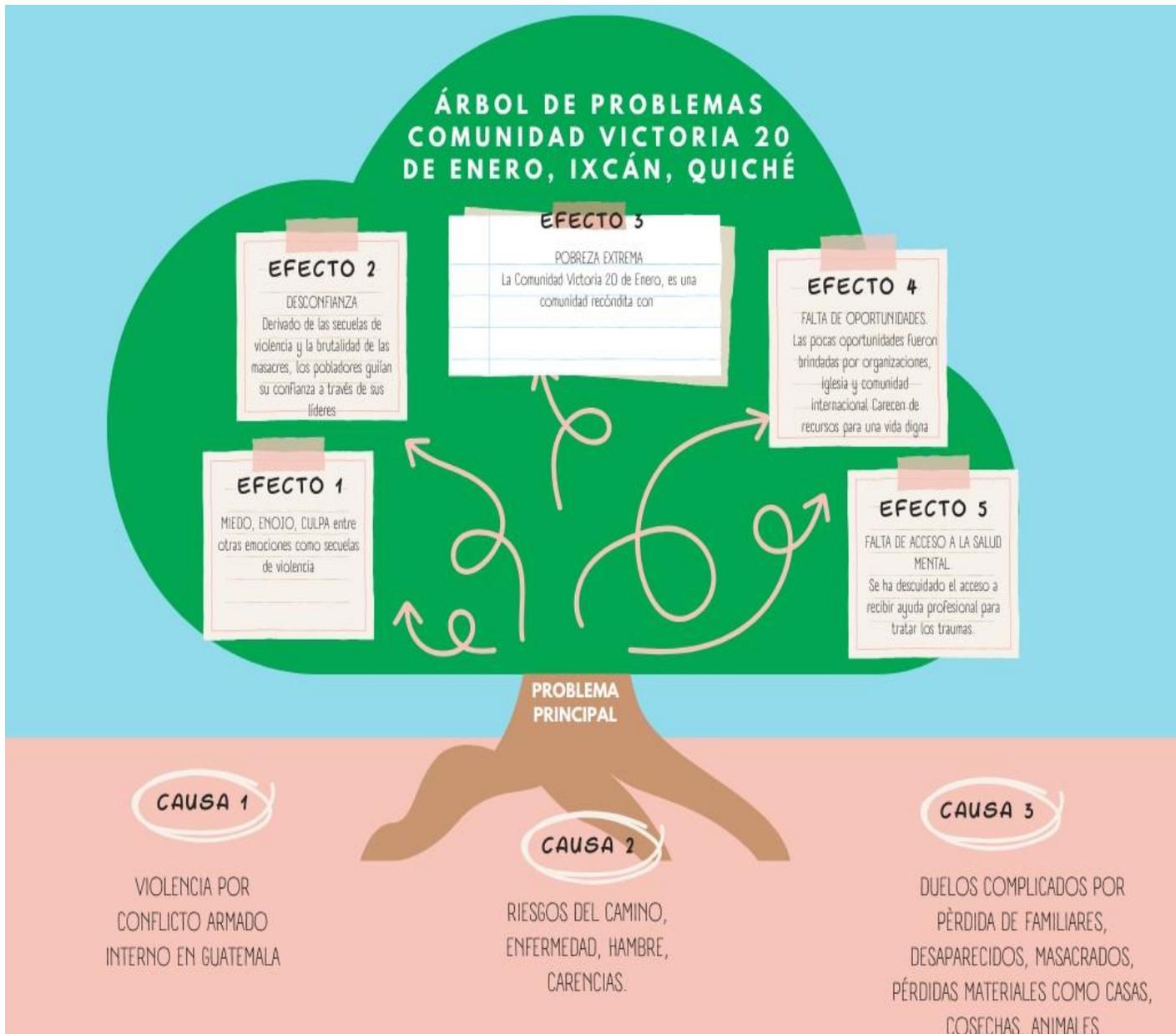
6.2 Análisis de Problemas

El apoyo que han recibido los miembros de la Comunidad Victoria 20 de enero, así como las comunidades retornadas del conflicto armado interno, han referido como factor de fortaleza el apoyo que les ha brindado a lo largo del tiempo la comunidad internacional, iglesia, organizaciones, entre otras; no obstante, el tema de la salud mental no es un tema profundizado en estas comunidades. Se han realizado estudios para determinar las secuelas psicológicas, más se carece de propuestas que brinden soluciones a largo plazo acerca de la salud mental de estas poblaciones altamente traumatizadas por la violencia y por todos los riesgos y factores psicológicos y psicosociales que conllevaron sus experiencias. Aunque ya han pasado más de treinta años desde que se empezó a establecer la comunidad, según los testimonios de la presente investigación, refieren que por mucho tiempo vivieron miedo, angustia, desconfianza y ha sido el tiempo y los factores de apoyo los que han apoyado al desarrollo de la comunidad.

Por otro lado, poco se habla del impacto psicológico que ha tenido para los familiares e hijos esta convivencia, son hijos que han crecido escuchando relatos de guerra, violencia, masacres y

sufrimiento lo que sin duda alguna puede referir un Trauma Intergeneracional (Ruppert, 2008), esto derivado del vínculo de los hijos hacia sus padres y de los familiares cercanos, es por ello que esta población también demanda ser atendida para evaluar su salud mental, así como para apoyar y orientar su proceso de vida como hijos y familiares de los sobrevivientes.

Árbol de Problemas



-Fuente: Elaboración propia (2023).

6.3 Análisis contextual y diagnóstico

Los participantes como se mencionó, serán adultos, hombres y mujeres que experimentaron de forma directa el conflicto armado interno por medio de sus distintas etapas de desplazamiento, refugio y retorno. Serán residentes de la Comunidad Victoria 20 de Enero, Ixcán, Quiché, por lo tanto, el contexto será rural, con un perfil socio-cultural-lingüístico.

Los participantes de preferencia deben haber experimentado de forma directa todas las etapas, y vivir desde un inicio en la comunidad ya mencionada. Se aceptarán personas que no sean de la comunidad previa autorización de los líderes comunitarios. Los participantes pueden dividirse en grupos para que tengan una atención con pertinencia cultural, es decir un grupo podrá participar si habla español, pero también podrán conformarse grupos donde de preferencia debe liderar el proceso de terapia un psicólogo o psicóloga que domine el idioma maya de los grupos.

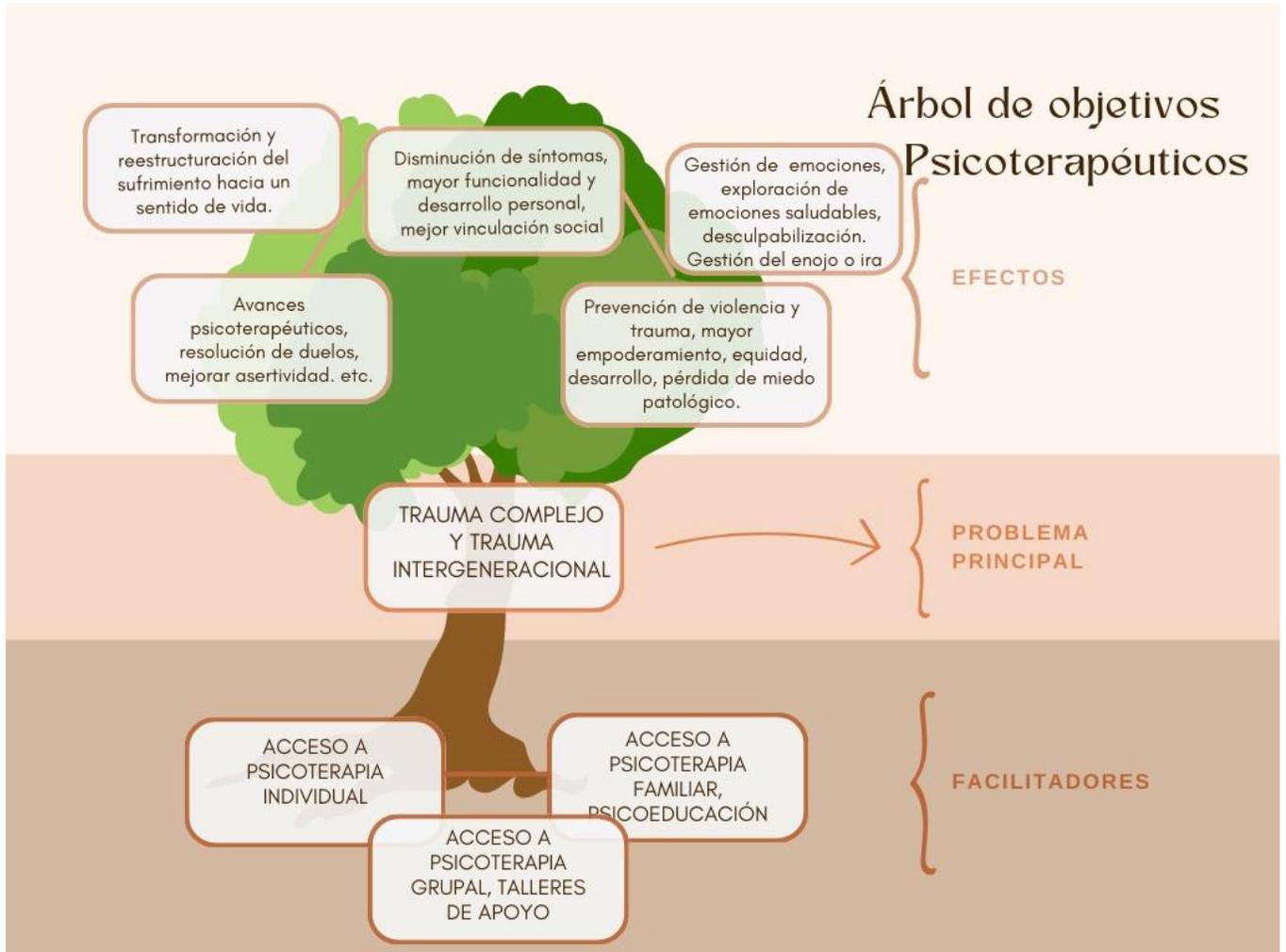
Las personas deben contar con disponibilidad de tiempo según cronograma y horarios que se establezcan de manera conjunta, y podrán participar de cualquier sexo, mayores de edad. Se podrán hacer grupos de apoyo donde participen incluso las familias y podrán realizarse grupos focalizados.

Será preferible trabajar con grupos focalizados para mejor manejo psicoterapéutico. En cuanto a nivel prioritario de atención, se brindará a quienes de forma directa experimentaron la violencia y que no han tenido acceso a ayuda psicológica. También se puede priorizar a hijos o familiares altamente afectados.

Así también, se contempla la participación de familiares especialmente para tener acceso a la ayuda psicológica y también sobre procesos de psicoeducación sobre el trauma y las secuelas, con el fin de fortalecer familias y por ende a la comunidad.

6.4 Análisis de objetivos/opciones

Los objetivos de la presente propuesta están encaminados a proporcionar acceso a abordaje psicoterapéutico específicamente enfocado en tratamiento de trauma, tanto de trauma complejo como de trauma intergeneracional, con el fin de que los participantes accedan a la atención profesional en salud mental y puedan obtener herramientas para la reestructuración del proceso traumático así como para la prevención de violencia en futuras generaciones y la fortaleza de la resiliencia personal, familiar y comunitaria.



Fuente: Elaborado por autora. (2023).

6.5 Análisis de Opciones

Se considera que la Comunidad Victoria 20 de Enero, Ixcán, cuenta con la facilidad de tener un área amplia para la realización de terapias grupales y la confidencialidad para llevar terapias individuales, esto con el apoyo de líderes comunitarios que gestionan el espacio en la iglesia católica. Por otro lado, respecto a recurso humano, actualmente se carece, los miembros de la comunidad viajan al casco urbano de Ixcán, en la búsqueda de la atención en salud, así como acceso al material didáctico que servirá de base para desarrollar los grupos, talleres y terapias activas que conlleve el proceso psicoterapéutico.

De darse las condiciones para la ejecución de la presente propuesta, se identifican cuatro propuestas que podrían contribuir a la solución de problemas especialmente en el diagnóstico, prevención y tratamiento de trauma complejo e intergeneracional de la población participante.

Las estrategias deberán ir encaminadas a cuatro pilares de atención psicológica a la población y la realización de las respectivas actividades.

FASE I: Se priorizará la atención individual a las personas víctimas directas y a sus familiares.



Fuente: Elaborado por autora (2023).

FASE II: Se realizarán intervenciones grupales. Se dará psicoterapia de grupo a personas víctimas directas en modalidad conjunta, grupo homogéneo, adultos, hombres y mujeres. Mientras que el grupo de taller serán grupos abiertos con el propósito de brindar temas de prevención de violencia comunitaria y prevención de trauma intergeneracional.



Fuente: Elaborado por autora (2023).

6.6 Viabilidad

Para la evaluación de viabilidad de esta propuesta se tendrán en cuenta distintas aristas, adjuntas en la siguiente tabla.

Recurso necesario	Panorama	Viabilidad	Factibilidad	Impacto
<i>Involucramiento comunitario</i>	La Comunidad Victoria 20 de Enero en Ixcán, es una comunidad muy organizada que responde a sus líderes comunitarios, por lo que se observa un panorama positivo.	Sí	Media	Alto
<i>Disponibilidad de beneficiarios</i>	La mayoría de pobladores trabajan como agricultores por lo que ocupan la mayor parte de su tiempo en el	Sí	Sí	Alto

	trabajo. El encargado de la propuesta y el equipo deben adaptarse a la disponibilidad de tiempo de participantes.			
Recursos Humanos	1 Especialista en Psicología Clínica y Psicoterapia 1 Psicólogo de preferencia con conocimiento en manejo de trauma. 1 Promotor de salud	Leve	Leve	Si se ejecuta se considera de alto impacto positivo para la comunidad.
Recursos materiales	Salón para once personas. Un espacio para habilitar clínica psicológica. Papelógrafos,	Media	Media	Los recursos se pueden conseguir con apoyo

	hojas, crayones, cartulinas.			de la Comunidad.
Tiempo estimado	Seis meses. Sesiones semanales	Sí	Sí	Alto impacto
Probabilidad de logro de objetivos	Se considera que con una adecuada coordinación la propuesta puede ser viable y con pronóstico positivo.	Alto	Alto	Alto
Riesgos	Falta de transporte, cambios climáticos propias del área.	Medio	Medio	Medio

6.7 Marco Conceptual Sistemas de Psicoterapia

6.7.1 Consejería y Psicoterapia Multicultural.

(Colli, 2023), considera que el psicólogo debe tener un conocimiento de la dimensión cultural de los problemas sociales y considera importante que existan intervenciones comunitarias, en virtud que gran parte de la conducta del ser humano se desarrolla en un contexto sociocultural. Así también, el enfoque ecológico y de interseccionalidad permite una conexión con la diversidad humana de manera más comprensiva, especialmente con grupos vulnerables. Cabe destacar que en la presente investigación la muestra está conformada precisamente por personas de etnia maya, es por ello que al referirse a una intervención psicoterapéutica es imprescindible que exista una competencia cultural del terapeuta para el abordaje.

Dentro de los elementos principales a construir previo a la propuesta de abordaje psicoterapéutico, es importante que el psicólogo pueda tener una sinergia con sus consultantes pertenecientes quizás a otra etnia o cultura que permita fortalecer las siguientes características:

- **Compromiso:** En la competencia multicultural pueden existir diferencias, pero no se deben marcar, el terapeuta puede construir el compromiso no estableciendo tanta distancia social, no estigmatizando y aprendiendo a manejar el grado de ansiedad al intervenir con una persona de otra cultura.
- **Alianza Terapéutica:** Es importante el desarrollo del buen *rappor*t porque de lo contrario el consultante se puede sentir incomprendido, desconfiado y va a disminuir los espacios de auto revelación, mientras que el terapeuta debe botar los prejuicios hacia el paciente pensando que es resistente o que no comprende, sino tener una escucha activa que no active prejuicios, sino que comprenda al usuario mediante una aceptación incondicional.

- **Resultados de terapia:** De tener dificultades en el tratamiento el paciente puede sentirse frustrado o con ansiedad, falla en citas o abandona prematuramente el tratamiento, el terapeuta también puede mostrar ansiedad y podría tener resultado.

El terapeuta con competencia cultural deberá mantener estricto respeto a la cultura, conocerla, respetar el progreso y ritmo de avance del paciente que incluye la aceptación de las diferencias intergrupales o culturales de ver el mundo y tener la capacidad de tener flexibilidad y sensibilidad cultural para entender las propias ideas, predisposiciones y reacciones. Así también, el terapeuta deberá tener amplio conocimiento de su propia cultura y previo a tomar el caso debe tener información que le permita un conocimiento básico y acercamiento de la cultura. Por otro lado, la autoevaluación del terapeuta es importante, ya que debe tomar mucha consciencia de sus propias actitudes y creencias, ya que sino las conoce esto puede tener incidencia en su abordaje, también conocer específicamente las diferencias culturales entre grupos y tener la apertura de trabajar con grupos diversos.

6.8 Propuesta Específica de Psicoterapia Comunidad Victoria 20 de Enero, Ixcán, Quiché

Objetivo

Generar una propuesta de intervención psicoterapéutica para la población de retornados de la Comunidad “Victoria 20 de enero”, Ixcán, Quiché, desde la perspectiva de la psicoterapia integrativa.

Datos del proceso de psicoterapia:

Lugar: <i>Salón parroquial Comunidad Victoria 20 de Enero, Ixcán, Quiché</i>
Terapeuta: Licda. María Eugenia Enríquez, Maestrante en Psicología Clínica y Psicoterapia.
Población: 11 personas, adultos, hombres y mujeres integrantes de la Comunidad Victoria 20 de enero, testigos vivenciales del Conflicto Armado Interno, quienes fueron desplazados, refugiados y luego retornados.
Enfoque psicoterapéutico: Psicoterapia Integrativa desde enfoque existencialista con técnicas Gestalt.
Modalidad: Grupal
Frecuencia: Semanal
Materiales a utilizar: Papelógrafos, cartulinas, marcadores, hojas, lápices, pinturas. Etc.

Tabla 13

Propuesta de sesiones de psicoterapia grupal integrativa

Sesión	Desarrollo	Objetivo	Sistema de Psicoterapia	Técnicas de abordaje	de
1	Psicoterapia grupal, identificación de miembros y terapeuta.	Plantear objetivos de las próximas sesiones, conocer a los integrantes logrando una identificación con el terapeuta.	Psicoterapia Grupal (Yalom)	Presentación	de cada uno
2	Abreacción y expresión.	Permitir que por medio de la psicoterapia de grupo los integrantes puedan expresar sus vivencias y experiencias.	Psicoterapia grupal.	Cartas, expresión verbal, grupos.	
3	Intervención terapéutica sobre el tema de trauma complejo	Brindar a los consultantes herramientas para conocer que sus vivencias son parte		Psicoeducar sobre trauma y su diferenciación con trauma complejo.	

		del proceso de un trauma complejo.		
4	Intervención sobre sintomatología de trauma complejo	Que los integrantes identifiquen por medio de su conexión cuerpo-mente-emociones, las distintas sintomatologías que podrían aparecer cuando se hable del proceso traumático.	Trauma complejo	Ejercicios activos sobre detección corporal de síntomas.
5	Intervención en proceso de reelaboración de vivencias	Apoyar a los participantes en brindar herramientas terapéuticas para la reelaboración de su proceso traumático	Existencialista	Debate acerca de la capacidad del ser humano de reelaborar sus vivencias traumáticas y su respectiva reestructuración.
6	Continuidad de proceso de reelaboración	Reforzar la sesión anterior, generando consciencia del proceso de reestructuración y	Existencialista	Conocer las acciones específicas de los integrantes para generar una

reelaboración de experiencias.

reelaboración de sus vivencias.

7	Preocupaciones esenciales	Brindar a los participantes una perspectiva desde la Psicoterapia Existencial una abreacción sobre las preocupaciones esenciales del ser humano, siendo la muerte, libertad, aislamiento y carencia del sentido vital	Existencialismo	Compartir con participantes que la vida del ser humano presenta varios procesos válidos y profundos de sufrimiento que acompañarán inevitablemente la vida misma.
8	Continuidad de debate y compartir sobre preocupaciones esenciales	Continuar y cerrar bajo una perspectiva reestructurada el significado de las preocupaciones esenciales	Existencialismo	Luego de detectar las preocupaciones esenciales, poder apoyar en reconocer sus vivencias y cómo han experimentado y afrontado esas preocupaciones esenciales.

9	Reflexión desde la perspectiva existencial	Dotar a los participantes de un ambiente que promueva el silencio, la autorreflexión y empoderar acerca de la libertad de elección sobre lo que pueden decidir de ahora en adelante.	Existencialismo	Con base en las anteriores sesiones, se invitará a los participantes a una sesión de autorreflexión para poder luego compartir ideas y nuevas perspectivas de reelaboración del dolor.
10	Elaboración de cartas terapéuticas	Elaborar cartas terapéuticas dirigidas a sus experiencias pasadas donde puedan generar catarsis y a la vez reelaborar su dolor	Gestalt	Promover la catarsis emocional y la libre abreacción, que el participante hable a su paso, escriba a su pasado y reestructura en la carta una nueva visión de su pasado.
11	“Pies sobre tierra”	Permitir que de ahora en adelante los participantes puedan ser seres	Existencialismo- Gestalt	Apoyar ahora que se está cerrando el proceso de trauma patológico, en que

		humanos consientes y responsables de su presente, respetando y honrando su pasado y vivencias.		las personas puedan generar consciencia de su presente y un futuro esperanzador.
12	Sesión final	Retroalimentación de vivencias en psicoterapia y actividad final que mediante simbolismos pueda consolidar el proceso de cierre emocional de las vivencias traumáticas.	Gestalt- Existencial	Por medio de ejercicios grupales cada uno realizará retroalimentación, seguidamente podrán realizar actividad como soltar globos color blanco como simbolismo de dejar ir, de hacer uso de una libertad responsable y que siempre recordarán pero el significado ha sido reelaborado.

6.9 Marco lógico

RESUMEN NARRATIVO DE LOS OBJETIVOS	INDICADORES VERIFICABLES OBJETIVAMENTE (IVO)	MEDIOS DE VERIFICACIÓN	SUPUESTOS
<p>FIN</p> <p>Generar una propuesta de intervención psicoterapéutica para la población de retornados de la Comunidad “Victoria 20 de enero”, Ixcán, Quiché, desde la perspectiva de la psicoterapia integrativa.</p>	<p>Reelaboración cognitiva de historia de trauma.</p> <p>Disminución de síntomas.</p> <p>Mejor manejo emocional.</p> <p>Resolución de duelo</p>	<p>Narrativa escrita o verbal de la reestructuración cognitiva.</p> <p>Evaluación de síntomas mediante aplicación de pruebas breves.</p> <p>Manejo de mayores emociones saludables.</p> <p>Reelaboración de procesos de duelo.</p>	<p>Participación activa de las personas convocadas.</p>
<p>PROPÓSITO</p> <p>Brindar acompañamiento</p>	<p>Aumento de la participación.</p> <p>Integración de</p>	<p>Informes</p> <p>Avances</p>	<p>Adaptación de los participantes al proceso.</p>

psicológico un grupo de personas que vivieron el desplazamiento, refugio y retorno durante el Conflicto Armado Interno	familiares a grupos de apoyo.	Diagnósticos Psicológicos Cumplimiento de metas terapéuticas	
COMPONENTES Brindar psicoterapia individual, organizar un grupo de Terapia Grupal focalizado, brindar talleres de prevención de trauma	Aumento en la realización de actividades que lleven a la persona, familias y comunidad a la reestructuración mental y emocional del proceso de trauma.	Informe de resultados Porcentajes de asistencia. Narrativas y reelaboraciones. Autorreflexiones y reflexiones grupales	Participantes víctimas directas, familias y comunidad con capacidad de reestructurar su historia desde la resiliencia y la esperanza, con metas individuales y comunitarias para el mejor desarrollo de su salud mental.

6.10 Presupuesto

Resultado	Componente	Producto	Costo anual
Implementación de clínica de psicología para psicoterapia individual,	6 meses de atención individual	Maestro en Psicología Clínica y Psicoterapia	Q. 90,000.00
		1 Psicólogo especialista en trauma	Q10,000.00
		1 Promotor de Salud	Q. 36,000.00
Implementación Psicoterapia de Grupo	12 sesiones		
Talleres de prevención	6 Talleres		—
Materiales e insumos	Material de oficina y útiles para taller	Papelógrafos Hojas Marcadores Carteles Tijeras Papel de colores Pañuelos	Q2,500.00
TOTAL			Q138,500.00

6.11 Cronograma

Programación semanal:

Psicoterapia Individual. Lunes de cada mes	LUNES
Psicoterapia Grupal – Miércoles frecuencia semanal.	MIÉRCOLES
Talleres de prevención – Sábado frecuencia semanal.	SÁBADO

CRONOGRAMA MENSUAL (Atención grupal por 3 meses – Individual por 6 meses)

L	M	M	J	V	S	D
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

CRONOGRAMA SEMESTRAL

ABORDAJE	ENERO	FEBRERO	MARZO	ABRIL	MAYO	JUNIO	
Psicoterapia Individual							
Psicoterapia Grupal							
Talleres							

6.12 Evaluación de Proyecto

Evaluación	I FASE	II FASE	Temporalidad
Inicial	Las gestiones iniciales permitirán que el proyecto arranque de manera coordinada, con las comunicaciones con líderes comunitarios. Se conformará el equipo de trabajo y se consolidarán los insumos necesarios para la implementación.	Se coordinará con líderes comunitarios e iglesia católica la asignación de espacios físicos. Se coordinará una carpeta con los psicólogos a cargo de dar el abordaje individual.	Enero 2024 Implementación Mediados de Enero 2024
Proceso	Selección de grupos para tamizaje de terapia individual, grupal focalizada o talleres de prevención. Conformación de los grupos terapéuticos, respetando diferencias individuales. Apoyo de traductor para trabajo culturalmente sensible. Implementación.	Tamizaje y evaluación de personas candidatas a llevar proceso de atención psicoterapéutica individual. Elaboración de informes, diagnósticos y planes de tratamiento.	Enero a Junio 2024

Final	<p>El diseño del abordaje terapéutico genera organización y filiación de los participantes, avances terapéuticos, fortalecimiento de la cohesión grupal.</p> <p>También se generan nuevas formas de interrelación familiar y comunitaria.</p>	<p>Mantenimiento, seguimiento, consolidación de apertura de clínica de atención psicológica en la comunidad.</p>	<p>Evaluación Junio a julio de 2024</p>
--------------	---	--	---

Bibliografía

Achotegui, J. (2022). *Los siete duelos de la migración e interculturalidad*. España: Ned, ediciones.

Agencia de Cooperación Internacional de Japón. (2022). *Estudio de Movilidad Humana en Guatemala*. Guatemala: Serviprensa, S.A.

Aldeas Infantiles S.O.S. para Latinoamérica y el Caribe. (2019). *Acompañando las Heridas del Alma: Trauma en Niñez y Adolescencia*. Espirales.

Arcón, M. C. (2008). Situación económica de los desplazados internos, víctimas del conflicto armado. Guatemala: Escuela de Trabajo Social, Universidad de San Carlos de Guatemala.

Arzobispado, O. d. (2021). *Los daños que nos ha dejado la violencia*. Guatemala: Enlaces.

Asociación Americana de Psiquiatría. (2016). *Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales DSM 5*. Panamericana.

Baró-Martín, I. (2000). *Guerra y salud mental*. San Salvador: Psicología Social de la Guerra.

Bartle, P. (s.f.). *Comunity Empowerment Colective*. Obtenido de Colectivo de Potenciación Comunitaria: <https://cec.vcn.bc.ca/mpfc/modules/com-cchs.htm>

Beltrán, J. (2015). *Interculturalidad*. Editorial UOC.

Boas, F. (1940). *Raza, Lenguaje y Cultura*. Universidad de Columbia.

Castillo, F. (s.f.). *Ixcán, en tiempos del conflicto armado*. Guatemala: Palo de Hormigo.

Colli, M. (2023). *Psicología Clínica Contemporánea: Problemas de Diagnóstico y elementos de Psicoterapia. Una perspectiva cultural y latinoamericana*. Brujas.

Comisión para el Esclarecimiento Histórico de Guatemala. (1999). *Guatemala, memoria del silencio*. Guatemala: UNOPS.

Cyrulnik, B., & Anaut, M. (2016). *¿Porqué de la resiliencia?, lo que nos permite reanudar la vida*. Barcelona: Gedisa.

De León, A., & Ruiz, R. (2007). La resiliencia en comunidades afectadas por la violencia política durante el conflicto armado interno. *Estudio de ocho casos representativos de jóvenes indígenas originarios de aldeas afectadas*. Guatemala: Universidad de San Carlos de Guatemala.

Erikson, E. (1971). *Identidad: Juventud y Crisis*. Paidós.

Espinoza, A., Pernas, I., & González, R. (2018). Consideraciones teórico metodológicas y prácticas acerca del estrés. *Humanidades Médicas*, Volumen 18, No. 3.

Flores, C. (2002). Apuntes sobre la dimensión cultural del conflicto armado entre los q'eqchi' de Guatemala. *Scielo*, Disponible:
https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1607-050X2002000200011.

Frankl, V. (1946). *El Hombre en Búsqueda del Sentido*. Ed Herder.

Fundación Arias para la Paz y Progreso Humano. (2000). *El Fenómeno del desarraigo en Guatemala*. Costa Rica: Fundación Arias para la Paz y Progreso Humano.

Gallardo, E. (2000). *Guatemala causas y orígenes del enfrentamiento armado interno*. Guatemala: Comisión para el Esclarecimiento Histórico Guatemala.

Garrard-Burnette, V. (2013). *Terror en la tierra del espíritu santo*. Guatemala: Asociación para el Avance de las Ciencias Sociales AVANCSO.

Guatemala, A. d. (1998). *Guatemala Nunca Más, Tomo IV, Víctimas del Conflicto*. Guatemala: Litografía e imprenta LIL, S.A.

Hurtado, L. (s.f.). *El conflicto interno en la comunidad retornada Victoria 20 de enero*. Guatemala: Colección IDIES.

Instituto Internacional de Aprendizaje para la Reconciliación Social. (s.f.). *El Conflicto Armado Interno y la transformación de conflictos en Guatemala*. Guatemala: IIARS.

La Clasificación Internacional de Enfermedades - estadísticas de morbilidad y mortalidad, 11 Revisión. (2022). Ginebra: Organización Mundial de la Salud.

La Comisión Interamericana de Derechos Humanos de la Organización de Estados Americanos. (s.f.). *CIDH.ORG*. Obtenido de CAPITULO VII, LA SITUACION DE LOS REFUGIADOS Y DESPLAZADOS EN GUATEMALA:
<http://www.cidh.org/countryrep/Guatemala93sp/cap.7.htm>

Lawand, K. (doce de diciembre de 2012). *Comité Internacional de la Cruz Roja*. Obtenido de [https://www.icrc.org/es/doc/resources/documents/interview/2012/12-10-niac-non-international-armed-conflict.htm#:~:text=Un%20conflicto%20armado%20no%20internacional%20\(o%20%22interno%22\)%20se,entre%20grupos%20de%20ese%20tipo](https://www.icrc.org/es/doc/resources/documents/interview/2012/12-10-niac-non-international-armed-conflict.htm#:~:text=Un%20conflicto%20armado%20no%20internacional%20(o%20%22interno%22)%20se,entre%20grupos%20de%20ese%20tipo).

Levy, E. (2022). Trastorno por duelo prolongado: un nuevo diagnóstico en el. *Vertex*, 50-54.

López, M., Cano, M., Velásquez, Á., & Tiburcio, H. (2011). *Morral Sagrado*. Guatemala: ODHAG.

Martín-Baró, I. (1988). La Violencia Política y la Guerra como causas del Trauma Psicosocial en El Salvador. *Revista de Psicología de El Salvador*, 123-141.

Pérez, P. (2006). *Trauma, culpa y duelo, hacia una psicoterapia integradora*. Madrid: Declée.

- Porras, G. (2016). *Las Huellas de Guatemala*. Guatemala: F&G Editores.
- Poseck, Beatriz; Baquero, Begoña; Vecina, María. (2006). *Papeles del Psicólogo*, 40-49.
- Ruppert, F. (2008). *Trauma, Vínculo y Constelaciones Familiares*. Paidós.
- Salazar, M. d. (2001). *Culturas e Interculturalidad en Guatemala*. Guatemala: Instituto de Lingüística y Educación de la Universidad Rafael Landívar.
- Simon, J.-M. (2002). *La Comisión para el Esclarecimiento Histórico, Verdad y Justicia para Guatemala*. São Paulo, Brasil.
- Terr, L. (1991). "Childhood Traumas: An Outline and Overview", *American Journal of Psychiatry*. C.A. Estados Unidos.
- Vela, M. (2011). *Guatemala, la infinita historia de las resistencias*. Guatemala: MAGNA TERRA, Ediciones.
- Worby, P. (2002). *Los refugiados retornados guatemaltecos y el acceso a la tierra: Resultados, lecciones y perspectivas*. Guatemala: Asociación para el Avance de las Ciencias Sociales en Guatemala.
- Yalom, I. (1984). *Psicoterapia Existencial*. Herder.