


Spring 2018

Partidarios de la vida: Resiliencia en los afectados directos de la dictadura en Arica, Chile /
Supporters of life: Resilience in the direct victims of the dictatorship in Arica, Chile

Danielle Levinson
SIT Study Abroad

Follow this and additional works at: https://digitalcollections.sit.edu/isp_collection

 Part of the [Family, Life Course, and Society Commons](#), [Latin American Studies Commons](#), [Mental and Social Health Commons](#), [Other Psychiatry and Psychology Commons](#), and the [Public Health Commons](#)

Recommended Citation

Levinson, Danielle, "Partidarios de la vida: Resiliencia en los afectados directos de la dictadura en Arica, Chile / Supporters of life: Resilience in the direct victims of the dictatorship in Arica, Chile" (2018). *Independent Study Project (ISP) Collection*. 2778.
https://digitalcollections.sit.edu/isp_collection/2778

This Unpublished Paper is brought to you for free and open access by the SIT Study Abroad at SIT Digital Collections. It has been accepted for inclusion in Independent Study Project (ISP) Collection by an authorized administrator of SIT Digital Collections. For more information, please contact digitalcollections@sit.edu.

Partidarios de la vida: Resiliencia en los afectados directos de la dictadura en Arica, Chile

Danielle Levinson

SIT Chile: Salud Pública, Medicina Tradicional y Empoderamiento Comunitario

Mayo 2018

Consejera: Carolina Videla

Director Académico: Daniel Poblete

1. Resumen/Abstract

The present study is a qualitative analysis of resilience mechanisms in inhabitants of the city of Arica, Chile who participated actively in the resistance against the Pinochet dictatorship. Through one-on-one interviews with members of this population and the coordinator/social assistant of the Arican branch of the Chilean government's reparation program (PRAIS), this project was able to corroborate the existence of the following four categories of resilience mechanisms, which are identified in a technical standard published by the Chilean Under-Secretariat of Health: individual, family, social network, and values and ideology. However, it was revealed that this model should be adapted to account for the interdependency of these mechanisms. The study also identified the impunity and indifference on the part of the Chilean state and society as a hindrance to recuperation, as has been described in numerous earlier studies. However, this situation was shown to be compensated in large part by the "conviction of life", a concept common among participants, which involves the qualities of hopefulness and perseverance that guided their activism during the dictatorship, and which continue to guide them in the ongoing fight for human rights. It was shown that this conviction can develop from social and family experiences, and involves an internal locus of control, emotional regulation and the positive reappraisal of experiences. This study has implications for the development of social- and value-based therapies for victims of political violence.

Key words: Public health, mental health, cognitive psychology, social psychology, individual and family studies, peace & social justice

Se trata de un análisis de la resiliencia de personas ariqueñas que participaron activamente en la lucha anti-Pinochetista. Mediante entrevistas individuales con estas personas y con la coordinadora/asistente social del PRAIS Arica, este proyecto pudo corroborar la existencia de cuatro categorías de la resiliencia, las cuales se nombran en una norma técnica de la Subsecretaría de Salud: los valores y la ideología, el individuo, la familia y las redes de apoyo social. Sin embargo, se evidencia que este modelo debería adaptarse para acomodar la interdependencia de estos mecanismos. El estudio también identifica la impunidad y la indiferencia por parte del Estado y de la sociedad chilena como un impedimento para la recuperación, tal como se ha descrito en numerosas obras previas. Sin embargo, esta situación se puede compensar en gran parte por "la convicción de la vida", un concepto común entre los participantes, el cual implica las cualidades de esperanza y de perseverancia que los guiaban en la resistencia anti-Pinochetista, y que siguen guiándolos en la lucha continua por los derechos humanos. Se evidencia que esta convicción involucra un locus de control interno, la regulación emocional y la reevaluación positiva de las experiencias, y que es un principio que puede desarrollarse a partir de las experiencias sociales y familiares. Este estudio podría repercutir en el desarrollo de terapias con enfoques sociales y valóricos para las víctimas de violencia política.

Palabras claves: Salud pública, salud mental, psicología cognitiva, psicología social, estudios de individuo y familia, paz y justicia social

Índice

1. Resumen/Abstract	2
2. Agradecimientos	4
3. Introducción	4
4. Objetivos	5
5. Marco Teórico	5
5.1 El régimen militar de Augusto Pinochet (1973-1990)	
5.2 Los daños de los afectados directos y sus familiares	
5.3 La recuperación	
6. Metodología	10
6.1 Diseño del estudio	
6.2 Lugar de estudio	
6.3 Población y muestra	
6.4 Instrumento/técnica de recolección de información	
6.5 Aspectos éticos	
6.6 Diseño de análisis	
7. Resultados/Discusión	13
7.1 Daño	
7.1.1 Tortura física y psicológica	
7.1.2 Daño intrafamiliar	
7.1.3 Daño psicosocial	
7.1.4 Daño a la conciencia sociopolítica	
7.1.5 Daño generalizado en la sociedad chilena	
7.1.6 Falta de Reparación	
7.2 Recuperación	
7.2.1 Mecanismos ideológicos/valóricos	
7.2.2 Mecanismos individuales	
7.2.3 Mecanismos familiares	
7.2.4 Mecanismos de la red social de apoyo	
7.2.5 La memoria	
8. Conclusiones	23
9. Limitaciones	23
10. Recomendaciones	24
11. Referencias	24

2. Agradecimientos

Gracias a Carolina Videla por su ayuda, aliento y disponibilidad. Su apoyo en la búsqueda de contactos y en la comprensión del tema aumentó la envergadura y la importancia de la investigación. Ella siempre ofreció más de lo necesario.

Gracias a los entrevistados por abrirme las puertas de su pasado sin recato y por dejarme entrar en su corazón a través de sus ideas. Durante mi estancia en Chile he visto paisajes de belleza maravillosa: el Valle de la Luna, el Salar de Atacama, el Lago Chungará. Pero nada se puede comparar con la belleza que he visto a través de ustedes. El recuerdo de sus visiones y de su esperanza viajará conmigo.

Gracias a Daniel Poblete, a Malva-marina Pedrero, a Liliana Mueña Paez y a Norma Contreras por su apoyo durante el proyecto.

Gracias a mi familia chilena: Iris Rubio, Claudio Hernández, Amapola Rubio Hernández, Agustina Rubio Hernández, Inés Pérez y David Cario Pérez. Extrañaré los almuerzos (especialmente los zapallos) y el té con pan y mermelada. Gracias por su apoyo mientras terminaba el proyecto y por los juegos que me aliviaban del trabajo. Ahora puedo decir que tengo hermanas. Los amo a todos.

3. Introducción

El 11 de septiembre de 1973, una dictadura militar tomó el gobierno de Chile de manera ilegítima y se dio poderes ilimitados. Desde esta fecha hasta el retorno a la democracia en el año 1990, se estima que 800 mil personas fueron víctimas directas de las violaciones de derechos humanos que ocurrieron en total impunidad. Hasta hoy la gran mayoría de los perpetradores quedan en libertad, algunos en funciones importantes. Ante el silencio del Estado y de la sociedad chilena, uno se pregunta cómo las víctimas directas manejan un daño que está evidentemente vinculado a las respuestas legales, judiciales y sociales.

La mayor parte del trabajo en este campo se trata de la caracterización del daño psicológico de las víctimas directas y de sus familias y en el desarrollo de terapias, como las obras de Rojas (2017), Madariaga et al. (2012), Hidalgo Leiva (2016 y 2017) y Maillard y Ochoa (2014). Revelan la magnitud y la complejidad del trauma, además de identificar las incapacidades sistemáticas en cuanto a su manejo. Sin embargo, faltan estudios que describan la otra cara de la violencia política en Chile: la resiliencia. Hasta la fecha, no existe ningún trabajo con este énfasis en los afectados directos de Arica.

La presente investigación pretendió profundizar en esta cuestión a través de siete entrevistas con afectados directos de Arica. Los resultados evidenciaron cuatro factores que inciden en la resiliencia: ideológicos/valóricos, individuales, familiares y sociales. Son los mismos identificados por la Subsecretaría de Salud de Chile (2006). Sin embargo, los resultados sugirieron que estos mecanismos están esencialmente vinculados; por lo tanto, se plantea la necesidad de establecer un modelo más fluido de los mecanismos protectores.

En coincidencia con el análisis de Rojas (2017), los resultados mostraron que el Estado y la sociedad participan de manera intrínseca en el daño de las víctimas de la violencia política y, por consiguiente, son parte imprescindible de la recuperación. Este factor es la pieza faltante en la recuperación. Sin embargo, el espacio se compensa en gran parte por “la convicción de la

vida”, la cual puede construirse y fortalecerse a través de las relaciones afectivas. Este principio de esperanza y de perseverancia implica y fomenta un locus de control interno, la regulación emocional y la reevaluación positiva, los cuales han sido demostrados como factores generales de resiliencia (Graber et al 2015).

4. Objetivos

General:

- Describir los mecanismos de recuperación actuales de personas ariqueñas que participaron activamente en los movimientos anti-Pinochetistas

Específicos:

- Explorar la naturaleza de los daños que han marcado a los afectados directos
- Determinar los recursos individuales, familiares, sociales e ideológicos/valóricos que los fortalecen
- Determinar los recursos que les faltan en la recuperación
- Describir su percepción de la opinión pública de la dictadura en Chile

5. Marco Teórico

5.1 *El régimen militar de Augusto Pinochet (1973-1990)*

Tras el crecimiento del movimiento popular en Chile, Salvador Allende ganó la presidencia en el año 1970 como candidato de la Unidad Popular, un partido socialista-comunista. Durante su mandato, los trabajadores y los agricultores del país se movilizaron de forma intensa para impulsar la nacionalización de las industrias y la reforma agraria. En pos de proteger sus intereses en el país, los poderes transnacionales colaboraron clandestinamente con el Ejército de Chile para organizar acciones represivas que aumentaron en su violencia mientras permaneció el apoyo popular de Allende (Guzmán 1976).

Estas acciones culminaron en un golpe de Estado efectuado por Augusto Pinochet el 11 de septiembre de 1973. El nuevo gobierno militar justificó la toma del poder al señalar una “guerra interna” contra la amenaza del socialismo y del comunismo. En este marco, se declaró un Estado de sitio, por el cual la Junta Militar ganó poderes ejecutivos, legislativos y judiciales absolutos. Ante esta situación la Corte Suprema mantuvo una postura pasiva y los tribunales militares pudieron efectuar decisiones de graves consecuencias en ausencia de defensorías y con pruebas inadecuadas. Para reprimir la organización popular, se estableció un toque de queda, se censuraron los medios de comunicación y se ejercieron detenciones de forma arbitraria (Comisión Valech 2004). Entre las violaciones de derechos humanos ejercidas durante la dictadura son: allanamiento, detención, tortura, detención con desaparición, ejecución política, clandestinidad forzada, exoneración, relegación y exilio (Subsecretaría de Salud 2006). Según las estimaciones de informes nacionales, internacionales y de organizaciones privadas, el número de afectados alcanza aproximadamente 800 mil personas; este número incluye tanto las víctimas de las violaciones señaladas como sus grupos familiares (Comisión Valech 2004).

Sin embargo, los efectos de la represión se han extendido a toda la sociedad chilena, la cual se volvió víctima de una “guerra psicológica”. En las palabras de la neuro-psiquiatra Paz

Rojas (2017), el régimen militar “creó, distorsionó y exacerbó los sentimientos básicos del ser humano con el fin de provocar respuestas primarias (de estrés)” a través de la violencia contra la oposición y la condenación de ésta en los medios de comunicación. De forma paralela, se difundió una visión dicotómica de la dictadura y del gobierno de Allende, evocando el primero como un protector contra el miedo y el desabastecimiento padecidos en el momento de camino al socialismo. Estas instancias de represión y distorsión de la realidad han causado el surgimiento de “un nuevo sujeto social, en que predomina la desconfianza y la exacerbación del individualismo, el desinterés, el encierro en sí mismo, el retiro de la afectividad tanto en lo personal como en el espacio público” (Rojas 2017).

5.2 *Los daños de los afectados directos y sus familiares*

Los que han sido marcados de forma más intensa por la dictadura son los “afectados directos” y sus familiares. Según la Norma Técnica N°88 del Programa de Reparación y Atención Integral de Salud y Derechos Humanos (2006), los afectados directos comprenden: detenidos desaparecidos, ejecutados políticos, torturados, presos políticos, exiliados/refugiados políticos, relegados, clandestinos y exonerados por causa política. Los que trabajaron en beneficio de los derechos humanos en esa época también son considerados como parte de la población afectada.

La misma norma reconoce la unicidad de los daños producidos en esta población, puesto que la participación del Estado y la sociedad es inherente al proceso de curación. En la norma este trauma se define como “psicosocial”, ya que “tiene sus raíces en la sociedad” y “se alimenta y mantiene en la relación entre el individuo y la sociedad”. Es decir que se elabora en el ámbito privado, pero se liga inevitablemente a la historia general de Chile.

La experiencia del trauma psicosocial difiere en función de los procesos de significación de cada individuo. Es decir que el conjunto único de factores internos y externos que caracterizan e influyen a una persona, además de la historia particular y evolutiva de la represión, son determinantes de la naturaleza del trastorno. Según Rojas, en el tratamiento de una víctima de tortura “se debe comprender por qué esa persona la ha padecido, quién era esa persona para sí misma y para los torturadores, cómo la había experimentado y qué partes del todo de esa persona habían quedado más profundamente dañadas, y qué parte de sus recuerdos, de su historia, de su experiencia de vida, de sus creencias y valores le habían ayudado a resistir. Sobre estas partes intactas, a veces fortalecidas, más tarde se puede apoyar el tratamiento” (Rojas 2017). En este marco cabe señalar que un 57% de las familias beneficiarias del PRAIS sufre la politraumatización (Subsecretaría de Salud 2006).

Sin embargo, se pueden observar algunas tendencias en la patología, las cuales se describirán brevemente a continuación para el caso de los presos políticos y torturados. Se enfocará en las secuelas psicológicas, aunque la incidencia de los daños físicos en la calidad de vida, inclusive en la condición psicológica, es indudable.

En la base del daño psicológico de los torturados se evidencian algunos sentimientos comunes: la inseguridad y el temor; la humillación, la vergüenza y la culpa; y la depresión, la angustia y la desesperanza. Estas emociones pueden desembocar en condiciones más serias como la toxicomanía (Comisión Valech 2004). Es importante señalar que estas emociones derivan de la “violación” y del “ultraje” de la dignidad, llevando a “un quebranto o una desestructuración de la representación cognitiva que (el torturado) tenía de sí, una pérdida de su identidad individual y social” (Rojas 2017).

La perturbación de la identidad conlleva y se agrava por la ruptura de los vínculos sociales, inclusive los vínculos familiares y afectivos (Comisión Valech 2004). Según Rojas (2017), “mediante múltiples experiencias hemos podido certificar que el daño más profundo y

que permanece en el tiempo, es la ruptura del vínculo humano por la relación traumática que los agresores establecieron. Es lo que no han podido olvidar”. Un agente clave en la ruptura es la desconfianza (Comisión Valech 2004), además de la incapacidad de comunicar la experiencia de tortura con los seres queridos, sea por la magnitud del daño psicológico, por la intención de proteger a los seres queridos o por la falta de lenguaje apropiado (Comisión Valech 2004; Ochoa y Sotomayor 2014; Rojas 2017).

Al mismo tiempo, la recepción por la sociedad en tiempos de dictadura era marcada por el miedo y la estigmatización. Rojas (2017) describe la situación de manera elegante: “Bruscamente, sus ideas, proyectos de vida, anhelos de cambio fueron transformados en malignos, perversos y violentos. Su práctica diaria, sistema de valores, ideología, modo de concebir el mundo adquirido a lo largo de la vida de acuerdo a conocimientos y sentimientos, todo ello se transformó en algo que debía desaparecer y morir. (...) Estas personas se transformaron en parias de la sociedad”.

Durante los 17 años de la dictadura, las consecuencias emocionales de la tortura y del rechazo social dentro de la realidad particular de Chile no eran conocidas de manera comprensiva. Además, el acceso de los afectados a un auxilio oportuno de salud física y mental era bloqueado por la falta de recursos y de la situación económica de ellos. (Comisión Valech 2004). Sin estas medidas de recuperación, los torturados vieron sus proyectos de vida aún más amenazados.

La magnitud del daño descrito por la Comisión Valech y analizado por Rojas sugiere que las huellas de la tortura no se borran, sino que se transforman y se manejan. En las palabras de Rojas (2017), “De ningún modo la tortura puede mirarse como un hecho puntual que sucedió y quedó suspendido en el tiempo, porque este acto, con sus técnicas, personajes, lugares, objetivos y fines, es un evento continuo”. Este punto se acentúa al reconocer la ruptura progresiva del tejido social a través del daño transgeneracional (Madariaga et al 2012; Hidalgo Leiva 2016).

A partir de esta consideración de la tortura, se puede sacar la conclusión de que el daño se reproduce en cuatro ejes: en la identidad y en las relaciones con la familia, la sociedad y el Estado. Se supone que este marco básico se puede generalizar para cualquier víctima de violencia política, ya que padecen un daño infligido por el Estado, compartido y mediado por la sociedad. Por su naturaleza intensa, este daño tiene incidencia en la identidad y con ella, en las relaciones familiares. Estos mismos ejes se preservan en una discusión de la recuperación.

5.3 La recuperación

La Norma Técnica N°88 del PRAIS (2006) considera el daño de los afectados directos desde el modelo básico de estresores y mecanismos protectores. Los mecanismos protectores están designados en cuatro categorías: individuales, familiares, de la red social de apoyo e ideológicos/valóricos. La cualidad “protector” de estos mecanismos consiste en su capacidad de prevenir la depresión, la ansiedad y el estrés pos-traumático.

Rojas (2017) enfatiza la importancia de los mecanismos individuales en las víctimas de tortura, ya que éstas “se encontraban solas e indefensas frente a otros seres humanos que usaban la agresión-destrucción como instrumento para relacionarse”. Por lo tanto, “la forma de enfrentar la agresión dependía de lo que el individuo era o había llegado ser, lo que había elegido como proyecto de vida en el momento preciso en que había sido ubicado, individualizado y hecho prisionero”. Según una revisión de la bibliografía elaborada en el año 2015 (Graber, Pichon y Carabine), en la edad adulta los mecanismos individuales comprenden: el manejo de estrés (la reevaluación positiva de una situación, la regulación de las emociones, la utilización del apoyo social y el acceso a los recursos), la personalidad (el optimismo, la

eficacia personal, la esperanza) y el desarrollo de recursos a través de adversidades previas. De esta manera, la resiliencia personal es un proceso de por vida, en el que la experiencia de la adversidad tiene la posibilidad de fortalecer al afectado, siempre y cuando éste la vea como una oportunidad para aprender (*en* Konnikova 2016). Por otro lado, se ha mostrado que la meditación excesiva de los aspectos negativos de una situación puede desencadenar en un estado depresivo (Berman et al 2010).

Otro modelo de la resiliencia contempla el rango dicotómico de los locus de control interno y externo. Aquí el locus de control interno es el extremo de la resiliencia y se trata de la percepción de que uno mismo es la agente causal en una situación adversa. En las últimas décadas este concepto se ha profundizado en modalidades que contemplan los elementos sociales y circunstanciales de las personas (Oros 2005).

Asimismo, el análisis de Graber, Pichon y Carabine (2015) concluye que “la manejabilidad de adversidad depende no sólo del individuo, sino también de las relaciones apoyadores, la ayuda práctica y los recursos ambientales a los cuales tiene acceso”. En este sentido, los grupos de apoyo pueden ser un aporte importante al proceso de recuperación. Además de significar un lugar para reírse y relacionarse con otros con un pasado similar, también constituyen “un espacio de ‘normalidad’” ante experiencias extraordinarias y ante la apatía general, particularmente en el caso de los familiares de detenidos desaparecidos (Ochoa y Sotomayor 2014). A través de la conversación y la empatía, los grupos de apoyo facilitan procesos de resignificación, desestigmatización, desprivatización y externalización del daño, permitiendo la construcción de narrativas comunes significativas (Madariaga et al 2012). En el marco afectivo, la familia también es imprescindible, ya que sirve como una “protección primaria frente a los sentimientos de indefensión y falta de sentido” (Subsecretaría de Salud 2016). En el caso de los familiares de detenidos desaparecidos, la familia puede ser el único espacio donde la memoria del desaparecido se señala (Ochoa y Sotomayor 2014).

La última categoría de mecanismos de protección identificada por la Subsecretaría de Salud es ideológica/valórica. En el caso de la violencia política, este mecanismo reviste especial importancia, ya que la persecución se enfoca en un cierto sector ideológico. Por lo tanto, la conservación de las creencias ideológicas ante una situación de represión no solamente significa la conservación de la dignidad, sino que también “provee del sentido vital necesario para afrontar lo espantoso de determinadas realidades, localizando el sufrimiento en otro contexto, al afirmar lo trascendente de este” (Subsecretaría de Salud 2006). Hidalgo Leiva (2016) plantea la idea de que la continuación de la actividad política en la época pos-dictadura podría llevar a “la producción de un discurso que tiene el potencial de resarcir en algo el debilitado lazo social”. Cabe destacar que la religión también puede ser un mecanismo ideológico de protección, en particular para los que creen en la justicia divina ante la impunidad (Maillard y Sotomayor 2014).

Aunque el afectado tenga a su disposición todos los factores protectores mencionados, en los casos de la violencia política no se puede efectuar una recuperación holística y verdadera sin el reconocimiento social, lo que implica que se borren las calificaciones de “terrorista” y “criminal”. De la misma manera que el poder curativo de los grupos de apoyo radica en la “normalización” del daño, la situación ideal consiste en que la sociedad colabore con los afectados directos para desestigmatizar y releer la historia colectiva. Dice Rojas (2017): “Las reparaciones tienen su origen en la sociedad. Cuando el problema se conoce y estudia, se incorpora en la memoria y el imaginario social, se introduce en la cultura de un pueblo, y se recupera la confianza en el otro cuando renace la solidaridad perdida”.

Sin embargo, las mediciones estadísticas de la opinión chilena hacia la dictadura muestran que el compromiso actual es deficiente. Según la Encuesta Nacional UDP 2009, sólo un 71,8% de chilenos cree que las violaciones a los derechos humanos de los años 1973-1990 “no se justifican”. Asimismo, un mero 44,1% cree que el número actual de condenados es muy

bajo, mientras que el 19% cree que el número de condenados es correcto (*en* Collins 2009). La falta de memoria es evidente también en la juventud. Un 57% de los jóvenes chilenos de 8° básico está a favor de dictadura, siempre que estén garantizados “orden y seguridad” o “beneficios económicos” (Schulz et al 2018). Asimismo, en 2013 un 54% de los jóvenes de 11-18 años calificaron el golpe militar como “un hecho ajeno a su vida actual” (El Mostrador 2013). Estas estadísticas sugieren que la memoria social no se ha proporcionado a la magnitud del daño. Como consecuencia, “se ha observado un grado importante de cronificación de la sintomatología física y mental (en los usuarios del PRAIS)”. Según la Subsecretaría de Salud (2006), esto se debe en parte a “el insuficiente reconocimiento social de la represión que el Estado ejerció” y “la culpabilización de las víctimas como responsables de su propia represión”. Estos datos apoyan la observación de Madariaga et al (2012): “Es imposible rehacer un proyecto de vida o reintegrarse plenamente a la sociedad, si ésta no ofrece las condiciones adecuadas para ello”.

Entonces, ¿cómo sensibilizar a la gente? Se trata en gran medida de una obligación estatal. La memoria figura claramente en el modelo de reparación estatal establecido por Theo van Boven (2007), que es el siguiente:

- Restablecer la libertad, la vida familiar, la ciudadanía, el empleo y la propiedad de las víctimas
- Indemnizar
- Proporcionar servicios médicos, psicológicos, jurídicos y sociales
- Garantizar que las violaciones de los DDHH no se repitan (cesación de las violaciones, verificación de los hechos, difusión pública amplia de la verdad, disculpa, declaración oficial/decisión judicial, sanciones jurídicas/administrativas, conmemoración y homenajes, educación)

Chile se ha comprometido con la protección de los derechos humanos a través de varios tratados internacionales, tal como el Pacto Internacional de Derechos Civiles y Políticos (Ministerio de Relaciones Exteriores 1989) y el Protocolo de Estambul (1999). El Estado establece las medidas de reparación pos-dictatoriales en las leyes no. 19.123, 19.980 y 19.992, las cuales establecen pensiones, subsidios de educación y atención gratuita de salud para los familiares inmediatos de los detenidos desaparecidos y los ejecutados políticos identificados en los informes Rettig y Valech II y para los ex presos políticos y sus familiares nombrados en los informes Valech. En 2004, la Comisión Valech recomendó que se estableciera un Instituto Nacional de Derechos Humanos para asegurar el cumplimiento de estas leyes y de los tratados internacionales. Esta entidad no se instauró hasta el año 2016 mediante la ley no. 20.405; entretanto una cantidad importante de las víctimas y los perpetradores ya se habrán muerto. Aunque históricamente el Estado no ha suministrado recursos para denunciar los crímenes de lesa humanidad, el INDH tiene dentro de sus funciones “iniciar (en el ámbito de su competencia) acciones legales ante los Tribunales de Justicia” (Ministerio del Interior 2016). También tiene la tarea de educar sobre los derechos humanos “en todos los niveles de enseñanza” (Ministerio del Interior 2016). Actualmente, Chile tiene aproximadamente doscientos memoriales y/o espacios de memoria que recuerdan las violaciones de los derechos humanos cometidos durante la dictadura (Zimmermann 2012), pero no todos se cuidan (Red chilena contra la violencia hacia las mujeres 2016).

En el ámbito de la salud, se estableció en el año 1992 el Programa para la Reparación y Atención en Salud (PRAIS) para las víctimas directas y sus familiares mediante la Resolución Exenta N°729. Según la Subsecretaría de Salud (2006), las funciones de este programa son:

1. “Contribuir a la reparación de las víctimas y a la consecución de una mejor calidad de vida para las familias afectadas por la represión política ejercida por el Estado.
2. Tratar las complicaciones en salud física y mental detectadas en las personas y familias afectadas por la represión política ejercida por el Estado.
3. Disminuir la prevalencia de las consecuencias en salud derivadas de la violencia represiva, en las personas y grupos expuestos a la represión política ejercida por el Estado.
4. Implementar un modelo de atención integral en salud cuyo objetivo principal sea contribuir a la restauración del sujeto social pleno de derechos.
5. Contribuir a generar una cultura de respeto a los derechos humanos”

Una característica central del Programa es el otorgamiento de una tarjeta que proporciona la atención gratuita en todas las instituciones nacionales de salud. Esta función está establecida en la ley no. 18469. Un porcentaje menor de los usuarios del PRAIS se atienden con los profesionales de salud de los PRAIS, ya que estas instituciones no dan abasto para toda la población beneficiaria. Puesto que el PRAIS es la única institución reparadora que tiene sedes en todas las regiones, Hidalgo Leiva (2017) propone que el PRAIS también debería ayudar en la elaboración de denuncias contra los crímenes de lesa humanidad cometidos durante la dictadura, puesto que la justicia es parte integral de la recuperación.

6. Metodología

6.1 *Diseño del estudio*

Se trató de un estudio descriptivo y cualitativo que se llevó a cabo durante el período 23/4/18-30/5/18. Se pretendió identificar tendencias en los procesos de recuperación a través de entrevistas individuales con los afectados directos y con los profesionales de salud.

6.2 *Lugar del estudio*

El estudio se desarrolló en la ciudad portuaria de Arica, Chile. Es la ciudad más extrema al norte del país, a 18 kilómetros de la frontera con Perú. Según el censo nacional de 2017, la población de la comuna de Arica es 221.364 personas (Instituto Nacional de Estadísticas).

Seis de las entrevistas se realizaron en la Población San José y dos se realizaron en el sector Saucache, en los hogares de los entrevistados (E. Caro, P. Atencio, P. González Aguirre, S. Durán Ciña, D. Ciña), en la Casa de Mujeres de memoria y derechos humanos (I. Muñoz Bobadilla) y en los despachos de los entrevistados (M. Pedrero, V. Abarca González). Todos los espacios eran íntimos, ya que los únicos presentes eran la investigadora, los entrevistados y en algunos casos, los familiares de los entrevistados, en cuya presencia los entrevistados no parecieron sentirse restringidos. En general, los espacios estaban silenciosos y cómodos.

6.3 *Población y muestra*

La población estuvo constituida por todos los afectados directos de la dictadura de Pinochet que tienen derecho a los servicios del PRAIS según la Norma Técnica N°88 de la

Subsecretaría de Salud (2006). Estos son: detenidos desaparecidos, ejecutados políticos, torturados, presos políticos, exiliados/refugiados políticos, relegados, clandestinos, exonerados y trabajadores de DDHH. Estas personas debían haber nacido antes del golpe de Estado y debían haber vivido en Arica durante más de veinte años tras el retorno a la democracia. La población también incluía los familiares y los profesionales de salud de los afectados directos. Según los datos del PRAIS Arica de 11/4/18, los usuarios de la Región Arica y Parinacota son 15.709 personas, 3.494 de los cuales son adultos mayores. Son 8.012 mujeres y 7.697 hombres. La mayoría de los usuarios fueron exonerados políticos o familiares inmediatos de ellos (11.950 personas). Aproximadamente 3090 de los usuarios son ex presos políticos y sus familiares. 250 son familiares Rettig. Cabe destacar que estas cifras no representan toda la población de los afectados directos y sus familiares en Arica, ya que no todos se han inscrito en el PRAIS.

La muestra estuvo integrada por 7 afectados directos y la coordinadora/asistente social del PRAIS Arica (VAG, entrevistada 23/04/18). Los afectados directos y las fechas de entrevista eran:

- Hermano de detenido desaparecido que estuvo detenido y torturado durante varias semanas en el año 1986 (PA 11/05/18)
- Exonerado, clandestino durante los años 1973-1981. Detenido y torturado durante varias semanas en el 1981 y exiliado durante 14 años (EC 02/05/18)
- Activista estudiantil en el Serpaj y el Movimiento contra la Tortura Sebastián Acevedo durante los años 80 (PGA 15/05/18)
- Refugiada política durante los años 1973-1982. Activista estudiantil durante los años 80. Detenida durante una semana en el año 1986 junta con su hermano y madre. Padre detenido durante 40 días en el mismo período (SDC 16/05/18)
- Activista que trabajó en las ollas comunes y en las agrupaciones SERPAJ y Movimiento contra la Tortura Sebastián Acevedo en los años 80 (IMB 17/05/18)
- Activista estudiantil en los años 80, detenida varias veces por menos de una semana cada vez, sin tortura. Padre detenido cíclicamente y por largos períodos durante la infancia (MP 17/05/18)
- Refugiada política durante los años 1973-1983. Activa políticamente durante los años 80. Detenida durante una semana en el año 1986 con sus dos hijos. Marido detenido durante 40 días en el mismo período (DC 24/05/18)

Los afectados directos entrevistados eran cinco mujeres y dos hombres. Cuatro eran jubilados y los otros tres trabajaban como psicóloga, antropóloga y trabajadora social. Todos habían realizado actividades anti-Pinochetistas en Arica y se habían quedado en la ciudad, con la excepción de una, quien había realizado actividades militantes en el BioBío y en Valdivia antes de venir a Arica en los años 90.

6.4 *Instrumento y técnica de recolección de información*

Las entrevistas eran individuales y semiestructuradas. Empezaron con el relato libre de la experiencia vivida durante la dictadura. En la mayoría de los casos, el relato era cronológico. A partir de la información obtenida durante este ejercicio, la investigadora o preguntó sobre los mecanismos de recuperación identificados en el relato, o preguntó más generalmente cómo el entrevistado se cuidaba durante y después de la dictadura. A lo largo de la entrevista, la investigadora atendió a los detalles y desarrolló preguntas para entender el daño, los mecanismos de recuperación, las deficiencias en la recuperación y la percepción de la opinión

chilena. La forma semiestructurada permitió que las entrevistas se adaptaran a la individualidad de cada caso y que el tono de la entrevista fuera más conversacional.

Las entrevistas fueron audio-grabadas con un celular y transcritas a mano.

6.5 Aspectos éticos

La asistente social del PRAIS y la consejera del proyecto identificaron y pidieron el consentimiento de los entrevistados antes de que la investigadora iniciara el contacto con ellos. De esta manera, se aseguró que la investigadora no estaría en contacto con personas de alta vulnerabilidad. Se limitó la presión de participar a través de esta primera petición y del formulario de consentimiento, el cual se presentó al inicio de las entrevistas. El formulario contuvo el nombre y la información pertinente de la investigadora, informó del objetivo y del método del estudio y nombró los riesgos y los beneficios potenciales. Cedió al entrevistado el derecho al anonimato, a retirarse de la investigación en cualquier momento y a no responder cualquier parte de la investigación. Al final se pidió la firma del participante para confirmar su voluntad de participar. Más abajo se pidió la firma de consentimiento para que la entrevista fuera audio-grabada. Se incluyeron los datos de contacto de la investigadora y del Director Académico del Programa SIT Arica, además de un vínculo de Internet para encontrar más información sobre los derechos de los participantes de las investigaciones de SIT Study Abroad. El proyecto fue aprobado el 30/05/18 por el Comité de Ética Local de SIT Study Abroad.

6.6 Diseño de análisis

El análisis se elaboró en cuatro fases. La primera fase se realizó durante la entrevista, cuando se identificaron algunos aspectos generales y/o notables de la resiliencia. La segunda fase ocurrió durante la transcripción, cuando los análisis preliminares se concretaron a través de una reconsideración de lo dicho con los detalles desapercibidos durante el desarrollo de la entrevista. A medida que se fue transcribiendo, se marcaron algunas citas de interés. La tercera fase consistió en la elaboración de un documento Excel de cuatro hojas, las cuales eran: Información básica del entrevistado, Daño, Recuperación y Falta de recuperación. En las filas se pusieron los nombres de los entrevistados y en las columnas se pusieron citas que revelaban los elementos del daño y de la recuperación. Esta fase requirió una lectura cuidadosa de cada transcripción. En la fase final, se transfirió cada categoría a un documento Word, en el que los datos se organizaron en forma lineal. Aquí se establecieron las conexiones entre las categorías identificadas mientras se las ordenaba en una estructura coherente y comprensiva. Los conceptos claves que transcendían esta estructura se notaron para identificarlos en el análisis de los resultados y en la conclusión.

7. Resultados/Discusión

7.1 *Daño*

7.1.1 *Tortura física y psicológica*

Siempre con la conciencia de que la experiencia de tortura difícilmente se expresa a través de las palabras, en esta sección se intenta dimensionar las circunstancias en las que surge la necesidad de recuperación y de reparación.

Uno de los entrevistados vivió “una experiencia muy traumática, muy dura” (EC) durante los 19 días que estuvo preso, pero no nombró los acontecimientos. Otro, cuyo hermano fue desaparecido, también estuvo preso y experimentó simulacros de fusilamiento y la parrilla. La última consiste en amarrar al detenido desnudo a un catre de metal y aplicar descargas de corriente eléctrica en múltiples partes del cuerpo, especialmente las más sensibles. Estas experiencias le llevaron a pensar “terrible, muy terrible” (PA) en el sentido de que empezó a considerar el uso de violencia en la lucha anti-Pinochetista. Este cambio en el sistema valórico recuerda al carácter agresivo observado en otras víctimas de tortura (Comisión Valech 2004). Tres de los entrevistados sufrieron detenciones de no más de una semana, en las que no experimentaron tortura corporal, pero que implicaron las siguientes condiciones: el confinamiento en condiciones inhumanas, la exposición a temperaturas extremas y la tortura psicológica. Ésta última había marcado de manera más profunda a dos de las entrevistadas, una de las cuales recordó el momento en que un militar había mentido que su hermano había sido matado: “Es como que hubiese tenido una guagua y me hubiese caído. Esa era la sensación de pérdida, real” (SDC).

Todos los entrevistados habían vivido con la conciencia cotidiana de la posibilidad de detención por causa de sus actividades anti-Pinochetistas. Recibieron amenazas verbales e insinuadas de detención y estaban expuestos a la violencia en la calle. Según una entrevistada que vivía en la Población San José, “Sentir las balas cerca no fue una vez, fueron varias veces” (SDC).

Todos conocen y han conocido personalmente a individuos que pasaron situaciones de tortura más extremas. Los que no fueron detenidos se dieron cuenta de los horrores a través de “los relatos que uno ha ido escuchando acá mismo en la ciudad, relatos horribles, horribles. Realmente...que tú no te puedes quedar impávida, tú no puedes hacerte doblado y pensar que esto no existió, porque sí existió” (PGA).

Ninguno de los entrevistados describió secuelas psicológicas específicas en respuesta a estas circunstancias, con excepción de la rememoración, la cual apareció en tres entrevistas. Una entrevistada todavía se siente “violentada” al entrar en un retén de carabineros (MP). Otra no soporta estar en el mismo espacio con militares (IMB).

7.1.2 *Daño intrafamiliar*

Uno de los daños más importantes, si no el más importante, ha sido las interrupciones familiares. En el caso de los exiliados y los refugiados, las huellas de la dictadura se expresan claramente en la separación geográfica de familias. Los hijos y los nietos de un exiliado “siempre van a estar separados. Si les ocurre alguna enfermedad grave o un descenso, o a uno de allá o a uno de acá, nosotros vamos a sufrir, pero sin poder estar en el último momento al lado del otro. ¿Se da cuenta del daño? Entonces eso es un aspecto de la forma en que todavía el Estado nos tortura”

(EC). Otra entrevistada que tenía 9 años para el golpe experimentó el encarcelamiento repetido y prolongado de su padre.

7.1.3 *Daño psicosocial*

Durante y después de la dictadura los entrevistados han sufrido de varios tipos de condena social que reflejan el medio, el poder de los medios de comunicación y la miseria de la época dictatorial. Cuando volvieron, los exiliados se enfrentaron con acusaciones de que habían disfrutado un “exilio dorado”. Una entrevistada que se había ido a los 7 años y había regresado a los 16 dijo haber sentido “exiliada en mi propia tierra” por la falta de aceptación entre algunos de sus pares (SDC). En general, las oportunidades laborales y comunitarias de los afectados se vieron limitadas por la clandestinidad, la actividad política y el “prontuario”.

7.1.4 *Daño a la conciencia sociopolítica*

Al considerar un grupo cuyos sueños personales son indisociables de la cuestión social, se hace necesario evaluar la mirada de este grupo hacia el escenario sociopolítico de hoy. En cada entrevista se evidenció una inversión emocional significativa que sólo podía ser propia de individuos que se habían arriesgado la vida por el beneficio de la sociedad. Por esta razón, se considera el descontento con el estado sociopolítico del país como un tipo de daño emocional.

Concretamente, se lamentaba que los sacrificios de las luchas izquierdistas hubieran acabado en la instalación de una democracia neoliberal en la que las desigualdades socioeconómicas siguen vigentes y el individualismo domina en la mentalidad nacional. Aunque la mayoría de los entrevistados dejó claro que la lucha era necesaria y que valió la pena, todos se sentían decepcionados por la “democracia aparente” (PA). Según la antropóloga entrevistada, la decepción había desembocado en una “depresión generacional. No porque tengamos depresión personal, sino que es una sensación de no haber estado en el proyecto del gobierno popular de Salvador Allende, haber vivido en la dictadura, haber sido protagonistas contra la dictadura, haber creído firmemente que la salida a la democracia iba a ser otra cosa, e insistíamos que esa salida la estábamos haciendo, que nosotros éramos los actores principales de esa película” (MP). Se trata de un sentido de impotencia en que las mismas nociones éticas se ven amenazadas en conjunto con la sensación personal de importancia. Al mismo tiempo, existe la percepción de que la lucha misma se está debilitando a medida que las nuevas generaciones se van entregando a la cultura consumista e individualista.

Estos sentimientos se han acentuado tras la elección de un gobierno de derecha. Un entrevistado describió la transición como “un golpe, como un golpe de Estado (...) porque todo lo que estábamos haciendo, él (Sebastián Piñera) lo quiere terminar. Como esto de la salud, es un negocio, se dice que es un bien de consumo, y la educación también es un bien de consumo. Y ahí todos los comisarios son empresarios” (PA). Los entrevistados lamentaron que un fondo de indemnización aprobada por el gobierno de Bachelet ya había sido retirado por el nuevo gobierno.

7.1.5 *Daño generalizado en la sociedad chilena*

Todos los entrevistados manifestaron indignación por la continua victimización de la sociedad chilena debida a las herencias de la dictadura en los ámbitos de la salud y la educación, en el sistema de pensiones y en el modelo económico. Una entrevistada lamentó que el

individualismo resultante del sistema neoliberal, además de la impunidad que todavía prima, habían llevado a “la corrupción en todo. Sí tú te puedes joder a alguien, te lo jodes. Esto lo han aplaudido en este país” (PGA). Dos entrevistadas notaron que la sociedad había heredado un clima de desconfianza hacia el prójimo. Una de éstas comentó que la desconfianza se veía tanto en los discursos sociales violentamente polarizados como en el temor al desacuerdo.

Estos resultados sugieren que los sujetos consideran el daño no como un dolor padecido sólo por las víctimas directas, sino también y esencialmente por la sociedad chilena entera.

7.1.6 *Falta de reparación*

Antes de comenzar una discusión de recuperación y de resiliencia, es importante subrayar dos elementos. Primero, que la gente que ha podido alcanzar un estado de bienestar mental durante y después de la dictadura sólo representa un sector de la población herida. Todos los entrevistados reconocieron que muchas víctimas de la violencia política no habían podido desarrollar o encontrar los mecanismos de protección ya discutidos (véase la sección 5.3). Al mismo tiempo, las cinco entrevistadas que no habían sufrido tortura física manifestaron que el daño que habían padecido no se podía comparar con el daño a los físicamente torturados y a los familiares de los detenidos desaparecidos.

En segundo lugar, todos afirmaron que la falta de memoria era un obstáculo central a la recuperación. Todos necesitaban que el Estado y la sociedad asumieran la memoria colectiva a través de programas de educación, de los medios de comunicación y, más importante, del organismo judicial, como medidas protectoras contra la repetición de la historia.

Sin embargo, según la coordinadora/asistente social del PRAIS Arica, la población general cree que “esto ya pasó” y que los usuarios del PRAIS “no ameritan que tengan atención especial (...) no reconocen el nivel del daño (...) eso también provoca un desgaste por parte del equipo y los usuarios, porque se sienten nuevamente vulnerados sus derechos humanos” (VAG). Una entrevistada que sigue realizando actos de activismo percibía que “la gente es súper insensible. Nosotros bajamos por ejemplo por 21 de mayo denunciando. Todo el mundo sigue su vida, (...) porque para muchos ya pasó, ya no es tema para el país” (PGA). La misma entrevistada lamentó que un profesor de derechos humanos en la Universidad de Tarapacá había torturado a su cuñado y a su compañera.

Se evidenció más indignación aún en los entrevistados por la falta de memoria por parte del Estado. La impunidad fue la queja principal y universal. Según una entrevistada, “Yo pienso que el problema es que el daño es un daño que no se llega a resolver nunca porque no hay verdad, no hay justicia” (MP). En este marco también cabe la falta de una digna indemnización. Por ejemplo, un entrevistado que había sufrido la exoneración y la tortura se quejó de que sólo se había permitido obtener una compensación por uno de estas (EC). Según este entrevistado, la lucha por una pensión digna para los afectados directos “es una tortura permanente”. Además de una oportunidad de vivir dignamente, la pensión también sirve una función simbólica de reconocimiento por el Estado. Señaló un entrevistado que la indemnización “no era lo que correspondía, pero algo decimos que nos den” (PA).

Aunque el Estado ha armado el PRAIS, los entrevistados que son usuarios se quejaron de que este organismo no tenía los recursos necesarios para una atención oportuna. En general, coincidieron en que las listas de espera eran indignantes y ponían en riesgo la propia salud. Un entrevistado afirmó tener un 75% de discapacidad porque no había sido atendido oportunamente (EC). Aunque un beneficio del Programa es la posibilidad de comprar bonos, a muchos les cuesta conseguir la plata (MP, PA). Según la coordinadora/asistente social, algunas instituciones ni siquiera reconocen las credenciales PRAIS, pero señaló que se estaba trabajando para que estos establecimientos se sensibilizaran (VAG). Sin embargo, parece que

queda mucho trabajo, ya que el PRAIS ni siquiera tiene una lista que identifica los CESFAM en los que están registrados los usuarios (EC). Asimismo, la coordinadora/asistente social admitió que “no existe mucha coordinación” entre el equipo de PRAIS y otras instituciones de salud. El PRAIS sólo les entrega una evaluación del usuario en forma electrónica. En otros ámbitos, los médicos no se dan cuenta del origen de las secuelas psicosomáticas y los psicólogos no necesariamente entienden la unicidad de los trastornos producidos por la violencia política, por ejemplo, la naturaleza psicosocial de estos (Rojas 2017) o las huellas transgeneracionales (Madariaga 2012). Algunos funcionarios y profesionales de salud consideran el Programa incluso como un beneficio que los usuarios deberían agradecer. Cuando una entrevistada había discutido este problema con equipos de salud, “Yo les digo, ‘Si lo hago más largo, agradecer que nos tomaron presos, agradecer que le tomaron preso a tu papá’ (...) Eso también es como un ejercicio de revictimización que le hacen a la persona” (MP).

Otra deficiencia del PRAIS Arica según la coordinadora/asistente social es la incapacidad de identificar los afectados que más necesitan ayuda (VAG). Un entrevistado dijo que había “hecho una infinidad de intentos para llegar a elaborar” un estudio estadístico de cuántos usuarios están “vegetando cada día, yéndose más para abajo”, porque estas estadísticas todavía no existen (EC). El mismo entrevistado se quejó de que “todos estos meses (que he estado enfermo), desde octubre a la fecha, nunca vino un funcionario de PRAIS a conversar conmigo y con mi familia. Tampoco les comunicaron a mis pares de que yo estoy enfermo, para que me vinieran a visitar. Hay algunos que van enterándose después. Pero eso no me ocurre a mí solamente. A otros mayores, que pasan las situaciones parecidas o peores, les pasa lo mismo” (EC).

Dada la falta de voluntad por parte del Estado y de la sociedad, una entrevistada considera que el desarrollo de recursos siempre será tarea de las víctimas, no sólo en cuanto a lo personal, sino también al nivel sistemático: “Es como doloroso ver cómo las víctimas y sus familiares son presionadas por el Estado a pelearse un proyecto. Como de pronto el activismo de derechos humanos requiere subsidio del Estado. No es ‘el Estado va a colaborar con ustedes’, sino que el Estado tiene que colaborar y por eso ustedes tienen que tener personalidad jurídica, ser una organización legal” (MP). Por consiguiente, lo que se acaba elaborando es “una relación de clientelismo, un tratado monetizado entre las víctimas y el Estado” (MP) que representa el compromiso de la víctima más bien que el compromiso auténtico del Estado. Esta responsabilidad, dentro del escenario de la impunidad y de la evidente falta de recursos, también es una fuente de retraumatización. Por un lado, se podría argumentar que el desarrollo de recursos puede ser un proceso curativo y que la posición retirada del Estado favorece los procesos curativos individuales en vez de los impuestos desde el poder. Sin embargo, esta mirada ignora dos conceptos centrales de la reparación: la justicia y, sobre todo, la garantía de que los derechos humanos no volverán a violarse nunca más en el país.

7.2 *Recuperación*

Dada la indiferencia desde el Estado y la sociedad, la recuperación de los afectados directos depende de sus propios recursos internos y de sus lazos sociales. La unicidad de este conjunto de recursos, además de la individualidad de cada caso de dolor (Rojas 2017), hacen que cada caso de recuperación sea distinto. Sin embargo, desde las siete entrevistas realizadas con afectados directos se pueden delimitar cuatro categorías de mecanismos de recuperación, que son las mismas identificadas en la Norma Técnica N°88 de la Subsecretaría de Salud (2006): mecanismos ideológicos/valóricos, individuales, familiares y de la red social de apoyo. Estos mecanismos no funcionan de manera solitaria; de hecho, se influyen entre sí de manera inevitable. Se considerará el funcionamiento de ellos tanto durante como después de la

dictadura, ya que el manejo del daño de origen sociopolítico “es un evento continuo” (Rojas 2017) que se influencia por los cambios sociopolíticos y que se visibiliza en los proyectos de vida de los afectados directos y de sus familiares.

7.2.1 *Mecanismos ideológicos/valóricos*

Aunque las historias de los entrevistados son distintas, todas se convergen en la decisión de arriesgar la vida por una causa valórica. Por esta razón, las ideas y los valores asumen una intensidad extraordinaria, la cual tiene incidencia en la cosmovisión, los procesos identitarios, la actividad cotidiana y las relaciones sociales. Por consiguiente, los “mecanismos ideológicos/valóricos” no constituyen un simple fenómeno pop de heroísmo; al contrario, se trata de un compromiso social que en el fondo es afectivo. Mejor dicho, se trata de amor hacia el prójimo; se trata de creer que “si uno ve que la gente puede ser un poquito más feliz hay que hacerlo. Eso es la felicidad” (SDC). De ahí que la lucha en sí es un tipo de terapia: tiene el efecto rejuvenecedor de un abrazo. Una entrevistada cuya adolescencia se había consumido por la lucha anti-Pinochetista lo explicó así:

“Aunque no creas, descanso construyendo, haciendo, escuchando. No podía estar en otra parte. (*la voz tiembla*) El sentido de ser humano, el sentido de ser persona, el sentido de vivir, ese sentido no está dado porque respiras. (...) Pero el sentido de vivir...uno no busca reconocimiento, (...) lo que yo he hecho, no lo he hecho para eso. Uno lo hace porque ama la vida, es el sentido de vida, amar la vida. Llámale como lo quieres llamar, pero es amar la vida. Yo descanso en esas cosas que uno hace hacia la gente. Si no para qué vivimos, pues. Para qué, para qué íbamos a vivir. ¿Para tener el auto, para tener la casa, materiales para qué? ¿Para qué vives, si no es para ser feliz? Y felices”. (SDC)

Por esta “convicción de vida” (PA) la lucha se vuelve una responsabilidad continua; seguirá vigente mientras existe la injusticia. Por esta razón, los entrevistados no se deprimen ante la falta de respuestas desde el Estado y la sociedad, sino que se encargan a sí mismos a crear las respuestas. Dijo una entrevistada, “Hay tanto que hacer que uno tiene que crear cosas. Hay que crear. Me falta una hora para hacer las cosas que quiero hacer, porque no nos da abasto. No nos da todo el tiempo que quisiéramos. Entonces hacemos lo que podemos y vamos avanzando” (SDC). Según un antiguo dirigente social “nosotros los dirigentes sociales que llevamos una vida de lucha, tenemos una deuda con nosotros mismos, con nuestro pueblo” (EC). Todos los entrevistados que habían sido detenidos siguieron peleando inmediatamente después. Desde el extranjero, los exiliados se sumaron a las actividades de socorro y uno fue el primer chileno de acudir al Parlamento de Europa para pedir censura contra el gobierno de Pinochet. Asimismo, cada vez que los entrevistados despotricaban sobre alguna injusticia sistemática, empezaban inmediatamente después a hablar de las soluciones. “Hay que quedar dando la pelea constantemente”, dijo un entrevistado (EC).

La denuncia de las injusticias contra los afectados directos forma parte de las luchas actuales. Por ejemplo, la casa en la que se encuentra el PRAIS actualmente se obtuvo a través de una pelea efectuada por los usuarios. Anteriormente el tratamiento se había realizado en los ESSMA. El año pasado una agrupación de ex presos políticos efectuaron una huelga de hambre para pedir indemnizaciones más dignas. Además, recién obtuvieron un terreno en el valle de Azapa para crear un espacio de reflexión (EC).

Sin embargo, no les basta luchar solamente por los recursos propios, porque “cuando tú abres los ojos a vida, a todo lo que te rodea, aunque tú quieras ya no puedes volver a cerrar los ojos. Estás marcado. Por eso luchas” (SDC). Así que los antiguos luchadores anti-Pinochetistas

han transferido sus luchas a otras esferas de derechos humanos, tales como el adulto mayor y la mujer. Según una antigua voluntaria de la Iglesia, “Yo no me fui para la casa cuando llegó la democracia entre comillas. Yo seguí trabajando, porque ya no podía volver a la casa. (...) No puedo. Estoy en este grupo, estoy en el otro grupo, estoy en el centro de madres. Hartas cosas. Entonces todo el día yo me voy con el otro grupo, en el otro lado, con esas mujeres” (IMB). Los que estudiaron durante y después de la dictadura eligieron las carreras de psicología, de trabajo social y de antropología. Según la antropóloga, “Yo pienso que mi principal estrategia de sobrevivencia después de eso (la dictadura) tiene que ver con la transferencia de mi compromiso militante contra la dictadura con mi compromiso militante con otros marginados y otros excluidos” (MP). Para la psicóloga, “Mi trabajo es una extensión de lo que hacía, yo trabajo con drogas, que son lo último de esta sociedad...tiene que ver también con una vulneración de derechos, porque estas mujeres y sus hijos no tendrían por qué estar en esas condiciones. (...) Nosotros tenemos muchas mujeres que van recuperando a sus hijos, que han vuelto a trabajar, profesoras que ahora están en cargos importantes en sus colegios” (PGA). Para estas entrevistadas, el trabajo no es una obligación que se cumple durante un horario fijado. Más bien, es una lucha concreta contra la injusticia. Según la trabajadora social, “Tú no puedes pensar que tú haces una pega y tú vas para la casa como si nada. Tú tienes que salir a la calle a luchar por los derechos de los niños, a protestar o...uno lo hace. La lucha no se agota en ese rato. Es permanente. Si me toca trabajar con niños que están en el tema de las drogas, no puedo dejar de pensar de que el consumo de drogas es una expresión de las desigualdades sociales” (SDC).

Aunque estas luchas son infinitas, también son aliviadoras, porque conllevan un sentido de la satisfacción con los propios esfuerzos. En las palabras de la psicóloga, “Yo pienso que si tú haces todo lo que está a tú alcance, eso es lo que puedes hacer. En tiempo de dictadura todo lo que estaba en mis manos, mi juventud a lo mejor, me postergué en muchas cosas, perdí a mi familia, pero yo estuve ahí...eso a mi me da paz. (...) Si yo voy a mi pega, no voy a resolverles las vidas de estas mujeres con las que trabajo, pero sí las voy a ayudar hasta donde yo pueda, las voy a conectar a redes, les voy a buscar esto, las voy a llevar al hospital, voy a conseguirles fármacos. Todo. Y yo con eso me quedo tranquila” (PGA). En este sentido, la satisfacción de haber traspasado los mismos valores a los hijos constituye un punto culminante de la lucha. Relató una entrevistada, “Una vez (mi hijo) denunció un caso de abuso...él es profesor de educación física. (*Tiembla la voz*) Y él en las clases que él hace había una persona que estaba abusando de unos niños por internet y todo. Y él lo denunció. Y él dijo lo denunció por estas razones. Y dije, ‘Ese es mi hijo’. ¿Ves? Eso que él vaya a lo justo” (SDC). Según una ama de casa, su trabajo durante la dictadura “afectó para bien y para que mis hijos estén consecuentes. Mis hijos son buenos para ayudar, son niños que sufren con el dolor del otro. Entonces eso para mí es hartito” (IMB).

Asimismo, un entrevistado de tercera edad sentía que las luchas que él había realizado durante la dictadura no se habían perdido, porque habían sido asumidas por la juventud. Dijo, “Esa lucha no lo van a terminar nunca. Porque Pinochet quería terminar con nosotros para siempre, y eso no ha sido así. Hay un compañero que era presidente del Partido. En los tiempos del gobierno militar lo detuvieron y lo mataron y Pinochet fue a hablar con él, Víctor Díaz. Él le dijo, ‘Ustedes quieren terminar con nosotros, con los comunistas. Es igual que querer sacar el mar con un balde de agua’. Que no son comunistas los cabros, pero lo que hicimos nosotros, están haciendo lo mismo. Ellos también plantean la nacionalización de cobre ahora. Porque el 70% no está nacionalizado. ¡Entonces, bueno po! Nuestras ideas comunistas” (PA). Sin embargo, otros tenían una opinión contraria sobre las nuevas generaciones y lamentaban que el ánimo de lucha se había disminuido de manera radical (véase la sección 7.1.4). Esta dicotomía optimista/pesimista señala el rol de la percepción individual en el sentido de satisfacción, sugiriendo que los mecanismos ideológicos e individuales son interdependientes.

Para resumir, los mecanismos ideológicos/valóricos se mueven a través de la “convicción de la vida”, la cual exige la aplicación de esfuerzos concretos que a su vez promueven un sentido de satisfacción. En esta discusión, ya se pueden evidenciar algunos indicios de la interdependencia con los mecanismos individuales, como el locus de control interno, la esperanza y la percepción, los cuales se describen más a fondo en la sección siguiente.

7.2.2 *Mecanismos individuales*

Todos los entrevistados demostraron un locus de control interno que les permitía seguir luchando por los derechos humanos a pesar de la apatía que les rodeaba. El ánimo de estas luchas, tal como se señaló en la sección anterior, se derivaba de un vigoroso compromiso con el otro. Una entrevistada afirmó, “Yo soy una persona muy pública. Soy menos dada a la cosa que, ‘¿Qué hago yo conmigo?’ Es qué hago yo respecto a los demás, siempre” (MP). En general, los entrevistados se enfocaban en los avances tanto al nivel sociopolítico como al nivel personal. La noción de “seguir avanzando de a poco” en la esfera sociopolítica se evidenció en todas las entrevistas y era una noción que los acompañaba en la vida cotidiana. Dijo un entrevistado, “Yo soy un aprendiz, po. (...) Cada día, en cualquier lugar, estoy aprendiendo. Entonces, uno nunca deja de ser aprendiz. Y lo que hay que hacer es seleccionar lo mejor, e ir dejando lo mejor como experiencia, para vivir mejor, para tener mejor calidad de vida, tanto físicamente como psíquicamente sentirse mejor. De esa manera, pasamos todas las dificultades que hemos tenido en la vida, por ser muy simple de explicarlo” (EC). Otra entrevistada describió su exilio como una oportunidad de conocer “otras personas, otros lugares, otro idioma, otra forma de pensar, otros colores, otros dolores, otros gustos, de todo. Es decir, pudimos conocer otras realidades” (SDC). Estas posturas conforman con la evidencia de que la reevaluación positiva es una fuente de resiliencia (Graber et al. 2015).

Durante la dictadura, estas perspectivas positivas se expresaban en la forma de la esperanza. Por ejemplo, una detenida incomunicada pasó “cantando todos los días”. En su celda “había una parte de la puerta que tenía varios hoyitos, entonces yo me subía en la esquina de la cama y miraba por los hoyitos, a ver qué pasaba afuera. Era toda la luz que entraba. Esos hoyitos” (SDC). De manera similar, otro detenido relató, “Nosotros tuvimos más o menos 10 días vendados, sin ver, empezaba uno...yo me acuerdo de que empezaba a ver cosas, no. Cosas como muy bonitas, el campo, qué sé yo, unos paisajes” (PA). Se podrían interpretar la atracción a la luz y la visión de espacios abiertos como manifestaciones de la esperanza para la libertad. Esta percepción podría ser protectora contra la evolución de un estado depresivo, ya que la esperanza es antitética a la característica depresiva de percibir una situación desagradable como “estable” (Gallagher y López 2017).

De hecho, la estabilidad no podría figurar en la intensidad de la “lucha por la vida” (PA). El desarrollo de actividades deliberadas durante y después de la dictadura es una constante en los casos de todos los entrevistados. Hoy en día muchas de estas actividades son continuaciones de la lucha de los derechos humanos, por ejemplo, el trabajo en cuestiones sociales o la pertenencia a un grupo de activismo (véase la sección 7.2.1). Un entrevistado de tercera edad estaba escribiendo un libro de su vida, lo cual él identificó como “una ambición muy grande, que estoy haciendo, un sueño muy grande. Es como si recién siembre unas semillitas de un limón, y quiero que crezca un árbol donde hay limones. Pero lo estoy intentando” (EC). Como ejemplo ilustrativo del efecto curativo de la actividad consciente, una entrevistada afirmó, “mi única terapia personal en el mundo es que soy una persona muy activa. Muy activa. Y he tomado decisiones muy conscientes respecto a qué iba a hacer en qué” (MP). De esta manera, el trabajo sociopolítico y las ambiciones personales funcionan como estrategias de afrontamiento que exigen la autoeficacia y previenen la medicación excesiva, implicando la regulación emocional.

La adaptación a las circunstancias también se evidenció como un elemento de la regulación emocional. Una ama de casa explicó, “Yo debo insistir que yo soy una persona que felizmente tengo un carácter que me sé controlar y no me desespero (...) No agrando las cosas. O sea, me acomodo. (...) En Lima (en el refugio) me decía, mira, hay que ir a lavar una casa, yo me iba a lavar ropa. Planchaba, cosía. Siempre he sido una persona buscadora de vida” (DC). A lo largo de la entrevista, esta persona manifestó varias veces su agradecimiento de que las circunstancias no habían sido peor. En otro caso, la regulación emocional se desarrolló a lo largo de varias experiencias adversas durante la infancia y la edad adulta, por las que aprendió que “hay siempre que pararse. Cuando uno se cae, hay que pararse. Pararse con más deseos de seguir adelante, con más esperanza” (EC). En este sentido, algunos mencionaron la importancia de “paro mental”, lo cual podía significar “salir a viajar y contemplar y disfrutar una comida, una conversación liberadora, y nada más” (SDC). Un entrevistado comentó que la sofrología lo había ayudado (EC). Cabe destacar que el PRAIS ofrece actividades de autocuidado, tales como el manejo de respiración, la identificación de espacios desestresantes y la actividad física.

Al final, hay que señalar que las experiencias de la dictadura han tenido consecuencias definitivas en los procesos identitarios y en los proyectos de vida de los afectados directos. Cabe destacar que estos efectos se vieron en todas las mujeres entrevistadas y en todos los que vivieron la dictadura durante su adolescencia. Todas identificaron los efectos como positivos; principalmente, eran fortalecedores. Por ejemplo, una antigua estudiante luchadora señaló, “Yo nunca me dejé pasar a llevar a la gente, y eso tiene que ver con todo el trabajo que hicimos, con exponerte delante de todos siempre” (PGA). Las mujeres que habían sido amas de casa y que nunca habían participado en discusiones políticas desarrollaron sus ideas y su autonomía a través de las actividades de socorro. Para una de ellas, esto significó la liberación de un estilo de vida machista: “Ahí (trabajando) en la Iglesia yo empecé a ver que yo era una persona, que no era un mueble, yo no estaba para servir a mi marido y mis hijos, que yo tenía que hacer cosas que yo quisiera hacer. Yo ahí surgió la Iris po” (IMB).

Para las mujeres jóvenes, la lucha contra la dictadura significó el comienzo de su proyecto de vida. Una explicó que las experiencias más duras habían enriquecido su capacidad de empatía, la cual después sería la motivación seguir la carrera de trabajo social: “Son esas cosas injustas o esas cosas que viví que me permiten entender ahora lo que pasa con la gente, o cómo siente la gente. Si yo no hubiese estado en la cárcel, no hubiese sabido lo que significa estar en la cárcel. Si no hubiese sido exiliada, no sabría lo que es el exilio. Es decir, he vivido muchas cosas que han pasado por mí, por el cuerpo, por la vida. Y eso me ha acercado por lo menos a tratar de entender algo. De entender al otro, a la otra persona” (SDC). Otra había determinado (según ella, inconscientemente) el enfoque de su trabajo en el futuro: “Pensando en que, si había grupos excluidos, si había grupos segregados, si había grupos discriminados, yo a diferencia de lo que había hecho años antes, necesitaba que ese grupo no era ‘el pueblo reprimido’, no era esto que no tenían cara. Era gente con cara, y estos eran los más excluidos, los más discriminados, los más abandonados. Entonces yo decía ‘mi energía, mi compromiso va a estar con esta gente, y voy a dedicar mi vida a esto’” (MP).

Todas las mujeres habían identificado estos efectos por su propia cuenta, lo cual es evidencia de otro aspecto de resiliencia identificado por Graber et al (2015), la reevaluación positiva de las experiencias.

En suma, en los entrevistados destacan tres elementos de resiliencia: la regulación emocional, la esperanza y la reevaluación positiva. Estas cualidades implican el manejo de un locus de control interno. Se identificaron la actividad, la adaptación y el agradecimiento como potenciales modalidades de la regulación emocional y de la reevaluación positiva. En algunos casos, las experiencias durante la dictadura habían fortalecido las características personales de empatía y de autonomía. En todo este análisis no se puede dejar de considerar “el amor de la vida” como un motor de todos los elementos de resiliencia observados. La transcendencia de la

lucha exigía que los entrevistados siguieran adelante, y por ello se volvió necesario tener un locus de control interno, la regulación emocional, la esperanza y la reevaluación positiva. En las siguientes secciones se evaluará el rol de las relaciones familiares y sociales en la construcción y en la evolución de “el amor de la vida”.

7.2.3 *Mecanismos familiares*

Según Graber et al (2015), el apoyo de la familia es un elemento clave del desarrollo de la resiliencia de los niños. Conforme con esta conclusión, dos entrevistadas que crecieron en dictadura identificaron a sus padres como las fuentes de sus procesos de resiliencia. Según una, “Toda mi infancia fui una niña muy querida. Entonces eso te da la fortaleza para enfrentar la vida. (...) Mi papá siempre decía que mañana iba a ser un día mejor, que ya las cosas iban a cambiar (...) Ellos yo creo que fueron promotores de resiliencia en nosotros, porque si nosotros hubiéramos tenido una madre o un padre que hubiera sido golpeador, o algún padre o madre que nos hubiera violentado, no seríamos tan fuertes. Yo soy muy fuerte en términos emocionales. Yo soy una persona muy fuerte. Yo he pasado miles de cosas, ni te imaginas, y yo estoy acá, y yo estoy sonriendo, porque yo creo que cada día la vida te da una nueva oportunidad” (PGA). La otra señaló: “Estando allá el tiempo que estuvimos allá (en el refugio), lo disfrutamos (como familia). Aprovechamos. (...) ¿Ubicas la película *La vida es bella?* (...) Es de la Alemania nazi. Ellos son judíos y el papá con su hijo viven todo lo que es campo de concentración, todo lo que es la Alemania nazi. Y el papá al niño le inventa una historia como que él hace creer al niño que es una aventura (...) Yo digo, insisto que los niños no tienen por qué sufrir. Entonces los adultos tenemos que hacerlos a los niños la vida de niño. (...) (*silencio*) Todo lo que yo soy o lo que pienso tiene que ver con mis papás. (*silencio*) Es una suerte de conciencia que nos heredaron. (*silencio*)” (SDC). En ambos casos, los padres les inculcaron “la convicción de vida” sin el discurso político; de hecho, sus lecciones sirvieron como los orígenes de las ganas de luchar por el prójimo. Al mismo tiempo, sembraron estrategias de regulación emocional, tales como el agradecimiento y la esperanza, ambos siendo cualidades que protegen contra la depresión (Gallagher et al 2017, Wood et al 2010).

En el caso de un detenido que había sufrido la tortura física, los esfuerzos de denuncia por parte de su familia habían evidenciado un intenso compromiso afectivo, la percepción del cual se considera como una fuente de resiliencia (Graber et al 2015). Él creía que su mujer y su hija literalmente le habían salvado la vida, porque habían hecho “medio escándalo en Arica” durante su detención. Su mujer había tomado un bus para Santiago en el invierno, sin más del pasaje, para buscarlo en la Vicaría de la Solidaridad. Durante la detención, él se había fortalecido al pensar en sus responsabilidades familiares, y después la realización de estas responsabilidades le habían distraído del pasado.

De una manera u otra, la familia entró en la discusión con cada entrevistado sin que la investigadora preguntara directamente sobre ella. Siempre era un tema sensible, sea de manera positiva o negativa, evocando en muchos casos lágrimas de alegría o de tristeza. En las instancias de la tristeza, los refugiados y exiliados lamentaban la separación de sus familias. En las instancias de la alegría, las entrevistadas reflexionaban sobre los valores que habían traspasado a sus hijos. En ambos casos se notaban vínculos afectivos intensos en los que los entrevistados reconocían los sacrificios de sus familias y sus propios sacrificios para sus hijos. De esta manera, todos los entrevistados gozaban de relaciones sociales significativas, verificando el rol de estas en el desarrollo de la resiliencia (Graber 2015). Para una entrevistada, el refugio había sido tolerable “porque yo estaba junta a él (mi marido) y a mis hijos. Aunque esté en Europa, en China, en Europa, donde sea, yo estando con mi familia estoy contenta. Aunque sea comiendo lo que sea, me sentiría bien” (DC).

7.2.4 *Mecanismos de la red social de apoyo*

La solidaridad de los grupos de movimiento era tanta que estos grupos se podían considerar como una extensión de la familia. El SERPAJ y el Movimiento contra la Tortura Sebastián Acevedo eran especialmente comprometidos. Para algunos miembros, el socorro, los actos de denuncia y los programas de educación eran actividades cotidianas que les inhibían estudiar o trabajar. Según una antigua estudiante luchadora, los actos consumían “muchos años, mucho tiempo de tu vida. Yo trabajaba de 8 a 1, y después todo el día era denuncias. O sea, nosotros prácticamente vivimos para denunciar” (PGA). Al preguntar a esta entrevistada cómo se cuidaba durante ese tiempo, ella respondió que “la fuerza del grupo te daba seguridad” y citó la siguiente anécdota: “Yo me acuerdo de que se me estaban llevando a mi compañero los carabineros en una protesta, y se lo empiezan a pescar (...) y todos nos devolvimos. Y yo lo abrazo, y después llega otro compañero, lo abraza, lo abraza, y todos lo pegaron ahí. Pero no lo soltamos. Se aburrieron de tratar de quitarlo a mi compañero, y eso era el grupo” (PGA).

Por consiguiente, ella creía que “en términos de salud mental, la fuerza te lo da el grupo. Tener un grupo que tú sabes que es un grupo que tú puedes confiar ciegamente. En ese mismo grupo el tener espacios de risa, de compartir otras cosas, no había otra cosa. No había nada más” (PGA). Tres otras entrevistadas comentaron la importancia de la conversación y de compartir los sentimientos como un mecanismo terapéutico. Durante la dictadura, una trabajadora de derechos humanos dijo que en la Iglesia “hacíamos curaciones grupales. (...) Botábamos para fuera, llorábamos y todo, para poder retroalimentarnos, porque si no, no hubiéramos podido. Porque era terrible lo que pasaba” (IMB). Hoy en día, la conversación sigue siendo un proceso curativo. Según una entrevistada, “Mi esperanza o mi tratamiento no está en quedarme con la dolencia, sino es que está en sacar la dolencia para fuera y conversarla” (SDC). Estas observaciones sugieren la importancia de la “externalización” y apoyan un modelo curativo de trabajo grupal (Madariaga et al 2012). De manera similar, algunos entrevistados citaron la risa compartida como un mecanismo de resiliencia (EC, PGA). El humor se podría interpretar como una estrategia de regulación emocional.

En muchos casos, las amistades que se construyeron en tiempos de dictadura se han conservado hasta el día de hoy y para algunos constituyen sus principales redes sociales. Según una antigua estudiante luchadora, “No tengo muchos amigos. (...) Los que somos amigos, somos los que nos hemos mantenido en una línea que tenga que ver con nuestros valores y con los derechos humanos” (PGA). En particular, el entendimiento mutuo a través de los valores y las experiencias compartidos era un aspecto imprescindible de las relaciones construidas durante la dictadura. Aunque otra luchadora estudiantil se había mudado de los lugares en los que había luchado, ella se mantenía en contacto regular con los amigos de esa época: “Cada dos años nos juntamos, gente que vivió las mismas circunstancias, gente que comparte unas mismas luchas. (...) Yo uso el término “nos olfateamos”, esta cosa de que nosotros podemos retomar estas conversaciones donde las dejamos, de que frente a circunstancias similares políticas, sociales, hemos estado en la misma vereda sin conversar, sino saber que hay algo que construimos que trasciende a lo que nosotros éramos, me parece que es una cosa también sanadora” (MP). Una trabajadora de derechos humanos conservaba amistades con los niños que había ayudado, y una exiliada seguía escribiendo con amigos de Francia. Aunque estas últimas relaciones no son pueden describir como “significativas” en cuanto a la presencia y la dedicación que este término implica, representan una reevaluación positiva de ese período y, por lo menos, la felicidad del reencuentro.

7.2.5 *La memoria*

De una manera u otra, todos participaban en actividades para mantener viva la memoria. Todos eran miembros de agrupaciones que trabajaban la memoria a través de actos de denuncia, actos de conmemoración y/o actos de reclamo contra el Estado por las injurias de la dictadura. Los actos conmemorativos suelen repetirse en fechas clave. Por ejemplo, cada 11 de septiembre la agrupación Mujeres de memoria y derechos humanos se reúne en la grada de la catedral San Marcos y bailan la cueca sola vestidas de luto. Según el hermano del detenido desaparecido Vicente Atencio, “lo más bonito, o sea no sea bonito, es conmemorar y recordar a esos compañeros (desaparecidos y ejecutados)” (PA). Una miembro de Mujeres de memoria y derechos humanos comentó sobre la madre del niño desaparecido Luis Pino Soto: “las veces que (ella) ha podido salir a marchar con nosotros, y después tú hablas con ella, y dice que...que siente que...es como que ese día, ese ratito, recupera algo de su hijo” (SDC).

8. Conclusiones

La individualidad de los entrevistados brilla a través de sus palabras. Son seres vivos y complicados, con conjuntos únicos de instrumentos curativos. Sus procesos de significación de la dictadura han sido diferentes según sus edades, géneros, redes sociales y experiencias durante ese período. Aunque los resultados se pueden categorizar en cuatro mecanismos protectores comunes (ideológicos/valóricos, individuales, familiares y de la red social de apoyo), es precisamente la interdependencia de estos mecanismos lo que les hace únicos para cada individuo y lo que les reviste de su cualidad fortalecedora. La constante entre ellos es, como los entrevistados mismos expresaron, “el amor de la vida”. Este amor, inculcado y fortalecido por la familia, expresado en los valores y compartido entre amigos, sigue infundiendo esperanza a los entrevistados ante la apatía del Estado y de la sociedad. A través de esta esperanza, la regulación emocional y la reevaluación positiva de las experiencias, los entrevistados mantienen un locus de control interno que les permite enfrentar circunstancias que en otros casos han resultado en estados crónicos ansiosos y depresivos. Estas cualidades han permitido que los entrevistados asumieran la responsabilidad de conmemorar las vidas de los detenidos desaparecidos y ejecutados políticos, al mismo tiempo que luchan por sus propios derechos y por los derechos humanos universales.

9. Limitaciones

En este estudio no fue posible acceder al PRAIS más allá de una entrevista no grabada con la asistente social, porque el trámite de autorización por el Servicio de Salud Arica se demoró más del tiempo disponible para la investigación. Por lo tanto, no se pudo evaluar la eficacia de los servicios del PRAIS Arica de manera holística tal como se había planteado. Toda la información sobre el PRAIS Arica se derivó de la Norma Técnica N°88, la conversación con la asistente social y los testimonios de tres usuarios.

La cantidad de entrevistas era suficiente como para notar algunas tendencias; sin embargo, una mayor cantidad habrá dado mayor validez a los resultados y habrá revelado otros detalles sobre los procesos de recuperación. Además, este trabajo no aborda el asunto de recuperación en casos más extremos de violencia política. De hecho, la población de afectados

directos y sus familiares es tan variada que un abordaje exacto y comprensivo de la recuperación requerirá el análisis de varias experiencias similares y de las reacciones a ellas en términos de diferencias demo y biográficas.

En general, el tiempo y el espacio limitados de una entrevista impiden una visión exacta y holística de las maneras en las que los entrevistados viven y piensan. Además, todas las pruebas se reunieron a través del lenguaje, el cual se mostró deficiente en varias instancias, por ejemplo, en el entendimiento del “amor de la vida”. Sin embargo, los esfuerzos de los entrevistados para expresar su sentir eran auténticos y voluntarios. De manera sorprendente, la relación distanciada entre la investigadora y los entrevistados no pareció impedir la entrega de información de manera significativa. Una entrevistada es la profesora de metodología y la coordinadora académica del Programa SIT Arica por el que este trabajo se realizó, pero esta relación no pareció restringir el abordaje de temas personales. Asimismo, la investigadora se impidió activamente que esta relación influenciara el análisis de la entrevista. Se le acercó a la coordinadora puramente por su relación con el tema.

10. Recomendaciones

A lo largo de la elaboración del proyecto, se dio cuenta del enfoque principalmente individualista de éste, a pesar del elemento social de la recuperación. Se plantea que estudios sucesivos describan los procesos de comunicación entre los afectados directos, sus familiares y la sociedad y que se analice el rol de estos procesos en la recuperación. Además, se sugiere más estudio y análisis del carácter psicólogo y los orígenes del “amor de la vida”, así como del rol de la familia en el desarrollo de este fenómeno. En conjunto con evaluaciones de cómo el PRAIS maneja los elementos valóricos, familiares y sociales, estos estudios podrían contribuir al mejoramiento de las terapias psicológicas actuales.

11. Referencias

Berman, M.G., Peltier, S., Nee, D.E., Kross, E., Deldin, P.J., Jonides, J. (2010). Depression, rumination and the default network. *Social Cognitive and Affective Neuroscience*, 6, 548-555. Recuperado de <https://academic.oup.com>

CERC-MORI. (2015) Barómetro de la Política: La Imagen de Pinochet y la Dictadura. Recuperado de <http://morichile.cl>

Collins, C. (2009). Opinión pública y derechos humanos en Chile. En ISCO (Ed.), *Chile 2009: percepciones y actitudes sociales: informe de la quinta encuesta nacional UDP* (pp. 61-71). Santiago, Chile: Universidad Diego Portales. Recuperado de <http://www.icsoc.cl>

Comisión Valech. (2004) Informe de la Comisión Nacional sobre Prisión Política y Tortura. Recuperado de www.indh.cl

Decreto N° 277. Biblioteca del Congreso Nacional de Chile, Santiago, Chile, 29 de abril de 1989.

Graber, R., Pinchon, F., Carabine, E. (2015) Psychological resilience: State of knowledge and future research agendas. London, England: Overseas Development Institute. Recuperado de www.odi.org

Gallagher, M.W., Lopez, S.J. (2017). The Oxford Handbook of Hope. Oxford, England: Oxford University Press. Recuperado de <https://books.google.cl>

Guzmán, P. (1975). La Batalla de Chile Parte 1: *La Insurrección de la Burguesía*. Francia: Atacama Productions.

Hartling, L.M. (2008). Strengthening Resilience in a Risky World: It's All About Relationships. *Women & Therapy*, 31, 51-70.

Hidalgo Leiva, N. (2016). Transmisión del trauma en hijos de la dictadura. *Revista de Historia y Geografía*, 36, 167-186.

Hidalgo Leiva, N. (2017). Violencia Política: Algunos problemas clínicos actuales. *CASTALIA*, 29, 27-41.

Instituto Nacional de Estadísticas Chile. (2017). Censo 2017. Recuperado de <https://resultados.censo2017.cl>

Konnikova, M. (2016, 11 febrero). How People Learn to Become Resilient. *The New Yorker*. Recuperado de www.newyorker.com

Ley N° 19123. Biblioteca del Congreso Nacional de Chile, Santiago, Chile, 08 de febrero de 1992.

Ley N° 19980. Biblioteca del Congreso Nacional de Chile, Santiago, Chile, 09 de noviembre de 2004.

Ley N° 19992. Biblioteca del Congreso Nacional de Chile, Santiago, Chile, 24 de diciembre de 2004.

Madariaga, C., Sandoval, M., Tejada, J.L, Guzmán, J.M., Alvarado, R., Cortés, L.,...Márquez, V. (2012). *Prevención del Daño Transgeneracional en Segunda Generación: Trabajo Psicosocial de Grupo*. Santiago, Chile: CINTRAS.

Maillard Mancilla, C., & Ochoa Sotomayor, G. (2014). *Yo Soy... Mujeres familiares de detenidos desaparecidos y ejecutados de Paine*. Santiago, Chile: FONDART.

Niños opinan sobre la dictadura: 54% identificó el Golpe Militar como un hecho ajeno a su vida actual. (2013, 5 septiembre). *El Mostrador*. Recuperado de <http://www.elmostrador.cl>

Oficina del Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Derechos Humanos. (1999) Protocolo de Estambul. Recuperado de www.ohchr.org

Oros, L.B. (2005). Locus de control: Evolución de su concepto y operacionalización. *Revista de Psicología de la Universidad de Chile*, 14. Descargado de <http://revistapsicologia.uchile.cl>

Red chilena contra la violencia hacia las mujeres. (2016, 12 de septiembre). El abandono que sufre el monumento que conmemora a las mujeres víctimas de represión durante la dictadura. El Desconcierto. Recuperado de www.eldesconcierto.cl

Rojas, P. (2017). Recordar: Violación de derechos humanos: una mirada médica, psicológica y política. Santiago, Chile: LOM Ediciones.

Schulz, W., Ainley, J., Cox., C., Friedman, T. (2018). Percepciones de los jóvenes acerca del gobierno, la convivencia pacífica y la diversidad en cinco países de América Latina. Amsterdam, Países Bajos: IEA.

Subsecretaría de Salud Chile. (2006). *Norma Técnica N° 88 para la Atención en Salud de Personas Afectadas por la Represión Política Ejercida por el Estado en el Período 1973-1990*. Recuperada de <http://transparencia.redsalud.gov.cl>

van Boven, T. (2007) El estudio de van Boven 1993. En *Principios internacionales sobre impunidad y reparaciones* (pp. 231-307). Bogotá, Colombia: Comisión Colombiana de Juristas.

Wood, A.M., Froh, J.J., Geraghty, A.W.A. (2010) Gratitude and well-being: A review and theoretical integration. *Clinical Psychology Review*, doi:10.1016/j.cpr.2010.03.005. Recuperado de <https://pdfs.semanticscholar.org>

Zimmermann, Carla Brodsky. (2012). Memoria y Monumento: El memorial en la recuperación de la historia de la represión 1973-1990 en Chile. Universidad de Chile, Santiago.