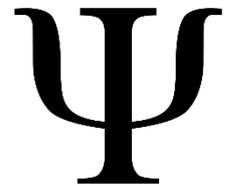


Historias de vida de mujeres que participaron en las manifestaciones de octubre 2019 en Quito - Ecuador



NATALIA V. REA ROMERO

Universidad Internacional SEK, Quito, Ecuador

Programa: Desarrollo y Transformación Social

Línea: Ciencias Psicológicas

Fecha de defensa: 13-03-2020

Director del proyecto: Gabriela Pazmiño, PhD.

Tutor Principal: María Isolda Vinueza Msc.

PALABRAS CLAVE

Resumen

Introducción: Durante octubre de 2019, el Ecuador vivió once días de movilizaciones sociales en rechazo a un conjunto de medidas económicas impuestas por el Gobierno de Lenín Moreno. La protesta, abanderada por el movimiento indígena, fue duramente reprimida por los cuerpos de seguridad del Estado mediante el uso excesivo de fuerza. Las movilizaciones contaron con la participación masiva de mujeres, sobre las que también recayó la violencia y represión estatal.

Materiales y métodos: El presente estudio tiene como objetivo conocer la pertinencia de la aplicación de la psicoterapia humanista en cuanto al abordaje de los efectos de la violencia social durante las mencionadas movilizaciones, para lo cual se utilizó la técnica de investigación cualitativa conocida como Historias de vida. En ella, la persona puede, a partir de su propio relato al terapeuta, estructurar y dar sentido al evento vivido. Para esta investigación, seis mujeres participantes de las movilizaciones en diferentes roles y espacios, relataron a la autora sus "Historias de vida", sobre las cuales, y utilizando las herramientas psicoterapéuticas de Carl Rogers y la perspectiva existencial de Viktor Frankl, se llegó a varias conclusiones.

Resultados: En las entrevistas a las mujeres se puede detectar emociones primarias adaptativas, malestares físicos, prevalencia de sentimientos de impotencia, desamparo, desorientación, pesimismo y rebelión.

Conclusión: El abordaje desde la corriente humanista es adecuado ya que la vulnerabilidad de la mujer en contextos de violencia no procede del hecho de ser mujer, sino de la posición social en la que la ha colocado el sistema social basado en el patriarcado.

Abstract

A Introduction: During October 2019, Ecuador lived eleven days of social mobilizations in rejection of a set of economic measures imposed by the Government of Lenín Moreno. The protest, championed by the indigenous movement, was harshly repressed by state security forces through the

excessive use of force. The mobilizations had the massive participation of women, on which the violence and state repression also fell.

Materials and methods: This study aims to know the relevance of the application of humanistic psychotherapy in addressing the effects of social violence during the aforementioned mobilizations, for which the qualitative research technique known as Stories of lifetime. In it, the person can, from their own story to the therapist, structure and make sense of the event lived.

For this investigation, six women participants of the mobilizations in different roles and spaces, told the author their "Life Stories", about which, and using the psychotherapeutic tools of Carl Rogers and the existential perspective of Viktor Frankl, Several conclusions.

Results: In interviews with women, adaptive primary emotions, physical discomforts, prevalence of feelings of helplessness, helplessness, disorientation, pessimism and rebellion can be detected.

Conclusion: The approach from the humanist current is adequate and that the vulnerability of women in contexts of violence does not come from the fact of being a woman, but from the social position in which the patriarchy has placed it.

Introduction

Materials and methods

Results

Conclusion

Historias de vida de mujeres que participaron en las manifestaciones de octubre 2019 en Quito - Ecuador

Antecedentes

El 1 de octubre de 2019, el presidente del Ecuador, Lenin Moreno, emitió el Decreto ejecutivo N° 883, mediante el cual se adoptaron una serie de medidas de tipo económico, tributario y laboral; entre ellas, una reforma al Reglamento que regula los precios de los derivados de hidrocarburos, que en lo sustancial suprimía el subsidio a estos combustibles. Como respuesta a estas medidas, entre el 1 y el 13 de octubre de 2019, se produjeron movilizaciones a nivel nacional. Inicialmente fue el sector transportista que paralizó las actividades y obstaculizó las vías de movilización. Solicitaban que no se retirara el subsidio o, de lo contrario, que se incrementara el precio de los pasajes. Esta solicitud generó otra razón para que el movimiento indígena se levantara y decidiera trasladarse en marcha pacífica hasta Quito. A la par cerraban vías y se manifestaban en carreteras exigiendo la derogatoria del decreto 883. Las movilizaciones indígenas son una histórica muestra de resistencia. El conglomerado indígena por décadas ha asumido el liderazgo para protestar ante las insatisfacciones sociales, políticas y económicas de los poderes ejecutivos de turno.

Durante los 11 días de manifestaciones, las intermediaciones de la Casa de la Cultura Ecuatoriana (CCE), Pontificia Universidad Católica del Ecuador (PUCE) y Universidad Politécnica Salesiana (UPS), fueron uno de los

puntos candentes de las protestas y enfrentamientos con la policía. La represión fue violenta, producto de lo cual hubo muchos heridos; estudiantes, profesores, administrativos de las universidades y ciudadanos en general, se convirtieron en voluntarios de los centros de acogida y atención médica. La ciudadanía colaboró con donaciones de ropa, alimentos, medicinas e insumos médicos para primeros auxilios. Bajo estas circunstancias, el personal de la salud, entre estudiantes y profesionales médicos, paramédicos y psicólogos, se autoconvocaron para brindar los primeros auxilios necesarios en una situación crítica como la que en el país y, sobre todo, en Quito, se estaba viviendo. Es así como se conformó la autodenominada “Brigada de Salud Mental”, constituida por psicólogos (clínicos, infantiles, sociales) y estudiantes de psicología. Se realizaron turnos rotativos para encargarse de niñas y niños, realizar actividades lúdicas, contención emocional, primeros auxilios psicológicos, etc. Una vez terminada la situación crítica se pone a disposición de la ciudadanía en general centros psicológicos y consultorios privados, para atender de forma gratuita, en terapia y psicoterapia individual y grupal, a las personas que requirieran descarga emocional o atención psicológica como consecuencia de la problemática político social vivida en estos 11 días. Se brindó atención psicológica a manifestantes, voluntarios, policías, militares, familiares y personas que no salieron de sus casas o no participaron directamente en los hechos y también se sintieron psicológica y/o emocionalmente afectadas.

Durante las movilizaciones de octubre 2019, el punto de concentración del movimiento

indígena fue la zona del parque “El arbolito”. En Quito y otras ciudades del país, estudiantes universitarios y organizaciones sociales, paulatinamente se sumaban a las manifestaciones con la consigna “no al paquetazo”, nombre con el que se conoce al paquete de medidas que emiten los gobiernos y el pueblo siente que los afecta (BBC, 2019). El ágora de la Casa de la Cultura Ecuatoriana (CCE) y las universidades aledañas —Pontificia Universidad Católica del Ecuador (PUCE), Universidad Politécnica Salesiana—, fueron albergues para el descanso de la comunidad indígena. Se podía observar la presencia de niñas, niños, mujeres, personas de la tercera edad y hombres de todas las edades. Con el pasar de los días y ante la cantidad de personas, la Universidad Central del Ecuador (UCE) improvisó otro albergue y centro de acopio de donaciones. Con la escalada de violencia estos centros educativos se convirtieron en “zonas de paz”.

El 3 de octubre las clases se habían suspendido; estudiantes (hombres y mujeres), marchaban desde la UCE hacia el Palacio de Carondelet, en el Centro Histórico. El cerco policial hacía uso de la fuerza en contra de los manifestantes, se lanzaban bombas lacrimógenas a quemarropa. A causa del impacto de una de estas bombas, Luis Tipantuña perdió un ojo (El Comercio, 2019). Estaba alterado el funcionamiento de los aeropuertos principales. Había enfrentamientos entre la ciudadanía y policía, en diferentes lugares del país, con énfasis en Quito.

En respuesta a la protesta social, el 3 de octubre Lenin Moreno decretó el estado de excepción para todo el país, indicando que la medida tenía como fin evitar el caos y precautelar la seguridad ciudadana. El estado de excepción permite al gobierno restringir la libre movilidad de personas, censurar a la prensa, emplear las fuerzas armadas para mantener el orden (BBC, 2019). Vía Twitter el presidente indica “las decisiones adoptadas están en firme!... No accederemos a chantajes y actuaremos acorde a la ley”. #NoAlParo #DecididosACrecer 3 de octubre 2019 (El Comercio, 2019).

El 4 de octubre, el sector transportista abandona el paro luego de una negociación en la que se incrementaba el costo de los pasajes. Este anuncio agudizó las movilizaciones, otras organizaciones sociales plegaron a la protesta. Las y los manifestantes en el Centro Histórico eran enfrentados por policías antimotines.

El 5 de octubre las actividades eran irregulares, negocios y mercados estaban cerrados. En las zonas centro y sur del país las vías estaban tomadas por los movimientos indígena y campesino. En Tungurahua, las antenas de frecuencias radiales estaban tomadas. Desde la Confederación de Nacionalidades Indígenas (CONAIE) se anunció que someterían a “justicia indígena” (baño con ortiga y agua fría) a policías y militares que ingresaran en territorio indígena.

El 6 de octubre se registró la primera persona que murió a consecuencia de las circunstancias que vivía el país. Raúl Chilpe, manifestante en la vía Cuenca – Molleturo, fue atropellado por un conductor que intentaba cruzar a la fuerza (Resumen Latinoamericano, 2019).

El 7 de octubre el Ministerio de Educación suspendió las clases en toda la región Sierra. Continuaba creciendo la movilización indígena hacia Quito. Una caravana que avanzaba en camiones y vehículos fue obstaculizada por vehículos militares. Los manifestantes continuaron caminando. Sin enfrentamientos avanzaron, pero en la curva de Santa Rosa fueron interceptados por militares con bombas lacrimógenas. Los manifestantes tomaron un vehículo blindando y lo incendiaron (El Comercio, 2019).

Por la noche circularon videos de las personas que fueron acorraladas por la policía en el sector de San Roque-Quito, producto de lo cual cayeron de un puente peatonal dos hombres que posteriormente murieron. Redacción Wambra publicó: “Videos muestran a manifestantes corriendo de la Policía Nacional por un puente en el barrio popular de San Roque en Quito. Corren, trepan unas rejas, la Policía los persigue, los acorrala, la cámara se mueve, y luego, se miran cuerpos tirados en la calle. Las

personas gritan que los ayuden. La Policía, abajo del puente, no hace nada, luego se va. Uno de los jóvenes que aparece en el video tirado en la calle es Marco Oto, joven de 26 años, el último de cinco hermanos, trabajador en la empresa Quala, amante del punk. Ingresó en estado crítico al Hospital Carlos Andrade Marín el siete de octubre. Los médicos le diagnosticaron muerte cerebral” (Wambra, s.f.)

En Sucumbíos fueron detenidas aproximadamente 80 personas, entre ellas el Asambleísta Yofre Poma, el prefecto Amado Chávez y el periodista Giovany Castillo. La detención habría ocurrido el momento en que los manifestantes intentaron tomarse la estación de bombeo Lago Norte Uno. Miembros de la Policía Nacional y Fuerzas Armadas lanzaron bombas lacrimógenas para evitar el hecho (Pichincha Universal, 2019).

La noche del 9 de octubre, la policía dispuso con bombas lacrimógenas a los indígenas que se encontraban en el Parque El Arbolito. Embistieron también contra los albergues temporales en las universidades: UPS y PUCE. Mediante redes sociales, la CONAIE denunciaba que existían muertos, responsabilizando al presidente Moreno y sus ministros de la represión.

El 12 de octubre, cuando la represión por parte del Estado ya se había tornado un asunto de violencia social, en donde había personas gravemente heridas, pérdidas de ojos, hospitalizados y muertos, colectivos de mujeres se autoconvocaron a una marcha pacífica, con el fin de protestar por el “paquetazo” y la violencia que estaban viviendo los manifestantes incluyendo niñas/os, mujeres y adultos mayores. A las 10H00, la marcha partió del parque El Arbolito. “Esta unidad de warmis (mujer en quichua) es una unidad plural, donde está el campo y la ciudad, expresando un 'no' al paquetazo, en rechazo a la violencia”, expresó una manifestante (TeleSur, 2019).

La marcha de las mujeres también fue reprimida, hubo uso de la fuerza, violencia verbal y física.

Esa misma tarde, aproximadamente a las 14:26, el presidente Lenín Moreno publicó en su cuenta de Twitter: “He dispuesto el toque de queda y la militarización del DMQuito y valles. Empezará a regir a las 15:00. Esto facilitará la actuación de la fuerza pública frente a los intolerables desmanes de violencia” (12 de octubre 2019). A las 14:45 en cadena nacional expresaba: “Vamos a restablecer el orden en todo el Ecuador. Iniciamos con el toque de queda en Quito. He dispuesto al Comando Conjunto de las Fuerzas Armadas inmediatamente tomar las medidas y operaciones que sean necesarios, Restableceremos el orden en todo el Ecuador. He dispuesto a Fuerzas Armadas que aplique el toque de queda en la ciudad de Quito. Ciudadanos, de esto vamos a salir juntos y que Dios nos bendiga”.

La noche del 12 de octubre los quiteños en su mayoría, y en varias otras provincias, se unen al “cacerolazo” (en Francia 1830, los opositores al régimen de la época, instalan esta forma de protestar, mediante ruido, golpeando ollas, cacerolas o sartenes, así los manifestantes hacen saber su descontento. En Latinoamérica los primeros cacerolazos se dieron en Chile, en 1970) para protestar por las medidas del gobierno y también para pedir paz. Melanie Enríquez escribe en la revista NuevaMujer: “La Comunicadora Social, Jhajaira Urresta fue impactada por una bomba lacrimógena, justo en su ojo izquierdo. Todo habría ocurrido mientras se realizaba el cacerolazo en el sector de la Tola, un uniformado habría lanzado la bomba a la joven, que se encontraba a un metro y medio de distancia del gendarme. Lo que provocó que Urresta pierda su ojo. A través de la Defensoría del Pueblo, la joven rindió declaraciones sobre este lamentable hecho” (Enríquez, 2019).

Violentos sucesos como este fueron denunciados tanto en la Defensoría del Pueblo como en redes sociales y por medios de comunicación independientes.

El 4 de diciembre de 2019 la Defensoría del Pueblo Ecuador mediante el Defensor del Pueblo, Dr. Freddy Carrión Intriago, presentó un informe que reúne los datos recopilados por

la institución sobre las personas aprehendidas, heridas y fallecidas en el contexto de las manifestaciones suscitadas en el país en octubre de 2019, así como la elaboración de un proyecto de ley para prevenir excesos en el control de la fuerza pública durante protestas manifestaciones sociales. La Defensoría del Pueblo elaboró siete informes en el marco de los acontecimientos ocurridos del 3 al 13 de octubre de 2019, a través de los cuales se dio a conocer que 1.192 personas fueron aprehendidas, de las cuales el 76% corresponde a detenciones arbitrarias e ilegales, ya que no se les formuló cargos. Hubo 1340 heridos. Esta cifra incluye a los atendidos por el Ministerio de Salud Pública, el Instituto Ecuatoriano de Seguridad Social (IESS) y la Cruz Roja. Sin embargo, todavía no se ha incluido los heridos reportados por las universidades que se convirtieron en centros de atención médica, como la PUCE, UPS y UCE. Tampoco se incluyó en el reporte de la Defensoría al personal policial ni militar herido. De los heridos, ocho tienen lesiones permanentes. La Defensoría del Pueblo confirmó que las protestas dejaron 8 muertos. Raúl Chilpe, Marco Oto, José Daniel Chaluisa Cuzco, Inocencio Tucumbi, José Rodrigo Chaluisa, Abelardo Vega Caisaguano, Silvia Mera Navarrete y Édison Mosquera Amagua. Carrión afirmó que la Defensoría del Pueblo levanta la información, pero no pueden establecer la causa de las muertes (Defensoría del Pueblo, 2019).

La Comisión Interamericana de Derechos Humanos (CIDH) visitó el país entre el 28 y 30 de octubre 2019, para recoger evidencias sobre lo sucedido durante el paro nacional en Ecuador, para lo cual se receptaron testimonios de personas afectadas en las manifestaciones, así como realizaron visitas a centros de privación de libertad y reuniones con colectivos. La CIDH, el 14 de enero de 2020, emitió su informe sobre los hechos de octubre 2019. En el documento establecen sus conclusiones y 11 recomendaciones para el Estado ecuatoriano. Asimismo, la información indica que, en dicho contexto, la respuesta del Estado propició actos de protesta que, en

determinados casos, fueron reprimidos mediante el uso excesivo de la fuerza, principalmente en contra de integrantes de comunidades indígenas que se sumaron a las manifestaciones en Quito y en las provincias con mayor población indígena. Sin embargo, la CIDH también tomó nota de que, en determinadas circunstancias, grupos de personas que se manifestaban provocaron graves desmanes durante algunas protestas, arrojaron piedras y objetos contundentes contra la policía, protagonizaron saqueos, incendios, y otros tipos de agresiones, inclusive, contra la prensa (OEA, 2020).

Problema

Para relatar sobre las mujeres que participaron en las manifestaciones de octubre 2019 en Quito, se debe considerar que la intervención política y social de las mujeres en el Ecuador ha sido, y continúa siendo, una lucha, pese a una larga trayectoria de esfuerzo y conquista que por años se ha venido dando, desde las mismas mujeres, en búsqueda de romper paradigmas, esquemas y barreras impuestas por el patriarcado, así como en la lucha por la igualdad social.

En la primera mitad del siglo XX, Mercedes Alba y Andrea Quilo, mujeres indígenas ecuatorianas, junto a los partidos comunista y socialista, movilizaban a las juventudes de la época, por la libertad y trato humanizado; sus hijas Tránsito Amaguaña y Dolores Cacuango, son referentes feministas. Organizaban a la comunidad para la lucha campesina, crearon la Federación Ecuatoriana de los Indios. Tránsito Amaguaña lideró 25 caminatas a Quito exigiendo atención para su pueblo (Bulnes, 1994, págs. 32-40).

Aun ahora, el Estado permite que se violente a la mujer, tanto a la que sale a las calles en uso de su derecho a la protesta, como a la mujer que está inserta en la vida política, lamentablemente la sociedad avala esta forma de violencia con el silencio y la normalización. Un estudio que realizó Participación Ciudadana (PC), en una muestra de 31 mujeres (funcionarias públicas, periodistas, políticas, activistas) indica que

contabilizaron 506 tuits: con 204 expresiones discriminatorias y 271 frases de igual tipo. Las agresiones predominantes tienen que ver con desvalorización del rol de la mujer, sobre su apariencia, etnia, cosificación, violencia gráfica, rol de género y clase social. Judith Flores, representante de Fundación Esquel, indicó algunas cifras que visibilizan la realidad en el país. Mencionó que en un 58%, los actores políticos (dirigentes, militantes y opositores) son causantes de estos hechos, en un 32% son actores sociales (dirigentes sociales, electores y familiares) y en un 10% actores estatales (funcionarios o miembros de la Fuerza Pública (El Comercio, 2019).

En una entrevista realizada por Elestado.Net, a la estudiante ecuatoriana Nicole Villafuerte de 20 años, quien denuncia públicamente haber sufrido la represión del gobierno de Lenín Moreno, da a conocer como fue detenida y agredida física y psicológicamente por la Unidad de Mantenimiento del Orden (UMO) de la Policía Nacional. Nicole afirma haber sido víctima de la violencia progresiva y desmesurada junto a su compañero, durante toda su detención no hubo protocolo, refiere: “Éramos solo 2 mujeres en un reducido espacio con un grupo de 27 hombres. ¡Dormidas en el piso de un parqueadero junto a 27 hombres! Sin custodia de una sola policía durante toda la madrugada...” (elestado.net, 2019).

Aspectos culturales y estructurales como estos, dan cuenta de la manera en que se violenta, en particular a las mujeres que se presentan como representantes de la vida política y social. Como se ha expuesto, en las manifestaciones este contexto no fue diferente, en medios de comunicación y redes sociales, la opinión ciudadana cuestionaba el por qué las mujeres indígenas se habían movilizadas a Quito.

Como resultado de estos actos se presentan experiencias y escenas traumáticas que generaron alteración emocional en la salud mental, tanto en participantes activos de la expresión social, como en las personas que realizaban ayuda humanitaria y ciudadanía en general.

En este contexto; surgen dos hipótesis para esta investigación: Es posible enlazar el aspecto político social + género, con los efectos psicológicos y la intervención psicoterapéutica. Es viable el abordaje terapéutico humanista en casos de violencia social y manifestaciones como las ocurridas en octubre 2019.

Psicoterapia Humanista

La experiencia in situ reveló dos aspectos importantes que considerar: primero la intervención psicoterapéutica como tal, no debe realizarse en el preciso momento de los hechos, sino cuando ha transcurrido algo de tiempo. Segundo, la necesidad de contar con diversas herramientas y técnicas terapéuticas, para atender estos casos; con el objetivo de proporcionar a la persona herramientas que le permitan afrontar la crisis, el manejo de sentimientos y emociones que le aporten bienestar, considerando que en situaciones de emergencias y desastres se pone en marcha los primeros auxilios psicológicos.

Con todas las condiciones antes mencionadas, para intervenir psicoterapéuticamente se requiere otra forma de estar como terapeuta y de intervenir, lo que en el enfoque humanista se llama “el ser del terapeuta”. Esta forma de intervención pretende una posición no directiva, más cálida, cercana y contenedora, que permita y explore la compartición de la emoción, cualidades comunes en el abordaje de la psicoterapia humanista. Una corriente que precisamente tiene su base histórica en la filosofía y dentro de la psicología surgió a través del malestar social y político, tras la pérdida de la humanidad vivida durante la segunda guerra mundial.

La propuesta del abordaje psicoterapéutico utilizado, se fundamenta en:

Terapia Centrada en la Persona o Terapia Centrada en el Cliente, desarrollada por Carl Rogers. Propone un método no directivo, donde el cliente juega un papel activo (por eso no lo llama paciente). La relación terapéutica es una relación simétrica. En esta interrelación, el terapeuta acompaña, escucha y refleja, para que la persona exprese sus problemas, lo que le

lastima, lo que le pasa y siente. El cliente tiene la capacidad de tomar conciencia sobre qué es lo que sucede, así como lo que le puede ayudar para la solución de sus conflictos y su bienestar. A diferencia de otros modelos terapéuticos, es el cliente quien va a guiar al terapeuta y, es este último el que va a ir acompañándolo con su escucha. Este enfoque se concentra en el “aquí y el ahora” más que en el pasado de la persona. Se enfatiza la relación terapeuta-cliente como el principal conducto de recursos del proceso psicoterapéutico.

Rogers define: “La terapia consiste básicamente en experimentar la inadecuación de viejas maneras de percibir de manera más exacta y adecuada, y en reconocer las relaciones significativas existentes entre las percepciones. En un sentido preciso y significativo, la terapia es el diagnóstico, y éste es un proceso que se desarrolla en la experiencia del cliente, más que en el intelecto del clínico”, (Rogers, 1972, pág. 197).

Desde el concepto de estimación positiva incondicional (ofrecer comprensión, apoyo y estimación al cliente), Rogers, sustenta la importancia de las habilidades y requisitos del terapeuta, para lo que propone tres cualidades básicas:

Respeto: es la aceptación incondicional positiva del cliente, tal cual es, implica preocuparse de manera positiva e incondicional en la persona, sin juicios de valor, sin juzgarla, ni aconsejar.

Congruencia: implica ser genuino y honesto con la/el cliente, significa que en el ser humano debe existir la congruencia entre su yo real y su yo ideal; ya que mientras más alejados estén entre sí el yo real del yo ideal, la persona estará mucho más propensa a vivenciar desequilibrios psicológicos y por ende a enfermar psíquicamente, que desde una visión existencialista significa sentirse ajeno a la realidad, no participar del mundo o sentir que no se pertenece a él. La labor psicoterapéutica es propiciar la congruencia a partir de experiencias que acontecen en un clima de confianza y de mutua comprensión, para que,

de esta manera, el paciente estructure una nueva visión de sí mismo que lo conduce a la congruencia y entonces a la salud. Citando a Rogers “A medida que transcurre el proceso, se va construyendo una configuración del sí mismo nueva y revisada. Contiene percepciones anteriormente rechazadas. (...) Implica una reorganización de los valores, reconociendo claramente la propia experiencia del organismo como fuente de datos para las evaluaciones. Lentamente comienza a emerger un nuevo sí mismo que al cliente le parece mucho más “verdadero”, porque se basa, en mucho mayor grado, en la totalidad de su experiencia, percibida sin distorsiones” (Rogers, 1972, pág. 173).

Empatía: se plantea la necesidad de ponerse en el lugar del cliente para poder entenderle. Aunque la experiencia del cliente es en esencia subjetiva, el terapeuta debe intentar en todo momento abrirse al cliente para guiarle en el proceso de autoexploración terapéutica. Citando a Rogers “Ha sido evidente, tanto por nuestra experiencia clínica como por nuestra investigación, que cuando el consejero percibe y acepta al cliente tal cual es, cuando deja de lado toda evaluación y entra en el marco de referencia perceptual del mismo, lo libera para que explore nuevamente su vida y su experiencia, lo libera para percibir en esa experiencia nuevos significados y nuevas metas” (Rogers, 1972, pág. 55). Entonces empatía es la capacidad o habilidad de sentir “como si” fuera la/el cliente.

Rogers define estas tres cualidades como “necesarias y suficientes” ya que, si el terapeuta es capaz de llevarlas a la práctica, no serían necesarias otro tipo de técnicas para ver la mejora del cliente, este precepto se cimenta en que la personalidad del terapeuta es fundamental en la sanación del cliente, ya que la mitad de la terapia se basa en el vínculo establecido entre terapeuta y cliente.

Las técnicas desarrolladas por Rogers, que serán las utilizadas en el abordaje terapéutico de las historias de vida, son:

El reflejo, que consiste en escuchar atentamente y captar el sentimiento del cliente, qué es lo que se encubre tras sus palabras y devolvérselo sin ningún tipo de interpretación u opinión personal. Para ello, es importante reutilizar las palabras del paciente, no todas, sólo las que tengan más carga emocional. Para realizar un reflejo, la escucha debe ser real, el terapeuta debe aprender a escuchar, parar su propio pensamiento y estar receptivo al mensaje que le están transmitiendo (escucha activa). Esto facilitará la expresión y reconocimiento de la emoción.

Tendencia actualizante, “fuerza de vida”, es la motivación básica, innata, presente en toda forma de vida, incluyendo el organismo humano, dirigida a desarrollar sus potenciales hasta el mayor límite posible; no estamos hablando aquí solamente de sobrevivencia: Rogers concebía que todas las criaturas persiguen hacer lo mejor de su existencia, y si fallan en su propósito, no será por falta de deseo, ya que la tendencia al crecimiento y evolución está presente en toda forma de vida, dirigida a desarrollar sus potenciales. Rogers aplica la idea a los ecosistemas, diciendo que un ecosistema como un bosque, con toda su complejidad, tiene mucho mayor potencial de actualización que otro simple como un campo de maíz. Si un simple bichito se extinguiese en un bosque, surgirán otras criaturas que se adaptarán para intentar llenar el espacio; por otro lado, una epidemia que ataque a la plantación de maíz, nos dejará un campo desierto. Lo mismo es aplicable a nosotros como individuos: si vivimos como correspondería, nos iremos volviendo cada vez más complejos, como el bosque y por tanto más flexiblemente adaptables a cualquier desastre, sea pequeño o grande. No obstante, las personas, en el curso de la actualización de sus potenciales, crearon la sociedad y la cultura. En sí mismo esto no parece un problema: somos criaturas sociales; está en nuestra naturaleza. Pero, al crear la cultura, se desarrolló una vida propia. En vez de mantenerse cercana a otros aspectos de nuestras naturalezas, la cultura puede tornarse en una fuerza con derecho propio. Incluso, si a largo plazo, una cultura que

interfiere con nuestra actualización muere, de la misma manera moriremos con ella. Este enfoque tiene una visión social, política y educativa.

Existencialismo y sentido de vida.

Viktor Frankl manifiesta: El sentido de la vida es lo que le da significado y ayuda a encontrar un soporte interno a la existencia. Este sentido no es el mismo para todos los seres humanos, cada uno ha de hallarlo en función de sus propias circunstancias y en función de sus propios objetivos-valores en la vida y sus posibilidades. Cada persona va descubriendo aquello que para ella otorga un significado a su vida. “La lucha por encontrar un significado en la propia vida constituye la primera fuerza de motivación del hombre” (Frankl, 1998). Para algunas personas, el “sentido” tiene un carácter espiritual o trascendente, pues buscar sentido puede implicar la búsqueda de un orden superior. Frankl (1999) define la religión como: “la búsqueda del hombre del significado último” o “la realización del deseo de llegar al significado último”, y afirma que existe un sentido religioso fuertemente enraizado en las profundidades inconscientes de todos y cada uno de los hombres.

Para Yalom (1984) el sentido de la vida debe contemplarse desde una perspectiva que permita apreciar su desarrollo en el tiempo, pues los tipos de significado cambian a lo largo de la vida, se produce un cambio de prioridades y de valores a lo largo de la vida pues no aspira a conseguir lo mismo un niño, un adolescente, un adulto o un anciano. En cada época de la vida, se desarrollan predominantemente un tipo de valores.

Relevancia

¿Cuál es la pertinencia de la psicoterapia humanista en cuanto al abordaje de los efectos de la violencia social?

Desde la psicoterapia es necesario aportar a la comprensión del malestar emocional, en función del contexto social, señalando que el problema de la violencia social es perpetrada y tolerada por el mismo Estado. En el caso de

Ecuador, durante las manifestaciones vividas en octubre 2019, dicha violencia se dio mediante el uso excesivo de la fuerza, y el poder, al emitir, primero, el estado de excepción y, días después, el toque de queda con solo 30 minutos anticipatorios; de modo que se quebrantaron así los siguientes derechos humanos:

Todo individuo tiene derecho a la vida, la libertad y la seguridad. Nadie será sometido a penas, torturas ni tratos crueles o inhumanos.

Toda persona tiene derecho a la libre circulación.

Todo individuo tiene derecho a la libertad de opinión y de expresión.

Toda persona tiene derecho a la libertad de reunión y asociación.

Toda persona tiene derecho a participar, directa o indirectamente, en el gobierno de su país (Naciones Unidas, 2020).

Se debe considerar que lo sucedido en Ecuador no son hechos aislados ya que lo mismo sucede y sucedió en otros países de América Latina, por ejemplo, en Chile, en donde, inclusive se denuncian casos de tortura, violaciones y asesinatos.

Como psicoterapeutas nos atañe reflexionar acerca de la función social de la psicoterapia y analizar el malestar social e individual, para comprender y proponer técnicas de intervención y procesos psicoterapéuticos para en estos casos.

Aportes clínicos

Esta investigación se relaciona con la práctica clínica en cuanto al abordaje terapéutico desde el enfoque humanista, para atender a clientes que presentan síntomas emocionales y físicos, y generar efectos emocionales y psicológicos

en las personas, causados por eventos de violencia social, vividos durante las manifestaciones de octubre 2019 en Quito. Desde el enfoque humanista se considera que situaciones de impacto social e individual interrumpen el crecimiento personal.

Materiales y Métodos

La presente investigación sobre mujeres que participaron en las manifestaciones de octubre 2019 en Quito – Ecuador, se llevó a cabo a través de la técnica metodológica “historias de vida”.

La población entrevistada para las historias de vida son seis mujeres estudiantes universitarias, que viven en Quito, de entre 20 y 25 años. Son mujeres cercanas al contexto de las manifestaciones sociales en 10/2019. Fueron manifestantes, voluntarias o personal de apoyo en centros de acopio y refugio. Buscaron atención y sostenimiento psicoemocional en la “brigada de salud mental” (autoconvocada durante las manifestaciones, como parte de la ayuda humanitaria), e iniciaron procesos de psicoterapia individual dos semanas luego de los hechos suscitados, durante 16 sesiones.

El enfoque principal de esta investigación es cualitativo, ya que procura evidenciar las experiencias subjetivas del proceso terapéutico.

La recolección de la información fue a través de la entrevista oral, y la terapeuta maneja un formato escrito de ayuda para estructurar, darle forma y documentar complementariamente la información.

Se solicita firma de un Consentimiento Informado de participación donde se explica los lineamientos de la investigación.

Las Historias de vida

Corresponde a una técnica de investigación cualitativa en las ciencias sociales, en el marco del método biográfico-narrativo (Rodríguez Gómez, Gil Flores, & García Jiménez, 1996). El objetivo principal es el análisis y transcripción que el investigador realiza a partir de los relatos de una persona sobre su vida, momentos o acontecimientos concretos de la

misma. Y también sobre los relatos y documentos extraídos de terceras personas, es decir, relatos y aportaciones realizadas por otras personas sobre el sujeto de la Historia de Vida (Perello, 2009). Podemos hallar al origen del método biográfico en la obra de Thomas y Znaniecki (1972) “The Polish Peasant”, donde aparece por primera vez el uso del término Historias de Vida.

Consiste en una forma de comprender la narrativa desde la perspectiva y vivencia subjetiva propia de cada participante, que por lo general tienen un tema en común, habiendo sido observadores y protagonistas.

En la psicoterapia, las historias de vida, facilitan la captación de los procesos y formas en que las personas perciben el significado de su vida social y el sentido que tiene la vida para ellas. Es decir, cómo ve su propia vida en el momento de acudir a terapia. Este trabajo en sí mismo ya es terapéutico, permite a la persona construir, con el apoyo del terapeuta, un relato estructurado y con sentido de su existencia.

Resultados:

- Desde la psicología como ciencia, que aborda y relaciona los procesos mentales, las sensaciones, las percepciones y el comportamiento de los seres humanos, en relación con el medio ambiente físico y social que lo rodea. Es posible enlazar una investigación con visión holística, integrando aspectos sociopolíticos que inciden en la salud mental y permiten un abordaje psicoterapéutico humanista.
- La relación y alianza terapéutica son referencia de eficacia en los procesos terapéuticos.
- Las emociones primarias adaptativas que se evidenciaron en todos los casos fueron: el miedo, enojo, asco. El miedo es una emoción que disminuyó en cuanto a la intensidad; sin embargo, en cuatro de las seis historias el miedo persiste a manera de alerta.
“Tengo algo de miedo, porque esta situación aún no se ha solucionado y me

pregunto: “¿qué vamos hacer si esto vuelve a pasar?”, “¿cómo podemos tener una lucha, una conquista o defendernos sin violencia? ¡No lo sé, pero la opción no es abandonar lo que creo!”.

- Las seis personas presentaron diversos síntomas físicos, como: dolor de cabeza, contractura de cuello y espalda, problemas gastrointestinales, problemas de vías respiratorias, incontinencia urinaria e infección de vías urinarias. “una vez que todo terminó, comenzó a írseme la orina y no ha parado, en cualquier momento solo se me va, me dijeron que debía ser emocional y por eso vine.” “no puedo dormir, tengo dolor de cabeza todo el tiempo, y mi espalda esta contracturada”
- Los sentimientos que se presentaron en las seis historias de vida son de impotencia y desprotección. “La violencia me provocó un dolor aún más grande que la injusticia, después del ataque con bombas lacrimógenas en el parque, escuchando las explosiones, sentí desesperación, miedo, no había a nadie a quién acudir, llegué a llorar desesperadamente, como nunca en mi vida, y solo pedía que todo se acabe... ni siquiera sé a quién le pedía, porque en un momento como ese hasta dudas que hay un Dios.”
- En cinco de las seis historias, hubo sentimientos de sentirse perdidas, de no saber hacia dónde ir, ni saber cuál es la verdad. “No sabía a quién creer, yo estaba ahí mirando todo, y ya no sabía qué estaba bien ni qué estaba mal, había que defenderse, pero en mi razón yo sabía que la violencia no está bien, pero lo que ellos nos hacían tampoco, yo tengo derecho a la resistencia, a la protesta”. Al terminar el proceso terapéutico, una pregunta fue, ¿cuál es la verdad ahora? “la necesidad de expresar y de expresarme es mi camino,

es mi verdad, ahora sé que para mí ese es el sentido.”

- Una de las personas al narrar su historia, en la primera entrevista, indicó que sentía que todo está mal, que no hay esperanza, que ella ha perdido las ganas de vivir. En el proceso terapéutico refirió: “ahora sé que estoy aquí para algo, y para mí mismo, no seré un personaje, y no importa, me doy cuenta de que el sentido de mi vida es ser lo que otros no son, que mis acciones pueden ayudar, cuando di de comer, cuando cociné, si había esperanza y era ¡yo la esperanza! Creo que ese es el sentido de estar viva”.
- La necesidad orgánica (energía que se registra en el cuerpo) evidenciada fue rebelarse. En cinco de las seis historias, las mujeres tuvieron que “rebelarse” primero con su familia, luego con la sociedad y finalmente con el sistema. “Mi madre tenía miedo de que me vaya, me peleé con ella para irme, pero yo tenía que irme de cualquier forma, estando ahí en la casa, me sentía mal, algo en mi estómago y en mi pecho me daba ganas de pararme, no me dejaba estar quieta, ahí sin hacer nada ” “En el Centro Histórico, los policías se burlaban de las mujeres que estábamos ahí, nos decían frases machistas y groserías. Cuando caminábamos con mi amiga para encontrarnos con dos amigos, personas decían “guambas locas para qué salen”. Una señora en la camioneta nos dijo: “De gana van a exponerse, eso es peligroso” y un señor completó: “son mujeres no vale que salgan. Escuchaba eso y me daba más fuerza, sentía que mis piernas querían ir más rápido, quería hacer algo”.
- En las seis historias de vida, las mujeres tomaron consciencia del sentido (propósito) al salir a manifestarse y de diferentes maneras el sentido fue de humanidad, frente al dolor y sufrimiento del otro, la búsqueda de equidad, de bienestar para todas las

personas. El altruismo y necesidad de ayudar a otros seres humanos.

- Las seis participantes relataron haberse sentido contenidas, escuchadas y comprendidas, lo que les dio sensación de bienestar y alivio. Consiguieron reconocer sus emociones, escucharlas, permitir vivir lo que estaban sintiendo, expresarlo y decidir cuál es el rumbo que quieren tomar. Refirieron: “no estoy equivocada al ayudar a otros seres humanos o cuando me moviliza el dolor ajeno, pero ahora sé que también debo cuidarme y escuchar mi necesidad” “me di cuenta que está bien ser altruista si es que no soy egoísta conmigo misma, es como que debe haber un punto, o algunos puntos intermedios.”

Conclusiones:

Esta investigación se llevó a cabo in situ (durante los días de las manifestaciones, en campo) y mediante las historias de vida (los procesos iniciaron entre 8 y 15 días después de los hechos y se mantuvo por 4 meses), enlazando un hilo conductor que permitió interaccionar lo psicológico y lo social, esto fue posible utilizando enfoques, métodos y técnicas coherentes con este planteamiento.

Toda persona puede ser víctima de violencia social, situación en la cual se vulneran los derechos humanos. En este contexto, el género es uno de los factores que aumentan significativamente la vulnerabilidad. Aquí cabe expresar que las mujeres no son vulnerables por el hecho de ser mujeres, es la sociedad patriarcal quien las coloca en vulnerabilidad.

En octubre 2019, en la ciudad de Quito, Ecuador, ocurrieron hechos violentos de represión estatal, consecuencia de encontrarse expuestos a estos acontecimientos traumáticos, que representaban un peligro real para su vida o para su integridad física, las personas experimentan sentimientos de inseguridad, pérdida del control de la situación, temor, miedo, respuestas fisiológicas y psicológicas.

Las condiciones antes mencionadas requieren un proceso psicoterapéutico. Por lo que se plantea investigar el abordaje terapéutico desde la corriente Humanista. Mediante los modelos psicoterapéuticos de Carl Rogers, el sentido de vida de Viktor Frankl y el método de las “Historias de vida”, herramientas que permiten al terapeuta explorar en la vida de las personas, ya que en su narrativa captan los procesos y formas en que estas perciben el significado de su vida social, el sentido que tiene la vida para ellas, y cómo este sentido puede cambiar, direccionarse o fortalecerse. A la vez que contribuyen con información subjetiva de la vida de estas personas, también dan cuenta de los contextos, de la relación con su ambiente social y costumbres. Entonces en esta investigación también se hace referencia a las realidades y formas de vida de una comunidad en un período, ahora, histórico concreto.

Lista de Referencias

- BBC. (04 de 10 de 2019). *BBC*. Obtenido de Estado de excepción en Ecuador: Lenín Moreno emite la declaración ante las protestas por el alza en los combustibles: <https://www.bbc.com/mundo/noticias-america-latina-49927321>
- BBC. (04 de 10 de 2019). *Estado de excepción en Ecuador: Lenín Moreno emite la declaración ante las protestas por el alza en los combustibles*. Obtenido de BBC: <https://www.bbc.com/mundo/noticias-america-latina-49927321>
- Bulnes, M. (1994). *Me levanto y digo. Testimonio de tres mujeres quichuas*. Quito: El Conejo.
- Defensoría del Pueblo. (29 de Octubre de 2019). *Defensoría del Pueblo Ecuador*. Obtenido de Informes Técnicos sobre el Paro Nacional - Estado de Excepción (Octubre 2019): <https://www.dpe.gob.ec/informes-tecnicos-sobre-paro-nacional-estado-de-excepcion-octubre-2019/>
- El Comercio. (03 de Octubre de 2019). *El Comercio*. Obtenido de Presidente Lenín Moreno decreta estado de excepción y ratifica las medidas económicas: <https://www.elcomercio.com/actualidad/lenin-moreno-decreta-excepcion.html>
- El Comercio. (07 de Octubre de 2019). *El Comercio*. Obtenido de Marcha indígena avanza por la avenida Maldonado, en el sur de Quito: <https://www.elcomercio.com/actualidad/bloqueo-avenida-panamericana-marcha-indigenas.html>
- El Comercio. (25 de Noviembre de 2019). *El Comercio*. Obtenido de Los actores políticos son los que más perpetran violencia política contra las mujeres en Ecuador: <https://www.elcomercio.com/actualidad/actores-politicos-violencia-politica-mujeres.html>
- El Comercio. (12 de Noviembre de 2019). *Luis Tipantuña: ‘Vi a un policía apuntándome; un proyectil impactó en mi ojo y caí, luego sentí otro en mi muslo’*. Obtenido de El Comercio: <https://www.elcomercio.com/actualidad/luis-tipantuna-herido-ojo-policia.html>

- elestado.net*. (15 de Octubre de 2019). Obtenido de <https://elestado.net/nicole-villafuerte-derogacion-883-victoria-pequena-fmi/>
- Enríquez, M. (25 de Octubre de 2019). *Nueva Mujer*. Obtenido de Jhajaira Urresta: la joven periodista que perdió su ojo durante las últimas manifestaciones: <https://www.nuevamujer.com/ecuador/2019/10/25/conoce-jhajaira-urresta-joven-periodista-tacada-con-una-bomba-en-su-ojo-izquierdo.html>
- Frankl, V. (1998). *La voluntad de sentido*. Barcelona: Herder.
- Frankl, V. (1999). *El hombre en busca de sentido último*. Barcelona: Paidós.
- Naciones Unidas. (10 de Febrero de 2020). *Naciones Unidas*. Obtenido de <https://www.un.org/es/universal-declaration-human-rights/>
- OEA. (14 de enero de 2020). *oas.org*. Obtenido de OEA: <http://www.oas.org/es/cidh/prensa/comunicados/2020/008.asp>
- Perello, S. (2009). *Metodología de la Investigación Social*. Madrid: Dykinson.
- Pichincha Universal. (07 de Octubre de 2019). *Pichincha Universal*. Obtenido de Prefecto de Sucumbíos y asambleísta Yofre Poma son detenidos durante manifestaciones: <http://www.pichinchauniversal.com.ec/prefecto-de-sucumbios-y-asambleista-yofre-poma-son-detenidos-durante-manifestaciones/>
- Resumen Latinoamericano. (06 de Octubre de 2019). *Resumen Latinoamericano*. Obtenido de Ecuador. El paro sigue/ Responsabilizan al gobierno por el primer muerto de la protesta / Estado de excepción indígena en sus territorios: <http://www.resumenlatinoamericano.org/2019/10/06/ecuador-el-paro-sigue-responsabilizan-al-gobierno-por-el-primer-muerto-de-la-protesta-estado-de-excepcion-indigena-en-sus-territorios-fotos-videos/>
- Rodríguez Gómez, G., Gil Flores, J., & García Jiménez, E. (1996). *Metodología de la Investigación Cualitativa*. Granada: Aljibe.
- Rogers, C. (1972). *Psicoterapia centrada en el cliente*. Buenos Aires: Paidós.
- TeleSur. (12 de 10 de 2019). *TeleSur*. Obtenido de Colectivos de mujeres protestan en Ecuador contra "paquetazo": <https://www.telesurtv.net/news/ecuador-marcha-mujeres-protestas-contra-reformas-lenin-moreno-20191012-0014.html>
- Thomas, W., & ZNANIECK, F. (1972). *The polish peasant in Europe and America*. Nueva York: Knopf.
- Wambra. (s.f.). *Wambra. Medio digital comunitario*. Obtenido de ¿Quién es Marco?, uno de los jóvenes: <https://wambra.ec/marco-sanroque/>
- Yalom, I. (1984). *Psicoterapia Existencial*. Barcelona: Herder.