

LA REACCIÓN DEL COMPORTAMIENTO HUMANO SUJETA A CONDICIONES DE ESTRÉS CONTINUADO

Nieves Gómez Dupuis. Licenciada en Psicología y con diploma en criminología por la Universidad de Salamanca. España
Febrero 2016

INDICE

1.- Introducción

2.- Condiciones de estrés continuado que no permiten el libre desarrollo de las personas y los grupos como colectividad: la situación particular de la defensa y promoción de los Derechos de los Pueblos Indígenas y el respeto a la Madre Tierra.

3.- La reacción humana en condiciones de estrés continuado y particularmente cuándo son sometidos a condiciones de restricción de derechos, acciones que dañan la integridad física y mental de las personas y la colectividad a la que pertenecen.

3.1.- Efectos psicosociales de la ausencia de justicia y la impunidad

3.2.- Reacciones humanas frente a condiciones de estrés continuado: la huida, la paralización o acciones de resistencia.

3.2.1.- La huida: la migración

3.2.2.- La paralización

3.2.3.- Las acciones de resistencia como forma de protección de la integridad física de la persona y su familia y de la sobrevivencia

3.3.- Factores personales, culturales y sociales que pueden modular las reacciones humanas frente a las condiciones de estrés continuado

- Identidad y valores.
- Grado de cohesión comunitaria
- Formas de resolución de conflicto
- Estilos de liderazgo y el rol del líder cuándo el grupo se encuentra frente a situaciones de estrés continuado
- Factores personales
- Experiencia previa de vida
- Mecanismos de afrontamiento
- Atribuciones hacia las condiciones de estrés continuado

4.- Conclusiones

5.- Glosario

1.- Introducción

El presente documento tiene como propósito documentar la reacción de las personas y los grupos frente a situaciones de estrés continuado. Para ello, se centrará en definir qué significa “situaciones o condiciones de estrés continuado”, y particularmente estas acciones en personas que defienden el derecho al agua, los derechos de los Pueblos Indígenas y la protección de la Madre Tierra. En un segundo momento, se presentarán los impactos psicosociales que viven las personas bajo estas condiciones y particularmente los impactos psicosociales derivados de la ausencia de justicia y la impunidad, con el fin de cerrar el presente documento analizando las posibles respuestas y reacciones humanas de las personas y los grupos frente a estas situaciones.

2.- Condiciones de estrés continuado que no permiten el libre desarrollo de las personas y los grupos como colectividad: la situación particular de la defensa y promoción de los Derechos de los Pueblos Indígenas y el respeto a la Madre Tierra.

El presente capítulo muestra de forma breve el contexto histórico-social bajo el cual han vivido los Pueblos Indígenas en la historia de Guatemala y precisa sobre situaciones concretas de la historia reciente que se caracterizan por amenazar contra su integridad, la de sus familias y la Madre Tierra poniendo en riesgo el Buen Vivir de los Pueblos.

2.1.- Contexto histórico de los grupos y comunidades que defienden los derechos de los Pueblos Indígenas y el respeto de la Madre Naturaleza.

Los Pueblos Indígenas han sido violentados en diferentes momentos históricos, dónde se resaltan la ocupación española, la época de la Conquista, y el reciente Conflicto Armado Interno en Guatemala, el cual fue nombrado como genocidio por la Comisión de Esclarecimiento Histórico y documentado en el caso genocidio ixil en los tribunales de justicia en Guatemala. En la actualidad los propios Pueblos ubican su historia actual en el denominado Quinto despojo, entendiendo como tal el asedio permanente de instancias y empresas que están agrediendo el territorio de los Pueblos¹

Diferentes informes de organismos internacionales como Naciones Unidas o el Sistema Interamericano de Derechos Humanos, así como estudios académicos han mostrado la exclusión y el racismo que viven los Pueblos Indígenas en Guatemala².

¹ Declaraciones revisadas en <http://www.jolomconob.com/2014/06/las-mujeres-no-levantaran-la.html?m=1> consultado el 02/02/16 y <https://comunitariapress.wordpress.com/2015/04/06/rigoberto-juarez-senor-juez-no-vengo-a-someterme-ante-esta-justicia/>

² Comisión Interamericana de Derechos Humanos (2015) “Situación de los Derechos Humanos en Guatemala” Consultado en www.cidh.org

Este contexto de opresión ha impedido que se haga efectivo el cumplimiento de instrumentos internacionales como el Convenio 169 de la Organización Internacional del Trabajo – OIT y la “Declaración de las Naciones Unidas sobre los derechos de los Pueblos Indígenas” los cuales reconocen el derecho de los Pueblos Indígenas a implementar sus propias políticas de desarrollo y obligan a los Estados a respetar sus usos y costumbres. En este sentido, una de las formas de funcionamiento son las “consultas de buena fe” o consultas comunitarias, que serán llevadas a cabo en las comunidades según los usos y costumbres de cada lugar, y, obligan a los Estados a mantener espacios de diálogo y “consulta previa, libre e informada” frente a situaciones que tengan como propósito acciones en sus territorios, como pueden ser los proyectos extractivos.

Es así que las comunidades indígenas en Guatemala han venido realizando sus consultas de buena fe para decidir si es adecuada la instalación de proyectos extractivos o hidroeléctricas y su decisión ha sido que este tipo de proyectos no conviene al desarrollo de las comunidades y no autorizan que se pongan en marcha este tipo de industrias. Sin embargo, pese a las decisiones tomadas en base a los usos y costumbres de los Pueblos y reconocidos en el marco legal internacional, los diferentes gobiernos de Guatemala no han respetado la decisión y han otorgado licencias a empresas de esta naturaleza sin respetar las decisiones tomadas en las comunidades afectadas.

2.2.- Hechos y situaciones de estrés continuado.

La negativa al desarrollo de los proyectos extractivos e hidroeléctricos ha llevado la existencia de un conflicto de posicionamiento e intereses entre quienes defienden los derechos de los Pueblos Indígenas y los derechos medioambientales y quienes defienden un modelo económico basado en la explotación de los recursos naturales sin tomar en cuenta los impactos medioambientales, la opinión de quienes se verán afectados o la inadecuada distribución de las ganancias o regalías.

Las formas de resolver este conflicto de intereses ha sido marcado por las relaciones de poder vinculadas con el Estado y las propias empresas frente a las comunidades indígenas y campesinas. El Estado y las empresas han venido utilizando acciones violentas, amenazas, coacciones, engaños o criminalización ejercidos por acción u omisión contra las personas y comunidades que se oponen a estos proyectos extractivos o hidroeléctricos.

Por su lado, las comunidades indígenas y campesinas después de posicionar en las instituciones del Estado durante siglos sus planteamientos, valores y decisiones en relación a lo que consideran el mejor desarrollo para ellos, sus familias y la Madre Naturaleza, han optado en Guatemala por opciones de diálogo y acuerdos aunque el grado de recepción y respeto a sus propuestas ha sido muy limitado y, por el contrario se les ha criminalizado, etiquetado como “personas que no entienden del desarrollo”, capturas o asesinatos a sus propios líderes y, en algunos casos han decidido emprender acciones de resistencia como el conocido caso de la Puya. Estas acciones de resistencia se limitan a hacer presencia en determinados lugares con el fin de dar a conocer sus opiniones de forma mediática o impedir que se inicien o continúen proyectos que están poniendo en riesgo el desarrollo comunitario o la salud de las y los comunitarios afectados.

En este apartado se plantean una serie de acciones que tienen constante aparición en situaciones donde conflictos vinculados a la extracción de recursos naturales frente a la defensa de la Madre Naturaleza dando lugar a la existencia de situaciones de estrés continuado.

1. Construcción de situaciones de crisis y violencia para inculpar a personas que han manifestado su desacuerdo con los proyectos existentes.
2. Campañas de difamación y etiquetamiento de las personas como terroristas donde los medios de comunicación tienen un papel importante en la construcción del imaginario social. En este sentido son utilizadas las radios oficiales, radios comunitarias, prensa, televisión.
3. Criminalización de las personas que defienden la Madre Tierra a través de señalamientos falsos, órdenes de captura, privación de libertad como medida preventiva.
4. Impunidad y ausencia de justicia en el siguiente sentido: (a) No hay investigación de hechos de violencia en contra de las personas que defienden la Madre Tierra; (b) Actitudes de exclusión y racismo por parte de las y los funcionarios del Sistema de Justicia: la justicia, además de tener actitudes racistas y discriminatorias no responde a las necesidades de la población; (c) Vinculación de funcionarios públicos a las empresas extractoras (d) No respeto a las resoluciones judiciales (e) Fuerzas de Seguridad del Estado responden a los intereses y protección de las empresas extractivas, y existe un uso excesivo de la fuerza, como por ejemplo utilizar grandes contingentes policiales
5. Ausencia de credibilidad en las instituciones del Estado por no responder a las necesidades de la ciudadanía. Las personas y grupos han realizado sus esfuerzos con el fin llegar a consensos con las instituciones del Estado y cuándo eso se ha logrado los consensos no han sido respetados por parte de las autoridades del Estado. Eso ha hecho que a través del tiempo, las personas y los grupos han perdido la confianza en las instituciones del Estado.
6. Polarización y división comunitaria que se logra a través del regalo de obsequios; entrega de dinero; construcción de escuelas, carreteras, puestos de salud, salones comunitarios; ofrecimientos falsos; dar información que hace ver los proyectos extractivos como un beneficio para el desarrollo económico de la población; compra de terrenos, amenazas, uso de medios de comunicación donde se etiqueta a las personas que defienden la Madre Tierra; capacitaciones o charlas donde se incorpora contenido que señala y etiqueta a las y los defensores de la Madre Tierra; cooptación de líderes o lideresas a través de beneficios económicos o de otro tipo; contacto o cooptación de personas que forman parte de los grupos que facilitaran información sobre los intereses del grupo o que construirán situaciones de crisis y conflicto para destruir los lazos comunitarios y provocar la ruptura

del tejido social así como construir crisis para dividir a través de personas que no tienen un posicionamiento muy claro.

3.- La reacción humana en condiciones de estrés continuado y particularmente cuándo son sometidos a condiciones de restricción de derechos, acciones que dañan la integridad física y mental de las personas y la colectividad a la que pertenecen.

Las condiciones de estrés continuado y particularmente la restricción de derechos a las cuales se hace referencia son acciones que dañan la integridad física y mental de las personas y la colectividad. Estas acciones han sido acompañadas de ausencia de investigación criminal, juicio y sanción de esos hechos, construyendo un clima de percepción de injusticia e impunidad. Es así que las personas y la población pueden desarrollar sentimientos de impotencia, miedo, cólera, desesperanza, indefensión aprendida o frustración por sentir que su vida e integridad y la de sus familias se encuentran en peligro.

Estos sentimientos pueden desencadenar en 3 tipos de reacciones que tienen como objetivo la sobrevivencia, y adaptación al medio: Paralización de sus acciones, acciones de resistencia frente a quienes los agreden o huir de las situaciones que les genera el estrés. A su vez este tipo de reacciones son mediados por factores personales, culturales y sociales previos haciendo posible que se priorice una respuesta ligada a la mediación y resolución pacífica de los conflictos.

Se desarrolla a continuación estas ideas.

3.1.- Efectos psicosociales de la ausencia de justicia y la impunidad

Las personas que han visto violentados sus derechos fundamentales esperan que un sistema externo; el sistema de justicia; investigue, aclare los hechos y condene a las personas responsables. De esta forma, se restablece el equilibrio, el orden social y las relaciones de poder entre las personas. Si no existe investigación y sanción a las personas responsables de hechos que violentan los derechos fundamentales, se transmite el mensaje hacia las y los integrantes de la sociedad de que “cada quien puede hacer lo que quiera y resolver sus problemas como quiera, porque nada va a pasar si los problemas se resuelven de forma violenta o no se resuelven”.

Este tipo de mensajes construyen una sociedad donde se prioriza la **resolución de conflictos de forma violenta** y algunos ejemplos de ello son los linchamientos y la justicia por mano propia bien de forma directa o a través de la contratación de servicios de sicariato.

Se construye igualmente una sociedad que permite el **funcionamiento de estructuras paralelas no reglamentadas** que combaten la violencia con valores y conductas propias como son las juntas locales de seguridad que utilizan estrategias del tipo llamado “limpieza social” donde cualquier medio justifica el fin de eliminar la violencia, incluyendo la propia violencia .

Quienes agreden inicialmente lo siguen haciendo y en definitiva, se mantiene una **perpetuación de la violencia**.

Otro de los efectos psicosociales de la impunidad y la ausencia de justicia es el **etiquetamiento y estigmatización** hacia las personas violentadas. El hecho de que no existan personas responsables sobre las que recaen las acciones violentas por no existir investigación y sanción, construye en el imaginario social de quienes rodean a las personas violentadas de que “algo habrán hecho para merecer eso”, y, de esta forma se construyen etiquetas o explicaciones negativas sobre quienes fueron violentados o vieron vulnerados sus derechos. Por ejemplo, “fue la madre negligente la responsable de la muerte de su bebé” cuándo en realidad no le dieron asistencia médica a tiempo, o, “son las personas inconformes quienes buscan problemas” en lugar de “son ciudadanos y ciudadanas responsables de cuidar los recursos naturales en la tierra” cuándo se manifiestan de forma pacífica y son tratados con gases lacrimógenos, o, “son las mujeres que no se visten adecuadamente” quienes provocan la violencia sexual.

La construcción de etiquetas hacia las personas que han visto violentados sus derechos provoca reacciones desde la familia o la sociedad que generalmente son de rechazo y aislamiento.

En este sentido, los medios de comunicación juegan un importante papel y, la experiencia indica que tratan estos eventos de forma que criminalizan a las personas por lo que está sucediendo. No se atiende a las razones por las cuales suceden los hechos y se les pone la etiqueta de personas “violentas” o “salvajes”

Frente a la ausencia de justicia y la impunidad se instala el miedo en las personas de verse violentadas nuevamente o, quienes no han sido violentados sienten miedo a que les suceda lo mismo. Es por eso que las personas optan por la **paralización y el silencio** construyendo una sociedad dónde existe poca creatividad en la construcción social y la participación ciudadana.

Quienes deciden luchar por un mayor equilibrio social y buscan el esclarecimiento y sanción de hechos que violentan los derechos fundamentales pueden correr **riesgo hacia su integridad física, mental o las de sus familias**. Ejemplos recientes en este sentido es el caso de la lideresa hondureña Bertha Cáceres, o las amenazas en contra del Juez Gálvez en Guatemala.

La **revictimización** puede darse en dos sentidos: (a) por el hecho de estar involucrado en demandas de justicia frente al hecho de ser violentados sus derechos, o (b) por ser acusado y señalado de cometer delitos como una forma de acusación falsa y de criminalización hacia las personas. Las diligencias y procesos legales son engorrosos, de difícil comprensión y las personas involucradas en el esclarecimiento de los hechos como son los profesionales del derecho, la medicina, la psicología o cualquier otro profesionista no siempre disponen de la sensibilidad necesario para dar un trato digno a las personas. Esta situación se incrementa cuando las personas son analfabetas o monolingües mayas.

En el caso de ser acusados por denuncias falsas las personas ven dañada su dignidad y honorabilidad porque la acusación se convierta en una marca dónde algunas personas pueden

seguir dudando de si fue o no una conducta socialmente aceptada. Ello dependerá del tipo de acusación de que fueron objeto. En los casos donde las personas fueron aprehendidas y estuvieron en privación de libertad en un centro penitenciario como medida preventiva la situación de revictimización se agrava aún más por el hecho de verse obligados a tener restringidos sus derechos fundamentales, ser tratados como personas delincuentes y vivir en condiciones donde pueden existir tratos inhumanos y degradantes como puede ser el caso de ciertos centros penitenciarios en el país.

La **retraumatización** significa que las personas van a ver dañada su integridad por vivir en una sociedad donde existe la naturalización de la violencia y se expone a las personas a ser violentadas en sucesivas ocasiones.

La **esfera familiar** se ve igualmente afectada. El hecho de que uno o varios miembros de la familia vean violentados sus derechos fundamentales y que se decida acceder a la justicia para aclarar la situación, o bien que por falsas acusaciones las personas se encuentren en una situación de privación de libertad, repercutirá en la dinámica familiar.

En este sentido puede existir la ausencia de uno o varios miembros de la familia, la necesidad de cambiar rutinas familiares para asistir a las diligencias legales, el impacto económico por el lucro cesante o el daño emergente, la pérdida de confianza entre miembros de la familia, ruptura de lazos matrimoniales o de pareja, estrés familiar, ruptura de los núcleos familiares porque alguno de sus miembros se encuentra muy involucrado en la búsqueda de justicia y desatiende las necesidades familiares o parte de la familia no comparte la búsqueda de justicia, hostigamiento y amenazas hacia la familia o readecuación de roles familiares al interior de la familia son algunos de estos impactos.

De la misma forma la ausencia de justicia construye al interior de la familia la necesidad de encontrar culpables o responsables de lo que sucede y, quien se ha visto violentado puede ser percibido como responsable de lo sucedido. *“¿Por qué no hizo caso de las recomendaciones que se le dieron? Ahora toda la familia está metida en un problema por no escuchar en su momento.”* Al no existir responsables de los hechos de violencia las personas se atribuyen la responsabilidad intentando buscar responsables de lo que sucede.

Desde el nivel social, no se permite la **readecuación de las relaciones de poder** en el ámbito local y la construcción de políticas públicas con el fin de prevenir nuevas formas de violencia.

“Sin sanción social la posibilidad de que se reproduzcan hechos de violencia es mucho mayor, dado que se rompen las normas sociales básicas de convivencia. Además, la posición de ventaja social que han sacado muchos victimarios aumenta el sentimiento de profunda injusticia de las víctimas y sobrevivientes que han tenido que vivir todos estos años con la humillación del silencio y su falta de poder.”

“La justicia opera como una forma de reajustar las relaciones sociales y la gestión del poder en la sociedad.”

“La justicia supone entonces una demanda de mecanismos sociales que ayuden a defenderse a la gente que tiene menos poder, así como formas de control de la sociedad civil respecto de las autoridades del Estado”³

Esquemas básicos de referencia en relación a las creencias básicas⁴. Las personas, desde una esfera psicológica funcionan bajo una serie de esquemas y creencias básicas que les permiten actuar con seguridad y estabilidad frente a su cotidianidad. Estas creencias básicas hacen referencia a la necesidad de creer que el mundo es un lugar seguro, que las personas son bondadosas y que nada les va a suceder.

Las creencias básicas responden a la necesidad de satisfacer las necesidades básicas de todo ser humano de: seguridad y, la necesidad relacional de apego e intimidad, es decir, sentirse querido y aceptado por quienes les rodean. El ser humano para tener un adecuado desarrollo emocional necesita sentirse seguro y sentirse querido o apoyado por otros seres humanos. Para ello construye la idea de que el futuro es predecible, las personas son buenas y nada le va a suceder que ponga en riesgo su integridad o la de sus familias.

Es así que existe la creencia en la invulnerabilidad, la bondad en los otros y la predictibilidad del futuro. Se construyen de esta forma:

a.- Ilusión de control: “El futuro es predecible”. Existe un sentido a la forma como suceden las cosas. El mundo como un lugar controlable, en el que las cosas no suceden por azar, y en el que, además, prima la justicia.

“Las personas creemos que el mundo tiene sentido y propósito, que existe un orden y cierta predictibilidad que nos permite comprenderlo y manejar la incertidumbre ante las novedades e incongruencias. De este modo, creemos que las cosas no ocurren por azar y que las personas recibimos o nos ocurre lo que nos merecemos (así como que la gente merece lo que recibe “algo habrá hecho para merecer esto”).

Se subdividen en:

- Las creencias en el control del mundo: el mundo es controlable. Esta dimensión se asocia al ajuste emocional en general.
- El mundo es predecible, tiene un orden lógico por lo que las cosas no ocurren por azar

³ Oficina de Derechos Humanos del Arzobispado de Guatemala. (1998) “Guatemala Memoria del Silencio. Volumen I”. P.274. Ciudad de Guatemala. Guatemala.

⁴ Arnoso, M.; Bilbao, A.; Paez, D.; Iraugui, I.; Kanyangara, P.; Rimé, B.; Perez-Sales, P.; Martín Beristain, C. Blanco, A. “Violencia colectiva y creencias básicas sobre el mundo, los otros y el yo. Impacto y reconstrucción” consultado en <http://www.ehu.es/documents/1463215/1492921/Violencia+colectiva+y+creencias+b%C3%A1sicas+sobre+el+mundo+los+otros+y+el+yo+Impacto+y+reconstrucci%C3%B3n>.

- La creencia en la justicia o que las personas reciben lo que se merecen, y merecen lo que les ocurre

b.- Ilusión de bondad o benevolencia. La ilusión de bondad se basa en la creencia de que “Las personas son buenas”, se puede confiar en ellas y no nos van a agredir.

c.- Ilusión de invulnerabilidad:

La ilusión de invulnerabilidad, está ligada a las creencias sobre uno mismo o Yo digno de respeto, que incluye las creencias positivas sobre nosotros mismos, sobre la eficacia o el control que tenemos tanto de nosotros mismos como del entorno, nuestra motivación vital y nuestra fortuna en la vida y en el hecho de que “Nada me va a pasar”

Se subdividen en:

- Creencias positivas sobre el Yo o Autoestima se refieren a la percepción que tienen las personas de ser buenas personas y de tener características positivas de sí mismas.
- Creencias sobre la autoeficacia o la sensación de capacidad de la persona de controlar el mundo. La autoeficacia es la percepción de capacidad que tenemos los seres humanos de lograr lo que nos proponemos y así controlar el medio que nos rodea y el futuro.
- Creencias en la suerte personal. “*Todo va a ir bien y nada malo me puede suceder*”, vinculada a la necesidad de percepción de seguridad personal dónde cada quien vive en un espacio seguro y se rodea de personas bonadadasas.

Frente a acciones que violentan los derechos fundamentales y la ausencia de justicia se provoca una **ruptura en las creencias** en relación a sí mismo, al mundo y al futuro y de ello se construye una:

- Ausencia de control de la situación e incapacidad para defenderse. Las personas no saben como responder a las situaciones porque los mecanismos que han utilizado ya no son útiles o no han dado el resultado esperado.
- Impotencia. Surge el pensamiento de que nada se puede hacer para controlar el mundo que nos rodea.
- Ausencia de referentes que sirvan de apoyo. No se visualizan personas que puedan apoyar a la situación que se está viviendo, lo que deriva también en una sensación de abandono y soledad.
- Paralización. El miedo impide la libre expresión, acción y locomoción de las personas derivando en una ausencia de acción y propuesta y dejando a las personas paralizadas, lo cual tiene repercusiones negativas en una sociedad democrática donde se favorece la participación ciudadana y la libre expresión de opiniones.
- Incertidumbre. No existe claridad ni certeza de lo que puede suceder. La ausencia de control sobre lo que rodea a las personas y la carencia de referentes que sirvan de apoyo llevan a esa incertidumbre.

- Cuestionamiento de su propia dignidad y su autoestima. La ruptura en las creencias básicas respecto a sí mismo, la autoestima y la autoeficacia construyen en las personas la idea de que no son merecedoras de las cosas buenas que les suceden y que carecen de valor humano y dignidad.
- Percepción del mundo como lugar amenazante. Las situaciones de violencia continuada y por ello la ruptura del mundo como lugar seguro construye la idea de que cualquier cosa puede suceder en cualquier momento y que las personas pueden lastimar a quienes les rodean.
- Dificultad para restablecer condiciones de seguridad. La percepción del mundo como lugar amenazante y la ausencia de control de la situación e incapacidad para defenderse dificultan el restablecimiento de condiciones de seguridad.
- Visión de futuro negativa. Las personas construyen la idea de que el futuro es negativo y que nada cambiará.

3.2.- Reacciones humanas frente a condiciones de estrés continuado: la huida, la paralización o las acciones de resistencia.

Este apartado aborda tres tipos de posibles respuestas o reacciones que pueden realizar las personas después de vivir situaciones de estrés continuado: una respuesta o reacción de huida del lugar en el que están siendo hostigados, una reacción de paralización social y, una respuesta con acciones de resistencia como forma de protección de la integridad física de la persona y/o su familia y por razones de sobrevivencia.

Estos tres tipos de respuesta serán mediados por características personales, culturales y sociales como se explica en el siguiente apartado, y ello hace que existan respuestas dirigidas a resolver la situación de crisis.

A continuación se analizan estos tres tipos de respuesta.

3.2.1.- La huida: la migración

Las personas que se ven violentadas en sus derechos de forma continuada y fundamentalmente con la existencia de hechos violentos y amenazas hacia ellas pueden tomar la decisión de desplazarse a otro lugar que sea percibido como más seguro para su integridad física y mental. Es así que deciden desplazarse a vivir a otro lugar⁵.

El desplazamiento a otros lugares implica una serie de impactos psicosociales como es la ruptura de las redes sociales y familiares, la necesidad de encontrar un nuevo empleo, la adaptación al nuevo lugar, sus costumbres o el idioma. Igualmente la añoranza, la cólera o la tristeza como

⁵ Iniciativa Cartagena +30. (marzo 2014) "La protección internacional y la efectiva integración: recomendaciones de la sociedad civil frente a las dimensiones actuales del asilo y la apatridia en América Latina y el Caribe".

algunos impactos psicológicos en las personas que impiden un adecuado bienestar en su desarrollo.

3.2.2.- La paralización

La paralización es una segunda posible respuesta o reacción de las personas después de ser violentadas en sus derechos y vivir situaciones de amenazas o violencia. En este sentido, la paralización se encuentra vinculada a la inhibición aprendida donde surge el pensamiento “haga lo que haga nada va a cambiar”. La paralización se debe a la situación de miedo en las personas. Miedo de que les vayan a violentar nuevamente o violenten a sus familias. Ello lleva a una disminución de la participación ciudadana y por lo tanto a un funcionamiento social donde las dinámicas se desarrollan en función de quien tiene mayor poder, control, autoritarismo y formas de represión.

“En Chile, un 48% y 53% de los familiares de desaparecidos chilenos y mapuches, respectivamente, mostraron desengaño y rechazo a la participación política en el momento después de la represión (1973-77) y un 64% y 70% en la actualidad (1995) *“no quiero más problemas, no más complicaciones, trabajar en paz”*. Además, un 50% y 44% respectivamente, estaban de acuerdo en la actualidad con que *“es mejor no meterse en nada, siempre lo engañan a uno”* (Pérez-Sales et al. 1998).

En el caso peruano, se constató también el impacto de la violencia en la inducción a la desesperanza y el descompromiso *“.. muchas pobladores prefirieron dejar de participar en actividades comunales y se impuso la búsqueda individual de medios de sobrevivencia”* (CVR, 2003)⁶ “

3.2.3.- Acciones de resistencia como forma de protección de la integridad física de la persona y su familia y de sobrevivencia

Desde la psicología social, diferentes estudios han demostrado que la frustración genera agresividad⁷. Uno de los autores que ha desarrollado esta idea es Albert Bandura (1963) basándose en los hallazgos de Doll y Miller (1938). El sentimiento de frustración generado por la percepción de injusticia, impunidad y ausencia de investigación y sanción generalizado a un grupo de personas que temen por su integridad y la de sus familias puede llevar a conductas agresivas de forma colectiva.

⁶ Arnoso, M.; Bilbao, .A.; Paez, D.; Iraugui, I.; Kanyangara, P.; Rimé, B.; Perez-Sales, P.; Martín Beristáin, C. Blanco, A. “Violencia colectiva y creencias básicas sobre el mundo, los otros y el yo. Impacto y reconstrucción” consultado en

<http://www.ehu.es/documents/1463215/1492921/Violencia+colectiva+y+creencias+b%C3%A1sicas+sobre+el+mundo+los+otros+y+el+yo+Impacto+y+reconstrucci%C3%B3n>.

⁷ <http://elpsicoasesor.com/teoria-de-la-frustracion-albert-bandura/>

Ello vendrá marcado por la conformación del propio grupo, sus valores, identidad, modelos⁸ y liderazgos del grupo. Es así, que reacciones agresivas se transforman en acciones de resistencia al verse moduladas por la intención de resolver situaciones de conflicto y estrés continuado a las que se ven sometidos siendo éstas caracterizadas por manifestaciones o acciones que permitan la visibilidad social de las demandas como por ejemplo las marchas o el impedimento de que entren en sus territorios para implementar proyectos que dañan a la Madre Naturaleza y a las comunidades. Ejemplos de ello, son la Marcha del agua en el año 2012 o la Resistencia de la Puya.

Las acciones de resistencia por parte de una colectividad o masa, son una respuesta a la protección a su dignidad frente al sentimiento de ser tratados injustamente y no ser escuchados en sus demandas por tiempos prolongados. Sumado a ello, existen acciones de hostigamiento, violencia y amenazas hacia esta población en su interés por mejorar sus condiciones de vida, y es así que el grupo tiene la necesidad de “hacer algo” para que se les tome en cuenta y se resuelva la situación de desequilibrio en las relaciones de poder.

Los grupos que ponen en marcha acciones de resistencia tienen uno o varios líderes, los cuales en el caso de Pueblos Indígenas Mayas y campesinos en Guatemala que defienden la Madre Naturaleza se ha caracterizado por ser liderazgos democráticos que han favorecido el diálogo para la resolución de conflictos. Sin embargo, las situaciones de estrés continuado pueden verse afectadas como un efecto psicosocial. La frustración e impotencia del grupo puede hacer que el líder tradicional viva una transformación en su rol y pasar de ser un líder democrático a “chivo expiatorio”. En este sentido, el antiguo líder o líder tradicional que defendía los intereses del grupo y que ejerce un liderazgo democrático, puede perder su autoridad frente al colectivo o la masa que se encuentra frustrada. El colectivo considera que no hace lo suficiente para satisfacer las demandas del grupo, no resuelve los problemas, se piensa que “*quizás haya negociado*” o que no es transparente con la información. De esta forma el grupo pierde credibilidad en el líder tradicional y también su capacidad de negociar o manejar el grupo como lo venía realizando tradicionalmente.

Es así, que la transformación de líder reconocido a “chivo expiatorio” permite el surgimiento de nuevos liderazgos. Estos nuevos liderazgos pueden surgir de forma natural dentro del grupo o colectivo, pero también se viene observando en el contexto de la guerra psicológica en los contextos de defensa de la Madre Tierra y derechos medioambientales que existen personas que se encuentran “infiltradas” o “impuestas” con el fin de incitar a la violencia al colectivo. Este líder “infiltrado” persigue generar caos y violencia con el objetivo de que el grupo realice un ataque violento y así surja una razón para criminalizar al grupo.

⁸ Nota de la autora: Las o los modelos, desde la psicología social son las personas que tienen características coincidentes, por ejemplo, un hombre es modelo para un hombre más que para una mujer, personas que tienen la misma situación económica, etc.. y en quienes ponemos atención para imitar su conducta.

3.2.- Factores personales, culturales y sociales que pueden modular las reacciones humanas frente a las condiciones de estrés continuado

Las reacciones humanas frente a condiciones de estrés continuado varían en función de factores personales, culturales y sociales e incluso permiten respuestas de mediación, diálogo y resolución pacífica en casos de conflicto a pesar de que la población haya sido continuamente violentada. A continuación se analizan:

- Identidad y valores. La identidad a la que pertenecen las personas y los valores que comparten se pueden caracterizar por mayor o menor grado de normalización o rechazo a las acciones violentas o pacíficas lo cual determina la forma en la que las personas pertenecientes a ese grupo social responderán si se encuentran sometidas a situación de estrés continuado. En este sentido, los Pueblos Indígenas Mayas en Guatemala se han caracterizado por una identidad y valores basados en las relaciones de escucha, análisis, diálogo y consenso entre las partes frente a situaciones de conflicto⁹.
- El grado de cohesión comunitaria lo cual hace referencia al grado en el que las personas tienen mayores vínculos sociales y existen redes de solidaridad y apoyo.
- Formas de resolución de conflictos. El grupo social establece las formas en las que se resuelven los conflictos y las personas o autoridades habilitadas para ello. Los conflictos pueden resolverse de forma violenta, no resolverse o resolverse de forma pacífica buscando el consenso entre las partes.
- Estilos de liderazgo y el rol del líder cuándo el grupo se encuentra frente a situaciones de estrés continuado. Los grupos tienen una o varias personas que ejercen la dirección y el liderazgo. Los estilos de liderazgo se pueden caracterizar en tres tipos: *laissez-faire*, autoritario o democrático. El estilo *laissez-faire* es aquel que deja al grupo hacer lo que considere oportuno, no tiene mucha dirección. El estilo autoritario ejerce un total control sobre las acciones del grupo y utiliza la coacción y el castigo para obligar a las personas a seguir las directrices que él o ella imponga. El estilo democrático es respetado por el grupo y construye las normas, metas y funcionamiento grupal de forma conjunta. En este sentido, los Pueblos Indígenas Mayas en Guatemala, se han caracterizado por elegir desde la propia comunidad líderes que han fomentado los valores e identidad de escucha, sabiduría, defensa de los intereses de los Pueblos y el Buen Vivir, el uso de la palabra y el diálogo para resolver situaciones de conflicto y la ecuanimidad o proporcionalidad al momento de llegar a consensos.
- Factores personales. Las personas tienen características de personalidad diferenciadas. Existen personas con un carácter más pacífico o violento que otras, más comunicativas o expresivas que otras, con mayor o menor capacidad de iniciativa o más extrovertidas o

⁹ Bastos, S. y Camus, M. (2004) "Multiculturalismo y pueblos indígenas: reflexiones a partir del caso de Guatemala" Revista Centroamericana de Ciencias Sociales. consultado en <http://courseware.url.edu.gt/PROFASR/Docentes/Facultad%20de%20Ciencias%20Pol%C3%ADticas%20y%20Sociales/Poder%20y%20Pluriculturalidad%20Social%20en%20Guatemala/Textos%20te%C3%B3ricos%20de%20apoyo/Bastos-Camus,%20Multiculturalismo%20y%20pueblos%20ind%C3%ADgenas.pdf>

introvertidas, entre otras características de personalidad. Estas características influenciarán en la reacción que presenten frente a situaciones de estrés continuado.

- Experiencia previa de vida. El hecho de vivir otras situaciones de violencia a lo largo de la vida o por el contrario vivir de forma segura y tranquila y con el respeto a sus derechos fundamentales determinará la forma en la que se reaccione en situaciones de estrés continuado.
- Mecanismos de afrontamiento. Las personas y los grupos construyen mecanismos de afrontamiento para adaptarse después de enfrentar situaciones difíciles o situaciones de estrés. Algunos ejemplos de mecanismos de afrontamiento pueden ser: la solidaridad y apoyo entre las personas o evitar determinadas situaciones que consideran pueden ser conflictivas. En este sentido, los Pueblos Indígenas Mayas en Guatemala han vivido situaciones continuadas de violencia, como es el Conflicto Armado Interno y hechos posteriores como los indicados en apartado anterior. Esta situación llevó a muchas personas a buscar refugio en otros países como México o a desplazarse internamente como forma de sobrevivencia. Situación que por un lado fue de desarraigo y por otra una oportunidad para la formación de las personas y comunidades en relación a la propia gestión de sus territorios, la construcción de propuestas para la negociación con el Estado de Guatemala y de acciones de diálogo para lograr una respuesta pacífica a las situaciones de conflicto.
- Atribuciones hacia las condiciones de estrés continuado. Las explicaciones que se dan a las situaciones de estrés o el sentido que se da a lo vivido determina las reacciones que cada quien presente posteriormente. Es así que si se atribuyen las acciones de estrés a causas como por ejemplo un desastre natural o por una causa divina existen más posibilidades de aceptar y asumir lo que sucede que cuándo se atribuye a las personas. Esta última situación se agrava cuándo se trata de personas sobre las cuales se tiene una gran confianza o son personas encargadas de la protección y seguridad de los miembros del grupo.
- Falta de control social. Frente a las situaciones de estrés continuado pueden existir respuestas violentas en la medida que no existe un control social que oriente o sancione dependiendo del caso.
- El anonimato. Las personas pueden actuar de forma violenta cuándo se encuentran en situación de anonimato, es decir, cuando perciben que su identidad personal está protegida, por ejemplo encapuchados.

4.- CONCLUSIONES

1.- Son condiciones de estrés continuado el hecho de que las personas se encuentren sometidas a situaciones de discriminación, exclusión, racismo, incumplimiento de convenios internacionales como el Convenio 169 de la Organización Internacional del Trabajo – OIT – o la Declaración de las Naciones Unidas sobre los derechos de los Pueblos Indígenas donde se reconoce el derecho a la consulta libre, previa e informada. Igualmente acciones como asesinatos, agresiones físicas o verbales, señalamientos falsos, difamación, impedimento de la libertad de expresión, criminalización continuada hacia los líderes y lideresas, órdenes de captura o ausencia de investigación y sanción frente a los hechos delictivos de los que son víctima.

2.- La negativa a la implementación de proyectos extractivos e hidroeléctricos ha llevado la existencia de un conflicto de posicionamiento e intereses entre quienes defienden los derechos de los Pueblos Indígenas y los derechos medioambientales y quienes defienden un modelo económico basado en la explotación de los recursos naturales sin tomar en cuenta los impactos medioambientales, la opinión de quienes se verán afectados o la inadecuada distribución de las ganancias o regalías.

3.- Las comunidades indígenas y campesinas después de posicionar en las instituciones del Estado durante siglos sus planteamientos, valores y decisiones en relación a lo que consideran el mejor desarrollo para ellos, sus familias y la Madre Naturaleza, han optado en Guatemala por opciones de diálogo y acuerdos aunque el grado de recepción y respeto a sus propuestas ha sido muy limitado y, por el contrario se les ha criminalizado, etiquetado como “personas que no entienden del desarrollo”.

4.- Frente a ello, en algunos casos han decidido emprender acciones de resistencia como el conocido caso de la Puya. Estas acciones de resistencia se limitan a hacer presencia en determinados lugares con el fin de dar a conocer sus opiniones de forma mediática o impedir que se inicien o continúen proyectos que están poniendo en riesgo el desarrollo comunitario o la salud de las y los comunitarios afectados.

5.- Las condiciones de estrés continuado y particularmente la restricción de derechos a las cuales se hace referencia son acciones que dañan la integridad física y mental de las personas y la colectividad, fundamentalmente tomando en cuenta que son acompañadas de ausencia de investigación criminal, juicio y sanción de esos hechos, construyendo un clima de percepción de injusticia e impunidad desde las personas afectadas. Es así que las personas y la población pueden desarrollar sentimientos de impotencia, miedo, cólera, desesperanza, indefensión aprendida o frustración por sentir que su vida e integridad y la de sus familias se encuentran en peligro.

6.- Las personas que han visto violentados sus derechos fundamentales esperan que un sistema externo; el sistema de justicia; investigue, aclare los hechos y condene a las personas responsables. De esta forma, se restablece el equilibrio, el orden social y las relaciones de poder

entre las personas. Si no existe investigación y sanción a las personas responsables de hechos que violentan los derechos fundamentales, se transmite el mensaje hacia las y los integrantes de la sociedad de que “cada quien puede hacer lo que quiera y resolver sus problemas como quiera, porque nada va a pasar si los problemas se resuelven de forma violenta o no se resuelven”.

7.- Las acciones de estrés continuado unido a la ausencia de investigación y justicia provocan efectos psicosociales como la resolución de conflictos de forma violenta, el funcionamiento de estructuras paralelas no reglamentadas que combaten la violencia con valores y conductas propias, perpetuación de la violencia, etiquetamiento y estigmatización hacia las personas que han visto violentados sus derechos, paralización social y silencio, revictimización por el hecho de estar involucrado en demandas de justicia como víctima o como persona acusada o señalada de cometer delitos, retraumatización, división familiar, cambio de roles familiares, pérdida de confianza al interior de las familias, vecinos o autoridades; riesgo a la integridad física y, a nivel social no se permite la readecuación de las relaciones de poder en el ámbito local y la construcción de políticas públicas con el fin de prevenir nuevas formas de violencia.

8.- Frente a acciones que violentan los derechos fundamentales y la ausencia de justicia se provoca una ruptura en las creencias básicas en relación a sí mismo, al mundo y al futuro. De esta forma se desarrolla ausencia de percepción de control sobre la cotidianidad e incapacidad para defenderse frente a las injusticias, impotencia, ausencia de referentes que sirvan de apoyo para resolver las situaciones que violentan sus derechos, paralización, incertidumbre o certeza sobre lo que puede suceder, cuestionamiento de su propia dignidad y su autoestima, la percepción del mundo como lugar amenazante, dificultad para restablecer condiciones de seguridad o una visión de futuro negativa.

9.- Las personas que se ven violentadas en sus derechos de forma continuada y fundamentalmente con la existencia de hechos violentos y amenazas hacia ellas pueden tomar la decisión de desplazarse a otro lugar que sea percibido como más seguro para su integridad física y mental. Es así que deciden desplazarse a vivir a otro lugar con los impactos psicosociales que ello conlleva.

10.- Las personas que se ven violentadas en sus derechos de forma continuada y fundamentalmente con la existencia de hechos violentos y amenazas hacia ellas pueden desarrollar paralización y silencio lo cual lleva a una disminución de la participación ciudadana y por lo tanto favorecer el desarrollo de un funcionamiento social donde las dinámicas se desarrollan en función de quien tiene mayor poder, control, autoritarismo y formas de represión.

11.- Las personas que se ven violentadas en sus derechos de forma continuada y fundamentalmente con la existencia de hechos violentos y amenazas hacia ellas pueden

transformar reacciones agresivas en acciones de resistencia al verse moduladas por la intención de resolver situaciones de conflicto y estrés continuado. Las acciones de resistencia se caracterizan por manifestaciones o acciones que permitan la visibilidad social de las demandas como por ejemplo las marchas o el impedimento de que entren en sus territorios para implementar proyectos que dañan a la Madre Naturaleza y a las comunidades como opción a que se respete su dignidad.

12.- En el momento en que las personas pertenecientes a un grupo se han visto continuamente violentadas en sus derechos y que su líder tradicional no logra que se resuelva la situación, este líder tradicional puede vivir una transformación en su rol y pasar de ser un líder democrático a “chivo expiatorio”. Esta ausencia del líder tradicional permite el surgimiento de nuevos líderes que pueden ser naturalmente elegidos o ser impuestos por agentes externos al grupo con el fin de transformar el conflicto o la situación de crisis.

13.- Las reacciones humanas frente a condiciones de estrés continuado varían en función de factores personales, culturales y sociales como son la identidad, valores, grado de cohesión comunitaria y familiar, formas de resolución de conflictos, estilos de liderazgo, factores de personalidad, experiencias de vida, mecanismos de afrontamiento, atribuciones que se realizan al porque suceden las situaciones de estrés continuado, falta de control social o encontrarse en situación de anonimato. En este sentido, los Pueblos Indígenas Mayas en Guatemala, se han caracterizado por una identidad y valores basados en las relaciones de escucha, análisis, diálogo y consenso entre las partes frente a situaciones de conflicto y han elegido desde la propia comunidad líderes que han fomentado los valores e identidad de escucha, sabiduría, defensa de los intereses de los Pueblos y el Buen Vivir, el uso de la palabra y el diálogo para resolver situaciones de conflicto y la ecuanimidad o proporcionalidad al momento de llegar a consensos.

14.- Los sistemas de control social permiten y no se preocupan por respuestas individuales o colectivas caracterizadas por la huida o la paralización y sumisión, sin embargo criminaliza y castiga a quienes realizan acciones de resistencia como respuesta a la defensa de su dignidad como persona, Pueblo o territorio. Esta situación deteriora una sociedad democrática y protectora de los derechos humanos individuales y colectivos ya que valora positivamente la sumisión y rechaza a quienes proponen ideas diferentes criminalizándolos y no abriendo espacios de diálogo y construcción de soluciones en consenso que permitan el bien común, el respeto de los Pueblos y de los acuerdos Internacionales en Materia de Derechos Humanos y Derechos de los Pueblos Indígenas.

GLOSARIO

Buen Vivir: El plan nacional para el Buen Vivir en Ecuador entiende el Buen Vivir como:

“Sabido que la definición del Buen Vivir implica estar conscientes de un concepto complejo, vivo, no lineal, históricamente construido y que por lo tanto estará en constante resignificación, podemos aventurarnos a sintetizar qué entendemos por Buen Vivir: *«la satisfacción de las necesidades, la consecución de una calidad de vida y muerte dignas, el amar y ser amado, y el florecimiento saludable de todos y todas, en paz y armonía con la naturaleza y la prolongación indefinida de las culturas humanas. El Buen Vivir supone tener tiempo libre para la contemplación y la emancipación, y que las libertades, oportunidades, capacidades y potencialidades reales de los individuos se amplíen y florezcan de modo que permitan lograr simultáneamente aquello que la sociedad, los territorios, las diversas identidades colectivas y cada uno —visto como un ser humano universal y particular a la vez— valora como objetivo de vida deseable (tanto material como subjetivamente, y sin producir ningún tipo de dominación a un otro). Nuestro concepto de Buen Vivir nos obliga a reconstruir lo público para reconocernos, comprendernos y valorarnos unos a otros— entre diversos pero iguales— a fin de que prospere la posibilidad de reciprocidad y mutuo reconocimiento, y con ello posibilitar la autorrealización y la construcción de un porvenir social compartido»* (Ramírez; 2008: 387).” Revisado en <http://plan.senplades.gob.ec/presentacion>