

Reflexiones sobre la violencia y sus secuelas de un grupo de psicólogos y psicólogas que trabaja con personas afectadas por aquella y que acompañó desde muy cerca el proceso de la Comisión de la Verdad y Reconciliación.

El tratamiento individual con personas afectadas por la violencia política

Yovana Pérez, Verónica Molina, Victoria Pareja

La violencia política ha impactado nuestra sociedad de manera funesta desde hace ya varias décadas. Las secuelas de este fenómeno han hecho mella en la salud mental de los afectados y de la sociedad en general, lo que nos obliga a plantearnos la necesidad de proponer mecanismos de elaboración de sus efectos en los ámbitos individual, familiar, grupal y social.

Muchos profesionales dedicados al tema de la salud mental coincidimos en otorgar a estos efectos el *status* de trauma psicosocial, ya que el grado de afectación, que es individual como social, no solo conmocionó el mundo interno sino a todo el conjunto de condiciones que rodean al ser humano: el hábitat, la familia, el empleo, las redes sociales, los vínculos.

¿Por qué es traumática la violencia?

Un evento violento adquiere la cualidad traumática por-

que: se presenta de manera inesperada para interrumpir el proceso y equilibrio habitual de la existencia; mina el sentimiento de confianza en los otros; contiene rasgos imposibles de interpretar, codificar y dar sentido según los parámetros habituales de entendimiento del entorno; implica la voluntad de destruir a otro como sujeto, de dañar tanto el cuerpo cuanto la mente en una dinámica en la cual la vida psíquica o física no vale.

Las secuelas que se producen a raíz de una experiencia traumática por violencia se mantienen en el violentado porque en él subyace el efecto del terror. La angustia traumática está asociada a la sensación de indefensión que se vivencia, donde el sujeto queda sin recursos ante este deseo de aniquilación de otro.

La violencia ha generado en el Perú un silenciamiento colectivo, una tendencia a negar su

existencia y su impronta. Lo no dicho, lo negado, es, entre otras cosas, la respuesta a la tentación apaciguante de olvidar.

Ante esto, la memoria colectiva puede ser el soporte, el continente, que puede otorgar sentido a lo que ha quedado vacío en la memoria individual. Pero si bien el contexto social puede servir de ordenador dándole sentido a los vacíos de significado mediante la representación de lo vivido en el imaginario social a través de monumentos, dichos, leyendas, recordatorios y todos los testimonios del pasado, es necesario contar también con espacios más íntimos que puedan constituirse en vías de reparación individual y que permitan asegurar la rehabilitación desde lo más básico: lo personal.

Las autoras son miembros del Centro de Atención Psicosocial (CAPS).



Foto: Archivo La República

¿Por qué es importante incidir en los ámbitos individual, familiar y grupal?

Lo traumático en la familia se transmite a las generaciones siguientes cuando no se brinda el espacio para su procesamiento. Es como si se estuviera condenado a transmitir inconscientemente las "cuentas pendientes" de una generación a otra en la medida en que conservan su carga traumática sin tratar, sin elaborar. La transmisión de la violencia padecida y los distintos tipos de duelos que ella conlleva se harán bajo diferentes y a veces ocultas formas de repetición. Una de las funciones más importantes de la psicoterapia es la prevención de esta repetición. En nuestro trabajo con niños y adolescentes afectados por la violencia hemos podido constatar que muchas veces los modelos de identificación más valorados son aquellos que encarnan las

figuras violentas del entorno (pandilleros, matones, drogadictos), pues son portadores de rasgos de fuerza y omnipotencia muy significativos para los niños, que contrastan con su propia sensación de minusvalía y desamparo.

Uno de los efectos más devastadores que dejó como herencia la violencia política es el resquebrajamiento de la confianza en los otros. La confianza es requisito básico para coordinar las acciones básicas de la existencia humana, es la materia prima con la que se constituyen las instituciones y los vínculos humanos en general. Para muchos afectados resultará muy difícil que, sin haber mediado una intervención previa a escala individual, puedan revincularse y reinsertarse a la sociedad y sus grupos, comportarse como ciudadanos plenos y autóno-

mos, capaces de actuar en una realidad social distinta de la que impone la violencia política.

Vinculado con lo anterior, la tendencia al aislamiento, a dejar de lado los vínculos habituales y la acción en una realidad concreta, es otra dificultad que subyace como efecto de la violencia. La tendencia natural del hombre a hacer uniones cada vez más extensas se ve minada por la pérdida de los referentes psicológicos y sociales que ya no sostienen el mundo habitual. Las redes sociales se fragmentan. El individuo se aísla. ¿Cómo concebir entonces la re-integración a ese mundo si no es, en muchos casos, desde la perspectiva del fortalecimiento individual?

Las posibilidades de tramitar los duelos están seriamente resquebrajadas. Y es que toda situación traumática va acompañada de una pérdida que

pertenece tanto al mundo subjetivo cuanto al objetivo. Este desgarró, el dolor por la separación, puede ser enloquecedor y la insistencia en recuperar lo perdido puede hacer que la persona se resista a establecer nuevos vínculos y a realizar las acciones necesarias para su supervivencia emocional y material. De no brindársele la posibilidad de cura a través de la psicoterapia individual, la capacidad individual de auto-sostenerse y el uso de las habilidades sociales se verán severamente afectados.

De manera general en todos los afectados y de manera particular en los torturados, el trauma deja una huella perdurable de vulnerabilidad. Esto hace que ante cualquier evento posterior estresante, la persona puede quebrarse o desestructurarse, aun cuando haya mediado un proceso de rehabilitación. Los espacios

sostenidos de apoyo y contención pueden amortizar el embate de los eventos que reactivan estas huellas.

Muchas veces encontramos que la reacción ante lo vivido no es inmediata: los pensamientos, pesadillas recurrentes, estados de hiperalerta, irritabilidad, insomnio, ataques de ira, dificultades en la concentración, falta de esperanza, pérdida de iniciativa, etcétera, pueden organizarse luego de un tiempo y dar lugar a alteraciones severas. Si perdemos de vista la manera singular y los mecanismos adaptativos que cada cual pone en juego para hacer frente al suceso traumático, difícilmente entenderemos su padecer y difícilmente podríamos intervenir de manera eficaz.

Por otro lado, la estigmatización y la marginación provenientes del entorno acentúan la sensación de minusvalía e indefensión. El propio medio es muchas veces un obstáculo para la rehabilitación de los afectados. La fragmentación social que se refuerza con la violencia tiende a aislar a los más vulnerables, quienes deben recuperar la capacidad de incorporarse activamente a la reparación

y al reconocimiento de sus derechos desde el espacio que les ofrece la intervención individual.

La violencia rompe muchas veces los diques que contienen los impulsos agresivos personales. La agresividad puede verse hacia el afuera o hacia lo interior en forma de conductas autodestructivas. A la vez, el ambiente circundante suele ser enloquecedor y contradictorio (instituciones policiales que maltratan en vez de proteger, se indulta o perdona a seres inocentes, etcétera); por tanto, deviene incapaz de reorganizar o contener el potencial violento que fluye desde lo individual. Si recreamos un ambiente personal propicio para que la confianza en los otros se restaure, que pueda recuperar la vía de la palabra en desmedro de la acción hostil, estaríamos contribuyendo de manera más eficiente a la reparación emocional.

Frente a este escenario, es importante y necesario también tener en cuenta que esta población presenta una historia previa de privación de medios de desarrollo y subsistencia en general, por pertenecer en su mayoría a los sectores más desfavorecidos de la sociedad, en el cual los recursos y posibilidades son mínimos y la vulnerabilidad social es preexistente. A esto se suma lo que aporta la violencia política: la vivencia de



Foto: Javier Zapata Aparicio

desgarramiento entre el pasado y el presente, la merma de la capacidad de manejar sus vidas, la pérdida de los vínculos y de los proyectos futuros, la desorganización interna y externa, situación en la cual resulta muy difícil implementar respuestas psicológicas adecuadas, sostener emocionalmente a los hijos y garantizar la subsistencia si no media una intervención adecuada.

¿Cómo ayuda la intervención en el nivel individual y de grupo primario?

Como ya mencionamos, la violencia lesiona la confianza básica que constituye el sustento de todo vínculo emocional humano. Por tanto, una intervención terapéutica busca incidir ante todo en la restitución de aquella.

Es el propio vínculo terapéutico lo que resulta reparador en primera instancia. La institución o el profesional que acoge a estas personas brinda un marco de empatía frente a los atropellos vividos que constituye en sí mismo un reconocimiento del sufrimiento y del horror vivido, aspecto que usualmente no se da en el entorno social. Al mediar una relación con otro (otros) que desnaturalice y reconozca esas violencias, el sujeto podrá reconocerse y ser reconocido como parte de un vínculo en el que prevalece el deseo de vida y la posibilidad de recuperar los referentes que hacen a su

identidad más allá de su condición de víctima.

Un segundo nivel de reparación se instaura en la medida en que el contexto institucional o vincular dentro del cual se realiza la intervención va a funcionar como un organizador psicosocial, al constituirse en "un tercero" que resguarda al afectado de la parte de realidad externa que actuó impunemente y que de alguna manera le permite retomar el control de su propia vida, darle un sentido a esta y construir las vías para elaborar un proyecto a futuro.

En nuestro trabajo hemos podido constatar que el acompañamiento terapéutico-reparatorio durante la intervención con afectados por la violencia política, a pesar de lo irreversible de muchas secuelas tanto psicológicas cuanto físicas y materiales, permite:

- Elaborar el trauma y los sentimientos de rabia, dolor, odio e impotencia y dirigirlos por caminos productivos o creativos.
- Reconocer sus dificultades y conflictos como productos de la exterioridad violenta y discriminarla de sus dificultades previas.
- Revincularse de manera positiva con el entorno y abrirse a nuevas formas de relación humana.
- Manejar la frustración cotidiana, las dificultades que la reinserción social les trae.



Foto: John Riley/CVR

- Recobrar la confianza en sí mismo y los demás.
- Reconocer el miedo y enfrentar activamente la estigmatización y negación del medio.
- En el ámbito familiar, intentar un cambio que, integrando el dolor y las carencias, permita la individuación y el desarrollo personal, al liberarse de aquellos modos perjudiciales de relación que surgieron como formas defensivas y protectoras ante el trauma vital.
- Restablecer la capacidad de autosostenerse y sostener a la familia.
- Recobrar las habilidades sociales y la capacidad de logro. ▲