

SUPERAR UN ANTIGUO TRAUMA GRACIAS A LA RELACIÓN DE PAREJA¹²

OVERCOMING AN ANCIENT TRAUMA THANKS TO THE COUPLE'S RELATIONSHIP

Alberto Penna

Scuola de Psicoterapia "Mara Selvini Palazzoli"

albertopenna65@gmail.com

RESUMEN

Este artículo ilustra un caso en el que la elaboración de un trauma de abuso sexual infantil tuvo lugar gracias al uso de la relación de una pareja joven como fuerza determinante. La derivación de la pareja estaba a cargo del Tribunal de menores, por los enfrentamientos violentos entre ambos cónyuges, los que presenciaban sus dos hijos muy pequeños. Después de un buen comienzo, se presentó la reactivación traumática para la visita navideña a los familiares, incluido el tío que había perpetrado el abuso, lo que nos permitió poner en el centro de la intervención la superación del trauma, que se resolvió felizmente gracias al trabajo de contención en la pareja. Las terapias de trauma que se están desarrollando en estos años se van perfeccionando cada vez más, pero a menudo se corre el riesgo de pasar por alto la primera fuente de la salud psíquica: la relación.

Palabra claves. Trauma, relación, pareja, tutela de menores.

SUMMARY

This article describes a therapy in which the overcoming of a child hood sexual trauma happened thanks to the relation of a young couple, as a determining force. The couple was involved in a child protection context by the court of minors, due to the violent clashes between the two young adults, to which the children were exposed. The journey was good since the beginning; some months after it occurred a reactivation of the trauma, due to a Christmas holiday at the parents house, where they contacted the uncle that was her sexual perpetrator. From this moment onwards the focus begun to be her trauma, through the healing bond with the husband. The therapeutic approaches of these years are getting better and better, but there is a great risk to forget the main source for mental health: the relationship.

Key words. Trauma, relation, couple, child protection.

EL CONTEXTO

EL TRABAJO CLÍNICO SE LLEVÓ A CABO en un servicio de protección de menores en Lombardía, organizado en dos niveles. En el primero participaron psicólogos y trabajadores sociales de los cuatro Municipios asociados, mientras que en el segundo,

¹ Publicado en italiano por Ecologia della mente, vol. 45, n. 2, 2022, traducido con la autorización del autor y de dicha revista.

² Traducido por Ps. Freddy Orellana, colabora en edición Ps. Verónica Penna.

centralizado, se convocó a petición de los operadores del primer nivel. El trabajo del segundo nivel se organizó sobre el modelo del Centro del Niño Maltratado (Cbm) de Milán. Las familias que ya han tenido una evaluación inicial de la paternidad, con resultados variables, han sido tratadas después del decreto para intentar trabajar el cambio, definido por Cirillo como una "evaluación de la recuperabilidad" [1].

PASAJES PRELIMINARES

Colegas del Municipio nos contactaron sobre la familia Pirrotta/Galdino (los nombres de las familias son ficticios), formada por una pareja muy joven. La psicóloga y la trabajadora social estaban muy motivadas para ayudar a estos dos padres muy jóvenes. Ugo tenía 26 años en ese momento y Giuliana 23. Ella había salido recientemente de un recorrido de tutela, que la había protegido durante muchos años de su familia de origen que es profundamente sufre y disfuncional. La joven había tenido a Kevin, el primogénito, a los 18 años, concebido cuando aún estaba en la comunidad, mientras que su segundo hijo, Cristian, cuatro años después, a los 22.

Los compañeros de servicio nos pidieron cuidarlos para ayudarlos a romper el ciclo de la cronicidad. Las crisis de la naciente familia se manifestaron con fugas, tiras y aflojas de la relación, brotes de violencia mutua, que habían sido presenciados en ocasiones por el primogénito. En la primera reunión, en presencia exclusiva de los operadores, se decidió elaborar un informe para ser enviado al Juzgado de Menores. Esta gestión dependió de la falta de claridad sobre los objetivos compartidos y sobre la situación actual de la familia. Dado que la solicitud realizada en el segundo nivel era para una evaluación de la recuperabilidad, se necesitaba la formalización clara del paso anterior: el que sancionaba una dificultad parental, con los detalles de la misma, contenida en un decreto [2].

Como en medicina, antes de preparar un tratamiento difícil y exigente es necesario tener las ideas más claras posibles sobre el diagnóstico. El tribunal aún no había recibido un informe que contuviera las indicaciones sugeridas por los operadores, para lo cual también faltaba el decreto que luego dio seguimiento a informes de este tipo. El riesgo hubiera sido comenzar a trabajar en el cambio antes de saber a qué situación nos enfrentábamos y sin que la familia supiera sus connotaciones. Habría sido necesario llevar a cabo estos dos pasos en el menor tiempo posible. La experiencia vivida en el Cbm me había convencido de que cualquier camino de cambio requiere un mandato claro en contextos obligados; tanto como una fuerte motivación en contextos espontáneos como las consultas privadas.

Como suele suceder, los colegas ya tenían mucha información sobre los jóvenes padres; por lo tanto, habría sido suficiente organizarlo y escribirlo para explicarle al tribunal qué pasajes se consideraron útiles. El informe fue completado y enviado en primavera.

LA SITUACIÓN FAMILIAR RECOGIDA

Un buen equipo había tratado a la familia de Giuliana cuando ella tenía unos 17 años. En ese período la muchacha había intentado en algunas ocasiones suicidarse, tenía conductas fuertemente impulsivas, sin embargo se la describía como una persona inteligente y con muchas ganas de estar mejor. El trabajo con su familia había sido decepcionante, ya que la madre no se había recuperado de una depresión que se prolongaba desde hacía varios años y que la había hecho muy poco presente en la vida de su hija. Ella la confió a la protección del padre, quien, sin embargo, no respondió adecuadamente. En el pasado infantil de Giuliana

existió un grave abuso sexual que se prolongó durante varios años, perpetrado por un pariente y que fue descubierto tiempo después por los padres. Desafortunadamente para ella, no habían sido capaces de entender el malestar causado por la violencia y ni siquiera reaccionar confrontando al pariente después del descubrimiento. En la evaluación que en su momento hicieron los colegas, el abuso había sido tratado con sus padres, quienes, sin embargo, no consideraron útil retomar aquellas viejas historias, que había involucrado a Giuliana desde que tenía ocho años hasta los dieciséis. La cuestión arriesgaba terminar en el pozo de la disociación [3].

Una vez enviado el informe al Juzgado de Menores, en los meses de espera del decreto, nos mantuvimos informados sobre la evolución de los dos jóvenes. En el mismo período se le hizo una evaluación a Kevin por neuropsiquiatría infantil, de la cual no se encontraron síntomas ni trastornos particulares en el niño.

Tres meses después, en pleno verano, llegó el decreto que recogía todas las observaciones de la relación y exigía a la familia hacer un camino para un cambio en sus habilidades parentales. El decreto fue enviado a los servicios y los colegas se lo leyeron a la familia, explicando sus intenciones y los proyectos que nos involucraban. En ese momento a la pareja le costó aceptar las referencias a su violencia, pero coincidieron en que su hijo mayor necesitaba ayuda.

Esta parcial concordancia sobre los objetivos a menudo está presente también en contextos coactivos, siempre que se cree una condición constructiva de intercambio. En este caso, los colegas habían sido eficientes y no los habían juzgado, por lo que Giuliana y Ugo aceptaron, ya en aquella fase, un trabajo psicológico. Al tratar con familias que no solicitan ayuda, se corre el riesgo de dar por sentada la total falta de motivación. Más a menudo de lo que se cree, por el contrario, los padres tienen necesidades y saben expresarlas, si se les da la posibilidad [1].

Todo el proceso duró alrededor de un año y medio, para un total de 23 sesiones, en diferentes formatos, incluyendo la primera reunión con los colegas del servicio que enviaban el caso y la lectura final del informe en que solicitamos su archivo.

INICIO DEL PROCESO: ENCUENTRO CON LA FAMILIA Y LOS SERVICIOS

En este punto, se programó una primera reunión con todos los operadores involucrados de diferentes formas. Esta reunión fue muy importante para fundar el trabajo posterior, dirigido hacia unos pocos objetivos:

1. Compartir la historia familiar clarificando los recursos y los límites;
2. evidenciar las preocupaciones del Juzgado de Menores y del Servicio Territorial, en los que se requiere el trabajo de colegas de segundo nivel;
3. sondear las motivaciones de la familia;
4. hacer evidente la implicación de varios profesionales, junto con un clima constructivo de la red.

Este primer encuentro resultó muy bien y cumplió todos los objetivos. En un tono general de colaboración, se retomaron los elementos fundamentales de sus tormentosos acontecimientos. Ugo y Giuliana se involucraron en los discursos de los operadores, agregando información y confirmando las versiones escuchadas. Los dos jóvenes parecían no tener barreras defensivas; se presentaron buscando apoyo, no obstante al mismo tiempo estaban escépticos de recibir de alguien verdadera ayuda. Este movimiento interno era

perceptible en todos nosotros, en el equipo, y parecía que los aspectos de búsqueda de apoyo, en cualquier caso, prevalecían respecto de la desconfianza.

En un pasaje que será importante a lo largo del proceso, los cónyuges corrigieron a los colegas del servicio territorial: "No es que propiamente no sepamos las causas de nuestras peleas violentas, somos hoy relativamente conscientes de ellas". Esto nos dejó a los operadores con una nota mental que se retomó hacia el final de esta primera entrevista: el discurso sobre las dinámicas relacionales que ocurrían en esos años. La relación entre el Tribunal de Menores, el servicio social y nuestro servicio quedó así bien aclarada. Les devolvimos la positiva impresión que nos causaron, que fue evidente a partir de la colaboración durante la entrevista.

Giuliana y Ugo hablaron del período de separación, durante el cual se dieron cuenta de algunas dinámicas que querían cambiar. El relato describía la idea de la solidez de la familia de origen de él y las dificultades de ella, que se había encontrado a los dieciocho años con una casa de la cual hacerse cargo, la de sus padres.

Algunas consideraciones sobre la parte que comúnmente suele ser más difícil, aquella en la que se describen preocupaciones y carencias específicas. La ansiedad de todos los operadores lleva a menudo al discurso afirmaciones demasiado generales para ser de alguna utilidad. "No ser lo suficientemente buenos como padres", fórmula abusada, se aplica también para tantas familias que no pasan por los servicios sociales. Ser específicos y concretos es difícil, pero también es el recurso para reflexionar juntos. Cuando se citan ejemplos, se puede analizar mejor las intenciones, las vivencias y las consecuencias. En nuestro caso, se mencionó el uso de drogas por parte del esposo, que no negó, aunque afirmo que no había tenido secuelas.

En cuanto a las causas del conflicto violento, ninguno de los dos negó los hechos denunciados en el decreto, y habían hecho algunas reflexiones sobre las hipótesis. Ella atribuyó sus problemas a su pasado de niña con una madre deprimida, con ella en primera línea corriendo para todos. Esto también producía graves consecuencias para la joven pareja: el padre la llamó para que fuera a limpiar la casa, aun cuando ya tenía al primogénito; esto irritó al esposo. Además, los padres de Giuliana les habían pedido dinero prestado, que los dos fatigosamente habían ahorrado. Eran diez millones de liras que les habrían servido y que Ugo le había entregado a su suegro. Dinámica familiar común a tantas historias de este tipo que interconectan la lealtad a los padres, la inequidad de los intercambios generacionales y la necesidad de ser visto y reconocido en el propio esfuerzo [4-6]. El desequilibrio hacia la familia de ella se evidenciaba para bien o para mal. Ugo no sólo no protestaba abiertamente, sino que no le pidió ayuda a su propio padre, a quien mantuvo desinformado de todo esto.

Diferenciamos entre el mérito y el método de sus consideraciones. Sobre los méritos de las hipótesis puede considerarse demasiado simples y esquemáticas, ya que diferencia de forma dicotómica a las dos familias de origen. De todos modos, nos pareció una parte útil de la dinámica general, como una pieza del rompecabezas que no explica todo, pero que se adapta bien para ser insertada en una diseño más amplio.

Si ponemos atención al supuesto que subyace a la hipótesis -el método- esto es muy coherente con el trabajo que íbamos a realizar: ambos buscaban causas, explicaciones que justificasen lo sucedido. Esta actitud hablaba de un cierto grado de asertividad, de responsabilización y de un modo psicológico de pensar: todos pre-requisitos para el trabajo de cambio.

EL CUADRO FAMILIAR DELINEADO AL FINAL DEL PRIMER ENCUENTRO

Al final de este primer encuentro, se pudo dibujar una imagen bastante clara de lo que les había sucedido y cómo habían llegado a la violencia recíproca.

En las dos infancias se puede evidenciar muy pocos cuidados protectores y consistentes, como para no permitir una suficiente capacidad de gestionar las emociones. Esto los colocó en el lado impulsivo.

Los suegros de Ugo, en lugar de ayudarlos, les sustrajeron preciados recursos económicos, físicos y emocionales. Fue precisamente esto lo que desató la ira y los llevó a furiosas rencillas, incluyendo la violencia recíproca. En los primeros días del precoz matrimonio vivían en la casa de los padres de Giuliana, y fueron obligados a dormir en camas separadas por orden del padre. Era muy probable que ella permaneciera tan cercana a su propia familia de origen como esperando finalmente ser vista, aunque con el paso de los años esta expectativa había sido en vano. La frustración resultaba palpable y para el esposo le significaba sentirse instrumentalizado en una triangulación que hacía al menos en parte manipulatorias las relaciones. Sentimientos que contribuyeron al desencadenamiento de furiosas peleas [2]. Se puede decir que, a pesar de haberse casado con un rito social y religioso, la familia de ella se comportó descalificando esta unión.

Los padres de Ugo no sabían nada, y este elemento se tendrá en cuenta en el resto del trabajo, como indicio de una dificultad también respecto a la familia de origen de Ugo. ¿Qué buena relación puede haber entre padres e hijos tan jóvenes cuando un hijo pasa por momentos dramáticos y no se siente capaz de contarlos [7]? Su explicación fue la siguiente: según Ugo, su madre era demasiado emotiva y habría sufrido. Ugo estaba tan solo: en una familia que no era la suya y que no lo hacía sentir casado, no podía desahogarse y ni siquiera tenía verdaderos amigos.

La comprensión de buena parte de los hechos que acabamos de sintetizar había sido alcanzada también por los jóvenes conyugues, justamente en la etapa en la que habían estado separados durante algún tiempo. Giuliana recordaba haber estado muy desilusionada: sin Ugo, cuando necesitaba a sus padres, estos se mostraban ausentes al llamado, ellos no la ayudaron, mientras que en el pasado ella se había desvivido por ellos, corriendo cada vez que su padre o su madre la habían necesitado.

Para legitimar y confirmar sus experiencias, nos centramos en las expectativas que normalmente surgen en la fase del nacimiento de los hijos: un acercamiento de los padres, convertirse en abuelos, un apoyo al menos moral a los nuevos padres. En su caso había acontecido todo lo contrario: ¿en qué momento habían dejado atrás todo ese estrés? ¿De qué modo salieron a la luz los lazos de lealtad [6,8]?

La situación al momento de hacernos cargo era relativamente tranquila: él era carpintero aunque no podía trabajar a tiempo completo; ella trabajaba haciendo aseo.

SESIÓN CON LOS NIÑOS

Un momento crucial de tantos procesos en la tutela es aquel en el que los hijos y los padres se confrontan, con la ayuda del equipo que hace que este momento sea constructivo. Como siempre, es fundamental no ser juzgadores; por otro lado, es necesario no descartar el sufrimiento de todos, que de diferentes maneras, han sufrido. En esto, los primeros en ser reconocidos en su propio dolor son los niños: la apuesta está en el trabajo con los padres.

En la segunda sesión, en presencia de los hijos, ambos padres estuvieron dispuestos a mediar entre nosotros y los niños. Esta entrevista reveló la potencialidad del trabajo sobre el cambio cuando se incluye a los niños en las sesiones, incluso en contextos de tutela. Lo que emergió fue el mundo emocional de sufrimiento de los hijos, con palabras claras, dichas directamente por ellos. Esto suele valer más que cualquier otra acción para motivar a los padres a cambiar, veamos algunas interacciones de esa sesión.

Cuando la mamá presentó al servicio (y a nosotros) dijo que ayudaríamos a los padres a hacerlo mejor, el primogénito se conectó de inmediato, afirmando el deseo de hacer a la familia "más bella que ahora". Esta apertura nos permitió no demorarnos en rodeos, pudiendo afrontar los peores momentos; tras unos minutos en que recordaron las peleas entre papá y mamá, animadas por arrebatos violentos, el hijo mayor agregó que muchas veces había tenido "miedo de que lo golpearan porque hacía travesuras". Giuliana y Ugo relataron que casi siempre pasaban por alto el tema, pensando en no reabrir viejas heridas.

Una metáfora que suelen utilizar los padres avergonzados es imaginar, en silencio, que los problemas envejecen y se sepultan. Me gusta jugar con las imágenes y a veces respondo que esto funciona, siempre y cuando no sepultemos vivos los recuerdos, de lo contrario vuelven a atormentarnos [8,9]. La sesión fue constructiva y valiente, como cada vez que una familia logra crear un diálogo en torno a hechos dolorosos. Era una de las pocas veces que habían vuelto a hablar de la violencia. Nos parece sugerente la respuesta del pequeño, que a mi regreso, después de un breve descanso, me entregó el biberón, como para sellar una forma de cercanía a pesar de la gravedad de las temáticas recordadas. La inteligencia emocional estaba en acción y los padres ya parecían estar en el camino para corregir los errores del pasado [10,11].

PRIMEROS AVANCES EN LAS SESIONES CON LOS PADRES

En las sesiones posteriores con los padres solos, aprovechamos lo que emergió junto con los niños. Ugo había sido muy cuidadoso y nos confió su propia amargura por la dificultad de su hijo para separarse de él: se preguntó si tenía poca confianza en él. También habíamos notado que cuando papá y mamá se habían acercado, Kevin se puso al medio. Analizando estos pequeños gestos, aunque elocuentes desde diferentes puntos de vista, todos estuvimos de acuerdo en que indicaban un estado de alarma para Kevin. El niño entendió que una bomba podía explotar entre los padres y trató de ponerse al medio como un colchón amortiguador. También había identificado al padre como la figura más impredecible, por lo que siempre trataba de mantenerlo en su campo visual, tenía miedo de no saber cómo se conduciría este padre.

Todos estos elementos también confirmaron en sus ojos la necesidad de corregir algunos sufrimientos y traumas que no habían sido superados. Ugo y Giuliana estaban atentos y deseosos de comprender, tanto como para decir que Kevin, aunque no lo recordara, evidentemente debió permanecer con el miedo en su cuerpo.

Esta solicitud es fruto de una necesidad tan antigua como el mundo. Si nuestros hijos nos dicen, o nos hacen sentir con el cuerpo, que los temores han permanecido latentes, nos vemos impulsados a hacer algo para repararlos. Se trata de un instinto que pasa de un estado de fuerte estrés de un niño al de activación del sistema de cuidado de los padres [12] o que se puede llamar apego [7]. Habitualmente la máxima desesperación de un niño se produce cuando el progenitor está alterado, y el adulto no puede poner en acción las debidas conductas de consuelo, cegado por su tempestad emocional que lo hace inaccesible a la de sus hijos.

Pasada la tormenta, los niños no volvieron a hablar del tema y los padres no preguntaron cómo se sentían [13]. Por ello, es conveniente reunir a niños y padres “en la habitación”, en un momento en que las alteraciones emocionales son visibles pero no excesivas; dejando que los cuerpos y las palabras de los niños expresen su sufrimiento, para que los padres se activen [14].

Si el comportamiento de Kevin en la sesión expresaba las defensas de los niños, ¿cuáles eran las de ellos? ¿Cómo habían afrontado las fuertes tensiones? Estas preguntas son cruciales ya que ponen nuestra atención sobre los “niños heridos” que los padres han sido y continúan siendo. Cuanto más difícil ha sido nuestro pasado, tanto más herido, ofendido, humillado, está el niño que llevamos dentro.

Trabajar con familias maltratadas significa mantener la capacidad de ver, más allá de los cuerpos de los adultos que parecen monstruos, a aquellos niños que están tan heridos que ya no pueden controlar sus reacciones, después de haber transformado el miedo y la tristeza en ira.

Al responder a la pregunta, Ugo admitió que había usado su propia medicina: cuando aumentaban las tensiones en su propia familia, se ponía nervioso e hizo uso de sustancias, especialmente drogas que lograban sedarlo. Nos refería que es alguien que acumula sin desahogarse, manteniendo dentro también cuestiones que le pesan. Este sistema de autocura no siempre había funcionado, dejándolo a menudo frustrado o desconectado.

Los jóvenes padres acudieron a las sesiones con gran motivación y participación. Habíamos decidido anticipadamente verlos solos en esa primera fase, avalando las habilidades parentales, para luego retomar las repercusiones de los traumas posteriores, una vez que entiendiéramos lo que había sucedido.

El trabajo que se inició en las entrevistas individuales no se detuvo en la licencia, al contrario. En el intervalo entre las sesiones, Ugo repensaba sobre su cierre, buscando los motivos y trayéndonos sus reflexiones. Nos explicó cómo esta característica podría estar relacionado con su madre, que estaba muy ansiosa, y su padre ausente. No tenía experiencia respecto a la posibilidad de contar con alguien, confiarse a otro y ser consolado. Las veces que le había dicho algo a su mamá, ella se había vuelto sofocante, provocando su retirada. En poco tiempo la excesiva polarización entre las dos familias había disminuido: Ugo ya no pensaba la propia como perfecta en comparación con la de Giuliana con miles de problemas. También surgieron algunos episodios que nos habían mantenido en secreto, como el recuerdo de haber jugado mucho con un primo fanfarrón y agresivo, que unos años después terminó en prisión por asesinato. También en su infancia y pasado juvenil se pueden evidenciar claramente aspectos de deficiente cuidado y protección por parte de sus padres.

EL ANTIGUO ABUSO SE TRANSFORMA EN UN RECURSO PARA LA PAREJA

Tras esta primera etapa se fueron al país de origen de Giuliana a pasar las fiestas de Navidad. Descubrimos al inicio del nuevo año que en esos días habían vuelto a tener contacto con el abusador de Giuliana, un tío que seguía formando parte del círculo familiar, como si nada hubiera pasado. Los abusos se mencionaron velozmente, junto con la declaración de que ya no tenían consecuencias actuales, aunque se tratase de un largo período de violencia reiterada, que se prolongó desde los ocho a los dieciséis años, un tiempo inmenso, más aún para una niña.

La pregunta nos interesaba, porque intentábamos captar la unidad de la pareja precisamente en las heridas que cada uno había sufrido en su pasado. ¿Se encargaron de

ello? O ¿las dejaron enterradas vivos? Sus respuestas nos hizo entender que sólo conocían la segunda estrategia. Ni siquiera habían hablado de ello mientras estaban deprimidos, "porque las personas no queremos arruinar los lazos".

Comentamos en ese punto la posición insostenible de la joven mujer: la abuela se había callado, aunque Giuliana no pensaba que podría culparla, porque era su abuela quien la había criado. Los suyos lo sabían, pero no habían hecho nada, dando la fuerte comunicación implícita de que tenía que ser así. Le preguntamos a Ugo si pensaba que ella estuvo mal en sus vacaciones, cercana a sus persecutores. No, nos respondió, en cambio sintió odio, pero en ese punto se bloqueó.

Esa sesión fue crucial, ya que abrió una posibilidad bastante rara en la tutela: abordar el tema del trauma como en un contexto de terapia, dada la buena relación terapéutica, estimulando un equilibrio diferente en la pareja. Nos preguntamos si él realmente sabía lo que había sucedido, si empatizó con Giuliana en su dolor. Queríamos entender qué nivel de intercambio había entre ellos, así que preguntamos cuándo y cómo Giuliana le contó a Ugo esa historia dramática. Nos pareció fundamental profundizar en cómo se comportaban con respecto al apego y cuidado mutuo, la fortaleza de sus sistemas de cuidado para ayudarles a mejorar [7,9].

La joven mujer confidenció que se lo había relatado mientras estaban comprometidos; él se sintió mal, permaneció cerca de ella. Ocurrió hace 7 años y nunca más habían vuelto a tocar el tema. En el momento de la sesión, sin embargo, surgió nueva información. Para Giuliana el sufrimiento realmente no era verdaderamente del pasado: de vez en cuando llamaba a los educadores de la comunidad donde había pasado varios meses como menor protegida. En la sesión empezó a llorar preguntándose: "¿Cómo han podido mis padres no darse cuenta? El momento se tornó intenso y complicado para Ugo, que se sentía avergonzado, no entendía cómo pudieron suceder semejantes hechos. Se calló sin saber qué decir.

En este punto les animamos a no parar, señalando los recursos relacionales de Giuliana, que todavía hablaba con los educadores para aliviar el sufrimiento. Sabía cómo apoyarse cuando lo necesitaba, esto significaba que las relaciones para Giuliana no sólo eran un lugar de sufrimiento y violencia, sino que podían ser un bálsamo sanador. Pero ella todavía no se atrevía a hacerlo con su marido. Él no sabía cómo ayudarla y nos ofrecimos a ayudarlo a encontrar los modos de hacerlo.

Decidimos utilizar el texto "Liberarsi" [16], un libro escrito para la autocuración de las víctimas de abuso sexual. Sabíamos que si Giuliana lo leía sola no habría tenido el impacto sobre la relación que nosotros deseábamos. En lugar de eso, intentábamos alguna manera de que la cura ocurriera dentro de la pareja. ¿Cómo hacerlo?

La decisión fue entregar un capítulo a la vez a Ugo, pidiéndole solemnemente que prometiera custodiarlo él mismo y no dejarlo en manos de su esposa. Conjuntamente, en las noches que les parecía hacerlo, leerían las páginas, aunque fuera una a la vez, compartiendo todo lo que podía surgir en términos de emociones y pensamientos. Dando tiempo para llorar si es necesario, para desahogarse, juntos.

El primer capítulo es la parte más exigente, donde se recogen los testimonios detallados de muchas agresiones sexuales. Es un capítulo que sorprende a cualquiera y pretende actuar como una excavación para dejar al descubierto el dolor. No queríamos que Giuliana lo leyera sola, o incluso que tuviera el libro completo en sus manos. Habría existido para ellos el riesgo de encontrarse ante una tarea demasiado grande o, al contrario, leer sin aliento diferentes partes del libro, aquello reactivaría el trauma sin curarlo. Queríamos en

cambio, una especie de paseo para dos en el bosque de Caperucita Roja, esta vez volviendo a atravesarlo sin el lobo y con una persona amada al lado.

Así, al término de la sesión, se entregó el primer capítulo del libro; las páginas fueron entregadas a Ugo, con el acuerdo de que lo leyera siempre y sólo juntos, incluso en pequeñas dosis, cuando los niños estaban en cama. La esposa parecía feliz ante la posibilidad, mientras que el marido se veía inquieto.

Cuando nos despedimos estábamos divididos entre dudas y esperanzas. Sabíamos que afrontar de una manera tan profunda similares traumas no es fácil. Por otro lado estábamos todos, en el equipo, convencidos de la fuerza fundamental de su vínculo, del amor, del posible poder terapéutico de la pareja. Ya habían hecho grandes cambios antes de conocernos, como los relacionados con el distanciamiento de sus familias de origen y el crecimiento de su entendimiento como pareja. ¿Habría sido esto último lo que tomo fuerza? ¿Habría sido el poder de la relación, la conexión interpersonal para superar las secuelas de Giuliana?

Los sistemas humanos, como los de los simios antropomorfos, se caracterizan por la presencia de un flujo constante de comunicaciones corporales y emocionales, que constituyen un verdadero y propio tejido relacional. Sin embargo, a diferencia de nuestros primos simios, corremos el riesgo de no mantener este tejido nutrido y florido. A pesar de tener un canal de comunicación extra (el lenguaje) terminamos por no usar ni ese medio ni el cuerpo para confirmar nuestras relaciones. La buena noticia es que volver a ocuparse esta trama relacional es muy potente como medio para impulsar el bienestar [17]. Nos enfocamos en esto.

Unos días después, nuestros colegas se pusieron en contacto con nosotros. Informaron que Giuliana estaba en una gran crisis y no sabían por qué. Les contamos lo que se había decidido en la última sesión. Entonces la llamamos, ella nos confidenció, avergonzada, que había leído sola el primer capítulo, aquel en el que se relatan las vivencias de varias mujeres abusadas de niñas. Se habían reactivado verdaderas tormentas emocionales y corporales del trauma, perturbándola. Al teléfono acogimos con benevolencia lo sucedido. Imaginamos que Giuliana hubiese querido acelerar el proceso de curación, sin imaginar la magnitud de su sufrimiento. En esto había actuado con una creencia engañosa y difusa: cuanto más rápido, mejor. Los abordajes de los traumas dicen en cambio lo contrario, es decir, que al ir lentamente, sin volver a vivir el trauma, se allana el camino. La mayor velocidad posible está dictada por reacciones corporales, no por la urgencia de salir de la pesadilla [9,18]. Es más, al acelerar lo había hecho sola: con esto había recaído en la trampa de considerar la relación con Ugo menos importante de cuanto podría esperarse.

Cuando llegaron a la siguiente sesión, unos días después, Giuliana nos contó que había afrontado el primer capítulo de forma devastante, sin pedir ayuda a su marido. Pasó tres días sin decirle nada. Ugo, por su parte, admitió que le resultaba fatigoso, que estaba cansado por la noche. Pero él había notado que ella estaba más nerviosa, sintiéndose mal cuando supo que su esposa había leído ese capítulo sin él. Los viejos patrones son duros de matar, pero cuando se han hecho conscientes, su poder se vuelve gradualmente menos absoluto y comienzas a corregir el tiro.

Y así fue. Antes de venir a nosotros habían vuelto a empezar, releendo el capítulo juntos, con muchas pausas. Ugo admitió que estaba desconcertado de compartir tanto horror. Aún hoy recordamos la intensidad de aquella sesión. Yo estaba visiblemente emocionado y el colega detrás del espejo sintió que se le saltaban las lágrimas. No eran sólo emociones negativas, eran mixtas. Nos habíamos imaginado en su lugar, sola y no creída, violada, sin camino de salida. Y luego ella, todavía sola leyendo aquellas páginas crudas, con un joven

marido a su lado al que no había dicho nada durante tres largos días. ¿Qué sucesos es capaz de poner en movimiento la vida, para revertir la necesidad humana de ser consolado por un abrazo? Y luego estaban las emociones positivas de alivio, del abrazo que por fin había llegado. Imaginamos a los dos padres jóvenes finalmente unidos, leyendo esas páginas duras por la noche. Nos imaginamos cómo se debe empezar a sentir Giuliana, que podría llorar toda su desesperación junto a su marido. Y su esposo, tan avergonzado hasta ahora, acercándose empáticamente a su joven mujer.

Introduciendo las categorías de la teoría del apego, podemos decir que habían comenzado a modificarse sus modelos operativos internos: ella finalmente pidió ayuda a una persona cercana -su esposo- y él finalmente asumió un rol de consuelo y cercanía. Apego y cuidado de un tipo más seguro que en el pasado.

ALGUNAS PALABRAS SOBRE LA CONEXIÓN INTERPERSONAL

Muchas veces he asistido a momentos así, sintiéndome transportado por una especie de río relacional cálido y positivo. Siempre habían sido situaciones muy parecidas las que me hacían percibir este flujo: niños que recibían las disculpas de padres distantes o violentos, abuelos que confiaban a sus hijos adultos sus sentimientos positivos continuamente incomprendidos, esposos y esposas que se encontraban unidos frente a dramáticos acontecimientos de la vida que se habían mantenido en reserva. La lista sería larga, pero el patrón es siempre el mismo: son momentos en los que la conexión interpersonal previamente deteriorada se realinea y retorna la sintonía. Los seres humanos sentimos inmediatamente cuando estamos cerca de ese flujo: es la matriz natural de nuestra existencia, que con demasiada frecuencia tendemos a olvidar. La colega Laura Fino y yo hemos llamado a este flujo de comunicaciones corporales y emocionales “Conexión Interpersonal” [19]. Cuando dos personas se sintonizan frente a nosotros, sentimos su fluir intensamente y esto crea durante algunos minutos un sistema emocional único. Nuestros cuerpos lo sienten como un calor agradable, emociones intensas y una sensación general de unidad y armonía.

Dentro de este fluir, Giuliana pudo contar cómo todo lo inicio su tío, cuando ella sólo tenía ocho años; de intentos de suicidio, el primero a los doce años, cuando su tío fue al hospital a visitarla, que le tomó la mano. Recordó a la profesora mimándola, cuando sus dificultades se atribuyeron a la depresión de su madre. No encajaba en ningún lado: se escapó de la escuela y de la casa y fue descuidada. Sólo en el segundo intento de suicidio intervinieron los servicios sociales. Creo que en esa sesión asistimos a un momento de cambio decisivo. En lo sucesivo entregamos algunos capítulos más del libro, que continuaba representando una especie de sendero en su relación.

En los meses que siguieron la situación progreso saludablemente y afrontaron otros problemas que resolvieron. Por ejemplo, tanto Ugo como Giuliana se dieron cuenta de que le habían pedido demasiado a Kevin en la escuela, en las relaciones con sus compañeros. Nos hablaron de un niño de la clase que era muy agresivo incluso con Kevin, este tema hizo que ambos se sensibilizaran. Este niño sufriente les recordó su difícil pasado, a riesgo de hacerles perder de vista las vivencias de su hijo mayor, a quien pidieron tener paciencia. Este episodio los ayudó a empatizar más con Kevin y a ponerse de su lado, en lugar de buscar suprimir sus sentimientos.

Algunos problemas laborales pusieron en crisis a Ugo, quien fue despedido y estuvo luchando por obtener el dinero de la indemnización. La crisis creó una oportunidad, que en el clima familiar ahora constructivo él se benefició. Para su gran satisfacción, fue contratado

por una empresa mucho más sólida; puso más empeño en su trabajo, obteniendo un oportuno reconocimiento.

En el curso del año siguiente se mudaron también de casa, ampliándose. Además decidieron que un psicopedagogo hiciera un seguimiento privado de su hijo mayor.

Hacia el final del recorrido, entregamos los últimos capítulos de "Liberarsi", pensando que en aquel momento se habían autonomizado al apoyarse, dejándonos muy tranquilos. Los óptimos efectos en la salud de Giuliana habían sido paralelos a aquellos de la relación, que se había convertido en un refugio seguro para ambos. Los niños, vistos de nuevo a los pocos meses del inicio, nos hablaron de un ambiente familiar diferente, más sereno y con unos padres que se llevaban bien. El ambiente era mucho mejor y Giuliana estaba definitivamente mejor. Los reportes de colegas locales realizados a lo largo del período fueron confirmando el progreso de la familia desde muchos puntos de vista. La escuela dio una respuesta positiva, social y profesionalmente, la situación ahora era estable.

CONCLUSIÓN E INFORME FINAL PARA EL TRIBUNAL DE MENORES

Nos dimos cuenta de que el proceso podía considerarse concluido. Todos habíamos ido mucho más allá de las peticiones y deseos pensados al principio. No sólo había terminado la violencia, sino que las discusiones ahora eran raras y civilizadas. Su relación había mejorado notablemente, como en la más eficaz terapia de pareja. Escribimos el informe final; como pocas veces les sucede a quienes trabajan en tutela, solicitamos al juzgado el archivo total del expediente, lo cual se obtuvo. Desafortunadamente, sólo se lo leímos a ella, porque la noche antes de la sesión final, el jefe había llamado a su esposo para que lo acompañara a un trabajo importante fuera de la región.

Giuliana estaba visiblemente emocionada y nos agradeció. Allí nos confió un secreto. Desde el momento de los primeros abusos había comenzado a sufrir una severa vaginitis, que le duró años, hasta el inicio del proceso. Nunca se había realizado la conexión entre el abuso y las dolencias físicas. Lo entendió cuando comenzaron a disminuir hasta desaparecer, desde el momento del trabajo de trauma. La felicitamos por la recuperación que nos pareció realmente plena.

Pensamos que muchas parejas con traumas de este tipo no pasan por fases de re-elaboración tan profundas y relacionales, como hemos visto con Giuliana y Ugo. Estamos agradecidos a estos dos jóvenes por habernos confirmado una vez más cuánto potencial de autocura tenemos nosotros los seres humanos, cuán poderosa y vital es la relación, el lugar donde todo nace y se construye, para el mal, pero también para el bien. Y también estamos agradecidos por el mensaje positivo que representan: no sólo puedes salir de la pesadilla, sino que cuando lo haces ayudado de una relación, el efecto final es contundente.

REFLEXIONES SOBRE EL PROCESO

Este proceso se dio en el año 2006, cuando aún no había profundizado en mi práctica terapéutica con respecto a los traumas. Sólo había hecho un par de alineaciones de Emdr, que, como tantos otros enfoques sobre los trastornos post-traumáticos, no logran aprovechar el inmenso potencial de los vínculos para la curación. Posteriormente profundicé mi formación profesional también con la psicoterapia sensoriomotora y la terapia de experiencia somática. Sin embargo, aunque por todos lados se habla de la necesidad de un acercamiento amoroso, delicado y de cercanía, esto se refiere casi siempre al terapeuta respecto a la víctima.

No se usa el poder de la relación para curar a través de las redes naturales de las personas. En este caso hemos querido apostar por la pareja, no por técnicas o terapias específicas para Giuliana. Hemos querido apostar por lo más antiguo que existe en la humanidad: la cercanía, la cura de las personas que nos quieren para bien, a pesar de todo. No queríamos ser la cura, sino el catalizador de la cura. No nos colocamos como curanderos, sino como personas que los vuelven a poner en condiciones de hacer lo que el hombre siempre ha hecho por sí mismo: permanecer cerca y consolarse, atravesando el dolor en compañía. Y junto a esta joven pareja, ganamos la apuesta.

FOLLOW-UP DICIEMBRE 2016

Llamo a Ugo y Giuliana. Encuentro a Ugo en el trabajo y no tiene mucho tiempo. Recuerda la terapia y me actualiza muy brevemente. Están bien, ya no han tenido problemas particulares y la familia se ha ampliado, ahora tienen cuatro hijos. Giuliana también está bien, trabaja por la mañana y puedo llamarla. Está muy feliz de saber de mí y saber que todavía los recordamos. Confirma que la vida ha cambiado mucho durante la terapia y también después. Se mudaron de nuevo, agrandándose cuando pensaron que iban a tener un tercer hijo. Ahora están haciendo un cambio similar. Trabaja en un restaurant y se siente bien, su voz en realidad es muy positiva y casi dichosa. Dice que también se han hecho creyentes, todos asisten a la parroquia y el hijo mayor es un educador. Tuvieron algunos problemas con el segundo, pero se atiende luego del diagnóstico de trastorno del aprendizaje y logra seguir los programas. Tal como me lo menciona, me parece realmente muy competente y atenta. Lo que más ha contribuido a mejorar sus vidas es la superación de su abuso sexual infantil: todavía recuerda cuando le hice notar que lo tenía encerrado en un cajón, listo para interferir y dar problemas. Ponerlo fuera ha hecho la diferencia y aun no tiene problemas físicos relacionados con esa terrible experiencia. A ellos también les ha ayudado como pareja y lo recuerdan de vez en cuando.

BIBLIOGRAFIA

1. Cirillo S. *Cattivi genitori*. Milano: Raffaello Cortina Editore, 2005.
2. Cirillo S, Di Blasio P. *La famiglia maltrattante*. Milano: Raffaello Cortina Editore, 1989.
3. Terr L. *Unchained memories: true stories of traumatic memories lost and found*. New York: Basic Books, 1994.
4. Miller A. *Prisoners of childhood: the drama of the gifted child and the search for the true self*. New York: Basic Books, 1981.
5. Minuchin S, Montalvo B. *Family of the slums, an exploration of their structure and treatment*. New York: Basic Books, 1967.
6. Boszormenyi-Nagi I, Spark GM. *Invisible loyalties: reciprocity in intergenerational family therapy*. New York: Harper & Row, 1973.
7. Bowlby J. *Secure base: parent-child attachment and healthy human development*. New York: Basic Books, 1988.
8. Sapolsky MR. *Why zebras don't get ulcers*. Stanford (CA): Stanford University, 1994.
9. Levine P. *Healing trauma: a pioneering program for restoring the wisdom of your body*. Colorado (USA): Sounds True, 2008.

10. Siegel D. *Parenting from the Inside Out: how a deeper self-understanding can help you raise children who thrive*. New York: Tarcher, 2003.
11. Goleman D. *Emotional intelligence*. London: Bloomsburt, 1995.
12. Panksepp J, Biven L. *The archaeology of mind: neuroevolutionary origins of human emotions*. New York: Norton & Company, 2012.
13. Levine P, Kline M. *Trauma through a child's eyes: awakening the ordinary miracle of healing*. California: North Atlantic Books, 2006.
14. Penna A. *Curare i bambini con le relazioni*. In: CAM (a cura di). Nuove sfide per l'affido. Milano: Franco Angeli, 2012.
15. de Zulueta F. *From pain to violence*. London: Whurr Publishers, 1993.
16. Ainscough C, Toon K. *Breaking free: help for survivors of child sexual abuse*. Bologna: Calderini, 1997.
17. de Waal F. *Our inner ape: the best and worst of human Nature*. Victoria, Canada: Abe Books, 2005.
18. Minton K, Ogden P, Pain C. *Trauma and the body*. New York: Norton & Company, 2006.
19. Penna A, Fino L. *Al di là delle parole. Un modello integrato di terapia con le coppie basato sulla connessione interpersonale*. Milano: Mimesis, 2023.