

La vida después de un trauma emocional

Dra. Eugenia Bárcena Sobrino

RESUMEN

Las situaciones emocionales traumáticas vividas desde temprana edad desorganizan el mundo del sujeto, provocan confusión y dejan huellas permanentes. El acontecimiento que produce el trauma se impone, mientras que el sentido que atribuimos al acontecimiento depende de nuestra historia. Se puede hablar de acontecimiento traumático en el niño porque desgarrar su mundo interno y lo desmantela. Pero aún no se sabe qué sentido habrá de atribuirle más tarde a la representación de ese trauma. Posiblemente sea una representación de imágenes y de palabras que pueda configurar un mundo nuevo para tener otra visión de los acontecimientos. Se relata la experiencia de extrema gravedad que vivió un niño para analizar su niñez y esbozar su adolescencia con la idea de encontrar mecanismos y orientación que le permitan hallarle un sentido a su existencia después del trauma, posibles opciones para enfrentar su vida futura. **Palabras clave:** Trauma emocional, resiliencia, sublimación, mundo interno.

ABSTRACT

Traumatic situations lived at an early age will disorganize an individual's world, will lead to confusion and cause permanent damage. The traumatic event imposes itself while the sense we give to it will depend entirely on our history. We can speak of traumatic events for a child since they tear and dismantle their internal world. It is not known what sense will be attributed to the traumatic event. It will have to be, as much as possible, a representation of images and words what will reconfigure a new world and recreate another vision of the events. An extremely serious case of a child trauma will be analysed with the initial idea to reflect upon his childhood and later his adolescence while trying to give sense to his life after the trauma. This reflection will force us to ponder on of all the possible options he will face in his future life. The Freudian concept of trauma will be addressed; a clarification of the resilience and sublimation phenomena is given, as possible means which will enable an individual to find new opportunities in his future life.

Key words: Trauma, resilience, sublimation, internal world.

El objetivo de este trabajo es tratar de mostrar los fenómenos de "resiliencia", "sublimación" y terapia citando dos ejemplos de los procesos en personajes conocidos que servirán para entender situaciones emocionalmente traumáticas.

En el primer ejemplo el sujeto logró transformar el sufrimiento en imaginación, a pesar de haber sufrido una orfandad precoz, miseria doméstica y violencia social. Se vio reconfortado por el amor de algunas mujeres y gracias al ambiente de cultura que le rodea-

ba, pudo hacer uso de sus dotes personales para enfrentar nuevas oportunidades. Tal es el caso de Hans Christian Andersen.

Otro ejemplo es el de una niña que sufrió múltiples abandonos en su infancia sin lograr "volver a la vida" es decir, recuperar su existencia emocional. A pesar de sus encantos no comprendía que no es preciso estar muerto para no vivir. No pudo superar su vaga identidad con una infancia traumática; no encontró vínculo ni permanencia afectiva. Su nombre era Marilyn Monroe¹.

TRAUMA DESDE EL ENFOQUE PSICOANALÍTICO

El concepto freudiano de trauma emocional difiere del que se usa comúnmente. Para Freud el trauma se genera por lo menos por dos situaciones que ocurren en tiempos diferentes. En un primer tiempo, un acontecimiento no tiene significado traumático; sí lo tiene cuando ocurre un segundo acontecimiento tiempo

Servicio de Salud Mental
Instituto Nacional de Pediatría

Correspondencia: Dra. Eugenia Bárcena Sobrino. Instituto Nacional de Pediatría. Insurgentes Sur 3700-C. Col. Insurgentes Cuicuilco. México 04530 D.F.

Recibido: mayo, 2005. Aceptado: junio, 2005.

La versión completa de este artículo también está disponible en internet: www.revistasmedicasmexicanas.com.mx

después, es decir cuando adquiere "resignificado". Freud pone el ejemplo de un pastelero que pellizca los genitales de una niña. Este acto vejatorio causa risa al pastelero. La niña no entiende el significado de este acto ni la risa del pastelero; comparte la risa en lugar de indignarse. Después, al crecer la niña y asignarle un significado sexual a sus genitales, esa primera escena vejatoria se "resignifica". Es decir, la primera escena no produce en la niña una respuesta adecuada, porque no cuenta con un aparato de percepción capaz de dar significado al carácter sexual futuro. La niña sólo descubrirá lo que le hicieron y se sentirá mal por haber compartido la risa con su agresor ².

¿QUÉ ES LA RESILIENCIA?

Es un índice de resistencia al choque de un material. Capacidad de recobrar la forma y tamaño original después de deformación; sinónimo de elasticidad ³. En el aspecto psicoanalítico, la resiliencia es la capacidad humana de superar traumas y heridas emocionales. La experiencia de huérfanos, de niños maltratados o abandonados, de víctimas de guerras o de catástrofes naturales, ha permitido constatar que estas personas no quedan encadenadas a los traumas toda la vida, sino que cuentan con un antídoto: la resiliencia. No es una receta de felicidad, sino una actitud vital positiva que estimula a los individuos a reparar daños sufridos, convirtiéndolos a veces en obras de arte.

La resiliencia difícilmente se genera en la soledad. La confianza y solidaridad de amigos, de compañeros, de maestros o de tutores, son las condiciones para que cualquier ser humano pueda recuperar la confianza en sí mismo y su capacidad de afecto.

La resiliencia tiene el objeto de difundir las experiencias y los descubrimientos en todos los ámbitos en los que este concepto está abriendo nuevos horizontes: en psicología y asistencia social, en pedagogía, en medicina y en gerontología ⁴.

Todo estudio de resiliencia debe contemplar tres planos principales:

1° Adquisición de recursos internos del individuo que se hallan impresos en su temperamento desde los primeros años de la vida, en el transcurso de las interacciones preverbales tempranas. Esto explica la forma de reaccionar ante las agresiones de la vida, y

pone en marcha una serie de guías de desarrollo más o menos sólidas.

2° Estructura de la agresión, lo que explica los daños causados por el primer trauma: golpe, herida o carencia. Será la significación que adquiere el trauma más tarde en la historia personal del paciente y en su contexto familiar y social, lo que explique los efectos devastadores del segundo trauma.

3° Posibilidad de regresar a los lugares donde se hallan los afectos, las actividades y las palabras de aliento que la sociedad ofrece al "herido", que se convierten en guías de resiliencia que permitirán al individuo proseguir un desarrollo que fue alterado por el trauma original.

¿QUÉ ES LA SUBLIMACIÓN?

Sublimación también es un concepto freudiano que postula un proceso humano, sin agotarlo, para explicar y comprender actividades (como la suya), que describen la transformación de una pulsión sexual, que aparentemente no guarda relación con lo sexual; su fin es dirigirse hacia objetivos socialmente aceptables y valiosos. Freud señaló que la actividad artística y la investigación intelectual son los ejemplos más claros de sublimación, proceso básico de toda la producción cultural del ser humano.

Freud toma el término de la palabra sublime, utilizada en el ámbito de las bellas artes para nombrar una producción que sugiere grandeza, elevación o consagración; de la palabra sublimación empleada en la química, proceso mediante el cual un cuerpo pasa del estado sólido al estado gaseoso.

Sublimación es la producción que logra el artista, cuyo origen se encuentra en su mundo interno, ese mundo que se plasma en el objeto artístico como una nueva realidad a la que apunta el esfuerzo de toda creación. Hay muchos ejemplos de creadores, de artistas, que a pesar de atravesar conflictos muy severos, de angustias y sufrimientos, pudieron sublimar sus experiencias y las transformaron y dejaron testimonio de su gran riqueza creativa y expresiva.

INFORME DEL CASO

"Juanito", sufrió la amputación traumática de sus genitales a los tres meses de edad por la mano bestial

del padrastro. Fue valorado por la Clínica de Intersexo del Hospital Infantil de México, donde se llegó al consenso multidisciplinario de reasignación de sexo, situación que no fue aceptada por la madre quien más tarde abandonó al niño. Posteriormente el paciente fue valorado por el Servicio de Cirugía Reconstructiva del Hospital Gea González, donde se realizó una especie de reconstrucción del pene a los dos años, con injertos y colgajo de tejido obtenido de ambos brazos; se le dejó una sonda para que pudiera orinar. Se reoperó con un reimplante de uretra neoformada; no hubo incidentes. También fue valorado en el Centro Médico la Raza. Por último fue visto en el Instituto Nacional de Pediatría por el Servicio de Urología Pediátrica y otros servicios.

Cuando "Juanito" fue abandonado por la madre, el DIF se hizo cargo de él. Lo conocí cuando tenía tres años; en esa época era callado, arisco. En el Instituto se solicitaron nuevos estudios con la intención de reasignarle sexo femenino, con la idea de evitar futuros problemas urológicos. La propuesta de la Clínica de Intersexo fue rechazada por el equipo de Psicología y Psiquiatría. Los integrantes del Servicio de Salud Mental señalaron que no se debía agregar una desgracia mayor a la ya ocurrida. Para este niño no existía una autoridad paterna o materna; el DIF no tomaría la decisión, la cual no podía recaer en una sola persona. Las reuniones frecuentes entre los profesionales involucrados, a favor y en contra de la reasignación de sexo, llegaron a buen término cuando se decidió conservar su identidad sexual en su cuerpo mutilado, pero masculino.

Juanito actuaba como un individuo de sexo masculino y se le trataba como tal. Tenía la edad en la que se percibe la diferencia de los sexos, etapa en la que todos los niños distinguen entre "quien tiene y quien no tiene pene". *Él ya lo había notado*; se le había tratado socialmente como niño. De ahí la inconformidad del Servicio de Salud Mental de la reasignación de sexo.

ANÁLISIS DEL CASO EN RELACIÓN AL TRAUMA

La castración que sufrió Juanito, inicialmente no afectó su psiquismo porque se encontraba en vías de desarrollo. Pero la tendrá más tarde, en el momento de resignificación, cuando pregunte "¿qué me pasó?".

Se podría pensar en decirle que sufrió un accidente y ocultarle la verdad. Pero ¿hay derecho para ello? ¿Qué explicación le daremos a lo sucedido?

El tema de la verdad juega un papel importantísimo. ¿Dónde está la verdad? Lo que queda como posibilidad es la "honestidad cabal", diciendo: *No sé*. Si el niño pregunta: ¿Qué me pasó? Se le dirá: "Fue un accidente; tuvieron que hacerte una operación porque estabas muy lastimado". ¿Cómo ocurrió? "No sabemos". ¿Mis padres dónde están? "No lo sabemos". ¿Me quisieron? ¿Por qué me dejaron? "No sabemos, pero tienes la oportunidad de vivir, puedes tener una vida". Pero no voy a tener una vida normal. "No lo sabemos".

Con estas respuestas, no estamos mintiendo; pero tampoco tenemos ni podemos contestar con una verdad absoluta porque no existen las verdades absolutas. Las verdades son provisionales. La única verdad es la que se construye dándole un sentido al mundo. Esa es la verdad que se edifica día a día, como lo hace cualquier sujeto, aún sin haber sufrido un trauma. Hay que crear y darle un *sentido* a la vida. Nuestro mundo es de sentidos; cuando la gente no le encuentra sentido a la vida enloquece o enferma; hay que hallarle un sentido a la vida. En realidad, no se trata de un solo sentido; hay tantos como se quiera tener. Todos tenemos que crear nuestro propio sentido. A Juanito le tocará enfrentar un sentido dramático, con desventajas para una vida normal; tendrá que construir otros sentidos, diferentes a los que constituyen la norma.

Muchas personas creen que el sentido de la vida ya está hecho. No es así, el ser humano no llega a un mundo hecho, en el que todo debe fluir. Lo que sucede es que todo ser humano enfrenta momentos cruciales: infancia, adolescencia, adultez, por lo cual cada día requiere crear un sentido; porque por otra parte, siempre hay límites. El límite final es la muerte, que no tiene sentido; ese es nuestro límite y nuestro futuro; por lo tanto, todos los días tenemos que vivir conjurando y combatiendo a la muerte.

Mientras esto sucede, tenemos que preguntarnos si a través de la resiliencia, la sublimación y la terapia se podrá empezar a crear en nuestro paciente la capacidad de superar su trauma, o si quedará encadenado para siempre a su desgracia. No tenemos respuestas; no tiene una familia para opinar o para que lo apoye;

esos vínculos primarios que no existen. En la Casa Cuna Juanito no tiene a su alcance un objeto más o menos permanente de amor, ya que son muchas las cuidadoras que se hacen cargo de los niños, a quienes ellos llaman "mamá". Por el momento, este caso tiene muchas cuestiones, muchos problemas. Por otra parte, difícilmente habrá una familia que quiera adoptarlo.

Actualmente Juanito tiene cinco años; acude a terapia psicológica cada ocho días, con lo cual se ha logrado que cambie su actitud, y que se haya vuelto más sociable. De la Casa Cuna se nos informa que en ocasiones se esconde para evitar los comentarios que los otros niños tienen sobre él por ser "diferente". Esto nos hace pensar que los adultos hemos educado a los niños en tal forma, que se burlan de otros por ser diferentes y los desprecian. Debemos educarlos para darle su lugar a los OTROS; a reconocer y aceptar sus diferencias; a reconocer que el OTRO es diferente, pero que así hay que aceptarlo; a abandonar la posición soberbia de que el OTRO es inferior por no ser igual a nosotros.

Quienes tratamos a este niño, estamos comprometidos a acompañarlo en las diferentes etapas de su desarrollo. La adolescencia es una etapa crucial que a todos nos angustia. Juanito se preguntará constantemente: ¿Qué voy a hacer con esto? Acaso llegará a preguntarse: ¿Trataré de vengarme o aprenderé a vivir otra vida?

Para hacer frente al trauma del primer golpe, es preciso que la mente y el cuerpo de Juanito pase por un lento trabajo de cicatrización; este aspecto siempre será un punto débil que puede volver a aflorar con nuevos traumas de la vida. Esta situación lo obligará a trabajar en una interminable metamorfosis, sin que pueda olvidar jamás su pasado, que sólo podría soportar a través de un proceso de resiliencia.

Ejemplos de un caso resiliencia y sublimación y otro desafortunado que no logró desarrollar estos procesos.¹

La última biografía de Hans Christian Andersen comienza con esta frase: "Mi vida es un bello cuento de hadas, magnífico y feliz"². El pequeño Hans Christian vino al mundo en Dinamarca en 1805; su madre fue obligada a prostituirse por su propia madre, quien le

pegaba y le imponía los clientes. La joven, embarazada de Hans, se fugó y casó con el señor Andersen. Estaba dispuesta a todo para que su hijo no conociese la miseria; se hizo lavandera. El padre se enroló como soldado de Napoleón. Alcohólica y analfabeta, la madre murió en una crisis de delirium tremens; el padre se mató en un acceso de demencia. El jovencito tuvo que trabajar en una tienda de telas y después en una fábrica de tabaco donde las relaciones humanas eran frecuentemente violentas. Sin embargo, Hans, nacido en la prostitución, la locura y la muerte de sus padres, en la violencia y la miseria, nunca careció de afecto. Se vio acogido primero por el deseo que tenía su madre de hacerle feliz y más tarde por el regazo de la abuela paterna, quien le educó con ternura y con ayuda de una vecina, quien le enseñó a leer. Una de sus abuelas era la encarnación de la mujer bruja, la que no duda en prostituir a su hija; la otra, la personificación de la mujer hada, la que da la vida e invita a la felicidad.

El pequeño Hans se enfrentó a dos mundos opuestos: uno, el fango de sus orígenes por un lado y el afecto y la belleza de los cuentos del folklore de Dinamarca; por otro, transformó el fango en poesía, el sufrimiento en éxtasis; al patito feo en cisne.

Dos brasas de resiliencia reanimaron su alma: el vínculo con algunas mujeres reparó su estima de niño desamparado; el contexto cultural de su obra literaria se basó en extraños relatos de duendes, hadas, brujas, guerreros, dioses, sirenas, vendedoras de cerillas, patitos feos, etc.

Durante su aterradora infancia, Hans halló los principales tutores de resiliencia: de una parte unas mujeres que lo amaron y de otra, varios hombres responsables de un entorno cultural en los cuentos llenos de fantasía, en los que los sapos se convertían en príncipes; el lodo en oro; el sufrimiento en obra de arte. Sin embargo, su personalidad escindida extinguió su sexualidad; las mujeres a las que adoraba le inspiraban miedo. En cambio, esa renuncia fue recompensada con la invención de héroes, con los que se identificaron muchos niños heridos.

Otro ejemplo es el de Norma Jean Baker mejor conocida como Marilyn Monroe. Su vida muestra que su belleza física le impedía comprender que no es preciso estar muerto para no vivir. Desde su nacimiento

careció de afecto. Fue una niña ilegítima, situación que le hizo muy desdichada. Su madre no fue capaz de ofrecerle unos brazos que le transmitieran seguridad. Fue preciso internarla en orfanatos helados; confiarla a una serie de familias en las que resultaba difícil aprender a amar. Marilyn jamás estuvo del todo viva; jamás pudo encontrar un vínculo afectivo sólido ni sentido a su vida, dos valores que son la base de la resiliencia. Sin vínculos y sin historia, ¿cómo podríamos convertirnos en nosotros mismos? Cuando la pequeña Norma fue internada en un orfanato, nadie podía pensar que un día se convertiría en alguien capaz de causar tanta admiración. Los incesantes cambios de familia no le permitieron organizar a su alrededor una permanencia afectiva capaz para adquirir el sentimiento de ser digna de amor. Al llegar a ser una mujer, se dejó tomar por quienes quisieron poseerla.

Cuando los hombres no se aprovechaban de ella en el terreno sexual, la explotaban en el económico. Ni siquiera aquellos que la amaron con sinceridad supieron penetrar en su mundo psíquico para ayudarla a construir su propia historia; para que fuera capaz de dar sentido a su infancia atropellada. Impresionados por tanta belleza, no vieron su inmensa desesperación. Permaneció sola, inmersa en el fango. En su vida llena de melancolía, no encontró la estabilidad afectiva que hubiera podido restaurarla, ni los consejos necesarios para comprender cómo debía vivir para salir de esa situación. La admirada Marilyn no volvió a la vida. Permaneció emocionalmente muerta. No encontró a alguien que avivara en ella la chispa de la resiliencia porque su entorno jamás le ofreció una estabilidad afectiva, ni encontró sentido a su vida. No conoció la ternura y comenzó a buscar a cualquier precio vivencias que le dieran la vida.

Por el contrario, Hans Christian Andersen, tras evadirse del infierno en el que vivió, recobró el gusto por la vida, encontró el cariño y pudo superar una infancia traumática, al convertir sus traumas en cuentos inmortales. Encontró los dos pilares de la resiliencia

que le permitieron construir una vida apasionante. Dejó el infierno al precio de carecer de vida sexual. Sin embargo, con todo lo valiosa que es, la resiliencia no constituye una receta para la felicidad. Es una estrategia de lucha contra la desdicha que permite reencontrarle placer a la vida¹.

En el caso de nuestro paciente también existe la sombra de los caminos que puedan presentarse. Uno de ellos tal vez lo conduzca a la homosexualidad, porque no podrá tener relaciones sexuales con una mujer. Otro, desarrollar una psicosis, creando un mundo diferente a su realidad. Podía llegar al suicidio por no tolerar lo desgarrador de su drama. Finalmente, el camino más difícil, es lograr a través de la resiliencia, la sublimación y la terapia, volver a la vida después del trauma.

Si la cultura hace callar a las víctimas añadiendo más agresiones; si la sociedad abandona a las criaturas porque considera que se han echado a perder, quienes han recibido un trauma enfrentarán un destino carente de esperanza. A nuestro paciente hay que enseñarle a buscar la vida, aprender a caminar de nuevo, a respirar, a vivir en sociedad.

Para que la fantasía, el don o la creación en el arte puedan ayudar a sanar la herida de un niño, la sociedad adulta tiene que estar preparada para acompañarlo y acogerlo tal como es, con los estigmas del trauma que sufrió y conducirlo a recuperar el lazo social.

Debemos procurar que un niño herido no esté condenado a convertirse en un adulto fracasado; debemos rebelarnos a pensar que infancia no es igual a destino.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Cyrulnik B. *El Murmullo de los Fantasmas*. Ed. Gedisa, Barcelona, España 2003
2. Salamónovitz A. *Del Silencio a la Palabra*. Tesis de Doctorado en Psicoterapia Psicoanalítica. Facultad de Psicología. Universidad Intercontinental. México 1997
3. *Diccionario Médico Biológico University*. 1966
4. Cyrulnik B. *Los Patitos Feos*. Ed. Gedisa. Barcelona, España 2002