

III Jornada Interinstitucional AMEPSA

GENETICA – DOLOR- STRESS

SUFRIMIENTO y CONSUELO : FORMAS ACTUALES.

SETIEMBRE 2016

Abel Mario Fainstein

afainstein@gmail.com

abelfainstein.com

El sufrimiento humano tiene sus raíces, en la descripción freudiana, en las fuerzas de la naturaleza, en la fragilidad del propio cuerpo y en las relaciones con los otros en tanto que las normas que las regulan son siempre insuficientes. Esto incluye a la familia, el Estado y la sociedad y sus instituciones.

Coincidimos con Freud en que no podríamos suprimir todo padecimiento, pero si mucho de él y mitigar otra parte.

Depende de cada persona, de lo que Freud llamó sus **series complementarias, esto es, de factores genéticos y constitucionales, de su historia infantil y del tipo de factores desencadenantes, que el sufrimiento resulte de un efecto directo de la indefensión , de la descarga sobre**

el cuerpo; de las consecuencias de su descarga en la acción; de mecanismos de defensa que afectan la posible mentalización y simbolización de los estímulos que lo generan; o de conflictos entre el Ello, el Yo, y el Superyo y la realidad exterior.

El sufrimiento es expresión de un **compromiso subjetivo** que se traduce en padecer dolor psíquico o físico, pero sabemos que puede haber lesión corporal sin sufrimiento psíquico y que, en todo caso, este puede ser secundario a la lesión corporal.

La diferenciación –frecuentemente omitida– entre **fenómenos disruptivos y traumáticos** contribuye a diferenciar esos dos devenires. Mientras que los primeros resultan de la afectación por cualquier estímulo, por su impacto en el cuerpo, en la acción o en el psiquismo, los traumáticos resultan de obstáculos a su procesamiento simbólico.

Por otra parte, la diferencia entre **damnificado y víctima** es de utilidad cuando se trata de evaluar el sufrimiento, tanto personal como de grandes grupos humanos, y de proponer abordajes terapéuticos. En todos los casos, se trata de evitar la **traumatización y/o la retraumatización y la**

victimización. También en los tratamientos médicos o psicoterapéuticos.

Las condiciones de época pueden ser potencialmente disruptivas o traumatogénicas. Pueden favorecer el proceso de simbolización y posible elaboración de las perturbaciones o, por el contrario, favorecer la traumatización, retraumatización y aun la victimización.

Tiempos acelerados que atentan contra la elaboración de lo disruptivo y la posibilidad de duelos normales; medios de comunicación masiva y globalización; predominio de la imagen sobre el pensamiento; individualismo; ideales muy exigentes; sexualización precoz que potencia el desafío puberal antes de tiempo, medicalización del sufrimiento, capitalismo salvaje; sobreocupación o desocupación, grandes inequidades de la distribución de la riqueza; crisis económicas; corrupción; pobreza extrema; efectos del envejecimiento poblacional en general y en el ámbito laboral; abandono de la infancia en riesgo, migraciones forzadas; ausencia del rol protector de la familia, del Estado o de las instituciones en general, ya sea por políticas explícitas de desentenderse de ello o por fallas en hacerlo; son solo algunos de los

condicionantes epocales que hacen al sufrimiento humano y pueden potenciarlo.

Es conocida la descripción de los efectos de la moral victoriana en el desencadenamiento de las neurosis hacia fines del siglo de XIX y comienzos del XX. Sin dejar tener vigencia, ha dejado lugar a las condiciones epocales propias del fin del siglo XX y comienzos de XXI que recién describimos y que subyacen al incremento de las así llamadas patologías por desvalimiento.

Una rápida recorrida por mi propia práctica psicoterapéutica privada de orientación psicoanalítica que ejerzo en Buenos Aires, y por la de supervisiones de colegas, me muestra que aunque siguen vigentes las causales de sufrimiento determinadas por la represión de la sexualidad, los estados de ansiedad marcada, de angustia, de depresión, de vacío, resultan muchas veces de estados de desvalimiento producto de estímulos que superan su posibilidad de procesamiento simbólico. Y esto puede deberse tanto a su gran magnitud como a la crisis de referentes simbólicos con los cuales procesarlos. Siguiendo el modelo de lo descrito a propósito de la pubertad-adolescencia, cuando el joven cuestiona sus referentes simbólicos familiares en momentos de gran

empuje puberal y eso produce frecuentemente desequilibrios a favor de descargas en el cuerpo y en la acción en vez de su procesamiento simbólico, la caída de ciertos paradigmas culturales, por ejemplo el de un Estado protector, el del ascenso social por el trabajo personal, o familiares, como el de roles parentales establecidos y eficaces en la crianza, hace muchas veces difícil el procesamiento simbólico de situaciones potencialmente traumáticas y favorece estados de desamparo.

Se suman como causales de sufrimiento las **crisis vitales en contextos en que la adolescencia no encuentra fácilmente posibilidades de futuro o el envejecimiento es causal de marginación; y fuera de ellas y atravesando las épocas, ideales muy exigentes y frustrados, abandonos, desengaños amorosos, pérdidas personales laborales o económicas, migraciones forzadas y crisis económicas.**

Conflictos no resueltos, y/o la imposibilidad de vivir conflictos y sentir el efecto disruptivo en el cuerpo, se alternan en la causación de dichos estados, dependiendo de la estructuración psíquica lograda.

La psicología de las masas es además, en muchos casos, un condicionante importante de situaciones de sufrimiento. Las instituciones sociales, pequeñas –como una institución profesional– o grandes –como una comunidad o una sociedad–, albergan fenómenos de masa que hacen perder la singularidad de sus integrantes a costa de su bienestar. Las leyes y normas intentan cuidar la convivencia previendo el afán destructivo del hombre librado a sí mismo, pero sabemos que rara vez lo logran totalmente, predominando los intereses individuales y los fenómenos de masa, a veces sostenidos por ideologías y procesos políticos.

En todos los casos, la presencia del otro es significativa. Desde las primeras relaciones con los padres, y especialmente con la madre, y luego con los hermanos, los maestros, los compañeros de escuela, los compañeros de trabajo, la pareja, la comunidad, el otro es determinante del bienestar o malestar. Puede ser **modelo, auxiliar o rival y, según esos roles, fuente de sufrimiento pero también de consuelo.**

El contexto social y comunitario, y las leyes que lo rigen, son también, en tanto otro social, determinantes potenciales de sufrimiento y posibles atenuantes del mismo. La democracia, las leyes que protegen derechos humanos y garantizan igualdad ante la ley y condenan

toda discriminación, las condiciones de prosperidad y movilidad social, son favorecedoras de bienestar. Por el contrario, los regímenes de terror, las dictaduras, los atropellos a los derechos humanos, el autoritarismo, la pobreza, la inmovilidad social, la marginación, la violencia, generan distintas formas de sufrimiento personal, familiar, comunitario y social.

Partiendo del planteo freudiano acerca de la indefensión del niño, de la fragilidad de nuestro cuerpo y de la importancia de los vínculos recíprocos en la intersubjetividad, a lo que se suma el factor histórico social como causa del sufrimiento humano, podemos pensar que si el sufrimiento a veces es inevitable, podemos aspirar a acotarlo o al consuelo del otro para mitigarlo.

De la misma manera en que la madre consuela el sufrimiento del niño estando junto a él, reconociendo su otredad, decodificando en lo posible sus mensajes, atendiendo a sus necesidades; este rol, adecuado a las necesidades del adolescente y del adulto, requiere ser asumido por distintos otros, incluyendo las instituciones, el Estado y a los gobernantes. **La presencia intrusiva o indiferente del otro potencia los estados de sufrimiento. Por el contrario, su presencia activa muchas veces lo alivia. Esto es válido**

para personas individuales, grupos y/o algunas organizaciones gubernamentales o no gubernamentales.

Cabe entonces pensar que si la carga de excitación no encuentra un aparato representacional, ni siquiera ese mínimo de representaciones expresión de la vivencia de dolor, las descargas en el cuerpo o en la acción podrían ser facilitadas.

Sin embargo, las posibilidades de percibir y representarse estímulos dolorosos requiere de algunas condiciones referidas al vínculo temprano con la madre y, luego, al contexto familiar e histórico social, que desarrollaré enseguida.

Sufrimiento y consuelo

Entendemos por consuelo **lo que neutraliza la aflicción.** Freud escribe en Inhibición, síntoma y angustia que hacen falta **repetidas “experiencias consoladoras” hasta que el lactante aprende que a una desaparición de la madre suele seguirle su reaparición.** Agrega que la madre hace madurar ese discernimiento jugando a ocultar y descubrir su rostro, y eso lo hace sentir añoranza pero no desesperación.

Dichas experiencias consoladoras **no consistirían solo en la vuelta de la madre.** **Requieren además de su disponibilidad emocional y su capacidad para favorecer la representación de su ausencia,** evitando una sobrecarga traumática por la insatisfacción que aquella genera y los riesgos de su exclusión somática o en la acción. El juego de la escondida o del carretel son expresiones de este proceso de simbolización.

Podemos suponer que la falta de estas “experiencias consoladoras” puede generar “desconsuelo” frente a la pérdida del objeto, en la imposibilidad de representarse esa ausencia .

El consuelo materno, o de sus sustitutos en distintos momentos de la vida, puede evitar la sobrecarga de cantidades en el psiquismo. Dichos sustitutos pueden ser personas, comunidades organizadas y también las normas y leyes que las regulan, y operan en términos de disponibilidad emocional y de marco simbólico capaz de favorecer su representación y elaboración. Es conocida, en este sentido, la importancia del rol del profesional de la salud en contener un monto de ansiedad que frecuentemente genera o agrava molestias físicas o se traduce en actuaciones en el mundo exterior. La misma función puede ser cubierta en algunos

casos por grupos de autoayuda. Estar junto a la persona, incluso en silencio, puede ser muchas veces suficiente para contener su malestar y ayudar a significarlo. Situaciones disruptivas comunitarias o sociales requieren de este tipo de dispositivos, sostenidos no solo en la palabra sino en el estar junto al damnificado, evitando su victimización y traumatización.

Nuestro país es ejemplo de cómo el Estado cumple asimismo estas funciones si se hace presente junto a los damnificados de situaciones que afectan una comunidad, o puede facilitar la traumatización cuando está ausente librándolos a su suerte. También de cómo la ley puede cumplir esas funciones cuando brinda un marco de protección que puede evitar la victimización y las secuelas traumáticas. Catástrofes naturales, atrocidades de la dictadura, efectos de las crisis económicas, diferencias de género, muerte digna, son situaciones recientes en las que la presencia del Estado y de la ley han sido imperativas para evitar situaciones extremas de desamparo o de victimización.

Pienso que podemos relacionar la necesaria mutualidad de la madre con el niño con las “experiencias consoladoras” descritas por Freud, y extender esta conceptualización a

diferentes instancias sociales que deberían ejercer el rol de amparo de los afectados por algunas situaciones personales y sociales.

El trabajo de **historización, de desidentificación y de concientización de afectos tendiente a una creciente simbolización, con encuadres diversos y en un marco continente, ocupa un lugar importante en el tratamiento de pacientes con déficit de estructura y procesamiento simbólico.**

Estas ideas son válidas también para contextos institucionales y sociales.

En función de lo descripto, es posible pensar que son causa de sufrimiento:

1. **vivencias tempranas** de ausencia e insatisfacción en relación con la madre, o su desmentida (escisión, sobreadaptación) y la supresión de los afectos concomitantes;
2. su **actualización por sucesivas crisis vitales** que conllevan fallas en los procesos de simbolización de las nuevas realidades que las mismas implican, con el fuerte componente de vulnerabilidad narcisista que esta supone.
3. la **difícil tramitación de pérdidas** de personas o ideales a través de las generaciones;
4. la **sensación de traicionar mandatos familiares;**

5. **otras circunstancias personales y familiares potencialmente disruptivas o traumáticas;**

6. situaciones de conflicto intrapsíquico o con la realidad exterior.

Intervienen también el azar y factores constitucionales, biológicos y ambientales.

Podemos resumir sus mecanismos actuantes en :

- a. identificaciones tanáticas;
- b. una sobrecarga del aparato psíquico que puede descargarse en lesiones corporales o en la acción;
- c. angustia resultante de la potencialidad conflictiva que dichas situaciones conllevan.

La enfermedad mental o psíquica resultante de estos procesos agrava muchas veces, en su desarrollo, el sufrimiento de quien la padece. El adecuado abordaje psicopatológico de las mismas debe atender el sufrimiento que implican.

El predominio de tipos particulares de ansiedades y defensas determina el tipo de sufrimiento y el abordaje requerido.

Por su parte, las identificaciones tanáticas con objetos muertos, o muertos vivos, son muchas veces causal de sufrimiento y requieren de un trabajo de desidentificación que casi siempre es difícil y requiere generalmente de

períodos largos de tratamiento psicoterapéutico. Es un devenir frecuente en duelos patológicos y pérdidas tempranas.

Finalmente:

Las patologías del apego, las fallas en la simbolización o las identificaciones tanáticas son terrenos difícilmente abordables por la psicofarmacología si pretendemos algo más que aliviar sus efectos más obvios en términos de ansiedad o depresión. Los sostenes vinculares y sociales y los tratamientos psicoterapéuticos son requeridos en estos casos si esperamos resultados a largo plazo que mitiguen al menos en parte el sufrimiento que producen.