

APOYO PARA LAS VÍCTIMAS

El apoyo terapéutico requerido por la víctima en relación con la magnitud del daño, depende de la edad, las circunstancias de la violación, la historia previa de la mujer violada y la reacción de rechazo, negación o apoyo que le brinde su medio social.

Previo al apoyo terapéutico profesional, la víctima necesita una serie de apoyos psicoafectivos que dependen de su entorno inmediato. La importancia de la familia y los amigos es fundamental. La familia y el compañero de la víctima, suelen verse también como víctimas, son de hecho las víctimas ocultas. A pesar de lo cual, muchas veces les cuesta comprender la profundidad del trauma sufrido por la mujer violada; desean ayudarla, pero no saben cómo hacerlo.

CAPITULO 5

Frente a la víctima, el apoyo y el consuelo necesitan el calor, el cariño y la comprensión. La posibilidad de sentir su apoyo y su cariño, le permite superar la sensación de uso, de devaluación, de ser alguien despreciable.

Para su recuperación será importantísima la ayuda y protección de los demás, pero dicha recuperación dependerá también de su carácter, historia y personalidad. Esto es válido para toda situación de crisis, no sólo en casos de violación. Así, las mujeres propensas a padecer síntomas profundos más graves, suelen ser justamente las que carecen de más recursos personales que les ayuden a contrarrestar lo sucedido. Suelen ser mujeres llenas de ansiedad, con serias dificultades para expresarse o entender sus verdaderos sentimientos.

¿Cómo acercarse sin dañarla más? Esta es la pregunta que suelen hacerse los familiares y amigos de la víctima.

La respuesta, paradójicamente es sencilla, pero difícil de implementar para la mayoría. Hablándole y permitiéndole

APOYO PARA LAS VÍCTIMAS

El apoyo terapéutico requerido por la víctima en relación con la magnitud del daño, depende de la edad, las circunstancias de la violación, la historia previa de la mujer violada y la reacción de rechazo, negación o apoyo que le brinde su medio social.

Previo al apoyo terapéutico profesional, la víctima necesita una serie de apoyos psico-afectivos que dependen de su entorno inmediato. La importancia de la familia y los amigos es fundamental. La familia y el compañero de la víctima, suelen vivirse también como víctimas, son de hecho las *víctimas ocultas*, a pesar de lo cual, muchas veces les cuesta comprender la profundidad del trauma sufrido por la mujer violada; desean ayudarla, pero no saben cómo hacerlo.

Frente a la violación, la víctima necesita el calor, el apoyo y consuelo de la gente más cercana. La posibilidad de sentir su apoyo y su cariño, le permite superar la sensación de uso, de devaluación, de ser alguien despreciable.

Para su recuperación será importantísima la ayuda y protección de los demás, pero dicha recuperación dependerá también de su carácter, historia y personalidad. Esto es válido para toda situación de crisis, no sólo en casos de violación. Así, las mujeres propensas a padecer síntomas prolongados más graves, suelen ser justamente las que carecen de más recursos personales que les ayuden a confrontar lo sucedido. Suelen ser mujeres llenas de ansiedad, con serias dificultades para expresarse o entender sus verdaderos sentimientos.

¿Cómo acercarse sin dañarla más? Esta es la pregunta que suelen hacerse los familiares y amigos de la víctima.

La respuesta, paradójicamente es sencilla, pero difícil de implementar para la mayoría: Hablándole y permitiéndole

hablar de lo que ha pasado, incluso animándole a plantear y replantear una y otra vez lo sucedido... tantas veces como sea necesario.

Muchas mujeres sienten una necesidad casi compulsiva de contar lo que les ha ocurrido, de desahogarse y compartirlo con gente que **no las juzgue, ni considere inaceptable** lo que tienen que decir. Todas necesitan expresar su ira, su sensación de culpabilidad, de debilidad, de asco o de cualquier otro sentimiento, sin preocuparse de que las rechacen o las acusen. Parecería que además de *simpatía*, necesitan **empatía**, es decir, una comunicación profunda en la que el otro que escucha, intenta comprender y sentir cómo se siente la víctima y no que sólo se limite a compadecerla.

Sin embargo, suele suceder que en oposición a las necesidades de la víctima, los familiares y amigos de la misma parecieran intentar acallar su discurso, su denuncia, su queja y su demanda de justicia. Frente al sufrimiento, la violencia, el dolor, lo incomprensible, la mayoría de los seres humanos desarrollan una respuesta de huida, de negación y, por ello, prefieren el silencio. Justificamos nuestro deseo de no querer enterarnos para no angustiarnos con una racionalización ⁽¹²⁾, planteando que no hay que angustiar más a la víctima hablando de lo sucedido. Es justamente al revés.

La víctima de cualquier situación traumática requiere un proceso catártico, que le permita una descarga adecuada de los afectos, sentimientos y sensaciones patógenas. Es necesario que evoque, o incluso que reviva los acontecimientos traumáticos a los que se hallan asociados los afectos. El proceso catártico permite la "abreacción o des-

¹² Procedimiento mediante el cual, el sujeto intenta dar una explicación coherente, desde el punto de vista lógico, o aceptable desde el punto de vista moral, a una actitud, un acto, una idea, un sentimiento, etc., cuyos motivos verdaderos no percibe. (Laplanche y Pontalis).

carga emocional por medio de la cual un individuo se libera del efecto ligado al recuerdo de un acontecimiento traumático, lo que evita que éste se convierta en patógeno o siga siéndolo" ⁽¹³⁾

Insistimos en que, irónicamente, frente a la necesidad que tiene la víctima de hablar de lo sucedido, la mayoría de las personas que la rodean, suele no querer o no poder hablar de ello. No se sienten capaces de afrontar los hechos y con su silencio y búsqueda de silencio, aumentan la sensación de aislamiento, y *suciedad* de la víctima. Esta puede llegar a sentirse como *apestada*, como si algo de lo sucedido la hubiera "manchado" frente a los demás.

Sin embargo, vale la pena aclarar que si bien la familia puede ayudar muchísimo; si las relaciones con la misma nunca fueron estrechas, el distanciamiento puede aumentar. Toda víctima de la violación necesita la protección y consuelo de su familia, pero la medida en que ésta la ofrezca, dependerá del tipo de relación familiar preexistente: algunas familias no ofrecen nada; otras ofrecen su apoyo y cariño; otras serán excesivamente protectoras; otras aumentarán la sensación de culpa y devaluación de la víctima.

Creemos que merece un renglón aparte el hablar del compañero de la víctima. De éste, se espera que brinde todo su apoyo y comprensión. El es una de las *víctimas ocultas* y al igual que su mujer, es víctima de los mitos que rodean la violación. Al igual que ella, puede llegar a sentirse confundido y desorientado. En estas circunstancias, el hombre ha de intentar comprender y clarificar el origen y confusión de sus sentimientos.

El compañero de la mujer violada, suele llegar a sentirse amenazado, culpable y anulado como hombre, en tanto otro hombre impuso su poder, su sexo y su violencia sobre

¹³ Laplanche y Pontalis, *Ibidem*, pág. 19

su compañera, la cual "siendo de él" no pudo ser protegida por él. Ambos deben poner mucho empeño en hablar, intentar comprender y elaborar la violencia sufrida. A veces el asesoramiento psicológico puede llegar a ser una vía que les permita a ambos una adecuada aceptación y elaboración de lo sucedido.

¿Por qué cuesta tanto a familiares y amigos de las víctimas hablar del tema y suceso de la violación?

La dificultad para hablar del tema se debe a que la violación, al igual que todo acto de violencia, de enfermedad, de sexualidad o de muerte, nos toca demasiado personalmente.

Para las mujeres cercanas a la víctima, el oír, el enterarse de la violación sufrida por alguien cercano, les recuerda o les hace tomar conciencia de algo que toda mujer tiende a olvidar o a reprimir: que ella también puede llegar a ser una víctima de la violencia sexual; que ella, por el solo hecho de ser mujer, no tiene alternativa en el acto de la violación. Frente a víctimas desconocidas, toda mujer puede tranquilizarse pensando que la víctima seguramente provocó la violación, o que dicha violencia se halla muy lejos de su entorno o de su pertenencia de clase. Frente a la víctima conocida, la mujer se enfrenta el hecho de que la violación se halla casi "a la vuelta de la esquina".

Para los hombres cercanos a la víctima, el enterarse de la violación de alguien conocido, de alguien querido, los sume en una confusa mezcla de sentimientos encontrados: vergüenza y culpa por la violencia que su propio género puede tan impunemente cometer; rabia frente al violador al sentirse como *víctima oculta* de la violencia ejercida; rabia frente a la herida narcisista sufrida frente al acto sexual impuesto a alguien suyo, "su" mujer, "su" hermana, "su" amiga. Impotencia frente a la *potencia* del otro. Interro-

gantes y miedo frente al hecho de que él también puede o pudo violar.

Aquí, es importante subrayar que, al igual que toda mujer es una posible víctima de la violación por la *naturaleza* de su sexo, así todo hombre tiene en sí, en su naturaleza anatomofisiológica, la posibilidad y capacidad de violar. Es precisamente en este punto en el que se da una diferencia fundamental: **los hombres tienen una elección frente al poder violar, la mayoría elige no hacerlo. La mujer, en cambio, no tiene alternativa frente a la posibilidad de ser la siguiente víctima.**

Por tanto, frente a estos complejos sentimientos que provoca el enterarse de la violación de alguien cercano, la mayoría de los familiares y amigos de la víctima prefieren el silencio. Cuanto menos se hable de ello, mejor.

Desde un punto de vista terapéutico, el hablar de la violencia sufrida posibilita el acceso de la misma a la eficacia de la palabra; al tiempo de que introduce la palabra en todas las marcas consideradas como inabismables acerca de lo acontecido y a lo que la violación revive y resignifica de la historia de la víctima.

Insistimos pues, sobre la importancia del apoyo y presencia de gente cercana que posibilite además de la sensación de cariño y contención; la posibilidad de hablar, de plantear y replantear lo sucedido, de ponerle palabras a lo sentido en los estratos más íntimos y profundos de **su ser mujer**. Cuando no hay con quién hablar, a quién pedirle ayuda, la violación puede convertirse en un agobiante y enfermante secreto.

Los procesos psicoterapéuticos evidencian que, en contraposición a la dificultad de las personas cercanas a la víctima para escucharla, algunas mujeres plantean que les cuesta hablar de ello con sus compañeros, padres y hermanos; sienten la necesidad de protegerlos de saber

sobre lo sucedido, así que acaban no sólo pensando en sí mismas, sino protegiendo también a sus seres queridos.

Otras mujeres señalan que les es difícil hablar con familiares y amigos porque perciben que éstos, para evitar su propia angustia harán uso de la herramienta más a la mano para evitar la propia angustia: el culpabilizar al otro de lo sucedido.

Algunas de las víctimas prefieren callar por temor a las manifestaciones de ira y rabia que presentan los familiares al enterarse. Aquí, hay que enfatizar que lo que menos desea o necesita una mujer cuando acaba de pasar por una experiencia cargada de hostilidad y violencia, es el verse nuevamente envuelta en un ambiente de ira y de rabia. En estos casos puede ayudarle el saber que muchas veces la cólera, la ira y el enojo suelen ser como una cortina que esconde auténticos sentimientos de vergüenza y ternura.

10: 00 A.M.

Mamá salió, tengo 18 años.

Dice que viene de parte de mi hermano.

"Es un asalto", no hay nada que robar,
pero ahorita me cobro.

Te voy a matar, me golpea y me viola.

Testigo - Impotencia - Sorpresa
"Te voy a matar"