



about 50%

FASIC

FUNDACION DE AYUDA SOCIAL DE LAS IGLESIAS CRISTIANAS

PSICOLOGIA DEL MIEDO EN LAS
SITUACIONES DE REPRESION
POLITICA

Sofía Salamovich - Médico Psiquiatra
Elizabeth Lira - Psicóloga

Santiago de Chile, Mayo de 1985.

I N D I C E

Introducción

- I. El Miedo: delimitaciones conceptuales
 - II. Procesos Psicológicos desencadenados por el miedo.
 - III. Realidad social y procesos subjetivos: efectos psicosociales del miedo.
 - IV. Situaciones represivas y efectos del miedo en personas directamente afectadas por la represión política.
 - V. Represión y situaciones de exclusión social: efectos del miedo en el exilio y retorno y en la cesantía.
- A modo de conclusión.

Presentación

La Fundación de Ayuda Social de las Iglesias Cristianas es una Institución de inspiración ecuménica, que ha desarrollado programas de servicios principalmente sociales, legales y de salud mental en el área de los derechos humanos en Chile, desde 1975.

El trabajo que se presenta aquí corresponde a la reflexión realizada por psiquiatras y psicólogos, que han trabajado en F.A.S.I.C., en un programa de salud mental, desde 1977.

Uno de sus principales objetivos ha sido la atención directa de las personas afectadas por la represión política, y la sistematización y reflexión de dicha experiencia, a fin de devolverla a los afectados y al conjunto de la sociedad.

Se recogen aquí textos de trabajos anteriores ya publicados, que se identifican debidamente, relacionados al miedo, y también de otras situaciones vinculadas a la represión política. Se han incorporado parte de algunos textos inéditos de un trabajo sobre psicología y derechos humanos, que se encuentra en preparación, para una publicación próxima, a los que se ha agregado una elaboración y organización apropiada, orientada a completar el problema del miedo en las víctimas de la represión directa. En este sentido las autoras expresan, principalmente, una reflexión común a un equipo de trabajo que se encuentra en pleno desarrollo.

Introducción

El miedo ha sido una experiencia generalizada y profunda entre los pobres de América Latina, y ha estado ligado a la incertidumbre respecto a la conservación y desarrollo de la propia vida y la de la familia, expresándose como temor a la desgracia, al desastre, a la ruina, a la miseria, también al futuro.

En lo que respecta a esos grupos sociales, las represiones tienen una larga y penosa historia. Sin embargo, las dictaduras militares introdujeron el miedo en otros grupos de la sociedad, que vieron con él afectada la realización y continuidad de su vida. Las víctimas directas de dichas represiones han padecido en sí o en sus familias los efectos traumáticos de violencias tales como la tortura, el desaparecimiento o la muerte violenta de un familiar, la detención arbitraria, el amedrentamiento, la pérdida del empleo o el exilio.

En este trabajo se aborda el miedo desde la perspectiva psicológica y en relación a situaciones represivas específicas, a partir de la experiencia de los afectados directos. El miedo se entiende aquí como un fenómeno subjetivo de efectos inicialmente privados, que al producirse simultáneamente en miles de personas en una sociedad, adquiere una relevancia insospechada en la conducta social y política. Así el miedo puede ser descrito como un fenómeno masivo y perceptible, a la vez que privado, encubierto, y renegado, ocupando un lugar relevante en las motivaciones de la conducta colectiva en períodos de represión política. Asimismo, el fenómeno es abordado aquí en el contexto de otros procesos subjetivos ligados a la represión, los que contribuyen a su vez a la generación del miedo, delimitando previamente su alcance conceptual y sus otras conexiones.

El miedo es analizado como un fenómeno conductual, pero a la vez, en cuanto constituye un tipo de experiencia humana, cuya comple

jidad requiere diversos niveles de análisis, se esbozan aquí tres aproximaciones: un nivel descriptivo (fenomenológico), un nivel psicodinámico y un nivel psicopatológico.

Consideramos que esta perspectiva contribuye y estimula la reflexión, respecto de las consecuencias del miedo como fenómeno subjetivo social, en la estructuración de la convivencia democrática, porque pensamos que el miedo no se acaba al terminar las causas que lo generaron. Nos parece un análisis insuficiente considerarlo sólo como un efecto circunstancial a la represión y a su permanencia. El lenguaje popular ha hecho suyo el término "traumatizado" para referirse a quién queda afectado de manera prolongada por un hecho definido como traumático, y en este sentido el miedo más allá de ser originalmente una respuesta psicológica adaptativa, al servicio de la vida, es una gran incógnita respecto a la vida política del futuro. Un pueblo no podrá reconstruir su vida colectiva, sobre bases seguras y permanentes, si no ha elaborado previamente los resabios colectivos dejados por el conjunto de situaciones de violencia.

Un régimen democrático supone un clima de libertad, sin temores y terrores. La falta de solución de las profundas alteraciones individuales y colectivas que deja el miedo, no permiten el desarrollo de condiciones para la plena y permanente realización de la democracia.

I. El Miedo: delimitaciones conceptuales

El miedo, angustia, ansiedad, temor, terror, pánico, espanto, horror, son palabras que se refieren a vivencias desencadenadas por la percepción de un peligro cierto o impreciso, actual o probable en el futuro, que proviene del mundo interno del sujeto o de su mundo circundante. La objetivación del peligro puede llevar al sujeto a configurarlo como un riesgo de amenaza vital. La certeza o alta probabilidad de que dicha amenaza ocurrirá, transforma la inseguridad en miedo. La percepción de la amenaza como inminente puede transformar el miedo en terror o pánico. Se habla de pánico cuando un acontecimiento peligroso causa una reacción espontánea y desorganizadora en el individuo o en la comunidad. (1)

La dificultad para identificar el contenido mismo de la amenaza vital, o para discriminar su inminencia ha sido denominado angustia. (2) La angustia se caracteriza además porque "tiene una innegable relación con la espera. Es angustia ante algo. Sin embargo le es inherente un carácter de imprecisión y de carencia de objeto. Los mismos usos del lenguaje lo reconocen así al cambiar su nombre por el de miedo en cuanto al afecto se refiere a un objeto determinado". (3)

Una situación es considerada peligrosa cuando se compara la magnitud del peligro y la impotencia del sujeto frente a ella.

(1) Merloo, A.M.; "Psicología del Pánico"

Ed. Hormé, Paidós. Bs. As., 1964, pág. 12

(2) Freud, Sigmund; "Inhibición, síntoma y angustia". Obras completas, Vol. I, Ed. Biblioteca Nueva, Madrid 1948, págs. 1.235 y 1.236.

(3) Freud, Sigmund; Op. cit., pág. 1.250.

En la angustia, la actitud de espera se relaciona con la imprecisión y falta de objeto de dicha angustia y con la impotencia anticipada⁽¹⁾ frente a la situación peligrosa.

El miedo, el temor, la inseguridad consecuente, implica la conciencia del desvalimiento biológico y la inermidad social del ser humano en una situación amenazante. Dicho de otra forma, el miedo es una emoción intensa, que indica que el significado que el sujeto atribuye a la situación en la que se halla, es de peligro y el sujeto la percibe y comprende como una amenaza vital.

La inseguridad y el temor se generan habitualmente por el cambio en el entorno vital y social, o por la fantasía del cambio como un elemento de alteración de la vida cotidiana.

De esta manera tanto la realidad como la fantasía pueden desencadenar procesos de insegurización de diversa índole, que varían en intensidad, y pueden ser registrados individual o socialmente como un temor al cambio, que se hace difícil objetiva o como una amenaza vital que incluye diversos aspectos.

La amenaza vital puede ser percibida como amenaza de muerte física; como un peligro de ser agredido, golpeado, violentado, torturado, es decir, como una amenaza a la integridad corporal. También puede ser percibida como una amenaza en el acceso a los medios de vida, es decir, el riesgo de carecer de la subsistencia mínima, por la pérdida del trabajo, o por la insuficiencia del salario respecto a las necesidades imprescindibles para vivir, lo que puede ser percibido como una amenaza al nivel de vida en relación a las

(1) Freud, Sigmund; Op. cit., pág. 1.251.

condiciones materiales subjetivamente suficientes. La amenaza vital también puede establecerse como una amenaza a realizar la vida de acuerdo a los valores, creencias y propósitos que se consideran inherentes a la vida humana.

Es posible afirmar que los hechos políticos que implican - cambios importantes en sectores sociales generan temor en los afectados. La incertidumbre juega un rol significativo en las conductas de los individuos y los grupos, desarrollando respuestas agresivas y violentas o apáticas y resignadas, de acuerdo a las circunstancias sociales y políticas y el grupo afectado.

II. Procesos psicológicos desencadenados por el miedo.

La represión política puede ser descrita como una agresión múltiple, destinada a destruir principalmente la condición de sujeto político de quienes son reprimidos. Sin embargo, las modalidades utilizadas han implicado diferentes formas de agresión que afectan al sujeto como persona total incluyendo sus familiares y sus vínculos más preciados.

De este modo la comprensión psicológica del miedo experimentado como consecuencia de las experiencias represivas, requiere ser ubicado en el contexto de la situación específica y referido a los distintos niveles de comprensión de los procesos psicológicos como tales.

Así se observa que el miedo puede provocar conductas específicas, que pueden ser descritas como procesos adaptativos frente a algo que se anticipa como un desastre, o como una catástrofe personal inminente e imprevista.

Este nivel descriptivo ha sido denominado aquí: características psicológicas generales de los procesos desencadenados por el miedo.

El miedo puede transformarse en permanente, principalmente si se cronifican las circunstancias percibidas como amenaza vital. La comprensión de estos procesos implica explorar en los psicodinamismos que se desencadenan en estas circunstancias, que contribuyen a explicar las emociones y conductas que se observan.

Finalmente el miedo como otras vivencias puede afectar al equilibrio emocional, alterando el funcionamiento psíquico y desencadenando procesos psicopatológicos específicos, describiéndose aquí los más frecuentes.

Características psicológicas generales de los procesos desencadenados por el miedo⁽¹⁾

Sensación de vulnerabilidad: Frente a la situación de amenaza vital surge la percepción de debilidad personal. La persona se reconoce "identificada", "perseguida", su ámbito de vida personal pierde la posibilidad de privacidad e intimidad. Pasa a ser un sujeto susceptible de arbitrariedades que escapan a su control.

Estado de alerta: Se produce exacerbación de los sentidos sin posibilidad de descanso frente a la inminencia del peligro y la amenaza vital que éste le significa. Puede expresarse en diversas sintomatología.

Impotencia individual: Se refiere al conocimiento de que los recursos propios, la propia fuerza es inútil para enfrentar las adversidades. El sujeto siente que no tiene control sobre su propia vida y que no están en sus manos las decisiones acerca de su propio futuro. El desamparo ante la violencia, la sensación de vulnerabilidad, la inermidad, son expresiones de dicha impotencia.

Alteración del sentido de la realidad: Al ser uno de los objetivos del amedrentamiento el impedir toda acción, despojando por la fuerza a las personas de sus actos, se atenta contra el mecanismo psicológico de la prueba de la realidad. La imposibilidad de verificar en la práctica lo subjetivo, tiende a disolver los límites entre lo real y lo posible y lo fantaseado y lo imaginario. La realidad pasa a ser un todo confuso y amenazante sin límites claros, perdiendo su rol orientador de los procesos subjetivos.

(1) Esta descripción está tomada del trabajo: "El miedo, una experiencia compartida"; E. Lira, E. Weinstein, Santiago, Agosto, 1980.

Procesos psicodinámicos.

En las situaciones de miedo en sus diversos grados podemos describir varios psicodinamismos. Para los efectos de este trabajo hemos privilegiado tres, a saber:

- Dinámica de la angustia y de la culpa
- Dinámica de la aniquilación: los dinamismos paranoides
- Dinámica de la inhibición

Dinámica de la angustia y de la culpa.

Los sujetos reprimidos han sido víctimas de agresión en la mayoría de los casos por actuaciones que dichos sujetos consideran legítimas a partir de sus convicciones, y por tanto, en la mayoría de los casos también el riesgo de ser agredido, torturado o muerto ha sido anticipado, relativamente previsto y aceptado como inevitable.

Esta "aceptación" implica el desarrollo permanente de contradicciones insolubles, que incluyen al sujeto en forma directa y también a quienes tienen vínculos con él. Dicho de otra forma, la lealtad a su proyecto social y político implica exponerse a la destrucción o a la tortura. Esta proposición y sus derivados generan un nivel de angustia anticipatoria constante, desarrollado a partir de la conciencia que el sujeto tiene de su gran vulnerabilidad física y psicológica. Al mismo tiempo la única posibilidad que tiene de evitar la angustia o suprimirla es renunciar a su proyecto. Es decir, a aquello que el sujeto más valora y que constituye la manera como el sujeto concibe el desarrollo y realización de su existencia. Renuncia que implicaría un alto nivel de culpa consigo mismo y los otros. Dicho de otra forma renunciar a la persona que se ha elegido ser.

Por otra parte, cada sujeto desarrolla diversos mecanismos de control de la angustia, y por tanto puede no vivenciarla claramente como angustia, en forma permanente. Este dilema al desarrollarse se sitúa en el ámbito subjetivo personal y no logra expresarse en las relaciones sociales, pues existe un cierto grado de control social, relativo a la aceptación del miedo como vivencia vinculada al quehacer político. Dicha actividad es considerada como una tarea esencial para resolver las causas de las situaciones represivas y del miedo que generan, por tanto expresar miedo es percibido como una amenaza a ese propósito, como una motivación para restarse a él.

Es preciso agregar que la angustia no sólo se origina -- raíz de los procesos sociales y sus efectos subjetivos. Cada sujeto se integra a la sociedad a través de mediaciones diversas: grupales, familiares y la angustia se refiere por tanto a significaciones biográficas pasadas, a proyectos sociales y personales frustrados o realizados, es decir a significaciones propias.

En la situación política en la que se ubica el análisis que aquí se hace, la temporalidad es un factor fundamental en la comprensión de los procesos psíquicos descritos.

Hay otro elemento vinculado a la culpa y no necesariamente al miedo, que se deriva de la derrota del proyecto político y de la represión subsecuente. En un cierto sentido la angustia expresa constantemente no sólo el temor a sufrir consecuencias represivas, sino a no ser capaces de modificar la situación, y por tanto continuar dramáticamente atrapados en la situación represiva, derivando en un proceso de tristeza, de pérdida y de culpa.

La relación del sujeto con la realidad se encuentra alterada, pero tanto la angustia como la culpa pueden conducir inexorablemente a la inhibición o la parálisis, al desarrollarse este psicodina

mismo como un conflicto puramente subjetivo e individual desligado de las situaciones que lo provocaron. La recontextualización social permite una comprensión de toda su magnitud. Este tema - será tratado de manera específica.

Dinámica de la aniquilación: los dinamismos paranoides

Al hablar de los dinamismos paranoides nos referimos a una reacción frente a una situación objetivamente amenazadora, de la cual se tiene experiencia directa o indirecta, que es percibida - como una objetivación concreta, ligada a hechos personales, de - una amenaza vital.

La amenaza vital aparece ligada a las ideas y actuaciones políticas del sujeto, siendo difícil precisar las circunstancias en que efectivamente dicha amenaza puede llevarse a cabo. La percepción de su arbitrariedad dificulta organizar una respuesta -- apropiada por parte del sujeto amenazado, pues la fuente de la - amenaza es difusa y en muchos casos no es posible precisar con claridad su origen o sus actores responsables. No se trata, pues, de una "proyección de la hostilidad", sino de una hostilidad percibida desde la realidad del poder político detentado por el Estado, y ejercido a través de sus organismos de seguridad, situación en la que la hostilidad del sujeto no puede ser expresada en ninguna circunstancia sin aumentar el peligro que se cierne sobre él.

De esta manera la reacción del sujeto debe ser necesariamente reprimida, o bien desplazada a situaciones menos peligrosas, o transformada en una respuesta que posibilite la descarga de la hostilidad que esta amenaza genera sobre terceros no peligrosos.

Así es posible observar expresiones de hostilidad y agresión en los grupos de pertenencia del sujeto ya sea en su grupo - político, su grupo laboral o bien su familia, con la subsiguiente

expresión de la culpa, al percibir consciente o inconscientemente - que este desplazamiento y la descarga llevada a cabo se realiza - sobre quienes no tienen relación alguna con la causa generadora - de la hostilidad desencadenada, excepto el tener vínculos previos con el sujeto, lo cual aumenta la culpa.

Como dice Castilla del Pino "cuanto más intensa es la ex - culpación tanto mayor distorsión de la realidad existe".⁽¹⁾ Diver - sos autores han señalado en relación a los dinamismos paranoides ciertos elementos básicos para su aparición y arraigo (Freud y H. S. Sullivan) entre los cuales se priorizan los siguientes: a) con - ciencia de inferioridad, que en este caso puede traducirse en con - ciencia de vulnerabilidad; b) transferencia de la culpa de esa in - ferioridad a otros; c) desplazamiento de la culpa a otros. Estos mecanismos que se relacionan a experiencias referidas a la inte - rioridad del sujeto, han sido descritas como "soy indigno, merez - co morir", y se transforman en "me creen indigno y me quieren ma - tar"⁽²⁾, cuyo referente en la realidad, a diferencia de lo que o - curre en procesos psicopatológicos, es concreto y corresponde a - la experiencia de muchos.

El contenido de la amenaza vital dice relación, por tanto, con la biografía del sujeto, con las circunstancias vitales en las que hace su vida, y con las características del poder político que se ejercen en su sociedad. De este modo, el miedo, aunque apareza con elementos aparentemente delirantes, debe ser confrontado - con estos espacios de significación para verificar su carácter.

(1) C. Castilla del Pino; "Estudio sobre la Depresión"
Ed. Península, Barcelona, 1974 - pág. 195.

(2) C. Castilla del Pino; Op. cit., pág. 195

Hemos incluido a los mecanismos paranoides en los psicodinamismos de la "aniquilación", porque dichos mecanismos alertan - en relación al temor a ser destruido en cuanto sujeto político, - en cuanto persona, en cuanto sujeto integrado a la sociedad, y el rango de respuesta que se desencadena pone énfasis en la destrucción como peligro principal. Un ejemplo de ello es que el miedo a la destrucción física - la muerte - puede ser sustituido por otras formas de aniquilación. Una de ellas es el exilio en la que se ejerce la exclusión del sujeto en su condición de ser político - en relación a la participación en la sociedad concreta de la - que ha formado parte, y en la que llevó a cabo un proyecto político hoy frustrado, compartido por un sector de la sociedad y teóricamente vigente a pesar de su derrota temporal.

Nos parece importante profundizar en las posibilidades de comprensión que aporta el análisis de este psicodinamismo, que a nuestro juicio, es el eje central del miedo en situaciones de represión política, y respecto al cual se entiende mejor el significado de los otros psicodinamismos descritos respecto al miedo.

Dinámica de la inhibición

En la psicología, la inhibición ha sido descrita en diversas circunstancias, y aparece como un elemento conductual relevante en ciertos cuadros psicopatológicos, principalmente la depresión. También ha sido descrita psicosocialmente como apatía, pasividad, resignación, etc.

Entre las conductas ligadas al miedo en situaciones políticas el comportamiento de las mayorías tiende a ser silencioso, - inexpresivo, inhibitorio, autocensurado, y de esta manera ha sido descrito reiteradamente como "despolitización", puesto que a comienzos de los años 70 en Chile la forma de integración social - predominante, además del empleo, se producía a través de la parti

cipación política. Suprimida ésta, y llegando al desempleo a nivel muy alto, esas mayorías no tienen como expresar sus demandas al Estado, o su descontento, considerando el alto nivel de represión política imperante.

Todas estas conductas pueden ser consideradas como expresiones de la "inhibición".

Inhibición se utiliza aquí en el sentido del concepto utilizado en psiquiatría, que alude principalmente a la carencia de movimientos y a la lentitud en el pensar.

En la inhibición el sujeto aparece "incapacitado para la acción" (1) en un sentido amplio. Esta incapacidad no procede como podría pensarse de una fuerza externa, de algo externo que lo paraliza, sino que es el reconocimiento de que no puede querer actuar (...) así la falla se encuentra en la intencionalidad (...) (2).

La comprensión del psicodinamismo subyacente a la conducta de paralización, de despolitización, u otras que expresen las diversas manifestaciones de la inhibición, debe ser comprendida descriptivamente - es decir reconocida como inhibición - y al mismo tiempo debe ser contextualizada respecto a los psicodinamismos descritos anteriormente: la angustia y el temor a la aniquilación.

Con la conducta de inhibición se intenta evitar todo aquello que genera angustia. Al mismo tiempo este "no hacer" implica tomar distancia, separarse en cierta forma de los contenidos y del proyecto político, que en su momento fue plenamente significativo,

(1) C. Castilla del Pino; "Un estudio sobre la depresión", pág.149

(2) C. Castilla del Pino; Op. cit., pág. 150

en cuanto sentido de la vida y del quehacer personal. Así por una parte el sujeto se retrae de un quehacer que le resulta peligroso, y que por tanto le provoca angustia. A su vez los diferentes hechos de la realidad tienden a reactivar, incluso de manera traumática, esta angustia reforzando la convicción subyacente - aunque no siempre verdadera de "quien nada hace nada teme".

Por otra parte, retraerse de ocupar un lugar en las tareas sociales y políticas, de asumir algún tipo de responsabilidad, desencadena la culpabilización por no hacer "lo debido" respecto a una realidad en la que se estuvo involucrado, o respecto a la cual se tiene conciencia de pertenencia y responsabilidad.

Así la inhibición protege al sujeto de la angustia y la culpa y por tanto de enfrentarse consigo mismo y los conflictos que le desencadenaría involucrarse en la realidad que le resulta tan amenazadora. Entendido así el miedo puede ser comprendido como un proceso adaptativo a circunstancias sociales específicas, percibidas como vitalmente amenazadoras.

Efectos psicopatológicos del miedo

La evidencia clínica demuestra que el miedo desencadena en las personas reacciones psicopatológicas que afectan su integridad emocional.

Se han observado los siguientes cuadros, o una combinación de ellos:

- a) Reacciones de angustia: Caracterizadas por sentimientos de recelo, expectativas de un peligro inminente, temores específicos - de pérdida de control, sensaciones de desintegración personal, deseos de evadirse y escapar, comportamiento desorganizado con

el consiguiente menoscabo de las funciones ideo-asociativas, en la coordinación motora y en el cumplimiento de las tareas, que impliquen la resolución de problemas complejos. Las reacciones de angustia suelen ir acompañadas por insomnio, inquietud, pesadillas recurrentes o sueño superficial, dificultad de concentración, fallas de memoria y fatiga física.

- b) Reacciones fóbicas con implicaciones sociales: Caracterizadas por miedos específicos a abandonar la casa, andar por la calle, miedo a los grupos, a hablar con gente desconocida, a los lugares abierto (agorafobia), a los lugares cerrados (claustrofobia) etc.

Estos temores van restringiendo la posibilidad de las personas de desenvolverse adecuadamente en la realidad (trabajo, familia, amigos) y obstaculizan el enfrentamiento de las relaciones interpersonales de la vida cotidiana.

- c) Reacciones obsesivo-compulsivas: Caracterizadas por pensamientos que hacen irrupción repetidamente en la conciencia, tales como ideas de muerte, de ser atrapados, de que un familiar cercano sufra un accidente, etc.; o acciones que la persona se siente obligada a cumplir, tales como revisar la casa reiteradas veces, comprobar insistentemente que se anda con la documentación adecuada, utilizar ciertos caminos para circular por la calle, etc. Estos pensamientos o acciones se experimentan como irracionales, involuntarios y difíciles de controlar o parar. La persona va sintiendo un progresivo desgaste debido a la persistencia de estas relaciones, dificultad para concentrarse en algo distinto a las ideas obsesivas y pérdida de eficiencia en sus labores concretas. El no cumplimiento de las acciones compulsivas inunda al sujeto de angustia.

- d) Reacciones depresivas: Caracterizadas por sentimientos de tristeza, abatimiento, desánimo. Pueden tener crisis de llanto, pérdida de interés en el trabajo y otras actividades, retraimiento, desesperación y fuertes tendencias autodepresivas, pérdida del apetito, baja de tono al hablar y en la actividad física; mal dormir o insomnio, agitación e irritabilidad. Ideas de suicidio recurrentes e intentos ocasionales.
- e) Reacciones paranoideas: Caracterizadas por la dificultad de someter a la prueba de la realidad las sensaciones de amenaza o persecución. El individuo pierde la capacidad para discriminar entre las amenazas reales y las fantaseadas, sintiéndose en todo momento perseguido, espiado y referido por los demás, lo que da origen al surgimiento de delirios estructurados. Predomina el aislamiento y la desconfianza en la relación con los demás.
- f) Exacerbación de patologías previas: En personas con historia previa de dificultades emocionales o enfermedades mentales, la situación de amedrentamiento tiende a reactivar y/o exacerbar patologías previas cronificándolas, haciéndolas así mucho más resistentes al tratamiento psicoterapéutico.
- g) Alteraciones psicósomáticas: La angustia vital, además de su proyección en el plano psíquico puede manifestarse a través de síntomas neurológicos y síntomas viscerales esporádicos o permanentes, según la persistencia de la angustia y el grado de involucreción de los órganos o sistemas afectados.

Entre los síntomas neurológicos más frecuentes encontramos:

- vértigos y desmayos psicógenos
- alteraciones del esquema corporal
- escalofríos y estremecimientos

- cefaleas
- alteraciones sensoriales (visuales, auditivas, kinetésicas)
- tics.

Entre los síntomas viscerales más frecuentes encontramos:

- síntomas circulatorios: aceleración del ritmo cardíaco, incremento de la presión sanguínea y otras alteraciones funcionales que pueden dar origen a una auténtica cardiopatía.
- síntomas digestivos: dolor de estómago, diarrea, vómitos, alteraciones del apetito, etc.
- síntomas respiratorios
- síntomas vesicales, sexuales, cutáneos.

III. Realidad Social y Procesos Subjetivos: efectos psicosociales del miedo (1)

El análisis del miedo que se realiza aquí, se refiere a un contexto histórico específico: la introducción de la amenaza vital vinculada al quehacer político, por efecto del golpe militar ocurrido en Chile en 1973 y la dictadura subsecuente. El miedo - como fenómeno subjetivo asociado a la política no es nuevo en Chile. Está vinculado a las represiones de las huelgas y manifestaciones disidentes ocurridas a lo largo de su historia y que afectan principalmente a las clases populares. Sin embargo la represión a la que se alude ahora, incluye al conjunto de la sociedad y por ello su efecto sobre la vida social y política es muy profundo, desencadenándose una percepción de amenaza vital muy generalizada.

A partir del golpe militar cambian en pocas horas los elementos de referencia de la sociedad. Muchas personas encuentran la muerte. Muchos son detenidos y se establece un control sobre las ciudades con las características de una ocupación militar.

Inicialmente la información sobre la represión que se ejerce en el país es profusa desde los canales oficiales, al mismo tiempo que existe una estricta censura sobre los medios de comunicación (los que pertenecían al gobierno anterior o de los partidos políticos que lo componían fueron suprimidos o confiscados).

La utilización simultánea de la censura estricta y de la información abrumadora sobre allanamientos, detenciones, ejecuciones, etc., genera diversos estados de temor, miedo o pánico. Al

(1) Esta parte del trabajo incluye parte de un capítulo denominado Represión Política y Procesos Subjetivos, de un libro en preparación sobre psicología y derechos humanos del equipo de Salud Mental de FASIC.

mismo tiempo se establece una gran inseguridad sobre el empleo. Son despedidos miles de funcionarios del estado partidarios del gobierno derrocado. Se genera un estado de desconfianza entre las personas ligado a la amenaza vital. Se desarrolla el temor a ser señalado como militante político por vecinos o compañeros de trabajo, y se percibe una vigilancia omnipotente y omnipresente que no necesariamente corresponde en todos los casos a la realidad. Esta percepción es reforzada por los medios de comunicación estimulando constantemente a la ciudadanía a colaborar con el gobierno en la ubicación de "marxistas".

De esta manera el despliegue de fuerza militar y represiva y su utilización como un poder sobre la vida y la muerte llega a ser internalizado como una amenaza de peligro, dolor, muerte o de sastre que es independiente de las acciones de los sujetos.

Es así como principalmente los sectores populares se sienten amenazados de diversas maneras. La situación es efectiva debido a que las amenazas operan de acuerdo al principio de los refuerzos irregulares: cuanto más arbitrario es el castigo, el miedo se extiende a un número creciente de personas y los límites se pierden.

La detención tanto de líderes como de militantes medios y simpatizantes, opera reforzando el efecto disuasivo respecto a la participación: nada ni nadie protege a nadie.

El miedo se desarrolla porque asimismo las modalidades legales implantadas, impiden el reagrupamiento de las personas y sus organizaciones, lo que dificulta percibir con claridad los procesos en los que se está involucrado.

El uso de la fuerza de manera evidente, el desprestigio de

los dirigentes a través de los medios de comunicación de masas, la estimulación de la apatía a través del terror, la descripción reiterada del gobierno anterior en términos de fracaso desarrolla una sensación de miedo e impotencia generalizada, donde con excepción de los sectores más concientes, organizados y lúcidos, las mayorías vivencian su incapacidad de influir de manera efectiva en los hechos, predominando como procesos subjetivos la vulnerabilidad y la susceptibilidad a la violencia, arbitrariedad y represión.

Identidad política, justificación de la represión

En las acusaciones legales y en la prensa se utiliza la definición de "enemigo", "antipatriota" para referirse a los partidarios del gobierno derrocado. La definición de enemigo era amplia. En último término, se sustentaba en las atribuciones vinculadas a la ideología, más que a las acciones concretas realizadas por los sujetos. Esta definición, y el estímulo constante a denunciar a dichos enemigos transformaba esta identidad en un riesgo vital permanente, imposible de determinar, puesto que cualquier persona podía discrecionalmente acusar a alguien de marxista, para que fuese detenido y corriese una suerte impredecible. De este modo las detenciones masivas fueron generadoras de un clima de amenaza vital, de destino incierto y de muerte probable. En muchos casos el motivo de la detención y lo que ella pudiese implicar para un sujeto y su familia, fue el sólo hecho de sustentar una ideología y haberla expresado públicamente, en partidos políticos legales, y en organizaciones de masas existentes con anterioridad al golpe militar.

La definición retroactiva del "delito" y por tanto el riesgo sin que mediara la voluntad o libertad personal conciente, de-

termina que la situación de terror puede llegar a ser incontrolable, ya que el castigo está asociado no sólo a acciones presentes o futuras, cuya legalidad o ilegalidad es conocida para el sujeto sino también actividades pasadas legítimas.

Por otra parte, se va desarrollando un proceso creciente de reinterpretación de la experiencia política pasada, sustentado en el descrédito del proceso político de la Unidad Popular (el caos, la farra) exagerando sus errores, atribuyéndole propósitos y planes genocidas (el Plan "Z"). Recordando permanentemente la escasez de alimentos, de vestuario, de repuestos, etc., que se habían producido.

Se va profundizando a través del discurso oficial la polarización que existía antes del golpe militar, haciendo más irreductibles aún las identidades de "amigo" y "enemigo" con las que se propone a la sociedad la lectura o interpretación de la realidad.

Con anterioridad los ciudadanos tenían la certeza que sus derechos estaban protegidos y asegurados por la legalidad vigente. Dicha certeza estaba profundamente arraigada, principalmente en las convicciones de la clase media.

Al internalizarse la amenaza vital como un hecho posible frente al cual se debilitan todas las formas de protección de la integridad personal, estableciéndose en el funcionamiento real de la sociedad la ausencia de garantías en relación al ejercicio de sus derechos.

De este modo, son las fuerzas armadas, la policía u organismos de seguridad quienes determinan los procedimientos, de acuerdo a la definición de la situación como estado de guerra, y

en ese contexto, las técnicas represivas se modulan de acuerdo a definiciones, que el régimen ha hecho de la sociedad y sus integrantes, y a consideraciones de orden logístico y táctico.

Silencio y Exclusión: diversas censuras

Uno de los cambios más relevantes ocurridos en la sociedad una vez producido el golpe militar de 1973, es la reducción del ámbito político al quehacer del nuevo régimen, con exclusión absoluta del resto de los ciudadanos.

Entra en crisis un aprendizaje propio de la vida democrática del país, que hacía de la política un quehacer legítimo sin riesgo de muerte.

Tal como se puede apreciar en la evolución de la represión, progresivamente se generan cambios visibles, y uno de los más importantes es el desplazamiento de ésta a organismos de seguridad de carácter secreto, lo que genera una situación muy compleja: la autoridad no reconoce las actividades de los organismos, de tal manera que nadie responde por la suerte de las personas detenidas. Se dificulta la defensa legal en esas circunstancias, violándose las más básicas de la vida humana, asegurando a la vez el desconocimiento de las mayorías y su incredulidad frente a los "rumores" de organismos de seguridad secretos, desaparecimiento de personas. La represión aparece a la opinión pública como un costo necesario y menor, para la mantención del orden. La represión se hace invisible, y por tanto, las mayorías pueden observar que se avanza a la normalización del país. A su vez, la acción de los organismos de seguridad se hace muy selectiva. Así se va configurando en la opinión pública, la convicción de que la represión afecta sólo a aquellos que efectivamente desarrollan una actividad opositora, y que quienes no lo hacen pueden sentirse a salvo. Como consecuen-

cia de ello, el régimen obtiene la efectiva desmovilización de eventuales disidentes, que ven en su inactividad un seguro contra la detención, desaparecimiento o muerte.

En este contexto, la represión es percibida subjetivamente como un proceso de aniquilación, en cuanto sujetos y en cuanto proyectos personales y sociales.

El conocimiento de las ejecuciones, las torturas, las actividades contadas de boca a boca, generan un pánico tal, que cumplen una función social y psicológica significativa al ser compartido exclusivamente dentro del ámbito de relaciones privadas. Con el transcurso del tiempo los medios de comunicación ya no dan cuenta de ninguna forma de esta realidad: es la censura.

A su vez la fragmentación social contribuye a la eficacia de la represión, pues el miedo internalizado logra dimensiones inconmesurables. La realidad y la fantasía dejan de ser espacios regulables por la experiencia. Los chilenos viven así en dos mundos. Un mundo "normal" en el que la sociedad y la vida siguen su curso, y un mundo aterrador en el que la violencia represiva puede destruir la normalidad cotidiana, irrumpiendo en la mitad de la noche, o en la soledad de una calle sin testigos.

La dificultad de interpretar la situación global debido a la desinformación y a la censura transforma los significados.

De este modo quienes se sienten amenazados sobredimensionan o minimizan las amenazas posibles, pero difícilmente logran dar una perspectiva real de sus temores, puesto que no es posible establecer con facilidad visiones de totalidad con respecto a la magnitud de los cambios experimentados por la sociedad, los grupos y la represión como tal. No hay libertad de expresión por tanto la censura y autocensura regulan la información posible.

La violencia represiva apunta, por lo tanto, no sólo a la aniquilación de los opositores más activos, sino también al sometimiento progresivo del conjunto de la población, mediante la internalización de las amenazas vitales, de modo que se produzca - una autoregulación aprendida de la conducta social deseable. Durante un largo período - aproximadamente ocho años - la reacción predominante de los sectores sociales de oposición, y en general de toda la sociedad, se podía describir como una conducta de paralización fruto de un aprendizaje traumático del riesgo inherente a la protesta o a la participación. Es así como la inhibición y la indiferenciación resultan ser rasgos adaptativos frente a - una situación sostenida de fuerte represión. Se aprecia un temor generalizado a perder la vida, la "libertad", a perder el modo de vida, a padecer torturas, etc., y ello se manifiesta en la reducción del ámbito vital, en el temor a expresarse, a opinar, etc.

La falta de límites reales respecto al desarrollo de actividades políticas de oposición, a las represalias y riesgos posibles, deja un amplio campo a la dimensión subjetiva, a la fantasía y a la irracionalidad; esta fantasía tiene contenidos fuertemente atemorizadores, precisamente porque el horror posible es un espacio que no ha podido ser objetivado públicamente y funciona como autorepresión internalizada.

La eficacia del miedo se sustenta, entre otros, en mecanismos psicosociales que impiden la verificación de la realidad en la experiencia concreta e introducen perturbadoramente el futuro o el pasado como espacios de fantasía, fragmentando forzosamente la formulación de las tareas a un espacio de "lo posible", que aparece desligado de toda historia, la propia y personal, la del referente grupal, la del país. Destacan, así, las limitaciones y frustraciones de la vida cotidiana que constituye la experiencia directa de la mayoría de los chilenos.

La experiencia de permanente dificultad y riesgo para enfrentar la vida cotidiana, la subsistencia, el quehacer, incide subjetivamente, ya sea alterando la vinculación del sujeto con su proyecto político y su motivación para que éste sea llevado a cabo o alterando al sujeto en su manera de percibirse a sí mismo y sus relaciones afectivas.

En síntesis, mediante diversas formas de coerción policial y legal los chilenos debieron someterse formalmente a un régimen dictatorial, que fue produciendo cambios en la sociedad chilena, no sólo en sus estructuras formales (económico sociales) sino en la subjetividad colectiva, generando cambios profundos en la vinculación de los sujetos con la realidad, y en las relaciones entre personas, y modificando progresivamente las actitudes básicas frente a los procesos sociales, introduciendo la inseguridad, la violencia y el miedo como referente de la conducta colectiva.

Las protestas, el miedo, el estado de sitio

Desde el inicio del golpe se realizaron esfuerzos constantes de responder, contrarrestar y derrocar al régimen imperante. Una expresión de estos esfuerzos se manifestó en las denominadas "protestas" de 1983-1984, que fueron manifestaciones masivas de repudio al régimen y por ello, constituyen un hito importante de la acción política y del fenómeno del miedo.

Subjetivamente se produjo un cambio visible en la conducta colectiva en las grandes ciudades, manifestándose la oposición activa al régimen en diferentes sectores sociales. Este cambio implicó una actitud de superación en ascenso del temor y la inhibición, creciendo la participación en organizaciones de diferentes tipos y principalmente, la expresión pública y organizada de los partidos políticos en propuestas nacionales y movilizaciones sociales.

No obstante ello, el estado de sitio fue la forma legal de reestablecer la situación represiva y mostró la capacidad del régimen político de endurecer y aumentar la represión, influyendo - en la participación y expresión posible de los sectores políticos organizados, los que fueron reprimidos directa e indirectamente, emergiendo nuevamente el miedo como un elemento subjetivo relevante en la conducta social de vastos sectores.

En este contexto se producen allanamientos masivos, supuestos enfrentamientos y asesinatos que causan conmoción pública.

Estos hechos y sus repercusiones subjetivas reproducen la experiencia constante de asistir sorpresivamente a situaciones extremas, inconclusas, traumáticas en las que se pierden todos los límites y transforman la percepción de la vinculación con la sociedad y los proyectos vitales y sociales, introduciendo nuevamente emociones intolerables en la vida cotidiana.

Se producen así a nivel psicológico colectivo e individual mecanismos de control frente a la invasión abrumadora del miedo, del desaliento, de la impotencia, de la inhibición y la tristeza disociando estas emociones de los hechos que las generan, refugiándose en el mundo de los vínculos privados y en muchos casos renunciando a la responsabilidad social y política.

IV. Situaciones represivas y efectos del miedo en personas directamente afectadas por la represión política.

Introducción

La represión es un proceso de efectos objetivos y subjetivos que invade a todas las esferas de la vida de los individuos directamente afectados y que repercute en sus familiares y en sus grupos de relación directa.

Los efectos de dicho proceso se internalizan traumáticamente y cada situación implica características y respuestas específicas. En todos los casos la situación represiva afecta modificando actitudes y valoraciones y alterando la percepción de sí mismo y de la realidad de cada sujeto.

Las diversas formas de la represión, como se sabe afectan a los sectores más activos de la oposición política, y los medios disuasores respecto a dicha actividad son muy drásticos. Básicamente fluctúan entre las amenazas, la tortura, otras formas de violencia y la muerte.

Con el fin de comprender los efectos específicos se han descrito las siguientes situaciones:

El Allanamiento

Ha sido una práctica policial realizar lo que se denomina "allanamiento de morada" en la búsqueda de un supuesto delincuente o de las pruebas que lo inculpan. A partir de 1973 se ha hecho frecuente el allanamiento masivo de sectores populares con fines de amedrentamiento y el allanamiento del hogar de quién es buscado para su detención.

Este procedimiento suele realizarse con gran despliegue policial y en él ocurren destrozos, gran desorden de la morada, y violencia y amedrentamiento sobre las familias que allí habitan. A fines de 1984 el procedimiento de allanamiento masivo se realizó en condiciones de cercamiento y ocupación militar y policial de algunas poblaciones. Esta experiencia es en todos los casos muy traumática para el conjunto del grupo familiar. Al mismo tiempo implica la destrucción de los enseres, bienes, y la violación de lo más privado que es el espacio familiar, los signos y símbolos de la convivencia y de los afectos.

Con el fin de delimitar esta situación específica se transcriben a continuación los análisis y testimonios recogidos en torno a los allanamientos masivos de Noviembre de 1984. (1)

A algunos les cuesta definir el miedo, y dicen que "son los gajes de ser pobladores" y hay que "acostumbrarse". Las mujeres lo declaran más abiertamente: han sentido pánico, y aún lo llevan consigo. Pero en general, en todos ellos se percibe claramente una sensación de zozobra e inquietud permanente. Su cotidianeidad de miseria, de búsqueda diaria de alimento, de preocupación por el futuro de sus hijos, ahora se encuentra además amenazada por una ingrata sensación de vulnerabilidad. La humilde vivienda de madera que, después de todo, había llegado a ser refugio de sus sinsabores, ahora ya no lo es más.

"Cuando sacaron a todos los hombres afuera de las casas, por casualidad quedé frente a la puerta de la mía. Ví que levantaban los colchones, sacaban la ropa y desordenaban todo. A mi hijo,

(1) Revista Solidaridad N°191 - 15 al 28 Diciembre, 1984.

"Inviolabilidad del hogar: un derecho sagrado"

de 2 años, lo despertaron al levantar el colchón donde dormía. El pobrecito se encontró de repente con la gente uniformada y armas delante de su carita. Ahora anda aterrorizado, escucha un helicóptero y vuela a esconderse".

(Nicolás, Campamento Raúl Silva Henríquez)

" Todavía me acuerdo de mis niños llorando de miedo y yo dándome ánimos como podía. Sentí una impotencia enorme al ver que se llevaban a mi marido y no poder hacer nada. Ellos no tenían por qué meterse en mi casa... Ahora me siento mal en ella, también en el campamento, por mí me fuera de aquí mañana mismo, porque no me siento protegida, siempre con el temor de que vuelvan, o vayan a la casa de algún vecino. Y yo no estaba mal antes, a pesar que somos harto pobres; tenemos una pieza de madera, allí está todo, la cocina, nuestras camas, todo. Y ellos se metieron en nuestras cosas, se metieron en todo lo que es de nosotros... Estoy asustada y como humillada también".

(Marta, Campamento Raúl Silva Henríquez)

La Detención

Muchas personas han sido detenidas en su casa, en presencia de su familia y con despliegue policial, realizándose allanamiento del hogar. En otros casos la detención ocurre en la calle, en presencia o no de terceros, en el lugar de trabajo o en recintos de actividades sindicales, sociales, etc.

Muchas veces las personas han temido ser detenidas; han percibido ser objeto de seguimiento y vigilancia. Sin embargo el

carácter agresivo de la detención produce efectos de miedo, pánico y/o angustia variables, a pesar de que la detención como tal rara vez es sorpresa.

Se observan diferencias en la reacción emocional de las personas que son detenidas por primera vez, de aquellas que lo han sido con anterioridad.

Sobre este punto los siguientes testimonios permiten ilustrar esta situación:

" Yo iba a recitar, donde me invitaban iba. De repente veo que entran por la puerta dos carabineros con metralleta y piden hablar con el responsable. El sargento que iba a cargo dice, todos contra la muralla, estos son todos extremistas que están reuniéndose...! Me dí cuenta que estábamos presos realmente y me comienza todo el temor, empecé a transpirar helado, le dije que me sentía mal, me dijo: "no, no, todos contra la muralla" y me empujó contra la muralla. En ese momento como que me empecé a ir, a ir, me empezaron a fallar las piernas y me desmayé. Fue un desmayo corto, caí y con el porrazo me anduve reponiendo. Me empezaron los ahogos, toda una cuestión nerviosa, yo veía que estaba preso, me veía de nuevo preso, me empezó una angustia... incluso hubo un momento en que sentía los mismos efectos de cuando me habían torturado el año 1980, la electricidad, ese cosquilleo por todo el cuerpo".

C.C. V.

Detenido el 12 de Julio de 1983

Relegado el 21 de Julio de 1983

" A mí me detuvieron dos veces, la primera vez llegaron a mi casa la madrugada del día 31 de Julio de 1984; y ahí me llevaron, me hicieron entrar a un auto, me vendaron los ojos y me pusieron corriente. Estaba asustada y nerviosa, el cuerpo me temblaba todo, tenía mucho frío, yo creo que debe haber sido de los puros nervios".

A.F.

20 años

" A mí me tomaron por estar en el Acto⁽¹⁾, me tomaron en la calle; yo me resistí, luché con ellos, no quería que me tocaran. Lo que tenía era rabia y humillación por lo que nos hacen, cómo nos tratan. Y cuando estábamos en la comisaría un paco dijo: 'a todos éstos hay que fusilarlos...' Yo sentía como que me dolía el estómago, me revolvía el estómago y después me tranquilizaba. Y después cuando tomaban los datos como que se me volvía a revolver el estómago".

T. (F)

24 de Marzo de 1981

La tortura

La tortura es psicológicamente un trauma agudo debido a la intensidad y masividad de la agresión física y psíquica recibida, el carácter extremo de la amenaza vital experimentada, y el grado

(1) Acto del Día Internacional de la Mujer

de pasividad y/o impotencia en que la vive forzosamente el individuo.

Los objetivos de la tortura son siempre múltiples. Se sitúan a nivel del sujeto y de la sociedad.

La tortura como fenómeno político

A nivel del sujeto aparece como objetivo principal el obtener información o confesiones. Sin embargo, su destrucción en cuanto sujeto político, es un objetivo tanto o más importante que el anterior. Se intenta afectar su voluntad, sus creencias, sus lealtades, sus vínculos afectivos, y a través de ello su proyecto social y político.

Un efecto de la tortura es también la intimidación de terceros, y a nivel de la sociedad, la producción constante de miedo inhibición, paralización, impotencia y conformismo. Por ello, la tortura es primordialmente un fenómeno político, que no puede ser explicado por el descontrol o la perturbación de los sujetos, que actuarían como torturadores, comportándose de modo aberrante. Se trata más bien de una práctica regular, utilizada de manera planificada y técnica, entrenada con métodos universales, adaptados localmente por sistemas represivos de gobierno, que requieren de su uso para controlar y destruir a sus oponentes en cuanto sujetos concretos y sus organizaciones, paralizando al conjunto de una sociedad.

Es así como el trauma llamado tortura, presenta en primer lugar, la especificidad de articular lo social y lo individual de manera indisociable, tanto en sus objetivos como en sus consecuencias. Esta doble condición de la tortura queda de manifiesto en lo siguiente: la situación social que genera la tortura, cuya ra

cionalidad es política y colectiva - destruir o aniquilar a los opositores más activos a un régimen de gobierno - se aplica sobre determinados sujetos, en tanto representantes de sectores sociales específicos o de entes colectivos (miembros de partidos políticos, organizaciones, sindicatos, simpatizantes o colaboradores, etc.). Sin embargo, las agresiones físicas o psíquicas que la tortura conlleva, son enfrentadas con los recursos individuales de la persona, el torturado. En otras palabras, es sufrida finalmente por las personas en tanto personas, recayendo el impacto sobre el individuo en términos de su daño psicológico, físico y familiar. A su vez este daño individual o personal, actúa como mecanismo psicosocial de control sobre los sectores sociales más activos, las organizaciones y la sociedad toda, a través de la intimidación, el miedo y la presión a someterse para evitar el castigo.

La tortura como experiencia límite de inermidad

La experiencia de encontrarse en un recinto secreto y ser torturado, constituye una situación límite, en la cual el ser humano es sometido a una extrema violencia, quedándose en la más extrema indefensión. Desprovisto de recursos materiales con los cuales defenderse, maniatado y vendado, enfrenta una situación donde la integridad y la vida se encuentran en peligro radical.

Las técnicas de tortura son variadas y se usan de manera masiva y permanente. Para garantizar su efectividad se busca simultáneamente el quebrantamiento psicológico y somático. Se busca desmoralizar al torturado, manifestándole supuestas delaciones. Se le trata de humillar y rebajar su autoestima mediante la burla, el lenguaje soez, el desnudar y vejar sexualmente.

La tortura es una agresión masiva y prolongada donde los métodos físicos directos (electricidad, golpes, asfixia, colga--

mientos, quemaduras, etc.) vienen a ser la forma más extrema y concreta de agresión, pero de ningún modo las únicas. Las técnicas de quebrantamiento, especialmente las de tipo psicológico, buscan convertir todo el tiempo y todo el lugar, hasta la propia celda, en un constante tormento, que no permite al sujeto recuperarse de su sensación de inermidad.

La tortura como severo stress psicosomático

El stress psicosomático propio de todo trauma agudo, es extraordinariamente intenso en el caso de la tortura, por cuanto es activamente buscado por los torturadores, mediante la permanente tecnificación de sus métodos.

Conjuntamente con la mantención sostenida del estado de terror, a través de las agresiones físicas y psíquicas intolerables, la deprivación sensorial, el aislamiento, la venda, la interrupción del sueño y la alteración de los estados de vigilia, la inducción de un cansancio permanente, el silencio total o su opuesto: los ruidos continuos y ensordecedores, logran alterar las percepciones del detenido, despojarlo de sus necesarios referentes tiempo-espaciales, y perturbar sus funciones vitales y sus ritmos biológicos. Aumenta así la confusión y la ansiedad, y la resistencia psicológica es amenazada hasta sus límites más extremos.

Asimismo, los amedrentamientos acerca de su futuro y el de los miembros de su familia, las conductas arbitrarias e inesperadas de los carceleros, la ausencia total de horarios o puntos de referencia temporales, hacen que el torturado permanezca en constante expectación y alerta, con lo cual se agota y debilita su autocontrol emocional.

El carácter intolerable de la experiencia de tortura compromete la salud mental en diversas formas. Sus secuelas dependen de varios aspectos, como la biografía y recursos psicológicos del sujeto, las características de la tortura misma, el impacto en el grupo familiar, etc.

Hemos privilegiado el análisis de la tortura como un trauma psicológico específico, porque permite percibir los efectos posteriores, principalmente los que se refieren a procesar psicológicamente la experiencia, en una sociedad que no le garantiza al sujeto que no puede ser torturado nuevamente.

Este tipo de experiencia desarrolla necesariamente, mecanismos psicopatológicos y efectos prolongados, y como todo trauma, requieren un proceso de elaboración en un contexto vincular, que posibilite recuperar y reconstituir la experiencia en toda su magnitud, reapropiándose de las significaciones personales y sociales de ella.

Con todo, parece imposible olvidarla, y sin embargo, el hecho de haberla sufrido no implica necesariamente que el sujeto renuncie a sus propósitos y proyectos vitales y políticos.

La experiencia de tortura implica una profunda alteración de los significantes y significados en la persona torturada, incidiendo en su manera de interpretar y de codificar no sólo los hechos externos, sino también sus vivencias, sus sentimientos y su relación con el mundo. Como experiencia límite, la tortura hace una ruptura con la realidad, y es por tanto una situación generadora de angustia y de miedos específicos, tales como la repetición de la situación de tortura, el temor a tener daños físicos o psicológicos posteriores, el temor a ser amenazado nuevamente a través de parientes directos, el temor a la muerte, y a padecer diversas pérdidas (prestigio, vivienda, empleo, etc.).

A esta situación se agrega la inestabilidad laboral y social, el fracaso como expectativa personal, y la inseguridad permanente como una secuela de la situación represiva en general.

En los casos de tortura sexual se generan miedos específicos, tales como el temor a perder la capacidad reproductiva.

Es frecuente observar que las amenazas reiteradas en la tortura tienen el efecto de vulnerar aspectos específicos del sujeto y asociar a ellos temores concretos como los descritos.

Se han incluido tres testimonios de tortura los que ejemplifican los aspectos aquí señalados, aunque de ninguna forma agotan ni las modalidades de tortura, ni sus efectos en las personas.

" ... me llevaron nuevamente a la tortura. Me pegaron mucho en el estómago porque perdí el conocimiento, también corriente, primera vez que me ponían corriente y fue en las manos. Después me hicieron desnudarme completamente y me pusieron en la parrilla; en la parrilla estuve ese día. Estuve ese día, toda la noche; me aplicaron corriente en todo el cuerpo".

M.F.

1982

Sexo Masculino

"Me detuvieron el 27 de Abril de 1982. Estaba en la casa.. cuando mi hijo salió a abrir la puerta de entrada y se metieron para adentro. Era un grupo grande, unos diez o doce.. Era gente de civil.

Me llevaron detenido, dieron una vuelta larga, para confundirme tal vez para dónde me llevaban, y me llevaron al cuartel -

" donde llevan la gente. Me sentaron en una silla y empezaron a hacerme preguntas. Ahí me pegaron y me pusieron corriente, y después del rato que me tuvieron ahí me llevaron a una especie de catre... y me dejaron esposado así durante no sé cuánto tiempo.

Estando en ese catre... era peor que si me hubieran aplicado corriente, porque estaba ahí tendido de espaldas como crucificado sin poder hacer movimientos, ni ponerse en una posición cómoda que no molestara. Y pusieron una radio a todo volumen con música, era un ruido tremendo. Yo soy un hombre de 70 años... No les tuve nunca miedo a que me mataran, pero cuando me amenazan con los familiares, la nieta, la cosa se complica porque uno dice: yo soy el culpable, hagan conmigo lo que quieran pero no tienen por qué ir a molestar a otra gente.

De repente siento una cuestión en las piernas, y de repente lo siento en todo el cuerpo, y empiezo a sentir que me viene y uno grita, porque salen unos gritos que uno no puede retener. Y me decía 'si querís hablar mueve los dedos'. Me dió un golpe de un viaje en todo el cuerpo, me pegó un golpe fuerte, fuerte. Yo sentí como cuando uno se cae y se pega en la cabeza, y queda como que se duerme, eso lo sentí en todo el cuerpo; y de repente me pusieron la corriente en la cabeza, era una cuestión que hay que vivirla para saberla, es muy difícil de explicar, son sensaciones imposibles de explicar. En realidad es una cuestión que ni siquiera es como cuando a uno le pegan, es algo como de adentro para afuera, y como que se van a reventar los sesos, parece que los sesos se agrandan y le han apretado a uno con un tornillo en la cabeza. Son dos sensaciones, como que algo explotó adentro y algo que apretó -- afuera; es como el encuentro de dos puertas, algo así. Y de repente yo luché porque yo no quería irme, yo no perdí en ningún momento el sentido."

" Después llegó y me pegó otro pinchazo en los compañeros, me pegaban combos en la guata para que no me resistiera, porque el cuerpo, estando fuerte la corriente, se pone duro; me pegaban combos con unos guantes de goma largos que tenían ellos, me pegaban combos en la guata para que me soltara. Y lo hacían a compás, hacían gritar a mi hermano y después a mí, a mi hermano y después a mí, a él y a mí. Eso duró hasta la noche.

Nos habrán subido a la parrilla a las 3 de la tarde más o menos y de ahí nos bajaron por lo menos a las 8 de la noche, fueron unas cinco horas en que nos dieron duro, hasta que hablamos, esa es la verdad de las cosas, hablamos sobre esa lista. Yo empecé a hablar porque a mi hermano lo hacían volver y lo volvían a aturdir."

L.C.C. 27 años
Detenido en 1976
Villa Grimaldi

Duelo y búsqueda por desaparecimiento de un familiar

Desde el Golpe Militar ocurrido en Chile en 1973, miles de personas que habían sido arrestadas no fueron ubicadas en los recintos públicos de detención y las autoridades negaron de manera reiterada que estuvieran detenidas por orden del gobierno. A pesar de la existencia de testigos de la detención de esas personas, todos los recursos legales utilizados resultaron inútiles. Se configura así una forma particularmente cruel de represión política en contra de los opositores al régimen: el desaparecimiento, constituyéndose en una situación límite, inconclusa, incierta, crónicamente generadora de daño, que aparece sin solución y que con estas características se prolonga indefinidamente. Al incalculable daño psicológico individual de los afectados, se van sumando las repercusiones en el mundo familiar, laboral y social, los que a su vez se revierten sobre el individuo.

Hemos considerado 3 momentos en la situación que viven los familiares de detenidos desaparecidos. Estos momentos, aunque originalmente se suceden cronológicamente, pueden repetirse e incluso superponerse.

Primer período: la búsqueda

Al ocurrir la detención la mayor parte de la energía de los familiares se dedica a la búsqueda. Se mantiene muy viva la esperanza, el sentimiento íntimo de que esté vivo. Este primer período es de mucha actividad, sobre-exigencia y esperanza. La detención es asumida como ausencia transitoria, no como pérdida. Durante esta primera etapa el miedo aparece como un sentimiento importante, en relación al posible daño sufrido por el detenido-desaparecido, como también vinculado a repercusiones en el grupo familiar.

Las connotaciones del miedo en esta etapa son similares a las experimentadas por el familiar del detenido político. A la incertidumbre respecto del lugar de detención, se unen los temores vinculados al estado en que pueda encontrarse el familiar, - surgen fantasías acerca de eventuales torturas físicas y psicológicas. Se lo imagina inerte y vulnerable. El grupo familiar se siente también desprotegido, el hogar es con frecuencia allanado, temiéndose nuevas irrupciones violentas y detenciones de otros familiares.

Surge también temor, en relación a la inseguridad económica. Muchas veces el detenido corresponde al proveedor material de la familia, lo que implica que nuevos miembros de ella deben asumir ese rol, con la consiguiente desorganización en la estructura familiar. En los niños aparecen temores intensos, su mundo de protección normal y los modelos que representan sus padres, - cambian bruscamente, haciéndose vulnerables y frágiles. Se sienten sujetos a cualquier desgracia o eventualidad.

Se genera en el niño una vivencia de profunda vulnerabilidad, puesto que se ha experimentado el daño ejercido directamente sobre las figuras que a él proporcionaban seguridad y protección. No hay defensa ni límites frente a las amenazas externas. El niño vivencia la limitación de sus padres frente al daño, los siente aplastados, y el mismo se percibe impotente e indefenso. Todo ésto refuerza el sentimiento de temor de estar siendo vitalmente amenazado. En el adulto más cercano, generalmente la madre, surge una gran inseguridad respecto a la manera más apropiada de explicar la situación a los niños. El temor a dañarlos - lleva muchas veces a explicaciones confusas y contradictorias, - que contribuyen aún más a generar incertidumbre en el niño.

Segundo periodo: asunción del desaparecimiento

Frente a los repetidos intentos frustrados de encontrar al familiar, a la falta de respuestas concretas por parte de las autoridades, al paso del tiempo y a los sentimientos de desesperanza, comienza a asumirse al familiar ausente como desaparecido. Situación, por definición, imprecisa y contradictoria: detenido por las fuerzas de seguridad, pero no reconocido.

Inevitablemente al aceptar esta situación, se asocian fantasías de torturas, vejación, imágenes de un deplorable estado físico y psicológico. Paralelo al recuerdo del familiar vivo y de la esperanza del encuentro, están las imágenes del torturado, detenido, sufriente y aparecen los sentimientos de pérdida y culpa del familiar.

La vida de la familia comienza a organizarse en torno a la realidad del desaparecimiento. Siendo ésta una situación por definición inconclusa e incierta, determina un proyecto de vida familiar que es por consiguiente, contradictorio. Se experimenta temor e inseguridad respecto a cualquier dimensión de proyección vital, la que se asocia a sensaciones de culpa y deslealtad.

Por otra parte, tampoco es posible asumir la pérdida y elaborar un duelo. En los niños el espacio de la fantasía resulta atormentador, inundado de conjeturas acerca de las posibles situaciones en las que podría estar el padre desaparecido. Este espacio es influido por las características objetivas de la situación, que no se resuelve, que siempre es cambiante y en la que nuevos hechos van haciendo variar los significados y las interpretaciones.

Así el mundo interno del menor aparece siempre invadido por la angustia y el miedo que se expresa en su fantasía.

En los adultos la imposibilidad de contener los sentimientos contradictorios, y el temor a desestructurarse emocionalmente determina que se produzca un verdadero temor a "sentir".

Los vínculos familiares se alteran, el desaparecimiento es una problemática siempre presente, acerca de la cual no es fácil hablar, ni al interior del espacio familiar ni tampoco externamente. El grupo familiar tiende a vivir su situación incierta y prolongada, en forma cerrada. El temor y la inseguridad provocados por la estigmatización social genera más aislamiento y sufrimiento especialmente en los niños. A su vez, la depositación en la familia de las frustraciones y desesperanzas, trae graves repercusiones a nivel de las relaciones interpersonales, de la estabilidad y desarrollo de la familia.

En este período, a la búsqueda se asocian acciones de denuncia organizada. Se desarrolla una acción colectiva que avanza en la conquista de un espacio social, para el reconocimiento público de la existencia del desaparecimiento. El participar al interior de la Agrupación de Familiares de Detenidos-Desaparecidos va provocando un cambio en la manera de vivenciar el miedo de los participantes.

El miedo del período inicial asociado a sensaciones de soledad y vulnerabilidad, confusión y caos, va decreciendo en intensidad, a medida que el problema puede compartirse con otros, avanzándose en su comprensión, en el afianzamiento del vínculo con otros, y en el descubrimiento de los propios recursos para generar y participar en diferentes acciones.

En esta disminución del miedo en relación a posibles amenazas vitales, también influyen sentimientos de profunda desesperanza, respecto al sentido que pueda tener la vida, en ausencia del familiar desaparecido. Esto puede ser vivido diferentemente dependiendo del parentesco existente (madre, esposa, etc.).

Tercer período: la posibilidad de la muerte.

Después de largos años de actividad colectiva en torno al detenido desaparecido, no hay respuesta desde las autoridades, y aparecen las primeras evidencias de muerte de algunos desaparecidos: hallazgos de Lonquén, Yumbel y Mulchén (1978-1979). Esto cambia en forma significativa las características de la situación, y las connotaciones del desaparecimiento. Surge así con mayor fuerza el miedo a la posibilidad de la muerte del familiar.

En el momento de enfrentar la posibilidad concreta de muerte, el detenido desaparecido se erige entonces como un "muerto-vivo". Hacerlo vivir significa mantener el recuerdo y la esperanza, pero también implica en la fantasía, prolongarle la agonía, el aislamiento, el deterioro, las torturas y todos aquellos padecimientos posibles de imaginar en una situación de extrema inermidad. Esta alternativa se hace insostenible. Por otra parte, como las autoridades pertinentes no reconocen la detención, y menos la muerte del ser querido, el suponer la muerte en la fantasía, pasa a ser producto de un acto de voluntad del familiar, de una decisión particular, que permitiría acabar con la incertidumbre y no sería, en consecuencia, el asesinato responsable de la represión política sino de su propia fantasía. El autor se responsabiliza parcialmente de su muerte, con la consecuente culpabilización, resulta también insostenible.

El familiar del detenido desaparecido se encuentra así frente a un conflicto sin solución. Existe una imposibilidad de vivir un duelo, con las implicancias reparatorias que éste tiene.

El miedo a la posibilidad de la muerte y su contrapartida, la negación de que éste sea posible, tienden a repetirse incesantemente en estas personas.

Los siguientes testimonios ilustran la situación descrita:

- " Cuando tuve la oportunidad de conversar con las mujeres y me decían que hacía cinco o seis meses que no sabían de su esposo, yo lo único que pensaba que no me ocurriera a mí lo mismo ... pero es que ésto fue tan brutal..." (testimonio de esposa de D.D.)
- " Es tan horrible vivir ilusionándose. A continuación ver que las fechas van pasando, que el tiempo transcurre y que no se sabe nada y después ir cayendo en esta angustia horrible de pensa que ocurrió lo peor... no sé, que me digan la verdad, - lo que sea, pero saber la verdad, porque vivir esta situación de incertidumbre es tan espantoso, destruye, yo quiero saber la verdad..." (testimonio de esposa de D.D.)
- " ... Cómo han planificado todo el proceso de desaparecimiento, no sólo del desaparecimiento en sí, del político, de la persona que han detenido, sino todo el proceso de la familia que va en búsqueda del detenido-desaparecido. Cuando yo llegaba a la casa los niños preguntaban ¿y mi papito, y mi papito? y los acariciaba y les decía: 'mijitos, no lo encontré...' (testimonio esposa de D.D.)

Duelo en familiares de ejecutados

Desde 1973 muchas personas han encontrado la muerte. Esta se relaciona a las actividades políticas de los sujetos en la mayoría de los casos. El carácter de esta muerte, por lo inesperado y arbitrario para sus familiares tiene efectos traumáticos.

En todos los testimonios de familiares de ejecutados se constatan como sentimientos predominantes frente a la noticia de la muerte del ser querido, el dolor, el horror, la sensación de estupor y de catástrofe ante el hecho, la incredulidad y la impotencia.

La primera respuesta es la de un estado de shock, como resultado del inmenso desequilibrio experimentado por la persona, al tomar conciencia de la pérdida definitiva e irreversible de su familiar. La vivencia de angustia, sufrimiento, vacío y empobrecimiento vital, se asemeja a una pesadilla, ya que el horror y la injusticia asociada al hecho, imposibilitan a la persona reconocerlo como cierto. Aceptar la muerte, es como asumir el horror, y la persona se debate entre el dolor y la rabia, entre la negación activa y la impotencia paralizante. Se repite una y otra vez en la imaginación, no sólo la indefensión del familiar y la imposibilidad propia de ir en su ayuda intentando retrotraer el tiempo, para recuperar así al ser querido, sino también la amarga desilusión por no encontrarlo.

" Yo no podía creer, no podía aceptar que estuviera muerto".

" Hacía una absoluta negación de la realidad, yo no podía creerlo, me decía que era una pesadilla que en algún momento tenía que terminar..."

Se observa comúnmente un estado de despersonalización, actúa como un mecanismo de defensa ante la situación de muerte:

"...vestida de luto, hablando con diversas personas, haciendo trámites para que me entregaran el cuerpo, cada vez que hablaba con una persona y le contaba lo que había sucedido, era como otra persona la que estaba hablando..."

A veces se desencadena como primera fase un estado de estupor que posteriormente se convierte en hiperactividad.

La sensación de vacío, que después se hará permanente, - inunda a la persona desde el primer momento.

" No me conformo con la idea de la muerte, mi cuerpo anda, pero por dentro estoy vacía... tengo que hacer las cosas que hacen los vivos, mi ser físico sigue funcionando, pero por dentro, lo que es mío, lo más fundamental, no funciona... "

El proceso de duelo se refiere a la secuencia de estados subjetivos que siguen a la pérdida y que tienden a la aceptación de ésta y a una readaptación del sí mismo a una realidad que ya no incluye al ser amado.

En el caso de los familiares de ejecutados, la situación represiva altera profundamente el desarrollo del proceso de duelo, impidiendo su desenlace normal. Es así como el tiempo no se convierte en aliado, los mecanismos de defensa habituales fracasan, los sentimientos negativos son difícil de franquear, la herida permanece abierta resistiéndose a cicatrizar, el dolor agudo del primer momento se transforma en crónico. Lo que permanece es la profundidad del sentimiento de desgracia y la vivencia de pérdida constante.

A diferencia de otras situaciones de duelo, en el caso de los familiares de ejecutados la pérdida del ser querido se da en el contexto de múltiples otras pérdidas, proyecto político, ser social, amigos o familiares también víctimas de la represión, estabilidad, vivienda, etc. El factor de estigma, como una actitud de la sociedad ante la muerte, tiene una especial connotación en estas situaciones, desencadenando sentimientos negativos y -- contradictorios.

El miedo es un sentimiento presente desde los primeros momentos, en estos casos. En muchas ocasiones a los familiares no

les ha sido permitido efectuar funerales, ni desarrollar ningún tipo de ritual mortuario, en otros casos no hubo entrega de cadáveres, y otras veces han sido obligados a abandonar el lugar de vivienda en el menor plazo posible. Se produjo en muchos familiares, además de la paralización por el miedo, el deseo de pasar desapercibidos, de mencionar el hecho en voz baja, de no exteriorizar el dolor, a veces en forma obligada, otras por el temor que trae como consecuencia mecanismos de auto-estigmatización. A esto contribuyen los medios de comunicación, refiriéndose a los muertos con afirmaciones descalificadoras.

Es así como el miedo, el aislamiento, el rechazo social y la distorsión de los hechos por los medios de comunicación de masas impiden la recuperación de la imagen honorable a nivel público del familiar ejecutado, obstaculizando aún más la elaboración del duelo.

El dolor queda atrapado por el miedo y la impotencia. La muerte debe esconderse para así proteger a los que la sobreviven, con los sentimientos de complicidad y culpa que este hecho implica; por otra parte los familiares deben enfrentar permanentemente la contradicción entre la imagen destruída que la sociedad transmite de su ser querido, y sus propios intentos de devolverle integridad en el recuerdo público y privado.

Al interior de la familia se produce una enorme dificultad para compartir el dolor, surge el miedo de dañar al otro con las vivencias dolorosas, lo que determina distanciamiento entre los miembros de la familia y formas privadas de vivir la pérdida.

" ... a veces no me dan ganas de decir ninguna cosa. Para qué si ellos ya no van a estar ya. En la mañana cuando me despierto voy a preguntar por él y me acuerdo, mejor me callo, porque mi mami es la que más sufre. No sé.. me dan ganas de no seguir viviendo..."

En los familiares de personas ejecutadas surge inseguridad y miedo de volver a la cotidianidad. Existen amenazas objetivas hacia la familia. Han sufrido allanamientos y son objeto de amedrentamientos que se prolongan en el tiempo. Por otra parte retomar la vida anterior significa hacer evidente la pérdida, lo que resulta intolerable.

Para los niños, el miedo de los adultos muchas veces ha impedido un diálogo abierto sobre los hechos vinculados a la ejecución. Las familias en muchos casos se han autocensurado. Frente a los niños habrá secretos para prevenir nuevos problemas; cuando se comunicaba la verdad se pedía a los niños ocultarla en otros espacios sociales.

En la atención psicológica, al intentar rescatar las vivencias de la primera fase posterior a la pérdida, se evoca con fuerza la perplejidad y el temor. Algunos niños pasaron muchos años sin vivenciar la pena por la muerte del padre, sin poder llorar. Pensar en el padre era revivir una situación caótica y violenta.

El reprimir la irrupción de fantasías de terror ha derivado en empobrecimientos más globales de la fantasía y de los efectos en general.

" ... Yo creo que, no sé, no sé si será posible, creo que me cerraba a los sentimientos y no quise sentir más. O sea para mí era más fácil no sentir en esos momentos, no sé, me sentía que estaba vacía por dentro, no quería sentir más..."

Entre las consecuencias de largo plazo para el desarrollo psicológico de estos niños destaca el temor a la muerte del otro padre y a la propia muerte.

Este miedo persistente que es común en los niños que han sufrido una pérdida, se ve exacerbado al evidenciarse para ellos las amenazas existentes en contra de quienes actúan como lo hizo su padre asesinado.

Los adultos, familiares de ejecutados afirman a veces haber superado los sentimientos de miedo, a partir de la desesperanza y falta de sentido que asignan a sus propias vidas.

" ... todo lo que dicen en la radio, la impotencia de no poder defenderlos, yo ya no tengo miedo, total, ya me quitaron lo más grande que tenía: mi único hijo hombre!"

Miedo a la represión: inhibición y paralización

Es posible describir una situación de miedo y paralización personal que dice relación con el procesamiento aislado y privado de la represión como hecho político de repercusiones personales.

Muchas personas, otrora activas y participativas, sufrieron experiencias de pérdidas y horror en su entorno vital, de tal magnitud, que asumieron una actitud de espera ante su propia catástrofe personal: la detención, la tortura o la muerte, aunque su nivel de participación no asegurara que necesariamente esto llegara a ocurrir. Esta espera angustiosa confundió progresivamente el análisis de los riesgos reales y de los límites de la amenaza en relación a la seguridad personal. Así la mayor parte del tiempo se consumió en operaciones de protección personal, intentando controlar el miedo. Con este fin se redujo el ámbito de la vida persona, de la participación y de los contactos sociales.

El pasado y el futuro fueron proscritos de los pensamientos y se incorporaron a una suerte de olvido social.

Así el miedo fue la experiencia organizadora de la vida. Se tenía miedo de pensar en el pasado pleno de sentido y esperanzas, se tenía miedo de ser identificado como uno de "ellos" y de padecer su suerte, se tenía miedo de reconocerse como alguien - que tenía miedo. Se tenía miedo del miedo. En estas situaciones emerge con fuerza el miedo asociado a la angustia y culpa, - en un contexto de pérdidas múltiples, que dificulta objetivar el miedo como fenómeno. Hemos descrito estos procesos con la imagen del "congelamiento".

En muchos de estos casos ocurrió un impacto inicial de terror muy profundo que tuvo un carácter traumático y que contaminó la percepción y análisis de la realidad.

Para una mejor comprensión de la situación que se describe se recoge el testimonio de una familia que pasó años esperando ser detenidos y violentados y eso no ocurrió:

" ... desde entonces me he sentido sin ganas de vivir. Veo el futuro como una nebulosa. Si no fuera pecado habría matado a mis hijos. Este mundo es tan espantoso. Tengo miedo del futuro, de las situaciones terribles... Me siento culpable de que no me pasó nada... cuando me he puesto a pensar en todo - lo que nos ha pasado me dan ganas de arrancar, de escapar, - pero no podía, tengo el sentimiento de estar atrapada..."

Respecto a su esposo señala:

" ... él se enfermó de los nervios porque nos siguieron a todos. Eso cambió todo. Bruscamente nadie nos pudo visitar. No volví a trabajar... pero nunca nos tomaron... estábamos de alle-

gados donde mi suegro... he tenido que apoyar mucho a mi esposo... no tenía con quién conversar todo esto".

" Quiero pasar desapercibida, llegar a ser anónima... me cuesta físicamente hablar... cuando ando en la calle es como sentirse sola en una selva... es angustiante".

" Yo me detuve en el tiempo... y la angustia me llevó a prever situaciones, a no dejar las puertas abiertas..."

" Mi marido tiene miedo de perder la pega, cuando a mi cuñado lo mataron no pidió permiso para ir a los funerales para no perder la pega... para que no lo identificaran..."

"... está empavorecido por la experiencia del 73. Es terror. No habla ni reconoce cosas. No me dice a mí. Ni lo dice a nadie... yo no puedo vivir sosteniendo todo en medias lenguas..." (1)

(1) Represión, amenaza vital, inseguridad y miedo. Descripción de un proceso terapéutico. E. Lira en Psicoterapia y Represión Política.

Varios autores. Editorial Siglo XXI, México, 1984.

V. Represión y situaciones de exclusión social: los efectos del miedo en el exilio y retorno y en la cesantía

Exilio y Retorno:

En la última década, en nuestro país y en América Latina, el exilio está ligado a circunstancias políticas y sociales concretas. Representa una experiencia que afecta a la situación vital de los individuos y sus familias, interfiriendo en el desarrollo de los vínculos afectivos, separando padres, hijos, familiares y amigos y generando, en la mayoría de los casos, desafíos muy difíciles de enfrentar.

El refugiado político sometido por el exilio a la discontinuidad de su vivencia, confronta la ruptura de su equilibrio al producirse una modificación radical de su modo de funcionar en el pasado. Se ve obligado a abandonar su geografía, su mundo relacional, su pertenencia socio-cultural, su propia identidad. En consecuencia, se ven enfrentado a una verdadera situación de pérdida de objetos y roles que le eran altamente gratificantes.

Por otra parte, en el país de acogida, las fuerzas orientadas a la recuperación de su equilibrio psíquico no actúan rápidamente y colocan al sujeto en un estado de incongruencia entre sus vivencias y la experiencia de realidad que lo rodea.

Ilustra esta situación la metáfora de Jano, dios de la mitología romana, representado con dos rostros opuestos que miran en dos direcciones simultáneamente: uno vuelto hacia el pasado, expresa la ruptura, la pérdida, la separación, la nostalgia, el duelo y un cierto grado de fragmentación de su experiencia. Esto puede ser vivido como su muerte social rubricada por la imposibilidad del regreso. El otro rostro mirando el futuro, confronta al sujeto con un medio desconocido, extraño a sus prácti

cas sociales e impenetrable a su lenguaje, lleno de peligros reales e imaginarios, pero que también constituye un espacio de potencial satisfacción. (1)

Si bien la mayoría de los chilenos exiliados permanecen - aún privados del derecho a vivir en la patria, el número de los que ha retornado es significativo.

Su camino de reinserción se nos ha revelado como una experiencia compleja y contradictoria, que puede llegar a ser muy dolorosa y perturbadora de no contar con espacios de acogida. Sin embargo, esta acogida no está libre de contradicciones.

Los conflictos que se plantean en el proceso de retorno - no comprometen solamente al retornado y sus familiares, sino que comprometen a todos quienes interactúan con él, enfrentándonos a un problema que nos ha dañado a todos y que constituye una de las experiencias más ilustrativas de las pérdidas y divisiones - que ha experimentado nuestra sociedad.

Con frecuencia las contradicciones que experimenta el retornado tienen un efecto movilizador de conflictos en el chileno que ha permanecido, quien ve reflejado en el asombro y rechazo - de quien llega, el retroceso y deterioro de muchos aspectos de - nuestra cultura y formas de convivencia social. (2)

(1) J. Kovalskys y E. Lira, Exilio y Retorno: una aproximación psicosocial, en Escritos de Exilio y Retorno, FASIC, 1984, Santiago de Chile.

(2) S. Salamovich y R. Domínguez, Elementos de la experiencia psicológica del retornado: la instancia grupal, una respuesta de Salud Mental, en Escritos de Exilio y Retorno, FASIC, 1984.

La decisión de retorno ha implicado un conjunto de anhelos, necesidades y expectativas. En muchos casos un elemento central en la motivación al retorno está vinculado a la posibilidad de retomar un proyecto de participación social y política interrumpido al partir. La necesidad de sobrevivencia en el exilio ha determinado con frecuencia que el miedo, vinculado a experiencias represivas vividas antes de partir, sea "encapsulado" y aparentemente superado. Al ir formalizándose la decisión de volver al país las sensaciones de temor comienzan a aflorar nuevamente surgiendo fantasías anticipatorias acerca de posibles situaciones asociadas a persecución y destrucción. Uno de los aspectos que obstaculiza el proceso de reinserción es la aparición de intensos sentimientos de temor.

Al retornar, las personas se consideran informadas de los hechos y acontecimientos más relevantes sucedidos en el país en los últimos años. Es decir no hay un problema de desconocimiento, incluso en algunos casos la información de que disponen, es mayor que la que manejan los que han permanecido en el país. Sin embargo, los datos leídos y discutidos en el exterior, son incorporados de manera idealizada o intelectualizada, sin posibilidad de integrarlos en el contexto en el cual ocurren, lo que coarta la posibilidad de utilizarlos al retorno de manera realista. Esta situación provoca vivencias contradictorias, dentro de las cuales destaca el miedo. A la necesidad de actuar, irse reapropiando del país y encontrando nuevamente un espacio de pertenencia, se contraponen intensos sentimientos de inseguridad y miedo. Los años de ausencia del país que ha cambiado profundamente, quedan de manifiesto en una dificultad para reconocer lo que es supuestamente propio, y para decodificar las claves físicas, sociales y culturales del medio. Esto se expresa en una dificultad para objetivar los riesgos que implica una participación social en el país oscilándose en ocasiones entre un temor paralizante o actuaciones de tipo impulsivo.

La toma de conciencia acerca de la propia carencia de un repertorio conductual, intelectual y emocional adecuado, para enfrentar la cotidianeidad es un proceso lento y doloroso expresándose en una profunda dificultad para aceptar que el aprendizaje previo del país y el recientemente adquirido en el exilio son insuficientes. Para enfrentar y lograr un manejo del miedo, el retornado requerirá de un nuevo aprendizaje que integre información, emoción, y práctica concreta, en una realidad que, si bien no es desconocida, no genera sentimientos de pertenencia. Asimismo - aparece importante la elaboración de experiencias represivas anteriores. Al contacto con el país reaparecen los sentimientos - de temor experimentados anteriormente, lo que dificulta aún más la objetivación de la realidad actual.

El aislamiento contribuye muchas veces a la mantención de los sentimientos de temor en los retornados. Este se produce no sólo por la falta de inserción laboral, social y política, sino también por la falta de validación que la persona encuentra para sus propios problemas.

Es importante destacar que los retornados son muchas veces objeto de amedrentamiento, a través de llamadas telefónicas amenazantes, seguimientos y otras formas de persecución. Adicionalmente publicaciones en los medios de comunicación de masas, sindicadas a retornados como autores de hechos delictuales o actos de terrorismo y como participantes de "enfrentamientos" armados, - contribuyendo a crear un clima de temor e inseguridad para las personas que intentan reintegrarse a su patria.

El siguiente testimonio ejemplifica algunas expresiones - del miedo en una persona retornada:

" La represión tú la sientes. Sientes por ejemplo cuando... el otro día nos pasó una experiencia bien extraña. Fuimos al -

- " centro y nuestro hijo quería ver una película. Mientras tanto hicimos hora, pero andábamos realmente aterrados porque nos sentábamos en una parte y de repente sentías como si alguien estuviera escuchando o sea no se podía... era como ese sentimiento tan terrible como si todos eran policías sin uniforme; y porque vimos detener a dos jóvenes en Ahumada, realmente no podíamos pasar dos veces por la misma calle. Dijimos, no nos vamos a meter nunca más en el centro. Realmente nos fuimos un poco sugestionando también".
- " Claro, es posible que nadie nos ande persiguiendo pero, de hecho, pudimos notar de que hay en el ambiente un espíritu -- abierto de espionaje y de delación, eso es terrible. Uno trata de convencerse que no es así, porque uno mira a la gente y ve que la gente es tan normal como uno, y anda igual, cómo va a ser posible que este señor me vaya a delatar, o esta señora o este joven. Y de repente te das cuenta de que sí, que te pueden delatar y que se sientan al lado tuyo para escuchar -- qué estás hablando o qué estás haciendo, o a lo mejor no estarás preparando un atentado, o una protesta o irás a lanzar -- volantes. Y te das cuenta que esa persona que está allí al -- lado está escuchándote y está dispuesta a pararse, a ir a la pareja de carabineros que está en la esquina y decirle, mire esa pareja que está ahí, está en tal cosa. Y es terrible, es muy triste además ver que eso pasa a diario. De repente uno empieza a comprobar a todo nivel pasa..."
- " Mira, yo quisiera creer que no es tanto así. Pero por lo menos esa experiencia en Ahumada a mí me aterró. Y qué hicimos, nos nos pudimos quedar en un mismo lugar sino que empezamos a pasearnos, y de repente descubrimos que nos encontramos por -- dos veces con la misma pareja de carabineros. Entonces pensamos, si esta pareja nos ve por tercera vez van a sospechar. Para más remate nos encontramos con un amigo y estuvimos para

" dos en una esquina conversando con él, entonces, de repente - como que todo se empieza así como... como que te sientes ro - deado. Y también tratando de hacer conciencia en uno mismo, chutas me están vigilando, me están persiguiendo, me voy de aquí".

Es importante señalar que los procesos ligados al miedo - se manifiestan de diversas maneras en las familias. Muchas de - ellas experimentan intenso temor durante el primer período de vi - da en Chile.

No es fácil para los adultos entender lo que les está su - cediendo ni aceptarlo. Los niños empiezan a sentir este clima - de amenaza e inseguridad pero no consiguen identificar la fuente. Con frecuencia observamos que surgen muchas preocupaciones o fo - bias en el intento de delimitar el objeto del temor.

Hemos observado que inicialmente los niños tienen miedos que no vinculan a la situación política: miedo a los ladrones, - miedo a que los padres se enfermen. Estos miedos siempre comuni - can la sensación de vulnerabilidad familiar. En esta etapa lla - ma la atención la construcción reiterada en el juego terapéutico de casas sólidas de grandes muros con alarmas, cerrojos, perros guardianes. Los padres atemorizados ellos mismos pierden frente al niño el carácter segurizante.

Cuando los niños vinculan el temor a la situación política - ceden las fobias, pero no decrece la preocupación. Están aten - tos a las noticias de los diarios o las radios. Necesitan por - una parte saber exactamente lo que sucede y al mismo tiempo espe - ran infructuosamente alguna noticia que los reasegure.

Si no es posible abordar el problema del temor con el con - junto del grupo familiar, estos miedos pueden permanecer ya que

cumplen una función: si mi hijo tiene miedo, yo puedo protegerlo, luego yo no soy tan vulnerable.

Si yo niño, tengo miedo, mi papá y mi mamá me cuidan, luego yo me siento mejor pues se habla de mi miedo y no del de mis padres que en verdad es lo que más atemoriza.

Cesantía

El desempleo ha implicado un proceso de exclusión masiva de la economía y de la sociedad de un número muy elevado de personas.

Las consecuencias de esta situación son múltiples: económicas, sociales, psicológicas y políticas.

A nivel económico social la falta de trabajo implica la imposibilidad de resolver la satisfacción de las necesidades básicas en un nivel adecuado como debiera corresponder al rol adulto. Implica a la vez frustrar necesidades imprescindibles propias y de quienes dependen de este sujeto. Determina percibir la pobreza, el empobrecimiento como expectativa futura, y una limitación material significativa. Psicológicamente esta situación afecta a la identidad del sujeto, a su proyecto personal, a su vinculación con los otros y la sociedad, y a nivel emocional sitúa como experiencia básica la frustración, la angustia subsecuente y la probabilidad del desencadenamiento de procesos psicopatológicos de orden depresivo, si la situación se hace permanente.

La cesantía se vive como una pérdida de posición y de negación de modalidades de inserción concreta. La creación, emanada directamente del hombre en su operatividad con la realidad, en la que cada cual se muestra en la series de posibilidades fac

tibles, se transforma en sueño del pasado o fantasía alucinante de un futuro imposible. Comienza el distanciamiento, se resquebrajan los puntos de apoyo que daban sentido a su articulación con la sociedad.

La experiencia del desempleo puede ser descrita en varias etapas iniciándose con lo que se ha denominado crisis. Dicha crisis se origina por la ruptura que provoca el desempleo, en la forma establecida de relación con la sociedad, la familia y el sí mismo, de acuerdo al proyecto vital de las personas. El acceso a la participación social se dificulta por la ausencia de un espacio propio, la familia recibe el impacto de la desestructuración. Las expectativas y anhelos se tornan inestables. Resolver las necesidades básicas, un esfuerzo creciente. Los problemas se acumulan. El sujeto busca aún las causas para que ésto ocurra en el sistema social y económico que origina el desempleo. Sale a buscar alternativas, se contacta con amigos y conocidos, lee avisos en el periódico. Los fracasos comienzan a pesar, pero aún mantiene sus fuerzas. Comienza a sentirse inseguro.

Se destacan en este momento, la irritabilidad, la angustia y el insomnio. El ánimo es cambiante, se toleran mal las situaciones cotidianas y los imprevistos, se visualizan éstos como nuevos problemas en esta marea que sube y amenaza con destruirlo todo. No se sabe bien qué va a pasar, en qué va a terminar todo ésto. El carácter de espera y la imprecisión del futuro genera angustia. El sujeto siente miedo de no poder resolver esta situación y los fracasos constantes confirman el temor de que le ocurran las diferentes pérdidas que están asociadas al desempleo.

- Transición: los fracasos constantes y reiterados comienzan a producir desaliento y desesperanza de ver que el tiempo pasa y no se perciben cambios en la situación, más bien ésta se deteriora progresivamente. Los símbolos externos de la identidad se han comenzado a cambiar y gastar, se han vendido las cosas de la

casa, quizás ya ni se vive en ella, la ropa, los zapatos, la comida, etc., todo parece indicarle al sujeto que ya no es el mismo. Internamente también ha habido cambios, los sentimientos de inferioridad, la humillación, la vergüenza y la minusvalía han aflorado. La culpa comienza a introyectarse como consecuencia de la co-implicación que el sujeto mismo siente con su realidad. Se autorreprocha y recrimina. Se siente derrotado y fracasado. La angustia crece, el sujeto se siente nervioso y agresivo, los roces aumentan y la comunicación con la familia se encuentra muy deteriorada. Comienza a aislarse, está triste, sigue sin dormir, se siente deprimido, pierde fuerzas.

- Adaptación: con el curso del tiempo, la marginación del trabajo, inevitablemente va produciendo una adaptación patológica a una situación intolerable. El desgaste, el deterioro, la tristeza, la autoestima destruida, la vergüenza, el aislamiento, el hambre, la insatisfacción permanente, la desorganización familiar, la pérdida del sueño y de las esperanzas, la angustia, el miedo y el desconsuelo pasan a ser la realidad cotidiana en la cual se vive. La persona se culpa definitivamente a sí misma por la injusticia que lo circunda, la conciencia de la sociedad comienza a oscurecerse.

A causa de este proceso se observan conductas de resignación, fatalismo y apatía. "Aguantar" es la palabra que da cuenta en forma más precisa de este complejo proceso de desaliento - en el que se han ido consumiendo las fuerzas para luchar, el hombre se pierde frente a sí mismo, y por ello, frente a la socie-dad.

Con estas características el desempleo es una experiencia de amenaza vital compleja, que genera una vulnerabilidad e incertidumbre constante frente al acceso a los medios de vida. Principalmente al existir una alta tasa de desocupación en la socie-dad, cualquier elemento de protesta o reclamo por las condicio -

nes laborales (salarios, contrato, horario, vacaciones, etc.) - permite que sea controlado con el despido. Esto posibilita un nivel de salario en el promedio nacional muy insuficiente ⁽¹⁾ y una capacidad de negociación de los trabajadores casi nula. Cualquiera sometimiento es posible de imaginar antes que perder el empleo. En el contexto de las restricciones políticas nacionales la ocupación es además el lugar de integración social, y por tanto perderlo conduce a la marginalización no sólo económica sino social y política. Todo ello hace que la desocupación sea asimilable a una experiencia traumática individual y/o familiar que - asume diversas características según el sector social en que ocurre, y que es paradójicamente más temida en los sectores medios y acomodados, en los que hay más recursos materiales acumulados para afrontar las carencias, pero menos recursos emocionales para enfrentar las catástrofes, pues la ruina y las desgracias se consideraban controladas entre otras cosas, por el nivel de educación logrado, el acceso a la propiedad de la vivienda y el orden social establecido. ⁽²⁾

(1) Economía y Negocios. Diario "El Mercurio" 20-Mayo-85. El 60% de los chilenos tienen un salario inferior a \$ 20.000 mensuales, es decir a un ingreso mensual en dólares de aproximadamente US\$ 140.

(2) Ver artículo Desempleo y Daño Psicológico

E. Lira y E. Weinstein

en Revista Chilena de Psicología, Vol. IV - N°2, 1981.

A modo de conclusión

En este trabajo se han presentado diferentes situaciones generadoras de miedo y distintos modos de análisis de los procesos psicológicos observados.

Hay otras situaciones de riesgo, en las que el miedo es un factor presente, que no se incluyen en este trabajo: se trata de la situación de los dirigentes políticos, sindicales y sociales, es decir de las personas que por su quehacer están expuestas en forma constante a la represión descrita.

En el mismo caso se encuentran los trabajadores de derechos humanos, quienes de diversas formas conocen, denuncian y prestan servicios profesionales a las personas afectadas por la represión y están envueltos en situaciones de sufrimiento de manera constante.

Este conocimiento y actividad implica una mayor conciencia de la represión y de los riesgos que existen en la sociedad, y por tanto, una percepción del miedo de los otros y del propio como un factor inherente a su trabajo.

Finalmente, como se puede ver el miedo es una situación socialmente compartida, durante muchos años, en estas sociedades.

La perspectiva subjetiva, aquí desarrollada no es la única en la comprensión del fenómeno del miedo, sin embargo, a nuestro juicio, es la más lenta y difícil de superar, puesto que se ha incorporado progresivamente a las relaciones sociales y los vínculos más privados.

La tarea de reconocer y elaborar miedo, en todas sus expresiones y en todas sus consecuencias, es imprescindible para producir una convivencia efectivamente democrática.