La Transmisión Intergeneracional de la Esperanza: El Legado del Trauma frente al Covid-19

Galit Atlas

En el transcurso del último mes, todos mis pacientes que son descendientes de segunda y tercera generación de sobrevientes del Holocausto están trayendo a su terapia intensos sueños y asociaciones referidas a su trauma familiar. Ahora, más que nunca, los pacientes están recordando las historias de supervivencia de sus ancestros, imaginando su devastación e impotencia y contando sus pérdidas, esta vez todo teñido por un momento presente muy particular.

Sin embargo, muchos de nosotros tenemos más conciencia que nunca del valor del legado del trauma como un recurso y no solamente como una carga psicológica.

Fue inmediatamente después de la Segunda Guerra Mundial que el psicoanálisis comenzó a examinar la manera en que el trauma era transmitido de manera inconsciente de una generación a la siguiente, como una herencia emocional. Muchos de aquellos analistas eran judíos que habían huido de Europa. Sus pacientes eran sobrevivientes del Holocausto y luego los descendientes de aquellos sobrevivientes al trauma, niños que cargaban algún rastro inconsciente del dolor de sus padres.

Después de la guerra, Maria Torok, una analista que había nacido en Hungría y se estableció en Paris, fue conocida por su labor con sobrevivientes del Holocausto. En colaboración con Nicolas Abraham, y elaborando las ideas de Ferenczi acerca del trauma, identificaron el aspecto transgeneracional del trauma e introdujeron la teoría del fantasma.

‘Lo que atormenta no son los muertos, sino los huecos que dejan dentro nuestro los secretos de otros’ (p.171), escribieron ellos en 1978, refiriéndose a los secretos intergeneracionales y las experiencias no procesadas que muy frecuentemente no tienen una voz o una imagen asociada a ellos pero que sin embargo rondan en nuestras mentes. Torok y Abraham destacaron las maneras en que somos portadores de material emocional que pertenece a nuestros padres y abuelos, reteniendo las pérdidas que ellos sufrieron pero nunca pudieron expresar por completo. Sentimos estos traumas aunque no los conocemos conscientemente. Los viejos secretos familiares viven en nuestro interior.

Comenzando en la década de 1970, nuevas investigaciones empíricas han analizado la alteración en los genes de los descendientes de sobrevivientes al trauma. Esta investigación en epigenética ha estudiado las influencias no-genéticas y la modificación en la expresión de genes y ha examinado de qué manera el entorno, y especialmente el trauma, puede dejar una marca química en los genes de una persona, la cual luego es transmitida de generación en generación. Hallaron que los descendientes sanos de los sobrevivientes al Holocausto, los veteranos de guerra y aquellos cuyos padres habían experimentado un trauma severo eran mas propensos a presentar síntomas de TEPT luego de eventos traumáticos o aun luego de haber presenciado un incidente de violencia interpersonal (Ver la Escuela de Medicina Icahn en Mount Sinai conducido por la investigadora Rachel Yehuda y su equipo).

Sin embargo, desde una perspectiva evolutiva, los cambios biológicos pueden no sólo ser una manera en que el cuerpo es dañado por el trauma, sino también una estrategia de planificación anticipada para ayudar a que la próxima generación sobreviva. Los cambios epigenéticos pueden preparar a los niños para un entorno similar a aquel que tuvieron sus padres. Tal vez esta sea una forma de preparar a la próxima generación, ayudándola a adaptarse a los desafíos futuros.

Focalizado en el inconsciente, el psicoanálisis está familiarizado con los modos en que las experiencias traumáticas invaden el psiquismo de la siguiente generación (ver el trabajo de Harris, Klebanoff y Kalb sobre los fantasmas). Las personas que amamos y aquellos que nos criaron viven dentro nuestro; experimentamos su dolor emocional, soñamos sus recuerdos, sabemos lo que no nos fue explícitamente transmitido y estas cosas dan forma a nuestras vidas de maneras que no siempre podemos reconocer. En análisis, frecuentemente nos enfocamos en las partes de nosotros mismos que son mantenidas en cautiverio por los secretos del pasado, de manera que es especialmente interesante reconocer que el trauma intergeneracional también puede servir como una fuente de resiliencia.

Muchos terapeutas están observando que sus pacientes más ansiosos sobrellevan la crisis actual mejor que aquellos que anteriormente nunca se habían preocupado por 'el fin del mundo'. Para aquellos pacientes, la realidad externa se ha puesto a la altura de su realidad interna; ellos ya tenían miedo de una catástrofe en potencia, entonces, paradójicamente, ahora sienten menos ansiedad. Para ellos, la crisis que siempre sentían que se ocultaba a la vuelta de la esquina ha llegado finalmente, y de alguna manera, es más fácil para esos pacientes lidiar con la crisis real actual en lugar de la que estaban constantemente esperando.

Cuando se trata de un trauma heredado, sin embargo, hay factores adicionales instalados.

Es a través de la identificación con las generaciones previas que integramos el pasado, el presente y el futuro, no únicamente como una secuencia continua de trauma, sino también de supervivencia. El recuerdo del pasado ahora es recreado en actos simbólicos cotidianos y en sentimientos. Por ejemplo, para muchos hijos de sobrevivientes, estar en cuarentena es un recuerdo puesto en acto de sus padres escondiéndose durante el Holocausto. Algunos de mis pacientes mencionan los estantes vacíos de los supermercados y la forma en que esto activa su identificación con la búsqueda de alimentos de sus antepasados durante la guerra. Estas son formas de recrear la historia de sus antepasados, sólo que esta vez con el conocimiento de que el final puede conducir a la supervivencia.

La transmisión intergeneracional por lo tanto no es tan sólo de trauma y desesperación sino también de resiliencia y esperanza, porque la misma existencia del paciente es la evidencia que su familia ha sobrevivido y que se puede tener un futuro. Es tanto una manera de procesar y evocar la liberación del pasado como anticipar la salvación futura. Revivir el dolor de nuestros antepasados nos permite referenciar el pasado traumático como una forma de imaginar un futuro posible, una trayectoria desde el caos hacia el orden, desde la impotencia a la agencia y de la destrucción a la re-creación.

Referencias

Harris, A., Klebanoff, S., & Kalb, M. (Eds.). (2016). *Ghosts in the Consulting Room: Echoes of Trauma in Psychoanalysis*. [Fantasmas en el consultorio: Ecos del trauma en el psicoanálisis]. London: Routledge.
Harris, A., Klebanoff, S., & Kalb, M. (2017). *Demons in the Consulting Room: Echoes of Genocide,*

Slavery and Extreme Trauma in Psychoanalytic Practice. [Demonios en el consultorio: Ecos del genocidio, la esclavitud y el Trauma extremo en la practica psicoanalitica]. London: Routledge.
Torok, M. & Abraham, N. (1978). *The Shell and the Kernel: Renewals of Psychoanalysis*. [La corteza y el núcleo]. Chicago: University of Chicago Press.
Yehuda , R., Schmeidler, J., Wainberg, M., Binder-Brynes, K. & Duvdevani, T. (1998). Vulnerability to posttraumatic stress disorder in adult offspring of holocaust survivors. [Vulnerabilidad al trastorno de estres post-traumatico en descendientes adultos de sobrevivientes al holocausto]. *Amer. J. Psychiat*. 155:1163-1171.

Traducido por Carolina Hoffmann