

**Begoña Aznárez, psicóloga y psicoterapeuta**

**“No se puede silenciar la relación que el niño/a ha interiorizado con la figura paterna; hay que validarlo, reconocerlo y legitimarlo”**



**Begoña Aznárez**, psicóloga, psicoterapeuta por la E.F.P.A. y presidenta de la Sociedad Española de Medicina Psicosomática y Psicoterapia, volvió a participar en las Jornadas de Protección a la Infancia y Adolescencia que organizamos por quinta vez los días 1 y 2 de abril en el Colegio de Médicos de Navarra.

Aznárez puso sobre la mesa una cuestión compleja como es la intervención con la figura paterna. Su ponencia titulada “La integración de los padres (en masculino) dentro del trabajo con niños, niñas y adolescentes víctimas de violencia de género” fue muy interesante y sobre ello, sobre la importancia de no silenciar y el poder hablar, pensar y soñar los hechos de alto impacto emocional hablamos en esta breve entrevista.

**¿Por qué es tan importante integrar a la figura paterna en la intervención, no necesariamente físicamente pero sí que esté de algún modo?**

Porque el niño/a, lo queramos o no, tiene un vínculo con su padre, ha establecido una relación de la naturaleza que sea, pero lo tiene. A su vez tiene un deseo en relación con ese vínculo, el deseo de que ese vínculo sea maravilloso, que su papá sea la persona que él necesita y es justo además que así lo vea. Y siente que en justicia él lo merece como cualquier otro niño/a. Ese vínculo que ya tiene, esa idea preconcebida, ese deseo está ahí y por tanto no se puede obviar, no se puede dejar fuera. E insisto, una cosa es que tengamos que incorporar físicamente a papá cuando papá puede ser peligroso, tóxico o nada colaborador y no puede servir realmente a la reparación, pero otra cosa es que tengamos que dejar fuera la relación que el niño ha interiorizado y ha establecido dentro de sí en relación con su padre. Eso hay que validarlo, reconocerlo, legitimarlo y dejar de silenciarlo, porque dejar fuera a papá implica dejar fuera una parte de ese niño que él tiene el vínculo con papá. Eso sería permanecer escindido y ser cómplices de la disociación que tantos síntomas produce.

**En su ponencia ha dicho que el silencio precisamente es lo más traumático....**

En general, el silencio lo es. En particular en violencia de género nos encontramos que para proteger y defender a la otra parte, se trata de apartar a papá, que en muchos casos es estrictamente imprescindible; pero una cosa es, como digo, apartar a papá y otra es silenciar esa voz que dice que “yo quiero a mi papá”, que “yo tengo un vínculo con él” y “qué hago ahora con esto...”. Silenciar en general y no permitir pensar, hablar y soñar con ello es lo más traumático que le puede ocurrir a una persona que vive cualquier acontecimiento con alto impacto emocional.

**¿Qué ocurre cuando ese niño/a crece y se da cuenta de que su padre no es como él/ella tenía integrado? En su ponencia ha hablado de cómo trabajar ese duelo...**

Es un duelo universal, algo que en realidad todo el mundo tenemos que hacer porque nadie tiene los padres o madres perfectos o que le gustaría tener porque el padre o la madre perfectos no existen. Lógicamente todos somos seres humanos y a la hora de relacionarnos con nuestros hijos/as cometemos errores, hacemos cosas mal y con eso les hacemos daño. Intentamos hacerlo lo mejor posible pero nos equivocamos, luego por tanto ese duelo es universal. Todos tenemos que dolernos por no haber tenido esos padres maravillosos que nos hubiera gustado tener, pero el deseo es legítimo entonces hay que legitimarlo siempre y por tanto acompañar al niño/a en el duelo y que no se convierta en necesidad. Si necesito que papá y mamá sean perfectos para yo ser feliz pues entonces no lo voy a conseguir nunca, estoy metida en un bucle que yo llamo el bucle de la reivindicación: “estoy siempre reivindicando que papá y mamá respondan como a mi me gustaría”. Pues no. Hay que acompañarles en un proceso de duelo que efectivamente es un proceso más que cada uno trabajamos el duelo de una manera. Hay que tener en cuenta las tareas de duelo, nosotros cuando hablamos de duelo traumático utilizamos técnicas específicas para ello. Dependiendo de la naturaleza de ese duelo, de las tareas que se hayan quedado sin completar, necesitarás unas técnicas, unos procesos... En definitiva, un acompañamiento en un proceso de duelo.

**Ha comenzado marcando la importancia de “hablar, pensar y soñar”... Explíquenos estos conceptos.**

El cerebro humano trata de procesar la experiencia, hace muchos años cuando se investigaba qué hacía el cerebro en la fase REM se descubrió que en esta fase de movimientos rápidos oculares el cerebro lo que hace espontáneamente es tratar de reprocesar y digerir las experiencias vividas en vigilia, sobre todo las de alto impacto emocional. El cerebro necesita hablar de ello porque eso contribuye a pensar en ello y bajar la activación de estructuras como la amígdala, que es lo que no permite que esas experiencias sean digeridas. El movimiento rápido de los ojos, el movimiento sacádico, contribuye a eso mismo. Con lo cual, cuando entramos en REM nuestro cerebro está haciendo espontáneamente una labor de procesamiento de información que es necesaria para transformar la experiencia en aprendizaje. Por eso la cultura popular suele decir que “antes de tomar una decisión, consulta con la almohada”, porque sabemos que cuando nuestro cerebro entra en fase REM va a hacer una labor que a la mañana siguiente se va a traducir en que vamos a ver las cosas desde otra perspectiva y con una mayor capacidad de análisis y síntesis.

Lo que pasa es que si no proporcionamos primero el hablar y el pensar con unas figuras de referencia válidas, lo que va a hacer el cerebro es generar simplemente pesadillas, porque no va a tener todos los elementos imprescindibles para que haya habido ese descenso del hiperarousal amigdaloido del que hablamos cuando hay esa hiperactivación de la amígdala; entonces va a ser muy difícil que se pueda procesar ninguna experiencia. Por tanto para transformar una experiencia en aprendizaje hay que hablar de ello, pensar en ello y soñar con ello.

*Área Comunicación  
Mayo 2022*

