

Nicaragua

Crónica de una esperanza: seis meses rompiendo silencios

Es tiempo de aprender sobre las graves secuelas que deja el abuso sexual, ese drama que en Nicaragua ha sido y es aún una epidemia silenciada. Hoy empiezan a romperse silencios. Los rompen las mismas mujeres que callaban y guardaban ese "secreto". Ésta es la crónica de una esperanza, hojas de ruta de una experiencia que puede liberar a muchas mujeres en Nicaragua.

Brigitte Hauschild

En cualquier parte del mundo, también en Nicaragua, el abuso sexual es la expresión más grave de las relaciones desiguales de poder entre mujeres y hombres y entre adultos y niñas y niños. Los cimientos de la sociedad nicaragüense están carcomidos por este abuso de poder, por este delito.

ES TIEMPO DE APRENDER

Casi a diario podemos leer una historia de este drama en los periódicos. Lo que no leemos nunca son informaciones sobre las graves secuelas que deja el abuso sexual, sobre cómo este crimen puede dañar a las víctimas. No existe tampoco conciencia de que la violencia ejercida por el abuso sexual contra las niñas y los niños puede reproducirse después, en su vida adulta, generando así nuevas violencias contra otras personas, una cadena sin fin que mantiene aún atrapada a nuestra sociedad.

No se publica en los medios de Nicaragua una reseña, un comentario, de libros como *La Pederastia* en la Iglesia Católica, del periodista español Pepe Rodríguez, cuando en sus páginas podríamos aprender sobre lo extendido que es el abuso de niños y niñas por sacerdotes. Tampoco se pueden comprar en las librerías de Nicaragua los libros de la psicóloga Alice Miller (www.alice-miller.com), una mujer que nos hace entender, cómo las primeras experiencias emocionales dejan huellas en nuestros cuerpos, se codifican como un tipo determinado de información y, al llegar a la edad adulta, influyen en nuestra forma de pensar, sentir y actuar, aunque sea inconscientemente, con un resultado que a menudo genera un círculo vicioso de nuevas violencias. Esta autora nos explica cómo se va forjando esa cadena si educamos a nuestros hijos con violencia física y psicológica y -más importante- nos enseña cómo se puede romper esa cadena. También es imposible comprar en una librería nicaragüense *El Coraje de Sanar*, un libro extraordinario, traducido ya a trece idiomas, escrito por dos mujeres estadounidenses, Ellen Bass y Laura Davis, que identifica lúcidamente las muchas secuelas del abuso sexual, a la vez que nos acompaña en el camino de sanar de esas heridas.

No existía hasta hace poco en ninguna biblioteca de Nicaragua el libro pionero de la psicóloga estadounidense Judith Herman, *Trauma y recuperación*, en el que ella sustenta esta información crucial: "Durante casi todo el siglo veinte, el estudio de veteranos combatientes fue el que condujo al desarrollo de un cuerpo de conocimientos sobre los desórdenes traumáticos. Pero no fue hasta el surgimiento del movimiento de liberación femenina de los años 70 que se reconoció que los desórdenes post-traumáticos más frecuentes no son precisamente los de los hombres que pasaron por una guerra, sino los que sufrieron las mujeres en la vida civil".

Muchas mujeres nicaragüenses han sido doblemente víctimas: han sufrido violencia en la guerra y violencia en sus hogares. ¿Cuántas de ellas no cargan con otro trauma, el de haber sufrido abuso sexual en su niñez? No existe ninguna investigación que nos aproxime a la cantidad de mujeres que sobreviven a este triple trauma. Es tiempo de aprender sobre las consecuencias del abuso sexual en la infancia, un drama que en Nicaragua sigue siendo el más silenciado y secretizado.

Hoy empiezan a abrirse fisuras en este silencio y en estos secretos. Desde hace varios meses han empezado a funcionar en Nicaragua grupos de apoyo mutuo de mujeres, dedicadas, empeñadas, comprometidas, en trabajar las secuelas del abuso sexual que sufrieron en su niñez. De cómo se desarrolló este proceso y de lo que ya van logrando las mujeres en Aguas Bravas Nicaragua habla este diario de ruta, que es el diario de una esperanza.

YO SOY UNA SOBREVIVIENTE

¿Por qué inicié yo esta ruta, por qué impulsé a otras a iniciarla? Entre 1988 y 2001 viví y trabajé con las mujeres de una cooperativa textil en el barrio Villa José Benito Escobar de Managua. A la par, siempre me sentí parte del movimiento de mujeres y me integré a la Red de Mujeres contra la Violencia desde 1992, cuando nació.

Soy sobreviviente de abuso sexual. Durante mi niñez abusaron sexualmente de mí repetidamente y a

lo largo de años varias personas de mi núcleo familiar y, como tantas otras niñas, para sobrevivir a ese dolor desarrollé mecanismos que me permitieron “naturalizar”, “normalizar” lo que me hacían. Estos mecanismos me hicieron olvidar lo ocurrido. Enterré en mi memoria el abuso. Cada persona que sufre abuso sexual en su niñez inventa sus propios mecanismos. Uno de los míos fue “empacar” esa experiencia en pesadillas. Por muchos años se repetía y repetía la misma: en la más profunda oscuridad se acercaba a mí, una niña muy chiquita, un gigante que me agarraba. Nada más. Hay mujeres que recuerdan con detalle el abuso que sufrieron. Seguramente, depende de la edad en la que sucede.

Mi historia empezó siendo yo muy pequeña. Las secuelas que el abuso dejó en mí me llevaron a confundirlas con mi personalidad. “Así soy”, pensaba siempre. Y así era: una muchacha deprimida, una mujer con cambios abruptos, sin estabilidad en mis relaciones, con muy baja autoestima...

LAS MUCHAS Y GRAVES SECUELAS DEL ABUSO SEXUAL

Las secuelas del abuso sexual en la niñez son muchas y variadas y nos pueden marcar para toda la vida. La capacidad para desarrollar confianza -algo tan fundamental en la vida humana- siempre queda dañada. Con esa capacidad nacemos, la necesitamos para sobrevivir. Sin los adultos que nos rodean estamos totalmente indefensos en los primeros años de la vida. El abuso sexual daña gravemente la capacidad de confiar y siempre resulta un proceso doloroso reconstruirla. En muchas sobrevivientes observamos los dos extremos: unas no confían en nadie, otras confían en todo el mundo. No sabemos distinguir.

Otra de las secuelas es que no sentimos nada. Para no sufrir durante el abuso sexual, empleamos el mecanismo de dejar de sentir. El cuerpo se nos queda “muerto”. Después, a lo largo de nuestra vida podemos expresar sentimientos, pero no los sentimos. Reconstruir la capacidad de sentir es muy difícil porque significa encontrarnos otra vez con la niña abusada que fuimos y que siempre llevamos dentro. Otra de las secuelas es la dificultad para disfrutar de la vida sexual.

Muchas sobrevivientes no podemos ser felices en una relación sexual porque de repente el cuerpo se recuerda y no quiere ser tocado. Otras se hacen promiscuas, adictas a las relaciones sexuales y hasta terminan en la esclavitud de la prostitución.

Muchas sobrevivientes tenemos problemas con la auto-estima, porque el abuso sexual nos deja un profundo sentimiento de culpa y vergüenza. Nos sentimos sucias, sentimos que nadie nos quiere porque nos pasó “eso”. Nos resulta muy difícil reconstruirnos y sentir que somos personas preciosas, seres humanos con muchas cualidades. Nos cuesta entender que fueron los adultos quienes no supieron liberarnos de esa dolorosa experiencia. Cuando nos reconstruimos, descubrimos que los mecanismos de sobrevivencia que inventamos no son otra cosa que cualidades que tenemos. Muchas veces, el abuso sexual que sufrimos en la niñez nos hace incapaces de proteger a nuestras hijas y a nuestros hijos. O al revés: los sobreprotegemos, temiendo que les pase lo mismo.

Es muy importante aprender más sobre las secuelas del abuso sexual para de ahí entender mejor los graves problemas que causan a una sociedad. Es importante que la gravedad de las secuelas se tenga en cuenta en los centros de estudio, en las escuelas normales en las que se prepara al magisterio, en las carreras de psicología, de trabajo social, de derecho...

CUANDO LLEGA EL MOMENTO DE RECORDAR

Quienes sobrevivimos al abuso sexual nunca sabremos qué personas seríamos, qué rumbo profesional hubiéramos seguido, qué vida tendríamos si no hubiéramos sufrido abuso. No podemos borrar y hacer desaparecer esa experiencia traumática. Sólo podemos trabajar las secuelas para sanarlas. Y para empezar ese trabajo tenemos que recordar lo que nos pasó. Y hablar de lo que nos pasó.

Durante muchos años yo lo olvidé. A pesar de haber vivido en Alemania en los años 70, cuando las mujeres alemanas empezaron a hablar de este tema, yo no recordé. Ahora sé que olvidaba porque aún no tenía la fuerza para acordarme. Y así le pasa a la mayoría: sólo recordamos cuando ya tenemos fuerza interna para enfrentarlo e iniciar el camino que nos sane. Nos llevará años salir adelante. Pero no podremos vivir en paz si no trabajamos las secuelas. Mientras tanto, tendremos capacidad para

“funcionar” -aunque a veces muy mal-, lo que es también un mecanismo de sobrevivencia.

Funcionamos... hasta que llega el momento de recordar. A veces ese momento aparece inesperadamente. A veces nos derrumba y nos provoca una crisis que es de vida o muerte. A la mayoría, es un “detonante” lo que les provoca que los recuerdos aparezcan. El momento de recordarnos de lo que vivimos cuando éramos chiquitas es siempre muy personal y depende de muchos factores. Son muchas las mujeres que recuerdan el abuso cuando su niña o su niño llegan a la edad en que ellas lo sufrieron. Temen que se repita la tragedia que ellas vivieron. O se acuerdan cuando su hija o su hijo es víctima de abuso.

Yo empecé a hacerme preguntas que me llevaban hacia mi pasado cuando en 1998 estaba traduciendo al alemán el testimonio que escribió Zoilamérica Narváez para describir y denunciar el abuso sexual de su padrastro Daniel Ortega. Habían pasado varias décadas desde lo que me había pasado a mí, pero fue hasta entonces que mis recuerdos se despertaron.

MI PROCESO DE SANAR

En el año 2000 inicié una terapia. Muy pronto sentí la necesidad de intercambiar con otras mujeres que hubieran sufrido lo mismo. Pero no había en Nicaragua en aquel tiempo espacios adecuados. Tampoco en la Red. Me sentí muy sola. Busqué un grupo de autoayuda y encontré uno, acompañado por una facilitadora, en el que participaban mujeres que habían vivido diferentes tipos de violencia. Unas sufrieron violencia física a manos de sus maridos, otras eran maltratadas emocionalmente por sus parejas, otras eran obligadas a tener relaciones sexuales en el matrimonio, dos lesbianas sentían el rechazo de la sociedad... Yo hablé allí de lo que a mí me dolía: les dije que había sufrido abuso sexual en mi niñez, pero que no recordaba los detalles. Sentí una gran solidaridad, me tenían lástima, pero nadie entendía de lo que hablaba, porque ninguna había vivido aquello o al menos ninguna lo dijo.

Este grupo me sirvió para algo: para entender que necesitaba otra cosa. Fue ésa una de las razones por las que dejé Nicaragua y regresé a Alemania. Necesitaba volver al lugar donde todo había sucedido. Necesitaba subir las mismas escaleras que subí cuando fui niña, estar en el mismo cuarto, abrir las mismas puertas. Volví también para enfrentar a mis abusadores. En Alemania encontré en Wildwasser -Aguas Bravas significa esta palabra-, una asociación con más de 20 años de existir y con oficinas ya en unas 25 ciudades alemanas, que me ofreció exactamente lo que yo necesitaba: participar en un grupo de apoyo mutuo formado por mujeres que habían vivido la misma dolorosa experiencia que yo y que iniciaban un proceso para sanar. En marzo de 2002 entré en uno de esos grupos. Los días en que llegaba allí se convirtieron para mí en los más hermosos de cada semana. Viví la participación en aquel grupo casi como una adicción y por un tiempo llegué a pensar que no podría vivir sin el grupo. Era parte del proceso. Después de dos años y medio, ya era otra. Sané.

CUANDO SANAMOS, QUEREMOS SANAR A OTRAS

Cuando sanamos, queremos que otras sanen. Y nos sentimos capaces de apoyar a otras. Nicaragua era mi meta. Era la nueva etapa en la ruta de mi esperanza. Una investigación realizada en León en el año 2000 había mostrado que el 27% de las mujeres y el 20% de los varones consultados admitieron haber sido abusadas y abusados sexualmente en su niñez o en los años de su adolescencia. Según datos de la Policía Nacional de Nicaragua, en el año 2005 recibieron 10 denuncias diarias de abuso sexual y, por diferentes razones, sólo un caso continuaba en el proceso judicial. Todos los estudios, todas las investigaciones nicaragüenses, reconocen un subregistro en las pocas cifras de que se dispone.

Tanto en Alemania, como en Nicaragua, me atreví a hablar abiertamente de mi historia. Mi silencio y mi secreto estaban rotos. Ahora, quería seguir hablando y acompañando a otras a hablar. En agosto de 2006 propuse a la Red de Mujeres contra la Violencia realizar talleres sobre la aplicación de la Guía para grupos de apoyo mutuo que ha manejado Wildwasser durante 20 años con gran éxito. Para sorpresa mía, cuando hice la propuesta se inscribieron inmediatamente 15 centros de mujeres de toda Nicaragua, interesados en recibir ese taller, además de 17 mujeres que se identificaron como sobrevivientes y que querían participar en un grupo para trabajar sus propias secuelas. Sentían que por primera vez se les abría una puerta.

Tradujimos la Guía al español, la titulamos Todo camino comienza con un primer paso y editamos 14

mil ejemplares. Era evidente que había sed. Y queríamos que hubiera agua que la saciara. Decidimos una edición tan numerosa para poder entregar las guías generosamente. Estábamos conscientes de que muchas mujeres no iban a hablar. Pero tal vez sí leerían. Romper el silencio sobre la propia historia siempre es un proceso que lleva mucho tiempo. Más si se trata de una sicóloga, de una promotora social. Es más fácil ofrecer apoyo a otras desde un consultorio, desde un organismo, desde una oficina, que acercarse a la propia historia. Pero sin trabajar las propias secuelas, sin tocar las heridas propias, no sabremos sanar las de otras.

POR PRIMERA VEZ LAS AGUAS BRAVAS CORREN FUERA DE ALEMANIA

Con Abigail Figueroa y Zoraida Soza iniciaríamos la experiencia. Desde el primer momento las tres hicimos clic. Probablemente porque compartíamos experiencias similares como sobrevivientes, teníamos el sentimiento de conocernos desde hacía mucho y sentíamos el deseo de hacer algo contra el abuso sexual, no solamente para otras sino para nosotras mismas.

Empezamos a diseñar la metodología de los talleres. Decidimos iniciar los encuentros -como sugiere la Guía- con “relámpagos” de apertura y de cierre, una metodología que nos permite decirnos a nosotras mismas y decir a otras, de forma muy breve, cómo nos sentimos en el momento en que llegamos y en el momento de irnos. Como una de las secuelas más hondas que nos deja el abuso sexual es la incapacidad de sentirnos, abríamos así cada jornada del taller. Después, en cada uno de los talleres, observaríamos cuántas veces nos es mucho más fácil hablar de lo que hacemos que expresar cómo nos sentimos.

Decidimos que los talleres serían de dos días. El primero para apropiarnos del contenido de la Guía: cómo organizar un grupo de apoyo mutuo, cómo arrancar, cuáles son las reglas de oro, cómo resolver los conflictos que se presentan, cómo finalizar un grupo... Y el segundo día para imaginarnos ya en uno de estos grupos por medio de sociodramas, y para contestar inquietudes, para debatir, para pensar juntas... Nos sentíamos pioneras: era la primera vez que alguien vinculada a *Wildwasser* -en este caso yo, nosotras- intentaba ofrecer capacitaciones sobre el uso de la Guía fuera de Alemania.

EL GRUPO QUE NECESITAMOS LAS SOBREVIVIENTES

En las discusiones entre las tres vimos claro que las mujeres sobrevivientes no podemos formar grupos de *autoayuda*, pues no nos podemos ayudar individualmente. Los grupos que proponemos son de *apoyo mutuo*. Para la gran mayoría de nosotras los recuerdos están tan profundamente enterrados que sólo hablando, intercambiando con otras que tienen los mismos “agujeros negros” en su memoria, podemos ayudarnos a poner pieza tras pieza en nuestro rompecabezas. Es solamente unas con las otras que nos apoyamos y nos ayudamos a entender que no “somos así”, sino que “así” nos dejó el abuso.

Necesitamos del espejo que nos ofrecen las demás mujeres del grupo. Nos reconocemos en él. ¿Por qué soportamos la violencia conyugal? Porque en la niñez el abuso destruyó nuestro derecho a decir “no” a lo que no queríamos, al abuso de un padre, un hermano, un tío, un padrastro, un maestro, un cura, un vecino... ¿Por qué nos dejamos sobrecargar siempre con demasiado trabajo y no reclamamos? Por la misma razón.

Hablando a puertas cerradas, en un ambiente de confianza que tenemos que aprender a construir, buscamos la verdad de nuestra niñez; vaciamos en otras mujeres el dolor que hemos guardado, como se vierte el agua de una taza a la otra; nos permitimos hablar de lo que jamás hablaríamos fuera del grupo; analizamos nuestros comportamientos en la vida cotidiana para decidir cambios y practicar ya esos cambios en el grupo. En este proceso grupal perdemos el miedo, la vergüenza y el sentimiento de culpa y desarrollamos valentía y coraje para hablar y para defendernos, tanto a nosotras mismas como a otras niñas y niños, los propios y los ajenos. A la larga, el valor que adquirimos hace más sana a la sociedad.

Todo esto requiere de tiempo y de un grupo estable, siempre con las mismas mujeres, entre las que nos entendemos por haber pasado por lo mismo.

CONFIANDO EN EL PODER DE LA PALABRA

En muchas partes del mundo los grupos de autoayuda -para ayudarse en distintos tipos de crisis- tienen una larga tradición. En Nicaragua apenas empiezan a formarse. Los que tienen más experiencia, 25-30 años, son los AA, los de Alcohólicos Anónimos. Recientemente se comienza ya a escuchar de grupos de autoayuda para personas con cáncer, con sida, con otras enfermedades.

Este tipo de grupos funciona sin facilitación y son los participantes quienes organizan los encuentros, se dan las reglas y determinan el horario, la duración y la frecuencia de los encuentros. En Alemania hay casas dedicadas enteramente a la acogida de los más diversos grupos de autoayuda. Y las alcaldías apoyan económicamente estos esfuerzos. Lo hacen porque ya se sabe que las afectadas y afectados por cualquiera de estos problemas son los mejores expertos para encontrar salidas. A su vez, su propia experiencia es una fuente de conocimientos sobre el tema que les reúne y de pistas para nuevos aprendizajes sobre las enfermedades y los traumas de los que hablan en común. Estos grupos demuestran el poder sanador de la palabra reflexiva y responsable.

Es una de las responsabilidades del Estado, en cualquier parte del mundo, también en Nicaragua, asegurar a todas las personas una vida sin violencia. Vivir sin violencia es un derecho constitucional. También es tarea del Estado, hasta que el abuso sexual desaparezca, presupuestar financiamiento para que los centros de mujeres -y más adelante, también los centros de hombres- atiendan profesionalmente a sobrevivientes de abuso sexual, un delito que también es un problema de salud pública. Un gobierno como el actual de Nicaragua, que dice ser revolucionario, debería tener en cuenta esto. Porque para que los pobres y las pobres del mundo que hemos sufrido abuso estemos "arriba" nos resulta imprescindible liberarnos de esta carga tan dolorosa.

EL EQUIPO DE AGUAS BRAVAS ESTÁ LISTO

Es impresionante comprobar con qué rapidez las sobrevivientes desarrollamos la convicción de que un grupo de apoyo mutuo es algo muy importante para sanar. Lo comprobé en Alemania. Lo comprobé en Nicaragua. Fue impresionante con qué tesón preparamos los talleres. Impresionante también la profundidad de la relación que desarrollamos en el equipo. Estábamos creando relaciones de responsabilidad, igualdad, aprecio, honestidad, puntualidad y apertura a la crítica constructiva. Aprendíamos que criticarnos es positivo, pues nos ayuda a revisar nuestros pensamientos, a salir de equivocaciones, a cambiar la interpretación o el análisis que hacemos de tantas cosas, a escucharnos con todos los sentidos para reflexionar de nuevo. Todo esto nos ayuda a crecer.

Cuando le leí al equipo cómo pensaba iniciar la introducción a los talleres -"Yo me llamo Brigitte y soy sobreviviente de abuso sexual..."-, mis colegas tragaron en seco. ¿No sería demasiado fuerte empezar así? Efectivamente, en algunos lugares rurales donde me presenté con estas palabras las participantes se asustaron, a pesar de que el abuso sexual es algo que les es tan conocido y que resulta tan frecuente.

EN OCOTAL: PRIMER TALLER, PRIMERAS PALABRAS

El calendario para los talleres se nos llenó muy pronto. El 30 de marzo, a las 4 y 10 de la madrugada, Abigail y yo agarramos el bus hacia Ocotal. Allí tendríamos el primer taller, allí sería la primera experiencia. Las dos con sueño, pero con un nerviosismo que nos impidió pegar ojo. Nos preguntamos varias veces si no habíamos olvidado algo: grabadora, baterías, las Guías para las participantes, los libros, el memory-flash con una presentación... Todo completo. La película que presentaron durante el viaje tenía violencia desde la primera escena hasta la última. También los momentos románticos estaban mezclados con violencia. Estamos educando y permitiendo demasiada violencia...

En el centro de capacitación de INPRHU Ocotal nos esperaban caras conocidas. Y alegres. El ambiente era acogedor. Al hacer mi introducción, miraba las caras sorprendidas, las expresiones de susto... ¿Cómo puede esta mujer hablar tan abiertamente sobre "eso", de lo que no se habla?

Les digo: "Las estadísticas dicen que una niña abusada tiene que hablar a siete adultos hasta encontrar a una persona que la crea. Pero muchas niñas después del primer intento de contarlo se callan para siempre..." Asienten con la cabeza. Les digo: "Ustedes conocen seguramente el otro significado que tiene la palabra *esposa*, ¿verdad? Son las chachas, eso que le pone la policía a un delincuente para evitar que escape, que se les vaya... Las palabras hablan y a veces nos dicen lo que somos en el sistema patriarcal en el que hemos vivido en nuestra relación con los hombres". Están

sorprendidas.

En el “relámpago” de apertura una de las participantes confiesa: “No sé si podré hablar aquí sobre lo que me pasó a mí y a mi hermana. Lo llevo dentro desde hace treinta años. Muchos recuerdos ya están enterrados, pero aun así no me dejan en paz. Yo siento que esto me afecta mucho, pero no se ni cómo ni con quién...”

CUANDO SE ROMPE EL SILENCIO

Las 16 participantes de este primer taller son psicólogas, enfermeras, trabajadoras sociales y promotoras sociales de doce diferentes centros y entidades estatales de Ocotil. También vienen de Santa Rosa, Jalapa, Dipilto, Mozonte y Macuelizo.

Se presentan y van expresando sus expectativas. Dice una: “Llegan a la consulta mujeres con su hija abusada y en la plática mencionan que también ellas vivieron abuso, y yo sólo puedo atender a las niñas, pero no a las mamás... Tal vez con la herramienta que vamos a aprender aquí tengo algo que ofrecerle a las mamás”. Dice otra: “No sabemos nada de lo que nos deja después el abuso sexual, muchas pensamos que es muy normal como nos portamos, que son normales los problemas que tenemos”.

En sus “relámpagos” las mujeres hablan más de todas las tareas que han hecho antes de llegar y menos de cómo se sienten en ese momento. Es una observación que hicimos en todas partes: están tan ocupadas con todos los quehaceres de la vida cotidiana que no se toman ni un momento para preguntarse cómo se sienten. Durante estos dos días aprenderán a darse un momento para sentirse y para expresarlo. Dice una, que sí lo logra: “Me siento muy contenta de encontrarme con este grupo de mujeres. Quizás nerviosa porque todas hemos sufrido. Soy una que sufrió violencia marital varios años y sobre el abuso que sufrí en mi niñez no he hablado nunca. Tengo 53 años y todavía me duele recordarme. Espero aprender algo, no sólo para la consulta, sino para mí misma.”

Comienza a romperse un hilo grueso, un verdadero mecate. Algunas dicen algo parecido, pero casi escondidamente, otras lo admiten más abiertamente. Algunas no volverán tal vez a hablar nunca más de esto. Pero ya conocieron el alivio que representa entrar a un grupo donde nos damos cuenta de que somos muchas, de que no estamos solas. En cada taller lo mismo, lo mismo, lo mismo...

PREOCUPACIONES, PREOCUPACIONES...

Ocotil, primer taller. En el plenario, cuando discutimos sobre el contenido de las Guías para ir preparando la formación de grupos de apoyo mutuo, las mujeres expresan sus dudas sobre su funcionamiento, sus reglas, todo lo que les queda por delante. Son preocupaciones pequeñas, medianas y grandes, todas importantes para que esta ruta de esperanza funcione...

“¿Cómo garantizar que nadie hable fuera del grupo de lo que se habló en el grupo?”

“Y si la gente no llega puntal?”

“¿Y quién se va a responsabilizar de preparar el local y de dejarlo en orden después del encuentro?”

“En mi iglesia es imposible hablar de violencia, mucho menos del abuso sexual”.

“Muchas mujeres querrán empezar un grupo, pero no tienen con qué pagar el pasaje... Vamos a necesitar dinero para el transporte”.

“Son muchos los hombres que no permiten a sus mujeres irse cada semana a un encuentro de mujeres”.

“¿Qué hacemos con los niños durante el encuentro?”

“No sólo podemos pensar en nosotras, también conozco a hombres que han vivido abuso sexual”.

“En las comarcas será más difícil, porque todo mundo se conoce y es probable que se hable fuera del grupo lo que hablamos dentro”.

“En mi pueblo sólo está el edificio de la iglesia y no creo que me van a permitir que un grupo se reúna allí”.

“En las iglesias no, en las iglesias no se habla del abuso sexual y por cuenta, no es un lugar seguro”.

“Claro que no es seguro, en mi pueblo se dice que el padre abusa de los chavalos”...

¿CON HOMBRES? ¿CON NIÑOS?

Se repite siempre la pregunta sobre los hombres: “¿Esta Guía sirve también para trabajar con hombres? ¿También se pueden hacer grupos de apoyo mutuo con hombres?”

Doce años después de creada *Wildwasser* (Aguas Bravas), se creó en Berlín una organización con la misma brújula: atender a hombres que sufrieron abuso sexual en su niñez. Se llama *Tauwetter* (Deshielo). Les respondo que sí, que la Guía también puede funcionar en trabajo grupal con hombres, pero que deben ser hombres sobrevivientes los que la analicen y le hagan los cambios que consideren necesarios.

La experiencia nos ha dado en Alemania, y creo que será así en Nicaragua, que a los hombres les es mucho más difícil reconocerse como sobrevivientes y decidirse a trabajar las secuelas del abuso que sufrieron. Necesitamos aprender aún mucho sobre las secuelas que deja el abuso sexual en los hombres y tenemos que buscar cómo apoyar a los hombres para que rompan su silencio, aún más encementado que el de las mujeres. Necesitamos también la solidaridad de los hombres que están contra el abuso sexual. Necesitamos extender la convicción de que los daños que causa la masculinidad patriarcal no es sólo un tema de hombres, al igual que el abuso sexual no es sólo un tema de mujeres.

Les explico que en Nicaragua ocurrió en 2007 un hecho pionero, que nos llena de esperanzas, cuando unos muchachos de Chinandega denunciaron al sacerdote Marco Dessi por haber abusado de ellos cuando eran niños. Dessi fue condenado en Italia a doce años de prisión. Después, varios de esos muchachos tuvieron el coraje de presentarse como sobrevivientes en Managua en una rueda de prensa. Su valor y determinación ha logrado convocar en Chinandega a muchachas y muchachos que, con la consigna “Jóvenes que creemos en otros jóvenes”, empiezan a romper silencios de siglos.

También me preguntan si los grupos de apoyo mutuo funcionan con niñas y niños. Les explico que no, porque las niñas y los niños que han vivido abuso sexual necesitan otro tipo de atención y lo que quieren es olvidar lo ocurrido lo más pronto posible. Lo más importante en el trabajo con niñas y niños es crearles desde el primer momento, sacarlos de la situación en donde están siendo abusados y crearles espacios para que puedan expresar sus experiencias y liberarse así del trauma. Además, mientras en los casos de abuso sexual de niños y niñas siempre está presente la obligación de la denuncia -ya que han sido víctimas de un delito tipificado en las leyes-, con las adultas no pasa lo mismo. Con mucha frecuencia nos acordamos y hablamos cuando ya el delito prescribió. Y lo que queremos entonces es sanar. Casi nunca nuestro mayor deseo es buscar justicia y ver al abusador tras las rejas, por más que lo merezca.

“¿Podemos también formar un grupo con adolescentes?” Les digo que se puede y que probablemente las adolescentes requieren de más acompañamiento, pero que vale la pena intentarlo. En Alemania no tenemos experiencia con grupos tan jóvenes.

CASOS Y MÁS CASOS

Durante el taller, en los recesos, las mujeres se acercan y hablan de los casos que conocen: “En mi lugar un hombre abusó de sus tres hijas y la última lo denunció. En el juicio, el padre lo reconoció bien tranquilo: Sí, es cierto, pero yo las hice y yo las disfruté. Eso dijo”. Otra mujer cuenta que en su pueblo una chavala ya ha tenido tres hijos del padrastro. Otra la escucha y dice: “Yo siempre pensé que eso era lo normal, porque eso le pasa a todas”.

En el “relámpago de cierre” de este primer día las mujeres expresan lo que sintieron durante la jornada:

“Agradezco a Dios la oportunidad de hoy. Por primera vez me he permitido acercarme al dolor que todavía llevo adentro”. Su voz se hace inaudible y le saltan las lágrimas.

“Yo conozco a una chavala que ha sido abusada por un su hermano. Le voy a contar de esto para que entre en un grupo”.

“Vamos a ver como nos va mañana en el sociodrama... Me da miedo”.

“Me voy muy contenta, quisiera poder hablar de esto, sintiéndome así tan libre como lo hicieron ustedes... Tal vez yo pueda dentro de algunos años”.

“Quiero ayudar a mi hermana, ella sufrió abuso, la quiero ver con una risa como las de ustedes algún día”.

CON MÁS LIBERTAD

Durante el segundo día del taller de capacitación varias mujeres ya pueden expresarse con más libertad. Pero siguen temerosas: “Como ya sé de qué vamos a hablar, me da algo en el estómago, algo

como una cosquilla, me pongo muy nerviosa”.

Otras superan ese primer temor: “Yo ayer llegué a mi casa feliz porque nunca había escuchado de esto. Y hoy llego con más entusiasmo. Y es que aquí nunca se habló de eso y es porque nos duele hablarlo”. Otra dice: “Ayer pasé recordando sólo lo mío por la noche. Hoy estoy más relajada y pensando cómo ayudar a otras”. Otras rompen el silencio hasta este segundo día: “Yo vine alegre porque sé que voy a aprender. En mi casa hay eso: es mi hermana... Y fue con el propio papá de nosotras. Y ella nunca ha querido buscar ayuda profesional. Yo creo que yo puedo ayudarla. Yo siento que yo estoy aquí por ella”.

Siempre el temor aparece porque el proceso es muy complejo, y apenas estamos dando un primer paso. Una dice: “Mis relámpagos se están entrecruzando. Al mismo tiempo que siento alegría de poder estar aquí y esperanza de iniciar este trabajo, también tengo miedo, miedo de descubrir cosas que tal vez no quiero descubrir. Por eso mis relámpagos se están chocando”.

PREGUNTAS Y MÁS PREGUNTAS

En la “ronda de observaciones” las mujeres expresan algo de lo que les quedó pendiente. Es un ejercicio para liberarse de cargas. Durante los dos días han salido muchas preguntas, inquietudes, observaciones, expectativas, comentarios. Como éstos:

“Y para liberarse, ¿no es suficiente perdonar al abusador?” Pues no. Ese perdón no nos libera. Es indispensable trabajar las secuelas y si las trabajamos y sanamos, ya no nos preguntaremos si perdonamos o no al abusador. Porque ya no tendremos nada pendiente con él y eso del perdón habrá perdido importancia.

“¿Qué nos impide en la niñez hablar abiertamente con los adultos sobre un abuso o un abusador?” A menudo, la relación entre los padres, las madres y sus hijas y sus hijos no es buena. Muchas veces hay en esa relación abuso de poder. Los padres prohíben porque tienen el poder de prohibir, exigen porque tienen el poder de exigir. No dialogan. Por eso no tenemos confianza para contarles lo que nos pasa. Por eso es importante que en estos grupos las mujeres trabajen siempre las relaciones que tienen con sus hijos.

“¿Y qué es mejor: la terapia individual o el grupo de apoyo mutuo?” No es un asunto de mejor ni peor. Hay personas que necesitan las dos cosas, hay otras que prefieren la terapia individual porque no se pueden ni imaginar hablando en un grupo del abuso delante de otras mujeres. Donde no hay posibilidad o necesidad de una terapia individual, el grupo resulta un camino excelente”.

“¿Podemos formar grupos mixtos, con mujeres y hombres?” No es recomendable. En los hombres, las secuelas son diferentes y los afectan de manera diferente. Además, en la mayoría de los casos los abusadores son hombres y las sobrevivientes no desarrollamos confianza para hablar en un grupo en donde hay hombres si nuestro abusador fue un hombre. Tal vez sería diferente si el abuso lo cometió una mujer, pero no tengo experiencia con mujeres que abusan.

¿PROSTITUCIÓN? ¿LESBIANISMO? ¿TERRAPIAS?

“¿Volverse lesbiana o volverse homosexual puede ser una de las secuelas del abuso sexual? Porque a algunos les pasa”. No hay investigaciones científicas que nos confirmen eso. Falta mucho trabajo científico para investigar con más profundidad las secuelas del abuso sexual, pero casi nadie invierte en este tipo de investigaciones.

“Conozco a mujeres que han sido abusadas en su niñez y se hicieron prostitutas”. Esto sí está ya comprobado por varias investigaciones: muchas prostitutas vivieron abuso sexual en su niñez. Sabemos que trabajando las secuelas del abuso pueden salir de esa esclavitud. También entre las mujeres drogadictas y las alcohólicas hay muchas que vivieron abuso sexual. Es difícil trabajar a la vez el abuso y esas adicciones. Si una mujer hace el intento, hay que aceptarla, pero si llega borracha al grupo y lo alborota, mejor es invitarla a buscar primero cómo salir de su adicción.

“¿Hay abusadores que tenían problemas psicológicos por haber abusado y han hecho terapia para saber por qué actuaron así?” No conozco a ninguno y tampoco en ninguno de los muchos libros que he leído sobre el tema se documenta que alguien que abusó sexualmente necesitaba, por eso, de atención psicológica. Para los abusadores, el abuso es un momento de placer nada más. Para sus

víctimas representa una marca para toda la vida. Lo que es más común que los hombres detenidos por este delito empiecen una terapia cuando ya están tras las rejas. Todavía no en Nicaragua. Está bastante comprobado que muchos hombres que abusan sexualmente fueron abusados en su niñez. Es necesario investigar mejor cómo romper esta cadena.

ELLAS SON LAS PROTAGONISTAS

Como en Nicaragua no hay mucha experiencia con grupos de autoayuda llegamos a la conclusión de que los grupos de apoyo mutuo de sobrevivientes de abuso sexual en la infancia que estábamos promoviendo necesitarían, en los primeros encuentros, de la presencia de una facilitadora.

Lo más importante es que las mujeres sientan desde el primer momento que ellas son las protagonistas del grupo y que son ellas las que deciden el momento en que ya no necesitan la presencia de ninguna facilitadora. La experiencia nos ha indicado que, con quien no es sobreviviente, nadie empieza a hablar de su historia y, por eso, casi siempre muy pronto las mujeres ya quieren quedarse solas, sin facilitadora, entre ellas para empezar a hablar con más confianza.

Para organizar el primer encuentro de un grupo de sobrevivientes hay que imaginar una situación que siempre es delicada: hasta entonces nunca se encontraron con otras mujeres sobrevivientes, tal vez ni siquiera conocen a alguna. Antes ya rompieron el silencio -tal vez con la psicóloga del centro-, pero ahora es diferente, ahora van a iniciar su grupo. Es un paso difícil, cuesta mucho, requiere de mucha valentía. ¿Quiénes serán las otras, las conozco, cómo me voy a sentir, qué voy a decir, por dónde empezaré a hablar de esto? Ese primer encuentro es de suma importancia porque las mujeres deben perder el miedo y sentirse seguras y sentir que la participación en el grupo las puede liberar de muchas de las cargas que las abruma en su vida cotidiana.

En los talleres hacemos sociodramas para imaginar esa situación inicial. Usamos dinámicas sencillas para romper el primer momento, que es de gran timidez. Les enseñamos que lo más importante que tienen que trasladar a las participantes en un grupo es que son ellas, y no la facilitadora, las que “mandan”: horarios, ritmos, lugar, reglas... Quienes facilitan ese primer encuentro tienen que empoderar a las sobrevivientes, hacerles sentir que ellas pueden. Esto es difícil, dada la cultura de “facilitación” cultivada en Nicaragua por tantos años.

UNA HERRAMIENTA EFICAZ

El ejercicio del sociodrama para imaginar cómo comenzar con un grupo de apoyo mutuo para sobrevivientes sirvió para ponerse en los zapatos de una sobreviviente... y provocó también que muchas de las participantes se reconocieran como sobrevivientes. Hablamos también de los diferentes conflictos que podrían darse en ese primer encuentro. Que se encuentren dos mujeres de una misma familia y que, por eso, no quieran estar en el mismo grupo. Que se encuentren dos mujeres que “comparten” el mismo hombre. Que se encuentren dos mujeres, una la actual esposa de un hombre y otra su ex. Todos los problemas se pueden resolver y las mujeres llegan a la conclusión de la importancia que tiene la confidencialidad como regla de oro del grupo. Por todos lados encontramos mucha madurez, mucha capacidad para enfrentar y solucionar conflictos.

Al final de los talleres, en la ronda de comentarios y compromisos finales, escuchamos cosas así: “Esto será para muchas mujeres como el sol. Desde ahora ya no podemos dejar pasar las cosas que vemos”.

“Yo me voy más clara de qué son y cómo se hacen los grupos de apoyo mutuo. En nuestro centro, experiencia sin facilitación no hemos tenido. Es algo nuevo y vamos ir aprendiendo en el camino”. “Lo que he contado mío aquí nunca lo había dicho ante tanta gente y he visto que se siente rico sacarse de dentro esto y decirlo así abiertamente”.

“Yo me voy satisfecha y con muchas herramientas para formar un grupo de éstos con mis compañeras de trabajo. Lo necesitamos”.

Al final de uno de los talleres, les dije: “Estoy profundamente agradecida de haber compartido con ustedes. Siento que con estos talleres le devuelvo a Nicaragua algo de lo que Nicaragua y su gente me han dado a mí. Compartir con ustedes esta herramienta que con tanto éxito nos ha servido en Alemania no es “colonizar”. Sentir que ustedes la sienten útil, sentir que ven en ella un camino para liberarse, es para mí una gran satisfacción”.

LAS CIFRAS DE ESTE PRIMER PASO

Realizamos talleres de este tipo en Ocotol, Somoto, San Francisco Libre, Estelí, Managua, Jinotega, León y Waslala. Participaron en ellos 205 mujeres, de 95 centros, organismos e instituciones de esos lugares, que atienden a mujeres víctimas de violencia y de abuso sexual. En todos los lugares sentimos muy similares los miedos, las preguntas, las realidades.

Analizando las experiencias, comprobamos que el 45% de las participantes reconoció haber vivido abuso sexual en su niñez. Seguramente son más. No todas lograron expresarlo, no todas lo recuerdan. Siendo, además, todas ellas profesionales que atienden a otras sobrevivientes, pero que no han trabajado su propia historia de abuso, es fácil imaginar el dolor que cargan en su trabajo cotidiano. Y es entendible el deseo de formar grupos entre ellas mismas para sanar primero ellas y atender después a otras con más capacidad.

Al visitar en Managua dos universidades, la UCA y la UNAN, hablamos con los responsables de la carrera de Psicología y nos confirmaron la necesidad de hacer algo en las universidades con el estudiantado. Tampoco en las universidades existen muchos libros sobre el tema del abuso sexual. Y se sabe que son muchas las mujeres que eligen, consciente o inconscientemente, la carrera de Psicología con la idea de que bastará con que ejerzan esta profesión para ayudarse a sí mismas. Una idea equivocada.

LAS PRIMERAS COSECHAS, LOS PRIMEROS GRUPOS

La cosecha llegó a la par que impartíamos los talleres. El primer grupo de apoyo mutuo comenzó en Managua en mayo de 2007. Y muy pronto empezamos a recoger resultados. Dice una: "Mi vida ha estado cargada de sufrimientos, abusos físicos, emocionales, sexuales. Ahora lo puedo reconocer con mucho orgullo. No coloqué un alfiler en esos pasajes de mi vida para guardarlos. Ahora tengo un espacio para volver a ellos, para enfrentar a un fantasma que me seguía por todos los caminos. Los encuentros del grupo de apoyo mutuo de Aguas Bravas son para mí a veces como un adictivo, a veces como un electrizante, a veces como algo que me punza y me rasca un poco la costra del pasado. Desde que empecé, este grupo es mi refugio. En ese espacio puedo ser yo misma, sin disfraces."

Las experiencias en los diferentes grupos que después de esta primera experiencia se formaron en distintos puntos del país confirman la esperanza: no se habla fuera de los grupos lo que se habla dentro, las participantes sienten muy rápido que el grupo es su tesoro herméticamente cerrado y sólo de ellas, juntas van encontrando las piezas del rompecabezas del pasado que tenían sepultadas bajo escombros de olvido.

Dice otra: "En este espacio puedo decir lo que afuera no puedo. Por ejemplo, puedo decir cuánto me cuesta amar a mi hijo, que nació como producto de un abuso. En este espacio puedo contar que siento odio hacia mi padre, que ha abusado sexualmente de mí. Fuera de este espacio el cuarto mandamiento me obliga a decir lo contrario. En este espacio seguro aprendo a permitirme los sentimientos que realmente tengo".

LEVANTAMOS LA CABEZA

Dice otra en otro grupo: "En este espacio puedo hablar de la tía que abusó de mí. Puedo hablar de la culpa que he sentido siempre pensando que "eso" me pasó por mi culpa. Aquí puedo hablar de la relación con mi pareja y de cuánto me cuesta dejarme tocar. Mi cuerpo se cierra y se me pone tieso. Las demás lo entienden y muchas veces me entienden perfectamente sin palabras".

Poco a poco levantamos más la cabeza, poco a poco la postura de nuestros cuerpos se hace más erguida. Poco a poco desaparece la pena, la vergüenza y ese pesado sentimiento de culpa. Poco a poco se disminuye el dolor. Poco a poco sentimos cambios. Lo más importante es que poco a poco perdemos el miedo a hablar del abuso. Romper el silencio es el primer paso para salir del aislamiento y es, a la vez, el primer paso para entender que somos muchas.

NICARAGUA SERÁ MEJOR

Lo que hasta ahora se hizo en Nicaragua fue trabajar en la prevención y en la atención a víctimas y a sobrevivientes. Eso preparó el terreno para esta ruta. Ahora, lo que hemos iniciado es brindar una herramienta para que quienes no fueron protegidas en su niñez y tampoco fueron atendidas cuando lo necesitaban, aprendan a sanar entre ellas mismas. Apoyándose en su proceso de sanar podrán

después incorporarse con más capacidad a la erradicación de este crimen tan silenciado. Ampliando en la población los conocimientos sobre las graves secuelas que deja este crimen Nicaragua será mejor.

La nueva tecnología del Internet hace que Aguas Bravas reciba ya muchas cartas de sobrevivientes de Nicaragua y de otros países en estos correos:

yotecreo@gmail.com
aguasbravas_nicaragua@yahoo.com
hablemosde.abusosexual@gmail.com

Y las coincidencias del tiempo y los espacios nos vieron nacer a la par que se formó en Nicaragua un Movimiento contra el Abuso Sexual, con instituciones, organizaciones y personas decididas a enfrentar esta epidemia con las más variadas acciones.

UN BALANCE

¿Balance? Tras seis meses de trabajo quedaron funcionando varios grupos de apoyo mutuo en Nicaragua. Y varias decenas de profesionales capacitadas para formarlos. Logramos sacar un ejemplar de la Guía en Braille, para mujeres no videntes o con problemas de la vista. Analizamos sacar una versión de la Guía que se pueda escuchar para las que no saben leer y escribir. Soñamos con un centro de documentación con toda la bibliografía sobre las secuelas que deja el abuso sexual, para tener una fuente de información para quien quiera informarse. En cada uno de los diferentes centros de *Wildwasser* en Alemania hay unos 2 mil 500 títulos sobre este tema. En Nicaragua apenas tenemos unos 50 títulos en todo el país.

En seis meses logramos mucho más de lo planificado y de lo esperado. Han madurado muchas cosas en Nicaragua para que cosechéramos tanto. Ahora, con la Guía, con los centros de la Red de Mujeres contra la Violencia que participaron en los talleres, con la red de personas voluntarias que ofrecen acompañamiento y apoyo a sobrevivientes, y con el equipo de Aguas Bravas Nicaragua hay una oferta nueva. La demanda estaba ahí. Y va a crecer. Aunque todavía no llegamos a todos los rincones del país, aunque aún no tocamos la Costa Caribe -donde el abuso sexual está cubierto de mayor silencio aún-, esta ola de deseos y de voluntades de cambiar las cosas las empezará a cambiar. Será como esas aguas bravas que generando cascadas y provocando corrientes profundas, buscan su camino entre las rocas y las piedras, y alegres y llenas de vida como sus espumas, se hacen escuchar. Han roto el silencio.

EDUCADORA POPULAR.