

# Papá cuéntame otra vez: trauma, identidad y narcisismo en grupos grandes

*Dad tell me again: trauma, identity and narcissism in large groups*

**Ana de la Mata San Marcos**

Psicóloga. Experta en Clínica e Intervención en Trauma con EMDR.  
Máster en Psicoterapia Breve. Especialista en Psicoterapia Psicoanalítica.

## Resumen

Este artículo reflexiona sobre los procesos psicológicos implicados en el fenómeno del trauma psíquico cuando se produce en grupos grandes. Al igual que para el individuo, el trauma psíquico en los grupos grandes es un fenómeno biopsicosocial, llegando a tener impacto sobre nuestra herencia genética. Sucesos como las guerras, las crisis económicas o las transiciones originan o reactivan heridas culturales. Estas heridas fracturan el narcisismo del grupo y la identidad que éste nos da. El grupo se puede adaptar a las situaciones de crisis funcionando de tres formas: con narcisismo exagerado, con narcisismo masoquista o con narcisismo maligno. En este trabajo se hace una descripción sobre los mecanismos y situaciones que caracterizan a cada una de estas formas de funcionamiento del narcisismo en los grupos grandes.

Algunos de los procesos políticos e históricos que utilizo como ejemplo pueden resultar un tanto reduccionistas. Pero la idea es que la perspectiva psicológica nos permita comprender mejor dichos fenómenos así poder sustentar suficientemente las propuestas de acciones de justicia restaurativa y diplomacia que se exponen el final.

*Palabras clave: trauma psíquico, narcisismo, identidad, duelo y grupos grandes.*

## **Abstract**

*This article thinks over the psychological processes involved in the phenomenon of psychic trauma when it occurs in large groups. As for the individual, psychic trauma in large groups is a biopsychosocial phenomenon, having an impact on our genetic inheritance. Events such as wars, economic crises or transitions originate or reactivate cultural wounds. These wounds fracture the group's narcissism and the identity it gives us. The group can adapt to crises situations by working in three ways: with exaggerated narcissism, with masochistic narcissism or with malignant narcissism. In this paper, a description is made of the mechanisms and situations that characterize each of these ways of functioning of narcissism in large groups.*

*Some of the political and historical processes that I use as an example can be somewhat reductionist. But the idea is that the psychological perspective allows us to better understand these phenomena and thus be able to sufficiently sustain the proposals for actions of restorative justice and diplomacy that expose the end.*

*Key words: psychic trauma, narcissism, identity, mourning and large groups.*

## **INTRODUCCIÓN Y OBJETIVOS**

La práctica clínica viene preocupándose principalmente por el funcionamiento del psiquismo a nivel individual, dejando de lado los grupos y especialmente los grupos grandes. En los periodos pacíficos nos preocupamos por nosotros mismos, la familia, nuestros seres queridos, el trabajo o el colegio. Pero cuando el grupo grande al que pertenecemos es dañado por otro grupo grande, nos obsesionamos con reparar, proteger y mantener la identidad del grupo grande al que pertenecemos. Es como respirar, normalmente no prestamos atención a nuestra respiración, pero si nos metiesen en una sala llena de humo o tuviésemos neumonía, estaríamos pendientes de cada respiración (Volkan, 2009).

Entenderemos por grupo grande a un conjunto de miles o millones de personas que comparten la experiencia de sentirse vinculados por un sentimiento de igualdad persistente (nacionalidad, etnia, ideología o creencias religiosas), incluso si esas mismas características son compartidas con otras personas que pertenecen a otros grupos grandes (Volkan, 2009). No se tiene por qué compartir territorio como factor aglutinador. De hecho, aparecen conflictos cuando grupos grandes con factores aglutinadores distintos conviven en el mismo territorio.

Algunos de los elementos políticos e históricos que se pondrán como ejemplo pueden resultar un tanto reduccionistas, ya que hay una gran cantidad de factores que también influyen sobre estos fenómenos, no sólo el psicológico. La perspectiva psicológica nos permite entender mejor, pero no explica la totalidad de los fenómenos políticos, que son muy complejos.

La primera incursión de la psicología en las dinámicas de los grupos grandes viene con el “psicoanálisis de la política” y surge como contracorriente de la “realpolitik”. En torno a mitad del siglo XIX se acuña el término realpolitik de la mano de Otto von Bismarck cuando el príncipe alemán Klemens von Metternich solicita su ayuda. El príncipe deseaba encontrar un método que equilibrase el poder entre los imperios europeos de la época para evitar el conflicto bélico. Bismarck le propone un nuevo modelo político que se basa en cálculos de costes y beneficios y en argumentos racionales. Las decisiones se tomarían sopesando los pros y contras para el propio país y para los demás países (Pitillas, 2017).

Nicolás Maquiavelo es uno de sus precursores más conocidos. En su obra “El príncipe” (Maquiavelo, 1531) muestra un modelo de gobernante de la realpolitik. La única preocupación del príncipe en la novela, es la de buscar y retener el poder para conseguir el beneficio de su Estado, siendo la ética o la religión inútiles para dicho fin.

La premisa fundamental sobre la que se basa la realpolitik es que somos actores racionales. Por lo tanto, propone que somos capaces de manejarnos en el mundo haciendo cálculos lógicos para llegar a soluciones realistas. En cambio, el “psicoanálisis de la política” propone un modelo en el que se ve a los individuos como parte de un grupo grande. Las decisiones serían el resultado de procesos inconscientes y no de balances racionales. Este grupo a veces suplanta la identidad individual y en él circulan afectos, defensas y fantasías que pueden condicionar el funcionamiento individual.

El “psicoanálisis de la política” se propone buscar una psicología de los grupos grandes que nos permita comprender fenómenos como la guerra y sus consecuencias o los duelos históricos. Así se podrían desarrollar acciones más adecuadas de justicia restaurativa o de diplomacia (Pitillas, 2017).

## **TRAUMA PSÍQUICO Y DISOCIACIÓN**

El trauma es un fenómeno presente en la vida de todo ser humano, ya que todos tenemos experiencias que han dado lugar a patrones de funcionamiento psíquico que en el momento presente resultan disfuncionales. Los primeros en hablar sobre trauma fueron Freud, Breuer y Janet, a finales del siglo XIX, cuando se interesaron por la etiología de la histeria. Aunque para ese entonces la psicología sólo acababa de empezar, ya señalaban algo fundamental del trauma, que era una experiencia que sobrepasaba la capacidad de respuesta adecuada del psiquismo.

Hay diversas propuestas sobre lo que es trauma y sus implicaciones, pero la definición que Pierre Janet, psicólogo y neurólogo francés, propuso en 1894 reúne los elementos principales comunes. “El trauma es el resultado de la exposición a un acontecimiento estresante inevitable que sobrepasa los mecanismos de afrontamiento de la persona. Cuando las personas se sienten demasiado sobrepasadas por sus emociones, los recuerdos no pueden transformarse en experiencias narrativas neutras. El terror se convierte en una fobia al

recuerdo que impide la integración (síntesis) del acontecimiento traumático y fragmenta los recuerdos traumáticos apartándolos de la consciencia ordinaria, dejándolos organizados en percepciones visuales, preocupaciones somáticas y reacciones conductuales" (Janet, 1919).

Por lo tanto, trauma se refiere a todas aquellas situaciones en las sentimos que no podemos escapar o para las que nuestros recursos no han sido eficaces.

Los desencadenantes pueden ser tanto amenazas puntuales como prolongadas durante un periodo de tiempo (Aznárez, 2014). Por ejemplo, un niño que vive con un padre muy violento, aprende que es más eficaz tratar de no molestar o pasar desapercibido porque si el niño se enfrenta a él, es muy probable que la situación empeore y provoque la ira del padre.

El trauma también puede ser un fenómeno del grupo grande. Stein (1978 y 2014) plantea que la situación de violencia familiar del anterior ejemplo podría constituir un trauma grupal en las familias judías americanas. Era un secreto que la comunidad conocía, pero del que no se hablaba y que se fue repitiendo transgeneracionalmente. El silencio se mantuvo hasta la década de los 90, pues así se protegía la idea de lo que este grupo considera una familia ideal, que es aquella en la que hay paz en casa o "Shalom bayit". Las madres y esposas son las figuras responsables de mantener esta armonía familiar, y reconocer que no hay dicha armonía es un motivo de vergüenza. Durante años, las personas que denunciaban lo ocurrido a rabinos o a la policía quedaban excluidos de la comunidad.

El trauma es tanto un fenómeno psicológico como biológico. A nivel psicológico afecta a nuestro guion de vida (Berne, 1973). Salvador (2008) lo define como "Un sistema inconsciente de organización psicológica y autorregulación construido en forma de recuerdos y memoria implícita, que se expresa a través de relaciones transferenciales repetitivas que tienen lugar en la vida cotidiana, aquellas que responden a expectativas acerca de la relación con otros ". El guion de vida, es el argumento en el que nos vemos automáticamente funcionando, como si de una obra de teatro se tratase. Esta narrativa nos da una identidad y un modelo de relación con el otro. La narrativa se establece durante la infancia y el papel que ocupamos en ella viene dado desde fuera. Las experiencias posteriores pueden reforzar este argumento o modificarlo. El niño que se ponía de ejemplo antes, cuyo padre es muy violento, tendrá su narrativa llena de creencias como "No valgo nada", "Soy el culpable de lo que pasa", "Soy una carga" o "Los demás no me quieren ni me comprenden". Es probable que este niño tampoco haya aprendido a discriminar señales internas de malestar por un trato del otro que no le parezca adecuado, por lo que será más fácil que se vea envuelto en patrones relacionales similares al que tenía con su padre y que estas relaciones le confirmen sus creencias y refuercen su narrativa (Salvador, 2008). Es importante no olvidar que el guion de vida no está cerrado, al igual que hay experiencias emocionales que lo alimentan, también hay experiencias emocionales que lo corrigen.

El sistema de castas en la India establece cierto guion de vida a nivel de grupo grande según la casta a la que se pertenezca. Los dalits o intocables, son la clase más baja dentro de esta organización social. Cada

casta tiene una serie de trabajos asignados proporcionales a su consideración. Uno de los trabajos asignados a los daltiss, es la recogida de los excrementos humanos con las manos. Los hinduistas creen que uno se reencarna en una casta u otra en función del karma, de si cumplió con el deber de su casta o no. Por lo que la casta es algo "merecido" o "ganado". El matrimonio entre castas diferentes no está permitido, al igual que aceptar alimentos tocados o cocinados por una persona de casta inferior.

El miedo es la emoción que desencadena tanto la respuesta psicológica como la neurobiológica ante el trauma. Joseph LeDoux (2015) hace la puesta al día más importante que hay en la actualidad sobre el miedo. Hay dos vías de procesamiento de los estímulos atemorizantes, la vía rápida o button-up y la vía lenta o up-button. La vía rápida se refiere al procesamiento rápido de la amígdala, que reacciona de forma poco discriminada distinguiendo entre situación amenazante y no amenazante. La vía lenta se refiere al procesamiento que hace la corteza cerebral que manda una señal ya codificada a la amígdala. En la vía lenta la amígdala distinguirá de forma más discriminada entre situación amenazante y no amenazante.

En condiciones normales se activa la respuesta del SNA simpático para enfrentarse a la amenaza. Pero cuando hay trauma, los estímulos activan el núcleo basolateral de la amígdala (Orschner, Bunge, Gross y Gabrieli, 2002), donde se almacena el recuerdo en imágenes del suceso traumático. En función de la zona del cerebro a la que vaya esta señal se producen determinados síntomas postrauma. Si la señal se dirige al córtex periacueductal aparecerá una parálisis ante el miedo, si se dirige al tálamo aparecerán síntomas neurovegetativos y si se dirige al sistema endocrino se verá afectado cualquier sistema regulado por hormonas como el sistema digestivo o el reproductivo.

Las respuestas neuropsicológicas que se activan cuando hay trauma tienen una función de supervivencia. Por ejemplo, la respuesta de parálisis, evita que el depredador o el más fuerte siga atacando y por lo tanto permite salvar la vida. En el caso del experimento que realizó Seligman (1975) sobre la indefensión aprendida, los perros aprendieron que, si no hacían nada, se quedaban paralizados, al final la descarga eléctrica paraba. Además, la parálisis va acompañada de la segregación de endorfinas, que actúan como anestésicos físicos y psicológicos, por lo que permiten resistir la situación de amenaza.

En los grupos grandes, el trauma, también tiene un correlato biológico, la herencia epigenética. La epigenética engloba todos los mecanismos que a largo plazo modifican la expresión génica, pero no el código genético. Estas modificaciones permiten que nos adaptemos a las demandas de nuestro ambiente. Las experiencias traumáticas alteran la cantidad de diferentes microARNs. Los microARNs se encargan de leer nuestro ADN y, por lo tanto, se encargan de que un gen se exprese o no (Yehuda et al, 2014 y Yehuda et al, 2015). Es especialmente interesante la alteración que produce el trauma sobre uno de los receptores de los glucocorticoides, el NR3C1. El grado de metilación de este receptor afecta a la sensibilidad ante el estrés y al proceso de consolidación de recuerdos en el hipocampo (Miller y Sweatt, 2007). Una mayor metilación se asocia a un funcionamiento óptimo de la memoria, mientras que una menor metilación se asocia con alteraciones en el funcionamiento de la memoria, con la disociación.

Como ya he dicho antes, la epigenética no modifica el código genético del individuo, pero sí se puede transmitir una modificación a la descendencia (Bale, 2014). Una reciente investigación (Yehuda y Bierer, 2009) mostraba que los hijos de progenitores expuestos al Holocausto eran más propensos a sufrir patologías relacionadas con el estrés. Esta vulnerabilidad tiene que ver, en parte, con los cambios hallados en el NR3C1, que se transmite más allá de la segunda generación, aunque ésta no estuviera expuesta a la situación traumática original. Esto mismo se ha corroborado con los descendientes de mujeres que fueron testigos del ataque del 11 de septiembre (Sarapas et al., 2011).

A priori, la herencia genética del trauma, puede parecer un defecto de la evolución, pero permite a la descendencia adaptarse más rápidamente a las situaciones de mucho sufrimiento, de trauma.

## **LA DISOCIACIÓN COMO DEFENSA**

Elizabeth F. Howell (2005) lo define como “la separación de contenidos experienciales y mentales que normalmente están conectados”. Y puede entenderse como un proceso defensivo y como un efecto del trauma.

La disociación nos permite protegernos del dolor y de conocimientos insoportables y sentir seguridad y control. Fue Freud quien comenzó a hablar de ello como defensa. Él se refería a disociación como a una forma de excluir experiencias contradictorias fuera de la conciencia, de modo que se evitaba sentir el malestar o la angustia que generaban.

Esta definición puede generar confusión con el mecanismo de escisión. A diferencia de la disociación, en la escisión se tiene una visión de objeto parcial, no hay una integración de lo bueno y lo malo simultáneamente en el mismo objeto. Es decir, se divide el mundo experiencial en bueno y malo. Por ejemplo, cuando sentimos mucho enfado con alguien, vemos al otro como totalmente malo y culpable mientras sentimos que nosotros lo hemos hecho todo bien. A nivel de grupos grandes, cualquier tipo de fanatismo religioso o político nos sirve de ejemplo. Howell (Díaz-Benjumea, 2008) puntualiza que, a diferencia de la disociación, en la escisión estas dos visiones polarizadas de la realidad que están en lucha, se necesitan.

Esta imagen del David Rowe representa gráficamente la visión polarizada llevada al terreno del conflicto del independentismo catalán en España, haciendo un guiño a la obra “Saturno devorando a su hijo” de Goya.



Figura 1. Saturno devorando a su hijo de David Rowe (Rowe, 2017).

En la disociación, Freud planteaba que más que excluir contenidos, lo que ocurre es que a algunos no se les da la relevancia que tienen y se funciona como si no se supiesen. Por ejemplo, en la personalidad narcisista, se puede funcionar como si se poseyese una imagen grandiosa de uno mismo, pero a la vez esto responde al sentimiento de desvalorización o imagen desvalorizada de uno mismo.

Planteada así, parece que la disociación requiere saber y no saber a la vez ¿Cómo puede ser? Desde la psicología cognitiva se plantea que la disociación puede comenzar siendo un proceso consciente y declarativo, como, por ejemplo, cuando nos concentramos en estudiar o leer. Pero este proceso se puede volver inconsciente y procedimental. Es decir, que, la disociación es tanto un proceso activo como automático y ambos están implicados en el fenómeno disociativo.

Stern (De Cells, 2005), planteaba que no sabemos porque evitamos formular la experiencia disociada. Es decir, el contenido lo tenemos, pero no está simbolizado. Sería algo así como tener un libro, pero en un idioma que no conocemos. Además, podemos no atender selectivamente a aquello que intuimos que podría producirnos angustia (Díaz-Benjumea, 2008).

El recuerdo disociado queda almacenado en la memoria ligado a estados emocionales de forma fragmentada. Estas partes o estados emocionales se activan en función del contexto relacional. Por lo que, también puede entenderse que, no es que sepamos y no sepamos al mismo tiempo, sino que diferentes partes o estados del self saben distintas cosas (Díaz-Benjumea-2008).

## LA DISOCIACIÓN COMO EFECTO DEL TRAUMA

La disociación no siempre es patológica, por ejemplo, cuando nos concentramos en hacer una tarea como puede ser leer, excluimos de nuestra conciencia otros contenidos. A nivel de grupos grandes, también existen ejemplos en los que la disociación se ve como algo deseable, como en el chamanismo (Somer, 2006).

Frente al trauma, es un mecanismo adaptativo, el problema aparece cuando su uso se mantiene en el tiempo y se generaliza. En el libro *Instrumental: Memorias de música, medicina y locura*, de James Rhodes (2015) encontramos un ejemplo de cómo es la experiencia de disociación "Salgo de mi cuerpo, floto por encima de él y subo al techo, desde el que me observo hasta que la situación me supera incluso desde ahí, y entonces me marchó volando del cuarto, atravieso las puertas cerradas y llego a un lugar seguro". En el caso de James Rhodes, el uso de dicho mecanismo se volvió desadaptativo, "Cada vez que experimento cierto nivel de desasosiego existo físicamente y funciono con el piloto automático, pero de forma consciente no hay nadie en el interior de mi mente. Me mandaban a una tienda para hacer un recado y tardaba horas en volver".

## IDENTIDAD EN LOS GRUPOS GRANDES

En los grupos grandes hay una gran preocupación por saber quiénes somos en la medida en la que pertenecemos a un grupo. Desde el principio de la psicología se ha buscado definir y comprender el término de identidad.

Actualmente se entiende que la identidad está compuesta por múltiples selfs que se activan en función del contexto relacional. Desde la teoría de relaciones objetales, podríamos decir que la identidad es el resultado del abanico de modos de relación que se han internalizado (Díaz-Benjumea, 2008).

Es importante señalar que esta multiplicidad debe de ir acompañada de conexión. Es decir, los diferentes selfs no deben funcionar como si no existieran los demás (Díaz-Benjumea, 2008). Para que estén conectados es necesario que se comparta una narrativa, que las diferentes partes consensuen una historia común (Siegel, 1996). Cuando esta narrativa está bien construida aparece un sentimiento de continuidad, unicidad e integración (Pitillas, 2017). El sentimiento de continuidad se refiere a sentir que se es el mismo en diferentes situaciones, espacios y a través del tiempo. El sentimiento de unicidad se refiere a sentir que somos únicos y diferentes. Y la integración depende del equilibrio que haya entre aspectos positivos y defectuosos o negativos. Necesitamos sentir que lo positivo es más que lo negativo. Los grupos grandes también tienen esa multiplicidad de selfs o identidades en función del contexto.

Es posible el fenómeno de los independentismos tenga que ver con la construcción de narrativa histórica no lo suficientemente buena; por no ser compartida por todos, consensuada, suficientemente diferenciadora de otras naciones o desequilibrada entre los aspectos positivos y los negativos.

El trauma divide el self o identidad en dos partes, Ferenczi (1923) las denominó el bebé inteligente y el verdadero self. El bebé inteligente es la parte que se escinde y no experimenta dolor por el trauma, protegiendo al self verdadero. El bebé inteligente o falso self está hiper-adaptado, no discrimina las señales de malestar interno y se somete y a las necesidades y deseos del otro. Esta dinámica puede estar relacionada con cualquiera de los sistemas motivacionales. Por ejemplo, a un niño que sufre maltrato por parte de la figura de apego, este proceso le permite sobrevivir manteniendo el apego. De esta forma, el niño vería a su cuidador como bueno y se vería a sí mismo como el culpable o malo. El niño aprende a no expresar lo negativo porque si lo hiciera se arriesgaría a perder o enfadar a su cuidador. (Díaz-Benjumea, 2008).

La identidad del grupo grande también queda dividida con el trauma. La Guerra Civil española (1936-1939) es un suceso traumático para los españoles. Este suceso no se ha tramitado de la forma más saludable posible, pues se ha respondido con silencio, del que los profesionales de la salud mental han sido cómplices. El funcionamiento "normal" sería la parte de bebé inteligente de los españoles, funcionamos como si ese conflicto no hubiese ocurrido. Esta "normalidad" nos permite no sentir vergüenza o culpa, nos protege del miedo a reactivar el conflicto, protege a la descendencia de una historia dura y permite a los "derrotados" no volver a sentir la pérdida. Pero, cuando aumenta la tensión social, aparece el self verdadero en el que la sociedad está escindida entre los "fachas" y los "rojos". Debajo de las opciones políticas e ideológicas actuales está el conflicto de la Guerra Civil (Armañanzas, 2012).

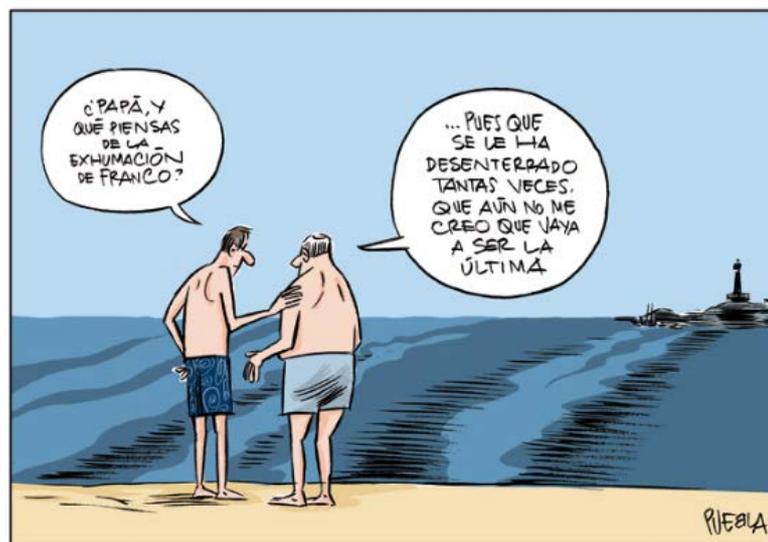


Figura 2. La exhumación (Puebla, 2018).

El proceso de construcción de la identidad en los grupos grandes tiene que ver, sobre todo, con la identificación, la proyección y el depositaje.

La identificación se refiere a la apropiación de elementos de identidad que están fuera para convertirnos en ello. Las principales fuentes de las que se obtienen estos objetos de identificación en los grupos grandes son los padres y objetos comunes de identificación. Estos últimos son un conjunto de representaciones que pertenecen a la cultura, como canciones, cuentos, banderas, símbolos, vestimenta, mitos, comidas, héroes o equipos deportivos.

El término de identificación proyectiva aparece por primera vez en *Notas sobre algunos mecanismos esquizoides* (Klein, 1946) para describir situaciones en las que se hace que el otro viva, sienta o actúe experiencias, estados afectivos, impulsos o deseos propios que no se es capaz de tolerar. Por lo tanto, la identificación proyectiva nos permite desapropiarnos de elementos que nos generan malestar manteniendo un sentimiento de control, adquiriendo una nueva identidad. Para mantener esa identidad es necesario atribuir a los demás cierta identidad. Por ejemplo, "*Los catalanes son tacaños*" o "*Los andaluces son vagos*".

En los grupos grandes existe la necesidad de tener enemigos para depositar en ellos lo que no podemos tolerar. Al igual que el grupo ofrece fuentes de identificación, también ofrece fuentes de identificación proyectiva en sus representaciones culturales. Por ejemplo, los judíos disponen de Amalek, que es la representación de todos los males que les han ocurrido como grupo, desde su éxodo de Egipto a Yasser Arafat. Pero no hay que olvidar que la imagen que tenemos de nosotros mismos, siempre es relacional, por lo que si somos perseguidos es porque el otro es un perseguidor. En los nacionalismos al realzar lo propio o nacional, se deteriora lo ajeno o extranjero. Por ejemplo, Lluhi y Rissech, figura conocida del independentismo catalán declaraba "El nacer en tierras castellanas y ser tonto de necesidad es una misma cosa" (Paz, 2015).

Howell (Díaz-Banjumea, 2008) plantea que la identificación proyectiva no siempre tiene por qué ser una forma de librarse de algo, sino que también puede ser simplemente el resultado de la repetición de un patrón relacional que se experimentó, observó y funcionó.

El depositaje se refiere a todas aquellas normas, expectativas o estrategias implícitas que se depositan sobre nosotros en la infancia. Por ejemplo "*Este periódico no se compra en esta casa*". Se nos coloca una función histórica. Esto es especialmente importante en los grupos que han sufrido. Por ejemplo, las generaciones descendientes de supervivientes del Holocausto, cuentan cómo desde pequeños saben que deben portar un legado "*no olvidar lo que se nos ha hecho y seguir buscando la tierra prometida*" (Pitillas, 2017).

La identidad grupal ya construida ha de mantenerse diferenciándose de los otros grupos y poniendo límites psicológicos. Para diferenciarnos tomamos pequeños detalles y les damos una gran importancia. Los límites psicológicos se pueden establecer con separaciones físicas o a través de figuras protectoras que pertenezcan al grupo. El líder suele ser un elemento protector que funciona como límite.

Esta identidad grupal puede entrar en crisis, Volkan (2013) identifica tres situaciones: las crisis económicas, las transiciones y el trauma masivo.

Las crisis económicas afectan a la identidad por los cambios en cadena que suponen. El Brexit y otros movimientos anti-europeos en auge podrían estar relacionados con la crisis económica de 2008. Una de las consecuencias de la crisis fue el aumento de la inmigración hacia los países más estables, como Reino Unido o Alemania. Los movimientos anti-europeos denuncian esta inmigración como algo que les ha perjudicado. Nigel Farage, líder de UKIP, pro-Brexit, declaraba "*Controlar la inmigración como miembro de la Unión Europea no es difícil, es directamente imposible*". Él mismo también denunciaba el colapso de los servicios públicos e importantes bajadas salariales, supuestamente, como consecuencia de la inmigración. Además, cada vez vivimos en un mundo más globalizado, que hace que los límites físicos y psicológicos de los grupos sean más difusos. Cada vez somos más homogéneos y nos diferenciamos menos los unos de los otros. Por lo tanto, la crisis económica, junto con la globalización, hacen que una parte de Europa necesite diferenciarse y buscar su identidad, y este tipo de movimientos responden a dicha necesidad.

Las transiciones suponen que el grupo deja de saber quién es, ya no hay unos límites ni una diferenciación clara del otro. Cuando dos posiciones políticas opuestas acuerdan perfectamente algo, es muy peligroso, precisamente porque se pone en juego la identidad del grupo, ya no hay unos límites claros. El éxito del movimiento del 11M y de Podemos en España, tiene que ver también con esto. Su principal crítica y eslogan ha sido que todos los políticos son los mismo, que eran "*casta*". Así que la única forma de diferenciarse de la "*casta*" era optando por su partido.

Las transiciones se producen cuando se destruye al otro o se diferencia violentamente de él. La guerra de Bosnia, como explicaré más adelante, es un ejemplo de ello, el conflicto tenía que ver, fundamentalmente con la identidad.

El trauma masivo se refiere a sucesos como el Holocausto, en los que se vive que otro grupo nos daña y se está indefenso ante dicho grupo.

## **NARCISISMO EN LOS GRUPOS GRANDES**

Las situaciones de crisis (crisis económica, transiciones y trauma masivo) afectan al narcisismo grupal porque el grupo se puede sentir amenazado o desvalorizado.

El concepto de narcisismo fue utilizado por primera vez por Freud en *Introducción al narcisismo* (1914). Es un concepto muy amplio y con diversos matices en función del autor o corriente a la que nos refiramos. En términos generales, narcisismo se refiere a la valoración y percepción que se tiene de uno mismo. Esta

valoración es el resultado de la representación que tengamos de nosotros mismos, de nuestros ideales y ambiciones y de nuestra conciencia crítica.

A nivel individual, el desarrollo sano del psiquismo requiere de un proceso de narcisización. El narcisismo alimenta al resto de sistemas, permite que se desarrollen al producir placer porque fueron narcisizados. Cuando no se narcisiza aparece la inhibición y no se desarrolla la función. Por ejemplo, la tartamudez puede verse como un trastorno de la narcisización del habla. El narcisismo sano en los grupos grandes provee a los individuos que lo conforman una sensación de seguridad porque saben dónde están en el mundo, quiénes son, a qué pertenecen y qué cabe esperar de uno mismo y de los demás.

Freud describió cuatro elecciones narcisizadoras que también nos sirven para los grupos grandes.

1. Elección de lo que uno es: en ella, mediante la elección de lo parecido se valoriza lo propio. Por ejemplo, Rusia, China, Cuba, Corea del Norte, países con un componente ideológico comunista importante, tienden a sentir más simpatía entre ellos, colaboran y forman alianzas.
2. Elección de lo que uno fue: como puede ocurrir con algunos españoles que sienten orgullo de la época del Imperio Español en la que no se ponía sol debido a la gran extensión de territorios que formaban parte de él.
3. Elección de lo que uno querría ser: al elegir elementos valiosos nos sentimos partícipes de su valor. Por ejemplo, ocurre para los estadounidenses, que hacen el "*pledge of alliance*" todas las mañanas en sus escuelas. Este juramento dice "*Juro lealtad a la bandera de los Estados Unidos de América y a la república a la que representa, una nación, bajo Dios, indivisible, con libertad y justicia para todos.*". La libertad y la justicia son elementos con los que se identifican y que les hacen sentir valiosos como grupo. En Francia pasa algo similar con el lema "*Liberté, égalité, fraternité*".
4. La elección de las personas que formaron parte de uno mismo: uno siente que vale porque las cosas que hace son valiosas. Por ejemplo, los españoles solían utilizar su sistema de sanidad pública como elemento para valorizarse.

Volkan describe tres modos de funcionamiento del narcisismo de los grupos grandes según se adapte éste a las situaciones de crisis (crisis económica, transiciones y trauma masivo): el narcisismo exagerado, el narcisismo masoquista y el narcisismo maligno (Pitillas, 2017).

## **EL NARCISISMO EXAGERADO**

El funcionamiento de narcisismo exagerado se activa cuando el grupo se siente bajo una amenaza y provee al mismo de una sensación de superioridad. Esto une a los miembros del grupo y les hace sentir merecedores de un destino mejor o a una tierra prometida (Pitillas, 2017).

Hay un imperativo muy importante para todo grupo, que es el de mantener la diferenciación y una frontera psicológica. Cuando esto se ve amenazado el grupo magnifica algunos signos identitarios, buscan marcadores de la identidad grupal y los engrandecen para recuperar el sentimiento de diferenciación. El narcisismo de la diferencia aparece cuando se destina mucha energía a detectar diferencias respecto al grupo vecino (Volkan, 2013). Por ejemplo, la forma de plegar el burca es un signo de diferenciación entre los sunnies y los chiitas. Otro ejemplo es si se nombran las ciudades de Cataluña por su nombre catalán o castellano.

En los grupos en los que hay un narcisismo exagerado el grupo se congrega entorno a un líder que sostiene la identidad y que puede prometer un destino mejor a la situación actual de incertidumbre o fragilidad. Por ejemplo, el independentismo catalán plantea que alcanzará una plenitud cultural, social y económica cuando deje de formar parte de España.

En estas situaciones el grupo suele seleccionar a líderes con un narcisismo patológico, que tienden al autoengrandecimiento, a la escisión y a la proyección de forma masiva, como, por ejemplo, Donald Trump o King Jong Un. Estos líderes ponen a disposición del grupo dichos mecanismos de defensa (Pitillas, 2017).

La escisión es especialmente relevante en el narcisismo exagerado. Frena a la fragilidad, el grupo necesita intensificar la percepción de diferencia, dividir la realidad en representaciones polarizadas donde normalmente la parte buena se la lleva el grupo y la mala el exo-grupo.



Figura 3. El 155 (Martín, 2017).

La reactivación de traumas y glorias escogidas en la historia del grupo es otro mecanismo habitual en los grupos con un narcisismo exagerado. Pues origina una sensación de unicidad y pertenencia a través del dolor o la gloria y posibilidades de un futuro mejor (Volkan, 2013). Por ejemplo, el lema de la campaña electoral de

Trump, "Let´s make America great again", que toma prestado de una campaña anterior, la de Reagan. El lema reactiva la posibilidad de volver a un pasado mejor en el que América se vivía como una nación más fuerte. Esto es importante porque Trump aparece en un momento de decepción con Obama. Durante su gobierno, no se consiguieron tantas cosas como se esperaban y no hubo una situación económica tan próspera como en otros periodos de la historia estadounidense. El narcisismo del grupo se resintió y este tipo de propaganda responde a esa necesidad, renarcisiza al grupo.

En España tenemos el ejemplo de Santiago Abascal, líder de Vox que en diferentes situaciones ha expresado que *"Vamos a hacer España grade otra vez"* y toma la Reconquista como gloria escogida pronunciándose en estos términos *"La Reconquista comenzará en tierras andaluzas"* y *"Reivindico la Andalucía de los Reyes Católicos"*.



Figura 4. Make America great again.

## EL NARCISISMO MASOQUISTA

El funcionamiento de narcisismo masoquista se activa cuando los individuos se sienten instalados en el rol de víctimas y se siente que esto les hace mejores que a otros grupos. Por ejemplo, cuando Artur Mas, siendo presidente de la Generalidad declaró *"El adversario al cual nos enfrentamos es mucho más poderoso que nosotros; pero David no venció a Goliat porque fuese más fuerte, sino porque era muy astuto y muy hábil"*. Bajo determinadas circunstancias, el narcisismo masoquista puede derivar en el narcisismo maligno, que explicaré más adelante.

El término masoquismo hace referencia a la búsqueda activa del sufrimiento que en el plano manifiesto genera displacer y en uno implícito placer. En cambio, el pseudo-masoquismo se refiere a las situaciones en las que se busca, consciente o inconscientemente, que, a través del sufrimiento propio, el otro también sufra.

En el proceso de posicionarse como víctima se tiene el sentimiento de que el otro es malo y en oposición uno mismo es bueno. Esto produce una satisfacción narcisista, el sentir que uno es el bueno, uno se valoriza a través de la auto-denigración. Este planteamiento inconsciente puede pasar de la fantasía a lo real, de modo que la persona se exponga a situaciones de sufrimiento para luego poder agredir, como sobornando al superyó.

El duelo patológico es una fuente fundamental de trauma en los grupos grandes. Para que esto ocurra es necesario que el grupo se aferre a lo que perdió (trauma escogido) y que sienta que no va a poder superar la pérdida, que la reparación no es posible. Aquí, de nuevo, los líderes tienen un papel importante reactivando el duelo y utilizando monumentos, memoriales, etc. de manera patológica (Volkan, 2013). Como explicaré más adelante, el duelo por la ocupación por las tropas borbónicas en 1714, la supresión de instituciones catalanas y la prohibición de su lengua en 1707 y 1716 son traumas escogidos que mantienen el duelo activo, sostiene la idea que de que Cataluña es una nación oprimida.

Los monumentos en su función saludable pueden ser un vehículo para la reparación de los duelos o una gestión equilibrada. Constituyen un elemento físico, que permite mantener la herida abierta, recordar y no olvidar, pero a la vez almacenar ese daño en un espacio concreto para luego poder volver a la vida y seguir funcionando. Es como cuando hacemos duelos sanos de un ser querido y guardamos fotos u objetos que le pertenecieron. Son objetos de enlace, nos unen con lo perdido. El monumento construido en Nueva York donde antes estaban las Torres Gemelas es un ejemplo. Estos monumentos, además, tienen una simbología interesante. En particular, el del 11 de septiembre es una cascada que nunca deja de caer hacia un agujero central del cual no se ve el fondo. Mantiene la tensión del duelo activa, pero permite que esto quede contenido en ese espacio (Pitillas, 2017).

Al igual que a nivel individual, planteo que el duelo del grupo podría ser depresivo, cuando hay culpa o paranoide cuando hay rabia. El duelo depresivo se caracteriza por el retorno continuo de recuerdos de lo perdido y lo que se hubiese deseado hacer. Interrumpir esta dinámica se vive como una deslealtad o falta de sensibilidad. El continuo recuerdo defiende de la culpa y es la forma de mostrar que se quería a eso perdido. Además, este funcionamiento también protege del dolor que supondría ver la realidad de la pérdida (Klein, 1940).

En el duelo paranoide la persona o el grupo quedan adheridos a lo perdido, pero no por culpa, sino por rabia. La rabia permite reivindicar el narcisismo herido, y para ello se idealiza lo añorado y se deforma lo que se perdió. Se crea una imagen deteriorada de lo perdido y se busca continuamente destruirlo. Mientras, la idealización permite sentir que se tienen cualidades queribles (Klein, 1940).

La condensación es un mecanismo habitual en los grupos con narcisismo masoquista. Se perciben las heridas individuales desde el prisma del victimismo del grupo. Por ejemplo, pienso que me han despedido del trabajo por ser latino en Estados Unidos (Pitillas, 2017).

## **EL NARCISISMO MALIGNO**

El funcionamiento del narcisismo maligno es el más vinculado con las guerras, las limpiezas étnicas, la persecución, etc. Se activa cuando el grupo se siente mejor que los demás y se siente que los demás no sólo son inferiores en algún aspecto, sino que además son malos o peligrosos. Esto hace que estos grupos sientan que el ataque o la agresión está legitimada (Volkan, 2013).

La introyección masiva es un mecanismo de defensa para el funcionamiento de los grupos con narcisismo maligno. En momentos de mucha fragilidad los miembros del grupo necesitan incorporar masivamente representaciones que les devuelvan una sensación de seguridad, de pertenencia e identidad. Aquí la propaganda cumple una labor fundamental, exponiendo al grupo a gran cantidad de imágenes que dan identidad y ponen al otro como malo o peligroso (Volkan, 2013).

La proyección masiva permite construir enemigos absolutamente malos, incomprensibles y deshumanizados. El grupo necesita sentir que los otros no son personas, no pertenecen a la comunidad humana. Esto es lo que legitima después el daño, la invasión y la persecución. La proyección masiva produce mucho miedo porque lo proyectado amenaza con volver. Por eso aparece también un discurso de que el exogrupo quiere contaminarnos, atacarnos, planea quitarnos, ... Por ejemplo, Alemania antes de la II Guerra Mundial, descontenta con los acuerdos posteriores a la I Guerra Mundial. Hitler reactiva esas heridas y las acompaña del resto de procesos que se dan en el narcisismo maligno. Además, de crear a un otro totalmente malo, se transforma al grupo de pertenencia o lo que lo representa en objetos absolutamente buenos, idealizados. La persona siente que su vínculo con el objeto idealizado le va a proteger y se siente segura, calma la angustia (Pitillas, 2017).

El problema de este funcionamiento con imágenes escindidas es que inicia un ciclo en el que cada vez las imágenes están más polarizadas, pero precisamente por ello se necesita que sean aún más extremas. Eso es lo que proponía Howell (Díaz-Benjumea, 2008), que en la escisión las imágenes escindidas se necesitan la una a la otra. Hasta que llega un punto en el que la angustia y el miedo son tales que la amenaza no se puede contener y termina viéndose dentro del propio grupo. Por ejemplo, en la Rusia de Stalin donde todos los ciudadanos eran vigilados y sospechosos de traición. Se entra en un estado de vigilancia y pequeños rasgos se ven como una prueba irrefutable de que eso, que está dentro, es malo, lo malo que ha terminado por entrar.

Este funcionamiento puede llegar a ser tan primitivo, que conduzca a la auto-agresión del grupo, en un intento de limpiarlo por dentro. Durante la guerra en Bosnia, su capital, Sarajevo, fue sitiada durante 4 años. Es el periodo de tiempo más largo de la historia moderna que un lugar ha sido sitiado. Los serbios

bombardearon sus propios monumentos, edificios, parlamento y calles en un intento de limpiarlos de musulmanes o bosnios (Pitillas, 2017).

El colapso del tiempo es otro fenómeno que puede aparecer en los grupos con narcisismo maligno. Es la versión exagerada de la reactivación de los traumas y las glorias escogidas. El líder, a través de la propaganda, no sólo reactiva, sino que se vive como si un hecho del pasado estuviera sucediendo en el presente (Volkan, 2013).

El colapso del tiempo podría ser como la re-experimentación que se describe en el trastorno por estrés postraumático. Hoy en día ya sabemos que el trauma genera una desregulación bioquímica por la hiperactivación de la amígdala ante la percepción de peligro. Esta hiperactivación hace que haya un exceso de cortisol que inhibe la actividad del hipocampo. De hecho, es habitual que su tamaño disminuya (Díaz-Benjumea, 2008). El hipocampo es el núcleo del sistema límbico y está implicado en la simbolización y codificación espacio-temporal de las experiencias. Es decir, cuando hay trauma, las memorias permanecen registradas en un formato de memoria implícita, somatosensorial, en las capas subcorticales del sistema neurológico como recuerdos vívidos, congelados en el tiempo.

Por ejemplo, no es difícil encontrar cómo las reivindicaciones del independentismo catalán tienen que ver con la reactivación de nuestra historia.

En el siglo VIII la península Ibérica está invadida por los musulmanes, incluyendo lo que hoy conocemos como Cataluña. Este territorio fue conquistado por las tropas de Carlomagno en el siglo IX, cuando se forman los Condados Catalanes, que se emancipan del Imperio Carolingio. Eran comunes las guerras entre los Condados Catalanes por la conquista de territorios. Mientras en el resto de la península estaban centradas en la lucha contra los árabes.

De estas guerras surgieron los Berenguer, que a través de conquistas y uniones matrimoniales se hicieron con unos dominios extensos. Ramón Berenguer IV, conde de Barcelona, se casó con Petronila de Aragón, integrando sus posesiones en la Corona de Aragón. El Condado de Barcelona mantuvo sus propias leyes, mientras, Aragón conquista el Reino de Valencia, Mallorca, Cerdeña, Sicilia y Nápoles.

A lo largo de la Edad Media las tensiones entre la corona de Castilla y la de Aragón eran frecuentes, hasta la unión de Fernando de Aragón e Isabel de Castilla. Esta unión se ve consolidada por Carlos I, que idea el concepto de Imperio Español y que más tarde refuerza Felipe II.

Durante esta época la Corona de Aragón no es integrada completamente en el Reino de Castilla. Conserva leyes propias, ya que los nobles se negaban a pagar los mismo impuestos que Castilla, los cuales eran mucho más altos. Además, los nobles catalanes vieron menguado su poder, por lo que no eran partidarios de la unión total de las dos coronas, ni de las políticas centralizadoras, que traían consigo más subidas de impuestos. Sin

embargo, el Imperio Español necesitaba dinero y hombres para sus guerras. La famosa frase de López Tena "*España nos roba*" ¿podría tener que ver más con este legado histórico que la realidad actual?

Volviendo a los antecedentes históricos, todo ello se tradujo en un levantamiento popular en 1640, que desemboca en una guerra civil entre catalanes partidarios de una república independiente protegida por Francia y partidarios del rey Felipe IV. El actual himno catalán, Els Segadors, está inspirado precisamente en este conflicto. El himno llama a los campesinos a defender la tierra, la libertad y la emancipación.

En 1701 muere Carlos II sin descendencia. Carlos II pertenecía a la dinastía Habsburgo, que había reinado en España desde 1500. El resto de potencias europeas quieren ocupar el trono de España, pues posee las conquistas de América, en el Norte de Europa y en Italia.

Los dos reyes que se postulan para ocupar el trono son Felipe V, de los Borbones, que ocupaban el trono en Francia y Carlos VI, de los Austrias, que ocupaban el trono del imperio Austrohúngaro.

En Europa, parece que va ganado el bando de los austracistas, pues, la unión de España y Francia no era deseada por los demás territorios europeos, porque de ocurrir, habría sido muy poderosa. Por ello Gran Bretaña, Prusia y los Países Bajos apuestan por los Austrias, por Carlos VI.

Mientras, aquí en España se vive una guerra civil en la que la Corona de Castilla apuesta por los Borbones y la Corona de Aragón por los Austrias. Esto sucede porque la Corona de Aragón tenía ciertos fueros y privilegios que la casa Habsburgo había mantenido y temían perderlo si entraban los Borbones.

En 1713 muere el antecesor de Carlos VI y éste debe volver a Viena para hacerse cargo del trono y ser nombrado emperador. El resto de potencias, que habían sido aliados de los Austrias, temen la unión del Imperio Austrohúngaro y de España, por la potencia en la que se convertiría. Así que, en este mismo año se firma el Tratado de Utrecht, un tratado de Paz entre los Borbones y Gran Bretaña, Prusia y los Países Bajos.

Mientras en España, los Borbones aprovechan para conquistar Aragón y entrar en Cataluña. Hasta la caída de Barcelona el 13 de septiembre de 1714, que es la fecha que pone punto final a la guerra de sucesión española.

Es entonces cuando Felipe V aplica en la Corona de Aragón los Decretos de Nueva Planta. Éstos abolían algunos de sus derechos y sus instituciones, incluyendo la Generalidad creada en el siglo XIV. Además de introducir nuevos impuestos en la zona.

En este contexto histórico es donde se enmarcan declaraciones como la de Puigdemont cuando dijo "*Los invasores serán expulsados de Cataluña*" o como la de Quim Torra "*Vivimos ocupados por los españoles desde 1714*" y la quema de imágenes de los reyes de España.

El resultado de la proyección, introyección y el colapso del tiempo es la activación de ideologías de legitimación. Estas ideologías representan al otro como malo, peligroso o usurpador de lo propio y ofrecen un objeto idealizado como la gloria merecida que les espera en el futuro. La ideología de legitimación hace que se sienta que dañar al otro, que es menos que humano, para recuperar aquello que nos quitó, es legítimo (Pitillas, 2017).

El funcionamiento del narcisismo maligno se puede comprender mejor si acudimos al trabajo de Melanie Klein *Envidia y gratitud* (1957). Ella define la envidia como una actitud hostil y agresiva hacia el otro, porque posee aquello de lo que uno se siente privado. Esta actitud se adquiere a través la identificación con los padres, que a nivel de grupo grande pueden ser los líderes y los objetos de identificación (canciones, mitos, símbolos, ...), se adquiere una visión comparativa.

La envidia produce un empobrecimiento o deterioro gradual (Bleichmar, 2003). Impide que la persona o el grupo grande reciba el objeto bueno y se identifique con él para adquirir sus cualidades.

Volkan (2013) analiza el caso de Bosnia-Herzegovina durante la guerra de Bosnia como ejemplo de funcionamiento narcisista maligno. La Unión Soviética tenía bajo su mandato a todos los países de la antigua Yugoslavia. La disolución de la Unión Soviética genera una crisis de identidad ante la que surge movimientos nacionalistas que buscan independizarse. Milosevic da una respuesta a esta necesidad de identidad en Bosnia-Herzegovina. El país está compuesto por varios grupos étnicos, serbios, bosnios, algunos croatas, ... Los serbios son el grupo con menos miembros y por ello están menos representados. Milosevik reactiva la usurpación otomana de 1371 que sufrió Serbia cuando era un país independiente y estaba compuesta casi íntegramente por serbios. El relato que se construye es que *"los turcos vinieron, nos quitaron Kosovo, nos sacaron a la fuerza, nos hicieron daño y ahora tenemos el derecho de recuperarlo"*. Esto es un ejemplo del colapso del tiempo, llegaron a experimentar que ese conflicto de hacía más de 600 años era algo actual.

Milosevik en sus discursos decía cosas como que *"Nadie, ahora o en futuro, tiene derecho a golpearlos"* y *"Kosovo es Serbia, y siempre será Serbia"*. Es un discurso que restaura el narcisismo de los serbios.

En la batalla de Kosovo de 1389 el príncipe serbio Lazar es asesinado por los turcos. Esta pérdida o duelo, forma parte de la identidad serbia. Todos los años, la iglesia ortodoxa serbia conmemora a este príncipe, hay canciones sobre él, mitos, relatos e imágenes que funcionan como enlaces, al igual que los monumentos. Milosevik, toma este elemento y lo intensifica, exhuma el cadáver de Lazar y lo saca en procesión por los pueblos serbios hasta llegar a Kosovo. Allí entierra el cuerpo, levanta un monumento e inscribe lo que Lazar les dijo a los serbios antes de la batalla de Kosovo de 1389 *"Aquel que sea serbio y serbio de nacimiento, y de sangre y antepasados serbios, y no venga a la Batalla de Kosovo, nunca tendrá los descendientes que desee. ¡Ni hijos, ni hijas! ¡Nada crecerá donde toquen sus manos, ni vino oscuro, ni trigo blanco, y será maldito por los siglos de los siglos!"*.

La propaganda del gobierno serbio también rescata, una práctica de los otomanos cuando invadían territorios, que también llevaron a cabo en Serbia. Los turcos raptaban a los niños y los convertían en soldados de su ejército. La propaganda serbia dispara el rumor de que los turcos planeaban volver a hacer eso. Mladic llegó a decir en uno de sus discursos *"Es el momento de vengarnos de los musulmanes por la invasión turca"*.

Estas dinámicas de grupo en el caso de Bosnia-Herzegovina culmina con los campos de concentración serbios, que constituyen la limpieza étnica más grande que se ha producido tras el Holocausto. El exterminio consistió en asesinar a todos los hombres y niños para asegurarse de que no habría un ejército musulmán. Además, violan sistemática de las mujeres con el pensamiento mágico de que éstas darán a luz a serbios puros.

Si pensamos sobre el terrorismo islámico, uno de los patrones que aparece con frecuencia es el del joven que ha sido traumatizado o su familia lo ha sido y que carece de figuras de identificación. Esto se produce porque han sido expulsados de sus lugares de origen y porque se han sentido humillados por ello. Estas personas con dificultades para encontrar una identidad y balancear su narcisismo encuentran en los grupos de terrorismo islámico una respuesta. Estos grupos tienen un depositaje masivo, les dan una misión que reconstruye su narcisismo, les permite saber quiénes son.

## **PREVENCIÓN E INTERVENCIÓN**

Staub (2012) hace una propuesta de las medidas de prevención e intervención en los conflictos de grupos grandes. Le dedica más atención a la prevención porque es más efectiva. Ésta se centra en: 1. Mejorar las condiciones de vida difíciles, 2. Desarrollar actitudes e ideologías que humanicen al otro, 3. Moderar la obediencia a la autoridad, 4. Democratización, 5. Hacer duelos sanos, 6. Dialogar, 7. Fomentar que haya testigos activos, 8. Difundir en los medios el impacto de la violencia y prevenir a través de ellos, 9. Educar sobre los orígenes de los conflictos y 10. Parar la violencia.

Mejorar las condiciones de vida difíciles (crisis económica, transición o trauma masivo) es útil porque si no las necesidades individuales no quedan cubiertas y se busca que el grupo lo haga. Las condiciones de vida difíciles no permiten que las personas tengamos seguridad, identidad positiva, sentimiento de eficacia y control, conexión positiva con la gente, autonomía y comprensión de la realidad (Staub, 2012).

En los conflictos siempre está presente o la devaluación del otro o la desconfianza y miedo al otro. Siempre hay un grupo que es el que tiene menos privilegios, recursos, poder o riquezas, que además pertenece a una etnia, raza o religión diferente a los que sí que disponen de estas ventajas. Normalmente el grupo menos favorecido demanda más derechos, mientras que el otro grupo se resiste. El otro grupo se resiste porque hay

ideologías, que les dan una identidad, que justifican que ellos tengan más derechos o privilegios. Los colegios son un lugar idóneo donde humanizar al otro tratando a todos los niños con respeto, insistiendo en que se traten con respeto entre ellos y educando sobre cada uno de los grupos (Staub, 2012).

El excesivo respeto a la autoridad hace que sea más fácil seguir a líderes y grupos ideológicos y más difícil oponerse a las dinámicas que desencadenan en conflictos entre los grupos. La Alemania Nazi o Ruanda son países en los que la cultura y sus manifestaciones fomentan y mantienen un fuerte respeto a la autoridad. Por ello, moderar la obediencia a la autoridad puede ser una forma de prevenir los conflictos violentos. También lo puede ser moverse hacia una sociedad más plural cultural y políticamente. Cuanta más variedad haya en una sociedad más libertad habrá también para expresarlos. Además, de esta forma los miembros de todos los grupos de la sociedad tienen la posibilidad de participar en la vida de la vida pública. Las democracias pueden ofrecer esto, especialmente las modernas (Staub, 2012).

Hacer el duelo por los traumas del pasado de forma sana es fundamental para evitar que el conflicto resurja. El duelo patológico de un trauma pasado condiciona la mirada del grupo. Se seguirá sintiendo minusvalorado y vulnerable y verán el mundo como un lugar peligroso. En momentos difíciles, por lo tanto, necesitarán defenderse haciendo lo que sea necesario, incluyendo la violencia hacia otros. Un pasado de violencia en una sociedad hace que sea más fácil responder de forma violenta a los nuevos conflictos (Harff, 2003 y Staub, 1989, 2011).

El duelo sano del grupo grande debe incluir permitir que se difundan testimonios de la gente sobre lo que ocurrió y compartir la conmemoración a todos los miembros de la sociedad involucrados en el conflicto. Centrarse demasiado en el dolor que causó el conflicto puede hacer que se convierta en un trauma escogido, por lo que se además de apenarse por el pasado, se debe transmitir que existe la posibilidad de dirigirse hacia un futuro mejor. El relato histórico que se construya sobre lo ocurrido también es importante para tramitar un duelo sano (Staub, 2012).

La elaboración de un duelo requiere trabajar sobre la representación del objeto perdido, la representación del sujeto y la capacidad o recursos para superar la pérdida. Se trata de construir una imagen menos polarizada, más integrada, del otro y de uno mismo. Además de, ofrecer recursos y una narrativa que transmitan que el suceso es superable (Pitillas, 2017).

Cuando la violencia ya ha estallado, pararla para que no crezca es fundamental, aunque una complicada tarea. Las estrategias para frenarla incluyen la amenaza a líderes o países, las sanciones, los boicots y las intervenciones militares pacificadoras. Las sanciones y los boicots nos siempre son efectivos porque es la población la que sufre y el líder no cambia sus políticas. Es más efectivo que estas sanciones o boicots se centren en las finanzas, cuentas bancarias y posibilidad de viajar de los líderes (Staub, 2012).

Disponer de unos testigos activos es una condición necesaria para que el conflicto violento no se desarrolle y para frenarlo si ya ha estallado. Los testigos están en la posición de ver lo que ocurre y tomar algún tipo de acción que ayude. Es habitual que los testigos sean pasivos y se conviertan en cómplices de la violencia. La pasividad suele justificarse en sistema discriminatorio de los "privilegiados" que devalúa al otro grupo y ha internalizado un excesivo respeto a la autoridad. Los líderes, las élites, las ONGs y la ONU son agentes que pueden ayudar a movilizar a los testigos. Pueden promover planteamientos en los que se vea a todos como miembros de una misma sociedad que se ha visto afectada por el contexto y el conflicto y que en parte actúa así porque tiene necesidades que cubrir (Staub, 2012).

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Armañanzas, G. (2012). Elaboración transgeneracional del trauma: guerra civil española. *Norte de salud mental*, 43(10), 13-17.
- Aznárez, B. (2014). Madrid: Curso de Experto en Clínica e Intervención en Trauma. Sociedad Española de Medicina Psicosomática y Psicoterapia-IDAE.
- Bale, L. (2014). Lifetime stress experience: transgenerational epigenetics and germ cell programming. *Dialogues in clinical neuroscience*, 16(3), 297-305.
- Berne, E. (1973), *What do you say after you say Hello? The psychology of human destiny*. New York, United States of America, Grove Press.
- Bleichmar, H. (2003). Algunos subtipos de depresión, sus interrelaciones y consecuencias para el tratamiento psicoanalítico. Recuperado de *Aperturas psicoanalíticas*, 14. Recuperado de <http://www.aperturas.org/articulos.php?id=0000245>
- De Cells, M. (2005). La experiencia no formulada: de la disociación a la imaginación en psicoanálisis. Recuperado de *Aperturas psicoanalíticas*, 21. Recuperado de [http://www.aperturas.org/articulos.php?id=0000360&a=La-experiencia-no-formulada-de-la-disociacion-a-la-imaginacion-en-psicoanalisis-\[Stern-DB-1997\]](http://www.aperturas.org/articulos.php?id=0000360&a=La-experiencia-no-formulada-de-la-disociacion-a-la-imaginacion-en-psicoanalisis-[Stern-DB-1997])
- Díaz-Benjumea, M. (2008). Conceptualización clínica de los fenómenos disociativos: una revisión de las diferentes posturas. Recuperado de *Aperturas psicoanalíticas*, 29. <http://www.aperturas.org/articulos.php?id=0000541>
- Ferenczi, S. (1923), *The dream of the "clever baby". In further contributions to the theory and technique of psychoanalysis*. New York, United States of America, Basic Books.
- Freud, S. (1914). Sigmund Freud Obras completas. Buenos Aires, Argentina, Amorrortu editores. Recuperado de <http://bibliopsi.org/docs/freud/14%20-%20Tomo%20XIV.pdf>
- Harf, B. (2003). No lessons learned from the Holocaust? Assessing risks of genocide and political mass murder since 1955. *American political science review*, 97(1), 57-73.
- Howell, E. (2016), *The dissociative mind in psychoanalysis: Understanding and working with trauma*. New York, United States of America, Routledge.
- Janet, P. (1919), *Psychological healing: A historical clinical study*. Nueva York, United States of America, Macmillan.

- Klein, M. (1940). El duelo y su relación con los estados maniaco-depresivos. *International journal of psychoanalysis*. Recuperado de <http://www.psicocanalisis.org/klein/index2.htm>
- Klein, M. (1946). Notes on some schizoid mechanisms. *The international journal of psychoanalysis*, 27(3-4), 99-110.
- Klein, M. (1957), *Envy and gratitude and other works 1946-1963*. New York, United States of America, Macmillan.
- LeDoux, J. (2015), *Anxious. The modern mind in the age of anxiety*. New York, United States of America, Oneworld.
- Ochsner, N., Bunge, A., Gross, J., y Gabrieli, D. (2002). Rethinking feelings: an fMRI study of cognitive regulation of emotion. *Journal of cognitive neuroscience*, 14(8), 1215-1229.
- Paz, F. (5 de octubre de 2015). Lo que el nacionalismo catalán piensa de los negros, judíos, castellanos y andaluces. *Actual*. Recuperado de <https://www.actual.com/criterio/democracia/lo-que-el-nacionalismo-catalan-piensa-de-los-negros-los-judios-castellanos-y-andaluces/>
- Martín, F. (2017). El 155. [Figura]. Recuperado de <https://ferranhumor.wordpress.com/2017/10/18/el-155/>
- Miller, A., y Sweatt, D. (2007). Covalent modification of DNA regulates memory formation. *Neuron*, 53(6), 857-869.
- Pitillas, C. (febrero de 2017). Trauma, pérdida e identidad grupal. En C. Rodríguez (Presidencia). *Ciclo de conferencias 2016-2017: Psicoanálisis, cultura y sociedad*. Ciclo de conferencias llevado a cabo en Madrid, España.
- Puebla. (27 de agosto de 2018). La exhumación. ABC. [Figura]. Recuperado de <https://abcblogs.abc.es/el-sacapuntas/otros-temas/vineta-260818.html>
- Rhodes, J. (2015), *Instrumental: memorias de música, medicina y locura*. Barcelona, España, Blackie books.
- Rowe, D. (1 de agosto de 2017). David Rowe's cartoons. *Financial review*. [Figura]. Recuperado de <https://www.afr.com/photogallery/opinion/david-rowes-cartoons-20170801-gxn7rd.html>
- Salvador, M. (2008). El guion de vida en el cuerpo: Las decisiones somáticas y abordaje terapéutico para la intervención. *Revista de análisis transaccional y psicología humanista*, 59(2), 238-247.
- Sarapas, C. et al. (2011). Genetic markers for PTSD risk and resilience among survivors of the World Trade Center attacks. *Disease markers*, 30 (2-3), 101-110.

- Seligman, M, (1975), *Helplessness: On depression, development and death*. San Francisco, United States of America. Macmillan.
- Siegel, D. (1996). Cognitive neuroscience encounters psychotherapy: lessons from research on attachment and the development of emotion, memory and narrative. *Psychiatric times*, 13 (3).
- Somer, E. (2006). Disociación ligada a la cultura: análisis comparativo. *Clinicas psiquiátricas de Norteamérica*, 29(1), 213-226.
- Staub, E, (1989), *The roots of evil: the origins of genocide and other group violence*. New York, United States of America, Cambridge University Press.
- Staub, E, (2011), *Overcoming evil: genocide, violent conflict and terrorism*. New York, United States of America, Oxford University Press.
- Staub, E. (2012). Doing good, doing bad, doing nothing. *Joint publication board of Zygon*, 47(4), 821-842.
- Stein, H. (1978). Judaism and the group-fantasy of Martyrdom: the psychodynamic paradox of survival through persecution. *The journal of psychohistory*, 6(2), 151-210.
- Stein, H. (2014). Chosen trauma and widely shared sense of Jewish identity and history. *The journal of psychohistory*, 41(4), 236-257.
- Volkan, V. (2009). Large-group identity, international relations and psychoanalysis. *International forum of psychoanalysis*, 18(4), 206-213.
- Volkan, V, (2013), *Enemies on the couch: A psychopolitical journey through war and peace*, New York, United States of America, Pitchstone Publishing.
- Yehuda, R., y Bierer, M. (2009). The relevance of epigenetics to PTSD: implications for the DSM-V. *Journal of traumatic stress*, 22(5), 427-434.
- Yehuda, R. et al. (2014). Influences of maternal and paternal PTSD on epigenetic regulation of the glucocorticoid receptor gene in Holocaust survivor offspring. *American journal of psychiatry*, 171(8), 872-880.
- Yehuda, R. et al. (2015). Holocaust exposure induced intergenerational effects on FKBP5 methylation. *Biological psychiatry*, 77(4), 356-364.