

EL DESCONFINAMENT I ELS SEUS EFECTES EN ELS INFANTS

En començar a abordar aquest tema, el primer que vaig sentir va ser que era una inexperta enfront una situació com la que estem vivint. El que està passant aquests últims mesos amb la pandèmia és inèdit per nosaltres i ho estem vivint a la vegada com a víctimes i com a professionals, sota l'impacte de l'ansietat, els canvis en la nostra vida, els dols i separacions. Sentir-ho tan aprop també ens ajuda a ser empàtics amb els demés, amb les famílies i els nens que ens consulten.

I hem vist diverses formes de reaccionar, aquesta situació ha despertat antics mecanismes de defensa, diverses formes de negació com: 'això està passant lluny de nosaltres', 'no va amb mi', com també es podia pensar amb l'Èbola (Àfrica) o el SARS en alguns països d'Àsia. El coronavirus ha entrat al cor dels països desenvolupats i ha afectat profundament a la població, els costums, la vida, en tots els sentits i ha plantejat d'una forma molt aguda la percepció de la nostra vulnerabilitat. Resulta que el nostre cos té uns límits. Som fets de 'material fungible'. Ha entrat la por que ens afecta a tots.

En aquest moment en que ja estem pensant i programant el desconfinament, després de l'experiència personal i professional que m'ha proporcionat el viure aquest procés, potser em sento una mica menys inexperta que al principi. Al menys, puc comunicar les meves experiències i el que he vist i he pogut pensar sobre el tema que proposo: com afecta als nens aquest procés de desconfinament, després d'haver viscut dos mesos o mes de confinament a casa seva.



Per arribar al tema del desconfinament, he de dir algunes paraules sobre el període anterior, el confinament, que va obligar a deixar la escola i els antics costums, per trobar-se en una situació segurament mai viscuda. Ha estat una situació de canvi sovint traumàtic i també de reestructuració familiar.

La situació de la pandèmia, l'amenaça del coronavirus, desperta diverses emocions com la **POR**:

- Temor a quelcom invisible que està entre nosaltres i que es tan petit com un virus i a la vegada tant poderós que pot acabar amb la nostra vida. La resposta pot despertar defenses paranoides enfront una amenaça desconeguda i invisible.
- Podríem pensar que algunes d'aquestes pors podrien qualificar-se com ansietats arcaiques i terrors sense nom.
- Por a la malaltia i a la mort
- Pèrdues i dols



Hem vist reaccions diverses en els nens, que podrien agrupar-se, al menys en, 3 grans factors:

A) **L'edat**: al llarg de la infància evidentment el nen va passant per diferents estats de la ment, guanyant en capacitats de comprensió, d'empatia, de pensament simbòlic. Sabem doncs que en funció del moment evolutiu, la informació que els hi donem ha d'adaptar-se a aquestes capacitats, i hauria de transmetre la **seguretat prudent** de l'adult que sap del risc i també de com protegir-se i protegir-los. També cal saber o intuir aspectes relacionats amb com aquell nen o nena reaccionarà, serà capaç de mentalitzar les seves emocions i eventualment les dels altres.

B) **La capacitat de pensament simbòlic** en aquell moment, no sols depèn del desenvolupament del nen sinó també del quàntum d'ansietat amb el que li han transmès la informació i l'ha rebuda, de la capacitat dels adults-família de proporcionar una informació adient per la seva edat i condició, de transmetre aquesta seguretat prudent que dèiem abans. També depèn de com s'ha viscut en la família no sols com s'explica sinó com es transmet i es viu. Els pares i els mestres, com adults continents, tenim la funció d'ajudar a mentalitzar, contenir i transformar les seves pors.

C) Com transcorre el confinament. En quines condicions emocionals aquella família, aquell entorn, ha pogut processar la situació. D'aquí se'n deriva també l'ambient, l'entorn que rodeja al nen mentalment. Des de l'àmbit físic extern, considerem important el fet de com transcorre el confinament pel que fa a l'entorn físic extern: evidentment, les condicions emocionals són preferents, però hem de mencionar que hi ha condicions físiques diferents, com viure en un pis molt petit amb poques obertures a l'exterior i sent una família nombrosa i amb pocs recursos, a viure en un pis amb terrassa o en una casa amb jardí, o al camp. He llegit una publicació en que una fundació de protecció a l'infant, posa de manifest que han rebut un nombre molt elevat de trucades denunciant maltractaments. Altres autors i publicacions ja temien que amb el confinament, augmentés el risc de la violència a la família.

Una altra forma d'estudiar els efectes del desconfinament, és pensar-los en funció de quines condicions externes o internes poden contribuir positivament a la maduració i la millora psicològica, disminuint ansietats, i quines altres poden fer evolucionar cap a dificultats en l'equilibri emocional, confoent amb una falsa milloria o curació, o altres en que s'ha incrementat l'ansietat o la confusió, o les condicions patològiques prèvies al confinament. En parlar d'això, hauríem de tornar a pensar en els tres factors a tenir en compte, que citàvem al principi: l'edat del nen o nena, la capacitat de pensament simbòlic i les condicions en que ha transcorregut el confinament.



Pot tenir aspectes beneficiosos?

Pensem que sí, que quan s'ha pogut fomentar l'aprenentatge de la solidaritat, de la capacitat de pensar en el bé dels altres, per exemple, dels avis, de les persones més fràgils.

Ha estat positiu perquè en algunes famílies s'ha pogut tenir més hores de convivència familiar, més contacte entre pares i fills, temps que en situació habitual no havien pogut tenir. Seguir uns ritmes i unes pautes, uns horaris mes o menys adaptats a la situació, a la vegada aprendre però a casa. La casa i la família viscuda com una protecció per facilitar el pensament.

Hi ha hagut pares que ens han manifestat que el confinament ha contribuït a conèixer millor els seus fills i a aprendre a jugar amb ells, han descobert que els costava jugar i demanaven eines i jocs per fer a casa. Pares que, acostumats al ritme que vivien abans, de feina, activitats extraescolars, etc, els hi quedava poc temps i espai pel joc. Aquesta és una part de la realitat que hem pogut percebre, realitat engrescadora perquè ens feia pensar que s'obria una finestra cap a una millora de les relacions entre pares i fills.

No tot ha estat igual. També ens ha preocupat veure altres situacions en les que el confinament, com experiència traumàtica, ha intervingut incrementant les males relacions, el maltractament, ha potenciat les pors existents, o ha fet que sorgissin símptomes que han fet potser la funció d'una crida d'auxili o ser com la punta de l'iceberg d'un conflicte molt més profund. Símptomes claustrofòbics o agorafòbics, etc. Veiem alguns exemples:

Exemple1: La Laura és una nena de 6 anys i mig que va consultar perquè es queixava de cefalees. Després de diverses exploracions mèdiques es va veure que aquestes cefalees no estaven relacionades amb causa orgànica. La Laura té una germaneta més petita amb la qual es sentia en conflicte amb molta gelosia que no manifestava. Va fer una psicoteràpia breu amb la qual va millorar la cefalea fins desaparèixer.

Al començar el confinament, els pares van demanar poder parlar amb algun professional degut a que la Laura havia iniciat una conducta amb moltes rebequeries i respostes violentes. A més a més, la nena demanava explícitament parlar amb la seva terapeuta. En aquest cas, estàvem en ple confinament i es va fer un treball psicoterapèutic breu online. El que es va veure es que la Laura esperava que amb el confinament tindria als seus pares per ella tot el temps i va resultar que els pares tots dos, treballaven des de casa i no tenien temps per res. Parlant amb la seva terapeuta, li va expressar que “jo ja entenc que el treball es molt important, però el que jo esperava era poder tenir més temps d'estar amb els pares”. El símptoma era la manifestació d'un conflicte en una nena amb confiança en el procés psicoterapèutic anterior, on se li va oferir la possibilitat de poder expressar-lo i en poder confiar quan no sap com entendre la seva ràbia.

Exemple2: En Pol és un nen de 7 anys pel qual van consultar al gener d'aquest any per l'inici d'una fòbia escolar. Estava costant-li anar a l'escola, sobretot després dels caps de setmana. Sempre havia tingut dificultats amb les separacions. Després de la primera consulta va haver temps només de fer una part de la exploració psicològica quan ja va començar el confinament. La seva professional referent, al cap

d'uns dies els va trucar dins del marc del treball a distància. S'hi va posar la mare i li va explicar que en Pol estava molt be. Ja no tenia por, i cada vespre sortia al balcó a aplaudir, però ell aplaudia al coronavirus i li donava les gràcies per no haver d'anar a escola.

Ens va preocupar la situació, perquè estaven confrontant una circumstància (el confinament obligat) com si hagués fet desaparèixer els símptomes, amb una mena de pensament màgic ocultant el veritable conflicte.

Continuarem treballant amb els nens i els pares que hem identificat en aquest període. Ens fan sentir confiats les famílies que estan obertes a descobrir més coses que els facin progressar, ajudant als seus fills. Aquells nens que ens manifesten que tenen ganes de tornar a veure als companys i amics. I també, aquells que ens confessen que ara, a l'obrir-se una mica més el confinament tenen por i diuen "ara si que et pots contagiar de debò, a casa no hi pensava" diu un nen de 10 anys, transmetent que el confinament a casa i amb la família, havia provocat un sentiment de protecció i confiança en els adults que els cuiden i la sensació de la casa protectora. Però que cuidant-se com s'han sentit cuidats, protegint-se ells mateixos, poden sortir de casa progressivament, no sense dificultats, per tornar a explorar el mon.



M^a Teresa Miró Coll

Psiquiatra del CSMIJ de Gràcia de la FETB
Membre de la Societat Espanyola de Psicoanàlisi