

“¡Hola! ¿Estás ahí?” Crónica de la lucha por seguir en contacto durante la cuarentena.

Pablo A. Dragotto.

Lic. en psicología. Docente Departamento de AT, UNC. Miembro fundador de AATRA y de Fundación Sistere. Secretario General de la Asociación Psicoanalítica de Córdoba.

La modificación en la vida cotidiana como consecuencia de la irrupción de la pandemia del COVID-19 y de las medidas adoptadas por los gobiernos como respuesta a la misma, no tienen precedentes a los cuales remitirnos en búsqueda de referencias. Referencias que buscamos ansiosamente como un primer intento de cernir eso que irrumpió. Eso que llegó (casi) sin aviso. Casi sin aviso, ya que aquí, en Latinoamérica, nos fuimos enterando de lo que sucedía en Europa unas semanas antes. Como transeúntes costeros que ven horrorizados alzarse la ola gigante de un Tsunami que en pocos minutos arrasará varios kilómetros de tierra firme y apenas cuentan con escasos segundos para tomar conciencia de la situación, elegir un curso de acción y salir a toda velocidad en busca de un lugar alto donde sobrevivir; así la ciudadanía y las administraciones de nuestros países veíamos extrañados las imágenes que nos llegaban desde España e Italia a fines de febrero y comienzos de marzo. *“Tengo la extraña sensación de hablarles desde el futuro”* decía Alejandro Chevez Mandelstein en uno de los primeros webinars¹ que organizó Fundación Sistere a lo largo de estos meses en torno al “acompañamiento terapéutico en tiempos de Covid-19”. Sin embargo, observamos una gran diversidad de situaciones, respuestas y resultados en los países de la región, y en las regiones dentro de cada país. Me resisto a avalar la brutal simplificación y empobrecimiento de la realidad que implica limitarse a ponderar el impacto de la pandemia contabilizando muertos, contagiados y recuperados. La frase con la que inicio este texto es un elemento común en el que todos podemos reconocernos en la diversidad de lo acontecido en cada una de nuestras familias, comunidades y países: la modificación repentina de la vida cotidiana.

Lo traumático se define como aquello que irrumpe en el psiquismo rompiendo todas las barreras de protección, sin tiempo de preparación suficiente, inundando el sistema con energía no ligada. La elaboración del trauma es un proceso lento y trabajoso de ir simbolizando poco a poco, lo poco que puede simbolizarse; como quien va zurciendo los bordes de un agujero, ese agujero de lo Real que no puede rellenarse pero puede bordearse.

Este fenómeno impensado afectó también, como no podía ser de otra manera, la vida personal y el ejercicio profesional de las y los acompañantes terapéuticos. Y fue así que pasamos por todos los estados de ánimo que se describen en las etapas del trauma y del duelo. Negación, estupor, desesperación, rabia,

¹ Disponible en: <https://www.youtube.com/watch?v=0a4QYyhX48U>

tristeza, dolor, aceptación... ¿esperanza? En ese contexto, rápidamente, y a partir de escuchar las preguntas de nuestros pares y escucharnos en nuestras preguntas, surgió la idea de organizar un webinar para pensar juntos, seguir escuchándonos, compartir experiencias, pero principalmente no sentirnos solos y colaborar a que las y los acompañantes terapéuticos de distintos lugares del país y de la región pudieran palpar que hay otros que están pasando por situaciones parecidas, compartir experiencias, dudas y aciertos. Nos sorprendió la respuesta, cientos de personas conectadas en una actividad anunciada unos días antes, de todas las provincias argentinas, de ciudades y de pequeños poblados, de toda Latinoamérica... era tanta la necesidad de encontrarnos y compartir algo de lo que estábamos viviendo, y empezar a pensar algo, lo que sea, sentir que recuperábamos la capacidad de pensar, entre varios. Semana a semana nos relanzamos en una nueva propuesta con referentes del campo del AT: de AATRA y de otras agrupaciones, de Argentina y de otros países, del sur, el norte, el este y el oeste.... Durante 10 encuentros fuimos hilvanando experiencias, ideas y reflexiones para pensar el presente y el porvenir del acompañamiento terapéutico a partir de la pandemia. Compartimos aquí algunas de esas ideas.

En el primer encuentro² --a pocos días de disponerse en Argentina el llamado Aislamiento Social Preventivo y Obligatorio-- con Laura Frank, Graciela Bustos y Brian Banzszyk las reflexiones giraron en torno a si era posible continuar con los acompañamientos durante la cuarentena y si era factible llevar a cabo acompañamientos a través de los dispositivos de comunicación remota tales como llamadas de whatsapp, videollamadas, chats, uso de plataformas como zoom o skype, etc. ¿Cómo pensar el acompañamiento terapéutico, caracterizado por la presencia del at en la vida cotidiana de los acompañados, en estos tiempos en los que el Estado dispuso la obligatoriedad de mantenerse en los hogares? El distanciamiento de los cuerpos imprime una discontinuidad ruidosa en el acompañamiento, pero... ¿Es esto sinónimo de finalización? Allí surgió fuertemente el imperativo ético de hacer lo posible por continuar los tratamientos, y el sostén técnico y conceptual de que es el vínculo lo que fundamenta la práctica del AT. Por lo tanto de lo que se trata es de apoyarse en el vínculo y por el medio que sea posible dar señales de vida y de deseo de continuar acompañando. Precisamente basados en la comprensión de la subjetividad de las personas que acompañamos, se trataba de pensar como estaría siendo afectada por las circunstancias y reformular la estrategia para acompañar ese proceso. Alguien dijo. “Pero... ¡No es lo mismo!” Claro que no es lo mismo... pero la vida no es la misma por estos tiempos. Convencidos de que el vínculo y la representación interna del at en el acompañado es tanto o más importante que la presencia física en la vida cotidiana, coincidimos en la necesidad de abocarnos a repensar y replantear encuadres y técnicas. Por estos días el doctor Roosevelt Cassorla, psicoanalista

² Disponible en: <https://www.youtube.com/watch?v=0dFb3TlcVP8&t=1488s>

brasileño, en un seminario web³ referido a los tratamientos de adolescentes durante la pandemia, insistía en la importancia de la convicción del analista en su método y del encuadre interno que maneja, determinantes en mayor medida que el *setting* para el sostenimiento de un tratamiento. Parafraseándolo diríamos que no es el encuadre lo que define un acompañamiento terapéutico (aun cuando sea un elemento importante) sino la convicción en el dispositivo del acompañamiento terapéutico (que incluye al at, con su formación, análisis y supervisión, al equipo, al acompañado, a sus referentes cotidianos, etc.) que permitirá una continuidad aun cuando algunos elementos del mismo no estén disponibles por un tiempo.

Esto nos lleva a uno de los temas debatidos en el seminario web que compartimos con Jorge Pellegrini y Leonel Dozza el 2 de mayo⁴: la utilización de los mensajes de texto en el acompañamiento terapéutico. En mi opinión este aspecto, al igual que la pertinencia de las videollamadas, o la utilización de Facebook, etc. es secundario respecto de los elementos mencionados con anterioridad: el deseo y la convicción de acompañar, el método, el dispositivo y el vínculo terapéutico. Hay modalidades comunicativas y de producción de subjetividad que tienen características generacionales; muy diferentes en los adultos mayores, las personas de la llamada generación X (mis congéneres), la generación Y, los *millennials*, *centennials* y así... A los mayores de 40 años las llamadas telefónicas, en vivo y en directo, nos parecen un medio de comunicación más real, válido y concreto que los mensajes de texto o los audios de whatsapp, quizás porque crecimos con ese recurso. Creo que a las personas más jóvenes (no solo a los adolescentes) una comunicación por mensaje escrito, o por audio, o por la red que sea, les puede significar y llegar emocionalmente tanto o más que de manera presencial o por un llamado telefónico. De hecho sucede en la práctica que muchas veces prefieren el envío de mensajes que la llamada. Pero sobre todo, considero que en situaciones de urgencia la consigna es llegar con la comunicación por el medio que sea, el que esté disponible, el que el acompañado acepte, pero hacer saber nuestra disponibilidad para alojar el sufrimiento del otro. Además el trabajo a distancia a través de las tecnologías de comunicación, no es nuevo. Hace 15 años ya trabajamos con intervenciones vía chat con adolescentes con psicosis, facilitando y acompañando de esa manera la interacción del acompañado con chicos y chicas de su edad, en foros y chats por aquellos años⁵. Brian Banzczyk añade que, actualmente, las tecnologías de la comunicación han dado voz a personas que antes no podían comunicarse debido a una discapacidad, a través de distintos soportes que permiten la escritura, el dibujo o el habla.

³ Asociación Psicoanalítica Internacional – Seminario virtual: 'Adolescencia en tiempos de Covid-19', 19/06/2020 disponible en: <https://www.youtube.com/user/Broomhills100/videos>

⁴ Disponible en: https://www.youtube.com/watch?v=GAjOLbj-w_s

⁵ Caso presentado por el Lic. Rolando Alemañi en la materia psicología clínica de la UNC.

Blejer decía que en el encuadre se depositan los aspectos primarios (psicóticos) de la personalidad y que una modificación inesperada del mismo producía la emergencia de dichos aspectos. Aquí y por estos tiempos tembló el mundo y sigue temblando, muchas de nuestras referencias cotidianas se alteraron y algunas de ellas ya no volverán a ser como antes. No sabemos; cayeron nuestras certezas sobre el presente y, especialmente, acerca del futuro. Eso es traumático y genera pánico, ansiedad, rabia, odio, desesperanza, tristeza, depresión. En nuestrxs acompañadxs pero también en nosotrxs. Entonces, más que nunca se trata de apoyarnos entre nosotrxs, conversar con los colegas, supervisar, construir abstinencia a partir de trabajar nuestra ansiedad. Recuperar la capacidad de pensar. Dar señales de presencia y continuidad del rol y el vínculo, conversar con el sujeto y su entorno, armar estrategias posibles y factibles, no patologizar la crisis... estas y otras ideas surgieron en los debates de estas semanas. Particularmente creo importante rescatar el proceso de preparación mental y disposición antes de un encuentro de acompañamiento. La cotidianeidad alterada, el quedarnos en casa y el trabajo por medios de comunicación a distancia hace que no contemos con la discontinuidad que implica salir de casa, recorrer la distancia hasta el lugar de encuentro con el acompañado, perdiendo ese tiempo de preparación que es tan necesario en el AT. Tiempo de traslado y ensoñación, en el cual uno se va preparando, recuerda cosas, nos caldeamos para el encuentro con el otro. Como decía Jorge Pellegrini en esa ocasión: es posible que de esta pandemia salgamos con nuevas herramientas para el ejercicio de nuestra profesión, ese será uno de los aprendizajes de esta experiencia.

Con el transcurrir de las semanas la situación va cambiando en cada lugar de manera diferente, pero la incertidumbre continúa. Continuamos acompañando como podemos y aprendiendo de la experiencia. Cómo aprendimos que aun con nuestras mejores intenciones de seguir trabajando podíamos volvernos amenazantes para nuestros acompañados; como les sucede a los colegas médicos aplaudidos desde los balcones y rechazados en el vecindario. Nos preparamos para la pospandemia sin que haya finalizado esta etapa. No sabemos el final de esta historia. Pero una vez más, los y las acompañantes terapéuticxs damos cuenta día a día de nuestra vocación de servicio y nuestro compromiso con la salud mental de la comunidad. Así lo atestiguan los múltiples emprendimientos e iniciativas de contención gratuita a la población que cuentan con ats entre sus miembros, cuando no han sido organizadas por los mismos ats, en todo el país. La salud mental es salud y es salud pública.

Pablo Dragotto, junio de 2020.