Este aporte surge como una producción del Area de Niños integrada por Carolina Bado, Karina Hackembruch, Juan Andrés Janzich, Ana Mosca, Rosmari Perazza y Graciela Montano en conjunto con Débora Thompson y María José Oribe.

***LA PSICOTERAPIA DE NIÑOS-NIÑAS EN ÉPOCA DE PANDEMIA***

En estos tiempos de cuarentena, la atención en psicoterapia mediante medios virtuales, surge en muchos casos como la opción  posible para mantener el espacio psicoterapéutico.

Si bien implica un esfuerzo de adaptación para ambas partes, posibilita la continuidad del proceso.

En este nuevo dispositivo, se hacen presentes los audios, video llamadas  o mensajes  escritos; también la imagen virtual, los sonidos y sus alteraciones predominan  en la escena, sea por  celular o computadora, por skype, zoom, jitsi meet, whatsapp, etc.

Nos enfrentamos a un cambio de encuadre que nos exige ser flexibles en el intento de sostener nuestro propio encuadre interno y escucha analítica.

Partimos de que la imagen es anterior a la palabra desde los orígenes de la  vida humana.  Esta  representa y comprueba la presencia y vitalidad del otro.   Para el paciente, la imagen del terapeuta,  a través de la pantalla le muestra que  ese otro “sigue vivo”, reconociéndolo y  cuidándolo. Es también la voz del terapeuta, la que unida a la imagen restaura algo del vínculo y la continuidad, sus palabras desde la cadencia,  envuelven, sonorizan y desde el discurso acompañan y construyen sentidos. Nos descubrimos en una gestualidad aumentada, como en los primeros tiempos del vínculo madre-bebé, en un intento de compensar la ausencia del cuerpo presente.

En la pantalla el paciente se observa y nos observa,  es mirado y se mira. Es escuchado y nos escucha. La posibilidad de retomar el proceso terapéutico a través de lo virtual,  permite brindar la continuidad  de los procesos subjetivos ya en juego, así como sostener y contener angustias y ansiedades que la nueva situación de la pandemia provoca.

La sobreinformación que se está dando en los medios de comunicación son estímulos difíciles de procesar, ponen a prueba los recursos  psíquicos y podrían llegar a tener un efecto traumático. Mantener el espacio de encuentro da la posibilidad de modificar, metabolizar -aunque sea en parte- el bombardeo de mensajes de riesgos de enfermedad y muerte que estos medios transmiten.

Los efectos del coronavirus presentifican que somos seres vulnerables, frágiles y finitos. Salir al  mundo exterior  se ha vinculado a enfermedad, contagio y  posibilidad de  muerte, peligros de los cuales nos hemos tenido que proteger y aislar.  Los niños y niñas se han visto afectados por el quiebre de lo cotidiano, se han cortado los lazos con abuelos, tíos, docentes, amigos y compañeros de clase. La necesidad de aislarnos va en contra de la tendencia humana de enfrentar las dificultades uniéndonos a nuestras personas significativas.

La continuidad del vínculo afectivo a través  de la video llamada permite ligar el afuera a la vida: nosotros podríamos representar ese afuera vital.  Al mantener el espacio psicoterapéutico  brindamos la posibilidad de que el niño pueda disfrutar, jugar y crear nuevas experiencias en el encuentro con el terapeuta y de esta manera salir del encierro.

A través del trabajo virtual se crea un tercer espacio creado por ambos, donde el niño y la niña se sienten sostenidos, escuchados, donde pueden compartir y expresar sus emociones, miedos y ansiedades. El poder desplegarlos a través del juego, de la palabra y otras formas de expresión permite continuar la elaboración de los mismos.

En estos tiempos donde es esperable sentir miedo, frustración, enojo, ansiedad, desesperanza e incertidumbre es importante generar espacios donde los niños y niñas se sientan protegidos y seguros.

Muchas veces los niños y niñas pequeños necesitan que un adulto esté disponible para  acompañar el proceso psicoterapéutico. Nos encontramos ingresando virtualmente en sus casas, en sus cuartos, nos muestran agrado en que conozcamos sus mascotas, sus juguetes, sus posters, los ruidos de la convivencia.

El mundo virtual nos permite acercarnos y mantener los espacios terapéuticos a pesar de la distancia física.  Es un desafío para nosotros poder transformar esa distancia en un encuentro cercano.  Al entrar en sus casas, en sus habitaciones es necesario tener en cuenta que algunas familias, e inclusive nosotros mismos podemos llegar a vivirlo como una intrusión. Nos preguntamos ¿Qué pasa con la intimidad? ¿Dónde están los límites? ¿Cómo lo manejamos a través de esta nueva modalidad de trabajo?

Esta corta experiencia, nos ha servido para probar estrategias  de trabajo con los niños. Vimos la conveniencia de pedirle a los niños y/ o a sus padres que les provean de una cuadernola, un block o una caja donde puedan ir guardando los materiales y producciones que vayan realizando y que sea de uso exclusivo para la terapia. Se representaría así en producciones visibles, (posiblemente presente en su cuarto) y quedaría registrado el proceso terapéutico que se va dando a través de los juegos, dibujos, garabatos, palabras, cuentos, historietas. También pueden guardarse en carpetas virtuales los dibujos, emoticones o las producciones realizadas en la pizarra compartida. Se va creando una memoria común que deja huellas de las experiencias afectivas materializadas en las nuevas producciones.

Para nosotros el registro en el cuaderno de cada paciente nos posibilita descentrarnos de la multiplicidad de estímulos y aspectos tecnológicos que requieren las sesiones. Al mismo tiempo habilitamos la continuidad de las sesiones, su posibilidad de inscripción simbólica y nuevas formulaciones.

Consideramos importante escuchar y sostener a los padres y/o cuidadores -que están particularmente sobrecargados- para que puedan abordar los miedos y ansiedades que genera este cambio. En la medida que ellos se sientan contenidos van a facilitar el cuidado y manejo más adecuado de las vivencias, temores y miedos de sus hijos/as y las propias. Mostrarles la necesidad de proteger a los niños del bombardeo de información que puede resultar difícil de metabolizar y puede resultar potencialmente traumática.

Mantener ciertas rutinas y hábitos, sin desconocer que estamos en una situación nueva e incierta, pero que estamos tomando todas las medidas necesarias de cuidado.

***Algunas consideraciones a tener en cuenta en esta nueva forma de trabajo:***

Solicitar al niño y a los padres que se disponga de un espacio que posibilite la privacidad. Lo importante es mantener y cuidar el vínculo confiable terapéutico, que pueda seguir sosteniéndose a pesar de esta situación crítica. Acordar que no se puede sacar fotos o grabar. En algunos casos de niños más grandes pueden elegir usar auriculares.

Con los niños más pequeños podemos trabajar incluyendo a los padres en la sesión, se pueden hacer intervenciones en el vínculo.

Podemos proponerle al niño dibujar, jugar, construir cuentos entre los dos, jugar  a las escondidas, al cara a cara etc.  Frecuentemente los niños incluyen sus juguetes más significativos peluches, cuentos, juegos, en una trama narrativa rica. Son materiales que podemos incluir en el trabajo conjunto favoreciendo la creación de una nueva experiencia compartida.

El cuerpo tanto del niño como del terapeuta se ve parcialmente a través de la pantalla. La voz, los sonidos, el cantar y tocar diferentes instrumentos estarían jugando un papel de envoltura que podría en parte compensar la mirada parcializada y a distancia que ahora se impone.

En niños en los cuales el acceso a lo simbólico es más difícil  se hace necesario continuar y fortalecer el trabajo con lo no verbal, lo sensorial, los movimientos, el manejo del espacio.

Los terapeutas nos beneficiamos con la comunicación virtual entre colegas para ayudarnos a procesar juntos esta situación que también es nueva para nosotros y llena de preocupaciones profesionales, económicas y de salud.

Nos preguntamos cómo va a ser el retorno al consultorio, aun no lo sabemos y debemos poder tolerar y trabajar la incertidumbre y ver cómo lo vive cada paciente y cada terapeuta.