

Familias y parejas en tiempos de Corona¹

Todo está cambiando muy rápidamente, y las familias y las parejas están experimentando muchos cambios en sus hábitos, rutinas y costumbres. Esto puede generar una confusión de nuevos sentimientos, miedos, ansiedades y preguntas que queremos compartir.

Estos breves ejemplos pueden ayudarlo a pensar en lo que está sucediendo ahora a muchas personas. Puede usarlos para hablar con amigos, familiares y parejas, para discutir estas situaciones. Para imaginar cómo te sentirías si fueras parte de esta situación. ¿Reaccionarías como uno de ellos? ¿Sugerirías una solución en la que no habían pensado? ¿Encontrarías palabras de alivio para alguien? Este es un intento de descubrir posibles recursos que nos proporcionen herramientas para la comprensión y para usar tanto tus pensamientos como tus sentimientos. Evita juzgar; solo trata de usar tu imaginación y ubícate como participante, como observador. Al final, puedes agregar una historia de tu propia experiencia. Comparte esto entre las personas que conoces.

... Una pareja habló sobre lo difícil que es no tener una distinción clara entre semana y fines de semana. Incrementa la sensación de confusión sobre el tiempo, y las rutinas parecen estar al revés. Contaron una discusión que tuvieron. Él todavía puede salir a trabajar mientras su oficina no está cerrada y ella trabaja desde su casa. El sábado, él esperaba que desayunaran juntos tarde como de costumbre, pero ella estaba en línea con su jefe, tratando de resolver un problema inesperado. Era sábado, como siempre, pero el sábado no significaba lo mismo para ambos ahora. Para él, era el comienzo del fin de semana. Para ella fue un día más de trabajo de oficina en casa. El tiempo puede ser experimentado de manera diferente para cada uno de ellos ahora...

... Otra familia habló sobre su hija de 18 años y sus amigos, todos fuera de la escuela pero insistiendo en socializar en grupos de amigos. Cocinar juntos, mirar películas juntos, jugar juegos juntos en grupos cambiantes de 5-10. Insisten en que son inmunes porque tienen menos de 20 años. La necesidad de los adolescentes de estar con otros adolescentes es una fuerza importante que es difícil de cambiar. Esos adolescentes, por supuesto, no piensan en la amenaza de contagio para sus padres o abuelos, por lo que exhiben un aspecto de solipsismo adolescente con el que los padres tienen que lidiar.

... diferente es el caso de otra familia cuyo hijo pequeño está estudiando en el extranjero. Se niega a regresar al país donde viven los padres y permanecer en cuarentena. Sus padres se sienten desesperados al imaginar que su hijo estará solo cuando tarde o temprano el pueblo donde ahora vive estará aislado. Afirman que debería tomar el avión mientras pueda, pero él se niega, alegando que estar en cuarentena con sus padres sería insoportable para él, dada la mala relación que siempre han tenido. No podría tolerar las ideas esotéricas de la madre sobre lo que está sucediendo ni toleraría los obsesivos rituales de su padre en relación con la limpieza y la comida. No dejarán de hablar de tragedias y él no podrá silenciarlas. Parecía que no solo la infección del corona no puede ser manejada por esta familia sino también los virus que sienten que circulan dentro de la familia, como palabras, pensamientos, hábitos, distancias o diferencias insoportables.

... Tanta gente reflexiona sobre cuánto tienen que aislarse, cuánto temer y a cuánto renunciar. Los hijos de una pareja mayor les dijeron que no deberían ir a ninguna parte, y que no deberían

¹ Preparado por el Comité de Familias y Parejas de la Asociación Psicoanalítica Internacional, Marzo 2020

ver a los nietos por temor a que los nietos los infecten, ya que son vulnerables debido a su edad y condiciones preexistentes. Tales familias tienen que luchar con el aislamiento, volviéndose locas, mientras echan de menos a los demás y a su actividad. Quizás esos abuelos no visitaban a sus hijos o nietos muy a menudo. Sin embargo, la prohibición de hacerlo es muy dolorosa y, a menudo, es muy difícil de tolerar, ya que nunca se sabe cuánto puede durar. Para las personas mayores, el tiempo mide de manera diferente que para las personas más jóvenes. Entonces, no es sólo el aislamiento o el miedo a enfermarse, también es la incertidumbre sobre el futuro, y podemos imaginar el peso de la palabra futuro para las personas mayores.

... cada país tiene su idiosincrasia. Por ejemplo, Australia es una sociedad muy multicultural con parejas que tienen poca o ninguna familia extensa. Actualmente las parejas tienen padres y hermanos en Europa y se sienten desesperadamente preocupados por ellos, pero no pueden hacer nada. FaceTime a veces intensifica estos sentimientos. Cuando una pareja no comprende la angustia causada por la distancia, se crea tensión y conflicto en la pareja. La gran ola de infección aún no ha afectado a Australia, pero el aislamiento necesario que traerá aumentará aún más estos problemas.

... Imagina la siguiente situación desde China: el esposo solía hacer viajes de negocios con frecuencia. Por lo tanto, ha sido la esposa la que ha cuidado principalmente a la familia, la encargada de los niños, las tareas domésticas, los menús, los pequeños e importantes detalles ordinarios de la vida cotidiana. Ahora, desde el Covid-19, el esposo tenía que quedarse en casa todos los días, nada que hacer, solo quedarse en casa. Al principio les gustaba estar juntos; era divertido y una nueva gran oportunidad para pasar tiempo juntos. ¡Siempre ha trabajado muy duro y ha estado muy ocupado! Solía llegar tarde a casa, cansado y solo quería ver televisión y se quedaba dormido en medio de su programa favorito. Sin embargo, diez días después, la esposa que esperaba que él pudiera ayudarla más con las tareas domésticas, comenzó a sentirse muy decepcionada. Él intentó hacer algo en casa, pero no era la forma de ella de hacer las cosas. Lo intentó una vez más, pero ella lo criticó. ¿Cómo era posible que él no supiera cómo deberían hacerse las cosas? Después de varios intentos, se dio por vencido y pasó todo el día viendo las noticias. La esposa estaba muy irritada. Ella sentía que su esposo era haragán, ya que le resultaba difícil ver lo deprimido que se sentía. No solo había perdido temporalmente sus rutinas de trabajo, sino que ahora, en casa, no podía encontrar otras nuevas y se sentía criticado y no perteneciendo. Tampoco podía entender cómo su presencia podía sentirse tan intrusiva para su esposa, al estar ella tan acostumbrada a tener la casa a su manera, algo que había sido un acuerdo implícito entre ellos durante años.

... Una familia describió cómo, por primera vez en mucho tiempo, estuvieron todos juntos por la noche, incluida su hija de 17 años que nunca está en casa, pero que está encontrando que todos los lugares a los que normalmente va están vacíos. Todos se sentían muy bien por estar juntos. Por otro lado, los padres, que tienen más de 80 años, son motivo de preocupación: la madre recientemente recibió tratamiento para el cáncer. No están teniendo ningún contacto físico para su protección, pero qué harían si los padres ancianos se enfermaran, les resultaría muy difícil no estar físicamente presentes cuidando de ellos.

... en otra familia, la hija vive en un país diferente por razones laborales. Está casada y la pareja pronto tendrá su primer hijo. La madre de la hija había planeado estar con ellos cuando llegara el bebé, para apoyarlos, ya que están solos. La madre es consciente del estrés y la confusión que puede haber en la vida de una pareja joven con la llegada de un recién nacido y todos los preparativos se habían hecho hasta hace poco para esta situación. Ahora, este ya no es un proyecto viable. Las inseguridades sobre el futuro se ven agravadas por estas dos situaciones

muy nuevas: el riesgo de enfermarse por la propagación de un virus no controlado y la llegada de un niño a la familia. Todos están muy tristes y angustiados por la situación, pero están tratando de parecer optimistas para no preocuparse mutuamente desde la distancia, en diferentes países con fronteras cerradas entre sí.

... Las decisiones son muy difíciles en una familia, donde la mujer es enfermera. Ella está orgullosa de su profesión; sin embargo, le preocupa que pueda infectarse y luego transmitir el virus a su familia, especialmente a sus hijos. Su esposo insistió en que ella debería quedarse con la familia. Sin embargo, ¡hay tantas personas en el hospital que necesitan atención! Todavía está luchando para decidir si debe aislarse con su familia por razones de seguridad o si debe seguir yendo a trabajar. Tal vez debería quedarse en el hotel que está especialmente preparado para los trabajadores de la salud. Pero esto implicaría no ver a su familia por ... ¿Quién sabe cuánto tiempo podría llevar esto ...? Es una decisión muy difícil, tener que luchar con la ambivalencia, la culpa, la omnipotencia y la incertidumbre. Ella le pide consejo a sus amigos y recibe muchas respuestas diferentes. Es tan confuso y tan difícil decidir qué sería lo mejor. Su esposo afirma que debería priorizar a la familia, y ella acuerda con que debería hacerlo. Los compañeros de trabajo afirman que está comprometida con su trabajo y con la situación social, con lo que también está de acuerdo. Desea que pudiera haber una decisión que eliminara sus conflictos internos y externos y la dejara sentirse cómoda. Pero no hay. No hay forma de eliminar sentimientos contradictorios.

En España, los padres de un niño de cuatro años que había controlado esfínteres durante el día y la noche hace meses, pidieron consejo porque en los últimos días el niño se despertaba mojado por la noche pidiendo que su madre fuera a su lado y lo ayudara a volver a dormir. Gritaba con dolor "mamá, mamá solo mamá". Solo se calma si la madre, no el padre, lo abraza fuerte. El padre comenta que esto es algo muy sorprendente para ellos, ya que esta era la forma en que el niño solía comportarse hace un año y medio. Durante el día, si la madre no está en casa, él también se moja los pantalones. Hace cinco días se ordenaron medidas restrictivas en todo el país, patrullas policiales y unidades de emergencia de las unidades militares (MUE) patrullan las calles. Los ciudadanos sólo pueden salir de sus hogares para comprar alimentos o medicamentos. No se permiten niños en las calles ni en los parques, y algunas de las unidades policiales que usan micrófonos anuncian que no se les permite salir de su hogar en ninguna otra circunstancia, de lo contrario, deberán pagar una multa. Esto no es sólo una amenaza. El padre del niño perdió su trabajo hace cuatro días y la madre es la única que ahora trabaja en casa y con un permiso especial de trabajo. Viven en una casa pequeña y los padres sufren al ver a sus hijos sufrir. La madre tiene dolor en el pecho debido a la ansiedad y el padre ahora está de mal genio, sintiendo ansiedades fuertes de estar encierro. Las medidas restrictivas son la verdadera amenaza, en este caso, la madre dice: "¡Para nosotros, esto es peor que el virus!".

... cada país, ciudad, pueblo y su gente tiene sus propias particularidades. Este es el caso de los países donde la pandemia y la campaña política coinciden. Un joven de 20 años que había estado sufriendo ansiedad antes, estaba especialmente angustiado y ansioso la semana pasada. Su padre, una conocida figura pública, se postulaba para un importante cargo estatal. Él, el joven, había aceptado hacer campaña por su padre tocando puertas y apareciendo en varios lugares para apoyar la campaña de su padre. Lo que es importante entender acerca de su angustia es que el padre y la madre se habían divorciado durante muchos años, y hasta hace poco, este joven había estado separado del padre. Recientemente, al reconciliarse con el padre, sintió que era especialmente urgente cumplir con su "obligación" con él al seguir estos aspectos de su campaña, algunos de los cuales lo expondrían al público, tanto al ingresar a los hogares de los

ciudadanos, incluyendo hogares de ancianos y hospitales. Ahora que descubrió que había sido bloqueado para ingresar tanto a hogares privados como a la mayoría de los lugares públicos, su ansiedad fue especialmente pronunciada, temiendo que una vez más se alejaría de su padre con quien la relación había sido históricamente tenue.

Si bien las parejas y familias pueden ver el confinamiento como una oportunidad para pasar tiempo juntos, relajarse y divertirse, a otros les puede resultar difícil permanecer adentro y juntos. Puede sentirse encarcelado, sujeto a las prohibiciones y la tiranía del gobierno, dominado por el pánico irracional de los demás, creyendo que el contagio es algo que no es real sino una conspiración mundial, lo que disminuye la importancia de los hechos reales.

Por otro lado, las estrategias eficaces que contienen el virus pueden ser exitosas para las enfermedades del cuerpo, pero pueden ser perjudiciales para la salud emocional y psíquica, ya sea debido al aislamiento o la cercanía, o incluso debido a la insistencia permanente y la difusión de noticias en las redes sociales, los medios de comunicación, produciendo una especie de intoxicación mental.

¿Cuáles son nuestros pensamientos y experiencias? Tratemos de compartirlos