

EN CAMINO CON LOS JÓVENES EN ESTE TIEMPO DE PANDEMIA

Vivimos tiempos de incertidumbre. Esta palabra, junto a otras, forman parte de nuestro vocabulario, de nuestro deseo, de nuestras búsquedas. También de la de los y las jóvenes de hoy. Es común escuchar en diferentes espacios que las personas se sienten atravesadas por la “anormalidad”. Hay cambios de prácticas cotidianas, de hábitos, de horarios. Pareciera que nuestras ciudades, las del mundo y las de casa, han cambiado. La pandemia es una situación tan particular que moviliza nuestras emociones, sintiéndonos extraños con nosotros mismos. Es por eso que estas notas pueden ser un retrato de algo de lo que nos pasa y orientaciones de como transitar este tiempo lo mejor posible. De cómo acompañar a los y las jóvenes, chicos y chicas, que de pronto se vieron con sus pocos recursos y sus muchos cuestionamientos inmersos en un mundo nuevo, un mundo con muchos interrogantes.

En camino puede ser por momentos oscuro

Podemos considerar una imagen: vivir en la incertidumbre es como cruzar un puente en donde el camino emerge a medida que vamos caminando. Imaginen un lago que hay que cruzar y en donde el camino no está marcado. Emerge a cada paso. Piensen por un momento todas las emociones y sentimientos que esto genera. Me gusta esta imagen, porque supone un principio y un final, pero no sabemos ni cuál es el paso que sigue ni en qué etapa del camino estamos. Sólo sabemos que lo incierto genera inseguridad, es borroso, desconocido y nos inquieta. Y esto genera muchas preguntas, fundamentalmente preguntas sobre la vida, sobre cómo vivir la propia vida. La pandemia nos enfrenta a la posibilidad de perder, entre tantas pérdidas, la propia vida o la de quienes queremos. Por eso me animo a decir que lo que más nos inquieta actualmente es cuidar la vida.

Desde una perspectiva psicológica, me gustaría distinguir tres conceptos que representan parte de lo que sentimos y de lo que sienten, o han sentido, los y las jóvenes en este tiempo de pandemia: *el espanto, el miedo y la angustia*. El **espanto** es un estado suscitado por un peligro que no esperábamos. Y por esto es un estado que podríamos calificar de irracional, donde nuestras reacciones son impredecibles. El **miedo**, del cual se habla generalmente muy mal, tiene que ver con una situación prevista, pero de la cual podemos defendernos. Es por eso que el miedo es muy importante para cuidarnos. La **Angustia** es un poco más compleja y profundamente humana, es lo propiamente nuestra, es existencial y ontológica, tiene que ver con nuestra más profunda identidad. Podemos definirla diciendo que es un afecto de displacer más o menos intenso que se manifiesta en lugar de un sentimiento inconsciente en un sujeto a la espera de algo que no puede nombrar. Pero la angustia, al ser existencial, también es posibilitadora. Con esto podemos decir que sentirnos angustiados no siempre nos imposibilita. Como dice la psicoanalista y filósofa francesa Anne Dufourmantelle en *Elogio del Riesgo* (2019) “La angustia se parece a la nieve en un paisaje devastado; a primera vista todo se ve blanco, intacto, casi irreal. Sólo después, con el deshielo, aparecen los accidentes del terreno.” (p.97) Es este el paisaje de la vida de los y las jóvenes en pandemia. En parte ya era así. Tal vez algunos se liberen el espanto, otros sepan enfrentar de diferentes formas el miedo, pero es innegable que la situación de la pandemia los ha enfrentado a su propia

angustia. Y como la imagen de la nieve, a medida que deshiela comienzan a verse las heridas, la soledad, el desamparo en el que muchos han tenido que estar y están. Es la imagen de un camino difícil, por momentos desolado. Pero la angustia nos permite enfrentar con preguntas nuestro malestar y poder elaborar algo de lo que nos pasó y nos pasa. No todo, pero sí algo es posible. En ese camino estamos todos y todas.

Siguiendo a algunos autores, podemos decir que el Coronavirus, el Covid19 o como quieran identificarlo, ha tenido y tiene la particularidad de producir miedo y angustia. Miedo porque es algo peligroso, previsto, una enfermedad contraible de la cuál debemos cuidarnos, protegernos, siguiendo las indicaciones que muchos médicos y especialistas dan: lavarnos bien las manos; mantener una distancia prudente de otras personas; salir lo menos posible de casa; cuidarnos más si somos personas de riesgo; entre otras. ¡A la espera de una vacuna! Pero ese virus además genera angustia, porque es invisible y no sabemos bien en qué lugar está, le llamaron el “enemigo invisible”, y por eso nos angustia. Desde lo que les expongo podemos decir que asusta, pero no tiene que ser así y no es conveniente desesperar.

Retomemos la idea de que la angustia es posibilitadora, estando asociada a muchas etapas y situaciones vitales, puede ser portadora de creatividad y transformación. Siempre que nos serenemos y podamos pensarlos y hacer pensar al otro. Sabemos que la situación de pandemia no es permanente, que no vamos a estar en esta situación siempre. Pero con ella aparecieron muchos síntomas, algunos ya estaban, pero se hicieron visibles en la vida de nuestros jóvenes: ansiedad, desorganización de los tiempos personales y de los espacios, hiperinformación, crisis de angustia, sensación de encierro, trastornos del sueño, automedicación, consumo de sustancias, excesos, soledad y asilamiento. Podríamos identificar muchos síntomas más. Algunos los hemos vivido. Pero ¿Cómo podemos intervenir?

Caminar con el otro

Como dice un poeta, en esto “compartimos la sed y el vaso”. Vivimos en parte la misma suerte que los jóvenes, pero contamos con otros recursos que nos permiten compartir el camino, tender la mano, salir al encuentro sin dejar sólo al otro que nos necesita.

Lo primero que surge como respuesta es la prioridad de cuidarnos, y así cuidar a otros. No nos había pasado esto, al menos de este modo y que fuera una vivencia de tanta gente a la vez: ¡La prioridad hoy es que te cuides! ¡La prioridad de cuidar la vida! Cuidar la vida debería ser una obviedad, pero muchas veces no lo hacemos. Me animo a decir que a menudo nos descuidamos en algo. Porque vivimos apurados, con muchas cosas que resolver, siempre muy importantes. Parece que estamos siempre sin tiempo. Vivimos en el futuro, con muchos proyectos y sueños por cumplir y hoy nos invitan, en realidad nos ordenan, detenernos y concentrarnos en nosotros hasta en el más mínimo detalle. Hoy cuidarse es muy exigente, debemos prestar atención hasta en el mínimo detalle. Hoy cuidarnos es fundamental y exige mucha energía. Cuidarnos es cuidar al otro. La vida en sí misma es solidaria, no se puede vivir sin otros ni dañando al otro.

Lo segundo es darle un lugar al otro. No existe posibilidad de ser sin otro que nos de lugar. Existimos porque otros nos han sostenidos con la palabra y la mirada. Muchos

jóvenes buscan en las redes un lugar para ser acogidos, para tener asilo, para ser amparados. Este es un espacio para intervenir como adultos, como aquellos que al tender la mano no resuelven todas las preguntas pero caminan junto al otro dándoles un lugar en el propio yo. Cuando los jóvenes no encuentran un lugar en otro, lo buscan en otro lado y lamentablemente existen otras “ofertas” que ocupan un lugar de autoridad para ellos. Pero éstas muchas veces desamparan, desubjetivizan, despersonalizan. Hay que reconocer las redes como nuevos lugares de vinculación, como dice Ganem (2013):

La tecnología, en tanto herramienta de la cultura, entra en esta lógica. Actualmente, tiene una importante incidencia en el lazo social. Han aparecido nuevas formas de vinculación entre los sujetos, entre ellas la virtual por medio de internet y la comunicación “personal instantánea” a través de la telefonía móvil o celular. La tecnología establece diferentes maneras de hacer lazo social. Sin embargo, estas nuevas formas de comunicación, cuando son utilizadas en exceso, sin medida, conllevan la ilusión de que es posible estar con todos y en todo momento. (pp. 88-89)

Ya veremos como la tecnología y las redes generan también espacios de soledad.

Pero *¿Qué podemos ofrecer nosotros?* Lo primero es recordar que escuchar es intervenir. Dar lugar a la palabra. Dar acogida a lo que el otro tiene para decir. Y esa escucha ofrece tiempos: Un tiempo para pensar en sí mismo, para escucharse. Existen buenas compañías: la música, la lectura, el encuentro con algún otro. Todas experiencias humanas, algunas espirituales. Pero nosotros podemos ofrecer el encuentro con el totalmente Otro. No hay nada más sanante que saber que siempre hay Otro que nos ofrece un lugar. La misma psicoanalista francesa, Anne Dufourmantelle, que cité anteriormente habla desde una perspectiva laica de la oración, de un modo precioso que quiero compartirles (2019):

"La oración es un estado en el que se espera una palabra de la que se sabe que no llegará, pero que al mismo tiempo está en nosotros, depositada en todo momento. La palabra se vincula con la falta del otro, ese otro ausente que no responde, que no responderá, que no sabe y que, no obstante, acoge nuestra voz como ninguna otra, en la abertura absoluta a lo inesperado. ¿Qué otro espacio similar existe? Sólo hace falta creer que un otro nos puede oír, la más intensa esperanza sobre fondo de noche, qué paradoja..." (p.64)

Estas hermosas palabras las escribe una filósofa y psicoanalista. ¿Cuánto podrían sumar Ustedes a esta experiencia? Con una palabra, con la disposición para escuchar y acoger al otro, a la otra, es que se tejen las redes de la sanación espiritual y psicológica. Lo digo como psicólogo, pero también como hombre de fe.

Tercero, es muy importante poner en palabras lo que nos pasa. Si bien hay que aceptar que no todo puede ponerse en palabras, al menos hay que intentar hablar de lo que se pueda. Nuestras emociones, en palabras, son más llevaderas. Nos permiten escucharnos y que nos escuchen. Es bueno decir “tengo los mismos interrogantes que vos, pero también algunas repuestas”. Los jóvenes necesitan esa seguridad. Tenemos que estar en las redes, enviar un pequeño audio preguntando cómo estás, te estás cuidando, entre

otras cosas que podemos pensar. No significa que tengamos que por esto perder nuestro lugar de adultos, de líderes, de guías, incluso de profesionales. El lugar de autoridad es un lugar cercano.

Un joven me decía en una consulta en el consultorio: “Hace bien escuchar la voz de otro que se preocupa por vos, eso ayuda a sostenernos”. No es un detalle, es una hermosa forma de ser cercanos, de vivir el amor. La palabra cura. En un mundo de imágenes, los jóvenes necesitan una palabra. La palabra tiene un poder sanador que nos hace transitar por caminos impensados, comparto lo que dice hermosamente Anne Dufourmantelle (2019):

Las palabras registran nuestras coartadas, nuestra demanda de que esto sea así, nuestra necesidad de sentido, de fidelidad, de compartir, nuestra creencia de que hablamos el mismo idioma, de que las palabras por sí solas podrían cambiar algo; y esto último es cierto porque la inmensa potencia de las palabras proviene de aquella emoción primera, definitiva que las liga a nuestro cuerpo. Nuestro cuerpo que piensa, que espera, nuestros cuerpos enloquecidos y llorosos, y también a veces libres de palabras. (p.129)

Llegamos al mundo y fuimos recibidos por palabras. Es la experiencia infantil más maravillosa y hospitalaria del ser humano. Es una experiencia a repetir y a posibilitar en el otro. Poner la vida en palabras. Poner lo que se pueda, lo que se entienda de la vida en palabras.

Otro punto que no quiero dejar de lado es la experiencia de la soledad, que deviene en la necesidad de compañía. Muchos jóvenes se sintieron y sienten solos, solas. De pronto, de un día para el otro, estaban conectados a un mundo en la soledad de sus habitaciones, de sus espacios, abriendo la intimidad de su casa al mundo, pero a veces sin recibir a nadie. Solos en el bosque, como “caperucita roja”, si me permiten la metáfora literaria. Pero ya no era el lobo el problema, porque les cambiaron el bosque. Muchos jóvenes sienten que “todo cambió”. Ellos que se saben “entendedores generacionales” de este mundo actual, se sienten desorientados y en la soledad del desamparo. En una sesión me decía una joven: “hablar por zoom o por meet es como hablar a las montañas, sólo te responde el eco, nunca me he sentido tan sola como allí.” Nuestro desafío es ofrecer un lugar para la soledad del encuentro. No toda soledad desampara. Somos los revolucionarios y revolucionarias del encuentro. Y esto lo podemos ofrecer como recurso desde nuestra experiencia de vida, psicológica, espiritual y pedagógica. Vivir y revivir la cultura del encuentro como un espacio de humanización. La soledad como espacio humano y de encuentro.

Hacer lazo con el otro

¿Cómo hacemos esto? Haciendo lazo con el otro. Haciendo lazo con los y las jóvenes. Recordando que somos referentes del mundo adulto y desempeñamos por eso mismo un lugar de autoridad que posibilita, Karlen (2013) dice:

Es necesario que las autoridades demuestren con sus movimientos el lugar de autoridad y así podrán intervenir de manera eficaz, para protegerla, enseñarle y posibilitar en este lazo la transmisión de valores de respeto, pudor, con los cuales esta adolescente pueda

identificarse. Hay que dar cuenta de un discurso que la ayude a ubicarse en el lugar de sujeto. (p.45)

La autora hablar de una adolescente, nosotros de los jóvenes. Pero la cita es aplicable a nuestro desafío. Hacer lazo es posibilitar al otro a que sea sujeto, persona. Que se identifique con ciertos valores que le den la posibilidad de enfrentar el mundo que lo desafía con preguntas, interrogantes, en un camino que tiene que transitar, que no es otro que el camino de la vida. Y que no está solo ni sola en esto.

Conclusiones

Por último, está bueno prepararnos para lo que se viene después de la pandemia. El mundo no será el mismo. ¡Tal vez sea mejor que el mundo en el vivíamos! En principio, será un mundo en donde las distancias físicas se notarán, porque nos seguiremos cuidando un buen tiempo. Pero eso no impedirá ser más cercanos. Debemos cuidarnos, sin pandemia, unos a otros. Tendremos que vivir el día a día. Nuestros planes serán a corto plazo, cuidando lo más valioso que tenemos, que es la vida. Y la vida se cuida de un modo muy simple en estos días: *haciendo bien lo que tenemos que hacer*. Es una sabia regla que alguna vez escuché de un monje. Yo diría que hay que hacer bien y *con pasión* lo que tenemos que hacer.

Comparto finalmente estas palabras que escribí para la revista UCA-Actualidad de la Universidad Católica Argentina, que si bien está destinadas a pensar la realidad adolescente, puede ayudarnos a comprender el mundo juvenil y la necesidad de intervenir en éste como adultos:

Debemos reconocer que el mundo adolescente actual no es simple, para nada. Es complejo. Por muchos de los temas que hemos mencionado, por la etapa del desarrollo, pero también porque es una etapa que la cultura ha idealizado y la presenta como "modelo" y como objeto de consumo. Es por eso que en el diálogo necesitamos primero escuchar para interponer criterios, establecer diferencias, salir de las verdades categóricas y absolutas que intentan presentar, manteniendo una relación asimétrica, porque estamos en otro lugar. Es fundamental cuestionar, problematizar, presentar opciones, desnaturalizar, advertir sobre riesgos, para posibilitar el juicio propio, el sentido común, la función de anticipación. Esto nos permite prevenir, hacer que se conozcan, conocerlos y cuidarlos. (p.50)

Bibliografía

Bertonati, F. (2021). Apuntes del autor.

Bertonati, F. (2020). Uno comienza a existir cuando es sostenido por la palabra y la mirada de otro. *Revista UCAActualidad*. Link [UCAActualidad 164-](#) en la página 50.

Bertonati, F. Intervenciones en una institución educativa desde el lugar de autoridad. (Intervención posible y posibilitadora para adolescentes). (2017) En Karlen, H., Cicutto,

A., Rodríguez Yurcic (2017): Autoridad o sometimiento. Diferencias desde el psicoanálisis, Mendoza, Editorial de la Universidad del Aconcagua.

Dufourmantelle, A. Elogio del Riesgo. (2019). México. Nocturna editora – Paradiso Editores.

Figueiredo Carneiro, H. (2009). Culpa y acto de constitución y destitución del sujeto. En Gerez Ambertín, M. y otros. (2009). Culpa, responsabilidad y castigo. Volumen III. Buenos Aires. Letra Viva.

Ganem, E. En Karlen Zbrun, H. (2013): Violencia y consumo en adolescentes. El sujeto en perspectiva, Buenos Aires, Letra Viva.

Karlen, H., Cicutto, A., Rodríguez Yurcic (2017): Autoridad o sometimiento. Diferencias desde el psicoanálisis, Mendoza, Editorial de la Universidad del Aconcagua.

Karlen Zbrun, H. (2013): Violencia y consumo en adolescentes. El sujeto en perspectiva, Buenos Aires, Letra Viva.

Legendre, P. (1996). El inestimable objeto de la transmisión. Buenos Aires. Siglo Veintiuno Editores.

Fernando Bertonati