



La criança com a base de la Salut Mental

RESUM DE LA PONÈNCIA:

FINS QUE LA VIDA US SEPARI

ROSA ROYO ESQUÉS

Psicòloga Clínica. Psicoanalista (SEP/IPA). Psicoterapeuta (EFPA/COP). Supervisora institucions públiques i concertades de salut mental general i d'atenció, tractament i prevenció del maltractament i de l'abús sexual infanto-juvenil i de la violència familiar. Professora del Institut Universitari de Salut Mental FVB(URL).

e.mail: rosaroyo@copc.cat

“No existeix art més difícil que el de viure. Perquè per a les altres arts i ciències a tot arreu es troben nombrosos mestres”

E. Fromm

Una vegada en va trucar una amiga una mica trasbalsada, perquè la seva filla de cinc anys, just quan s'acabava de separar, li va preguntar: *“Els papes i les mames es casen per tenir fills. Per què em vau tenir si ja no esteu junts?”*.

Com respondre aquesta pregunta? Quina imatge es construeixen els nens, especialment els mes petitets, del que passa en el seu món?

Hi ha la falsa il·lusió de que si son petits no s'adonen massa i per tant s'acomodaran millor als canvis. En realitat és justament a l'inrevés, en la mida que són mes grans, que tenen les paraules i els conceptes per pensar, són mes capaços d'entendre i de fer-se entendre en les seves necessitats, inquietuds, i per tant estan més preparats per d'adaptar-se a les noves situacions.

** Per motius de confidencialitat no es transcriuen els materials clínics que a manera d'exemples es van presentar a la Jornada .*

No hi ha dubte que per un nen no és el mateix que els pares se separin o que la família es mantingui intacta. Però el veritablement important és com els seus adults li ajudin a transitar per les diferents situacions de la vida! És des d'aquesta perspectiva que vull compartir amb vosaltres algunes reflexions, des d'una posició el més lliure possible de prejudicis, on tenir en compte el pes de la realitat no ens impedeixi pensar que els esdeveniments de la vida prenen la seva importància en funció de com són viscuts per la persona i, en el cas dels nens petits, com els ajudem els grans a elaborar-los.

“Tenia sis anys, però encara no m’havia fet gran, encara no havia decidit morir-me per anar al cel, el dia que la mamà em va anunciar que havíem perdut el papà. Després de dir-m’ho, es va mocar i va tancar els ulls. Em vaig adonar que els tenia molt vermells. ¡Pobrissona! Vaig alçar-me del sofà i vaig córrer a fer-li un petó. No ploris, vaig dir-li; ja veuràs com el trobarem”.

Així comença el “El final del joc”, llibre de la Gemma Lienas, que tracta sobre el divorci vist des dels ulls de l’Adrià, un nen de 6 anys atrapat en la separació conflictiva dels seus pares. L’Adrià no acaba d’entendre els canvis que hi ha a casa. Tot i que tots dos pares volen el millor per ell. Primer emboliquen la troca no explicant-li clarament què passa, com si així li estalviessin preocupacions, quan en realitat només li produeixen encara més confusió. Després potser explicant més coses de les que caldria a un nen, o bé explicant-les d’una manera que no ajuda gens a fer-li les coses fàcils. Quan real és aquesta historia de ficció! Quantes vegades repetida!

La vida de les persones és complexa i l’entramat de la vida en parella també. Les raons per les que dos adults decideixen separar la seva convivència i els projectes de futur, és un tema complicat amb moltes connotacions, tant de tipus social, polític, educatiu, religiós, i si de cas tema d’una altra jornada. El que a nosaltres ens interessa avui és el què passa amb les funcions parentals quan aquesta parella es separa.

L’ideal seria que, malgrat s’han separat com parella, no se separessin com pares. Alguns ho aconsegueixen i d’altres no.

Mantenir una adequada parentalitat després del divorci dependrà en part de la situació concreta però sobretot de les personalitats i l’historia prèvia de cada un dels membres. Com indica la frase: “Digues-me com et separen i et diré com t’ajuntes”

Un divorci representa una crisi que trastoca a tot el grup familiar. Crisi que, malgrat el dolor que genera, si es pot elaborar, es converteix en una ocasió per aprendre. En cas contrari, si algun dels membres no ho suporta bé, es pot quedar detingut en ella;

congelant els sentiments que implica i repetint situacions sense aprofitar l'experiència. Molts separats s'embranquen en litigis durant anys perquè no poden dissoldre la unió emocional. Ja sabem que tant uneix amor com l'odi, tots dos són passions potents.

Des del model psicoanalític tota separació suposa una pèrdua. Així la ruptura de la parella serà una experiència de dol a la que tots els implicats, pares i fills, reaccionaran organitzant una complexa gama de sentiments, emocions, fantasies, actituds, conductes i defenses que afectaran a la totalitat de cada un d'ells.

La manera com la parella de pares resolen la crisi i superen el dolor de la pèrdua és el primer factor a tenir en compte en la repercussió del divorci en els fills.

Si idealitzem la família podríem pensar que els fills dels divorciats estaran pitjor que els de les parelles estables. Però un fet encara que complex i inclús traumàtic no pot ser per si sol l'eix d'una evolució patològica. Des d'una comprensió psicoanalítica de les persones i dels vincles humans, es considera que depèn de com es viu i s'integra aquest esdeveniment. Per tant, prendrà cabdal importància l'anàlisi de les relacions pares i fills abans, durant i després de la separació.

En els primers moments de la ruptura, no sols la parella sinó el propi entorn se sent desorientat davant la situació. Ningú està segur del què s'ha de fer ni què és el més convenient. Malgrat amb la separació cristal·litza una situació que ja era conflictiva, dur-la a terme suposa oficialitzar la ruptura de la parella.

En la mida que la separació també comporta una ruptura de la família es dona, al menys momentàniament, la desaparició dels punts de referència i per tant constitueix una experiència de risc.

Davant d'un canvi en el sistema de vida sempre apareix un cert grau de incertesa sobre el futur. En el cas de les separacions de parella es freqüent que s'activin ansietats bàsiques, primitives, de desconfiança, desemparament, culpa, por,... i reaccionar amb mecanismes defensius envers aquests afectes. El que explica moltes de les respostes manipuladores, obstinades, rígides i hostils que es donen durant el procés.

Els pares absorbits en la pròpia problemàtica no sempre protegeixen als fills. Els col·loquen en mig de les baralles, escolten desqualificacions i intimitats que no corresponen saber ni pel rol ni per l'edat. En aquestes circumstàncies el divorci dels pares pot despertar en fills fantasies d'abandonament i inestabilitat vinculades a la pèrdua de la seguretat de la llar, a la protecció que representa pel nen tenir al pare i la mare junts.

En les ruptures de parella el procés de dol sol iniciar-se molt abans de la separació; just quan s'imposa l'idea de que ja no es podrà recompondre la relació. Són els moments de les sensacions de pèrdua, tristesa, protesta i desesperança. Moments en que sovint la culpa encara és de l'altre o, segons com, totalment d'un. La realitat és que la culpa en els moments inicials no acostuma a estar ben repartida.

Els fills per la seva part, saben que el divorci no és una cosa inevitable, sinó una decisió d'un o dels dos pares, per això ells creuen que el divorci sí té culpables.

Culpen a un o als dos pares o a ells mateixos, sobretot els més petits. És ell qui fa enfadar als pares i per això se separen?

Per evitar els sentiments dolorosos de la separació una de les falses sortides emprades pels adults és la negació de la pèrdua i els sentiments afegits per mig de sentiments de control, triomf i menyspreu de l'altre. En aquests casos s'observa una fugida cap endavant, tot ha de quedar en darrera, ser oblidat i refusat. Aquesta posició sovint porta a nous aparellaments i a una pseudoreconstrucció de la vida familiar en la que els fills també queden implicats, sense donar-los el temps per dirigir els canvis relacionals i els sentiments que comporten.

Observen sovint com els nens estan exposats a les noves relacions dels pares abans de que ells mateixos estiguin segurs de la continuïtat del vincle, així els nens entren en contacte amb les noves parelles i de vegades els fills d'aquestes, en unes relacions inestables, canviants i on es reediten les pèrdues en cada nova ruptura.

Altres persones en comptes de fugides cap endavant queden aturades d'una manera obsessiva en la dubta i la culpa.

El que ha demanat la separació se sent ambivalent, no està segur que la ruptura hagi estat una bona decisió. La culpa apareix amb força cap a la parella i especialment cap als fills a qui se'ls ha privat de la família intacta. En aquest escenari contradictori no es infreqüent que, conscient o inconscientment, apareguin sentiments alhora d'hostilitat cap els fills, al ser viscuts com un obstacle per restablir noves relacions de parella.

Un cop el divorci s'ha produït hi ha qüestions en relació als fills que els pares hauran de resoldre: custòdia, règim de convivència, despeses,... en elles s'observa com s'està fent la separació: Si es pensa en els fills o s'estableixen en funció dels interessos dels adults.

És un moment on els sentiments més agressius poden prendre el poder. Desqualificacions, ràbia i comportaments d'acting out són freqüents. Els fills davant d'aquests conflictes li costa mantenir-se al marge.

La guàrdia i custòdia a Catalunya des de fa uns quatre o cinc anys és paritària, menys en el cas de violència de gènere. La idea inicial va ser el benestar del menor però a la pràctica hi ha interessos econòmics, com per exemple no pagament de la manutenció i l'ús de la vivenda. Aquesta opció dels que s'ha començat a anomenar "nens maleta" només funciona si hi ha bona entesa entre els pares, sinó és un element més de perturbació pels nens que van amb el calendari a la mà per saber qui els va a buscar, a on passaran el cap de setmana, etc.

Una tira còmica anomenada Custòdia Compartida tracta de una nena que es diu Custòdia i dels avatars de la seva vida amb pares separats. En una de les tires es veu als pares de Custòdia en els despatxos dels seus respectius advocats que estan parlant per telèfon llegint interminables clàusules del conveni regulador. En la vinyeta final apareix Custòdia a casa d'un nen, que ja dorm, a on han celebrat una festa d'aniversari, on també apareixen en pijama els pares del nen. Custòdia diu a la mare: "els meus pares han invertit anys i part de les seves fortunes personals en aconseguir que aquesta pregunta no tingui una resposta ni fàcil ni directe. Quina

pregunta? demana el pare, a la que contesta la mare: qui l'ha de venir a recollir, el seu pare o la seva mare!

El desig de salvar aquest problema dels “nens maleta”, ha donat com resultat la modalitat de que siguin els nens qui s'estan al domicili i els pares qui es traslladin. Situació que comporta masses problemes afegits per donar-la com a bona.

El pronòstic de la reorganització familiar post-separació dependrà de la capacitat dels membres de la parella per, malgrat tot, dialogar i negociar. Cada un haurà de fer el seu propi dol. És fonamental acceptar que la relació s'ha acabat, encara que no es volgués, renunciant a la fantasia de reunificació familiar. També és primordial sortir de la posició dissociada entre bons i dolents, víctimes i culpables. Col·locar-se fora d'aquests rols afavorirà mantenir les funcions parentals de manera més adequada i per tant la protecció dels fills. Mentre no es dissolgui el dol per la relació perduda, la parella segueix unida en la “baralla”, utilitzant als fills com “moneda de canvi”; perdent de vista les necessitats dels petits. Si aquesta etapa no es resol satisficientment bé pot generar conflictes en els fills, en el present i en el futur especialment en la capacitat per confiar en establir bones relacions de parella i familiars.

Els pares capaços de diferenciar i tenir en compte el patiment dels fills, diferent del propi, ajuden al bon pronòstic post-separació.

Al contrari, quan els pares no poden percebre les diferències, tenen dificultat per elaborar pèrdues i diferenciar-se dels fills, afavoreixen confusions i attachments indiferenciats amb els seus fills a qui poden convertir en persones fràgils i insegures.

Les situacions d'abandonament d'un dels pares, o encara més quan són els dos progenitors, comprometen la salut mental del nen com hem vist en el cas de l'Àlicia. La desaparició i/o els vincles imprevisibles són causa de traumatismes. La inconsistència del règim de visites del pare amb el que no es conviu deixa ferides. L'autoestima es ressent, la culpa i la depressió apareixen estant a la base de moltes fòbies, trastorns de conducta, d'aprenentatge i en els més petits de somatitzacions. Elaborar la desaparició d'un o dels dos pares és un dol massa carregós de fer per un nen. Una de les conseqüències més rellevants són les fantasies terrorífiques vinculades a l'abandonament.

Un apartat especial és el tema de les funcions i rols que els fills se senten obligats a complir per sobreviure al foc creuat entre els pares, en el que sovint es trobem immersos.

Un rol seria el del "bon fill" que cuida dels pares, el que implica fer-se gran prematurament per no generar més problemes o per omplir el forat del que ja no hi és. Molts nens ocupen el lloc del que falta, metafòrica i literalment. Són els nens que en la teràpia de família diem "parentalitzats", nens que es transformen quasi en la parella d'un dels pares.

En la relació al pare amb qui s'estan poden ser excessivament tendres o tot el contrari, despòtics per la falta de límits que el pare ple de culpa no s'anima a establir. No vol perdre la idealització que el nen li assigna posant-li normes a la seva conducta.

Altres rol que despleguen alguns nens és alguna cosa així com “d’informador”. Son nens sotmesos a respondre a les preguntes d’un dels pares envers el que passa o es diu a la casa de l’altre.

Altres són els fills “divorciats”, nens que viuen atrapats per un dels pares qui lis impedeixen l’accés a l’altre, incitant-los a participar en un bàndol. Pot ser que el nen vulgui i no li deixin veure’l o potser que, per les pressions ambientals o seduïts per un dels pares, s’hagi identificat només amb un. És qualitativament diferent el potencial evolutiu dels nens que poden mantenir la equidistància del conflicte entre els pares, d’aquells que queden atrapats en les identificacions exclusives. Malgrat no és una tasca fàcil, si el nen tot i patint un conflicte de lleialtats pot estimar la parella per sobre de cadascú, si és capaç, malgrat la problemàtica familiar, de mantenir la ambivalència amb els dos te assegurada una millor evolució.

Altres vegades ens trobem el rol contrari, se lis atorga el paper de “reunificadors” de la parella, a qui no se lis ha ajudat a entendre que significa el divorci i per tant lis costa acceptar-ho com definitiu. Son fills que intenten per tots els mitjans que els pares tornin a estar junts. Les fantasies de reconciliació son presents i inclús ja d’adults mantenen la il·lusió de l’avenença entre els pares.

Un altre tema força important en les separacions familiars i al que no sempre se li dona el lloc suficient, és el paper de la família extensa en la post separació. Mantenir, sempre que sigui possible i es consideri adequat, els lligams amb tota la família és una bona manera de salvaguardar la estabilitat del món del nen.

Per acabar una reflexió. La elaboració del dol de la pèrdua de la unitat familiar suposa per tots els membres fer una reestructuració de vida. Per part dels pares adaptar-se a una nova forma de viure que sovint comporta readaptar l'economia, el treball i el temps lliure, establint un nou ordre entre les necessitats pròpies i les dels fills.

En el cas dels fills el veritablement important és que, malgrat en la realitat externa els pares no estiguin junts com a parella, si ho estiguin com a pares en la seva realitat interna. Si el nen ha pogut incorporar una parella de pares que l'estimen i tenen el desig i la voluntat de cuidar-se'n d'ell, atenent-lo en les seves necessitats i ajudant-lo a transitar per les diverses etapes de la seva vida, les repercussions de la separació seran integrades dins seu com condicions de la vida, i podrà desenvolupar-se saludablement com qualsevol altre nen amb pares junts o separats.