

Los proyectos que truncó la pandemia

Autores:

Lic. Marta Verónica Zubowicz

MN.N* 42892

*“En este ejemplo ustedes ven cómo el deseo aprovecha una cuestión del presente para proyectarse un cuadro del futuro siguiendo el modelo del pasado” **

Pensar en la cuestión presente no pareciera permitir proyecciones al futuro más allá de las fantasías de un pasado no tan lejano que hoy se hacen inverosímiles. Fantasías truncadas que angustian y deprimen al entender que la consecución de ese hecho, ese algo, ese acto, si bien no olvidado al menos, en el mejor de los casos, quedó suspendido.

La vida cotidiana dio un vuelco abrupto, la llegada del Covid-19 instauró un miedo desconocido que llenó de sorpresa, inseguridad e incertidumbre a las personas.

La realidad se trastocó, hubo que implementar otras formas de vida e intentar hacerle frente al virus que amenaza con quitar todo aquello que se valora, incluida la propia vida, todo aquello por lo que se luchó y se trabajó por mucho tiempo.

Pero una amenaza es a futuro... una “posible” causa de daño.

Mucho se ha escrito y se seguirá escribiendo sobre los efectos que tiene y las consecuencias posibles que tendrá la pandemia, pero poco se habla de esos proyectos que, ya a punto de hacerse realidad, fueron desbaratados por la aparición del coronavirus.

¿Cuáles fueron los daños sufridos?
¿Cómo se sobrellevó, si es que se pudo, la desilusión? ¿Cómo afectó el corte abrupto de los sueños a punto de cumplirse?

¿Qué sucede con las personas que tuvieron que dejar sus intenciones en *standby* o con las que perdieron la posibilidad de realizar aquello que tanto anhelaban?

¿Cómo impactó la suspensión de sus proyectos en su psiquis?

¿Qué lugar, como psicólogos, podemos ofrecer en este proceso?

Lucas y Mauro inauguraron en enero de 2020 una cervecería. Pidieron dinero

prestado y pusieron todos sus ahorros en el emprendimiento.

Marina tiene un negocio de venta de ropa en el que le iba muy bien por lo cual decidió pedir un préstamo bancario para comprarse una vivienda propia.

Melina y su pareja vienen desde hace más de un año pagando cuotas para la fiesta de su casamiento y el viaje de la luna de miel que tendría lugar a mediados de Junio 2020.

Jonathan y Juliana alquilaron un departamento para irse a vivir juntos en Abril, estaban comprando el mobiliario cuando Jonathan se quedó sin trabajo.

Federico, en Diciembre del 2019, renunció a su empleo para emprender un proyecto empresarial propio.

Julián había renunciado a su trabajo, rescindido el contrato de alquiler y vendido todas sus cosas para, ya con pasaje comprado, en abril irse a radicar en el exterior.

“La neurosis sería equiparable a una enfermedad traumática y nacería de la incapacidad de tramitar una vivencia teñida de un afecto hiperintenso.”¹

Una vivencia traumática causa la ruptura de las barreras defensivas produciendo un estado psíquico de desamparo que

puede llegar a paralizar a la persona y ocasionar un daño considerable y duradero.

Martín:

Martín tiene 26 años, el decreto de la pandemia lo encontró en Brasil junto a su novia. Viaje que habían planificado durante todo el año y para el cual se habían privado de muchas cosas para ahorrar el dinero que iban a disfrutar en las vacaciones.

Tuvieron que regresar a los pocos días de haber llegado y realizar la cuarentena impuesta a los que venían del exterior. Al principio la novedad de la convivencia le pareció fantástica, pero al pasar los días se dio cuenta que no estaba preparado para eso y necesitaba imperiosamente estar solo. No le podía decir a ella que se fuera y él tampoco se podía ir.

Comenzó a deprimirse y a no querer hacer nada. Se iniciaron las clases virtuales de la facultad y no tomo ninguna. Con su novia prácticamente no hablaba y apenas soportaba los reclamos de ella; durante el día se la pasaba dormitando y a la noche no podía dormir. Comía todo el tiempo cualquier cosa y tuvo un aumento de peso considerable que lo deprimió aún más.

Al terminar los quince días de aislamiento obligatorio rompió con su novia y decidió que no iba a estudiar más. Regreso a la

¹ Sigmund Freud. Obras Completas. Amorrortu Editores. 2000. Tomo XVI. Pág. 252

casa de sus padres quienes requirieron consulta psiquiátrica debido a que presentaba crisis de llanto que no podía justificar.

Fue medicado psiquiátricamente y derivado a tratamiento psicológico, el cual se dificulta considerablemente debido, no sólo la distancia física, sino al estado de somnolencia que presenta a causa de la falta de sueño nocturno y los efectos de la medicación.

La imposibilidad de procesar una vivencia traumática origina un sentimiento de desconfianza, no sólo hacia el otro sino hacia sí mismo, que hace que el planificar o llevar a cabo una acción pierda el sentido, dado que “siempre” se va a malograr cualquier cosa que emprendan. Se restablecen los tropiezos del pasado que no fueron superados y se asientan como modelos de un futuro inexorable en el que invariablemente se encontrará la incapacidad de superar los inconvenientes.

No obstante, en este tipo de vivencias, es probable conseguir que las defensas que se implementaron frente a la vivencia traumática den paso a otras que causen menos daño y atenúen la posibilidad de enfermar; si se logra que puedan emplear otros recursos simbólicos, que puedan descubrir sus potencialidades y elaborar las pérdidas a través de una

terapia psicológica y, posiblemente, de un tratamiento médico farmacológico acompañado de la cooperación familiar se logre el atravesamiento de esta situación sin tanto padecimiento.

Carla:

Carla tiene 36 años, vive con su pareja desde hace seis años y también desde hace seis años comenzó un tratamiento psicológico.

Carla vive con miedos permanentes, sobre todo a las enfermedades, al decretarse la pandemia sufrió una crisis de angustia que la llevó a llamar a su terapeuta, llorando, diciéndole: “No puedo más; me duele todo el cuerpo, quiero desaparecer”.

Se tomaba la fiebre cada dos horas, llamaba a su médico para que le hiciera un hisopado y no dejaba que su pareja fuera a comprar los víveres necesarios. Adquiría la mercancía indispensable por internet y para recibir los pedidos utilizaba una vestimenta que era desechada al ingresar a su casa. Las rutinas de higiene, tanto de la mercancía como de su persona, eran agotadoras, por lo que intentaba que las compras fueran mínimas y espaciadas.

La terapia virtual se incrementó a dos veces por semana y Carla logro mitigar un poco su angustia al recordar cómo fueron trabajados los muchos obstáculos que

tuvo en su vida y de los cuales, en su mayoría, salió airosa, pudiendo notar que tiene la capacidad y los recursos necesarios para atravesar con éxito los contratiempos que podrían presentarse.

El estado actual de Carla continúa siendo angustiante pero controlable, por momentos se ríe de sus rutinas de limpieza, las que no puede ni quiere evitar y que, dada la situación, podrían ser considerados convenientes.

Sigue trabajando desde su casa y está tomando cursos del exterior que se ofrecen de manera virtual y que podrán ser validados posteriormente.

La situación de pérdida y amenaza es real, sin embargo muchos pueden superarla confiando en su fortaleza y comprendiendo que no son ni individual ni colectivamente responsables de la calamidad que azota al mundo, saben que esta vez no hubo ningún deseo consciente ni inconsciente de boicotear sus planes a diferencia de otras situaciones del pasado en las que el sentimiento de culpa hacía imperiosa la necesidad de castigo.

Las situaciones adversas para algunas personas toman el lugar de un desafío que los beneficia porque, al lograr superarlas, se sienten fortalecidos cuando se saben capaces de afrontarlas y se animan a ir en la búsqueda de otras

realidades que contribuyen a su experiencia y crecimiento.

Trabajar en desafiar los infortunios los ayuda superar las pérdidas y a saber que la tendencia a la repetición de la frustración puede evitarse.

Joaquín:

Joaquín tiene 35 años y vive solo. Se encuentra en tratamiento psicológico desde hace un año y medio. Su motivo de consulta fue la imposibilidad de desarrollo académico y a las frustraciones que permanentemente se presentaban en su vida.

Su baja tolerancia a la frustración lo llevaba a abandonar todo lo que emprendía, incluso parejas, haciéndolo sentirse “un inútil que no sirve para nada”

Al comienzo de la cuarentena Joaquín estaba muy angustiado pensando que todo lo que había logrado éste último año, como el comienzo de una carrera universitaria, el interés por un chico con el que se está viendo, el disfrutar del gym y de las clases de inglés, se iban a ir por la borda.

Sin embargo, y muy de a poco, pudo sostener sus actividades de forma virtual, inclusive su incipiente relación amorosa. Circunstancia que lo sorprendió y lo alegró; hasta se podría pensar, un poco

con preocupación, que en demasía, dado que se siente feliz, seguro y cómodo con la situación de aislamiento social... (?)

El poder ir desojando qué de los traumas del pasado funciona como impedimento para que una vivencia actual imposibilite la proyección a un futuro más feliz, ver cuál es el funcionamiento psíquico que impide construir y en que identificaciones se sostiene, sería un método posible para conseguir una rectificación subjetiva que dé lugar a que la persona pueda accionar sobre su vida más allá de las circunstancias externas.

La adaptabilidad y las reacciones a las diferentes situaciones que se pudieran presentar va a depender de los recursos que se hayan adquirido y de las dificultades que pudieron o no ser sorteadas a lo largo de la vida y que van a determinar el monto de angustia que se puede tolerar sin que sobrevenga el desequilibrio de las funciones psíquicas.

El Coronavirus cambió el escenario, truncó proyectos y sembró angustia e incertidumbre. La multinformación imprecisa que arrolla y confunde provoca mayor inseguridad y sensación de fragilidad que se traduce en desesperación e incluso en ira.

Cómo psicólogos podemos ofrecer un lugar de contención sosteniendo la continuidad del tratamiento con los

medios con los que es posible contar para permitirles el despliegue de sus miedos y sus enojos por medio de la palabra.

Si bien hay pacientes que argumentan razones lógicas para no aceptar la terapia virtual, como ser la falta de privacidad, la situación económica resquebrajada o, sencillamente, dicen no sentirse cómodos con esta modalidad, de igual modo se debería pensar en un seguimiento mínimo, una manifestación de interés de parte nuestra para que no se sientan abandonados y quizás esa pequeña maniobra se aproveche como una cuestión del presente que haga una gran diferencia en cuanto a proyectarse a un futuro que no siga los modelos del pasado.