

Entrevista

Virginia Ungar: “El arte, incluso a través de las pantallas, nos recrea y nos libera”

La argentina que preside la Asociación Psicoanalítica Internacional, entidad que fundó Freud, analiza las problemáticas que desató la pandemia y cómo la viven los chicos.



En 2017 se convirtió en la primera mujer de la historia en presidir la entidad. / Emmanuel Fernandez



Verónica Abdala

(/autor/veronica-abdala.html)

11/07/2020 - 18:01

Clarín.com (<https://www.clarin.com>) | Cultura (/cultura/)

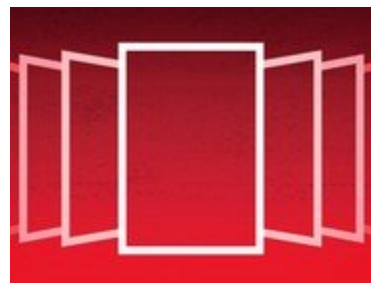
La suspensión de nuestras proyecciones sobre el futuro. El temor al contagio -e indirectamente, a la muerte-. Las preocupaciones. El encierro. Los efectos psicológicos que produce la pandemia (<https://www.clarin.com/tema/pandemia.html>) que tiene en vilo a la humanidad aparecen, en la Argentina y en el mundo, como los coletazos de una época que nos pone a prueba. ¿Como se manifiestan, y hasta qué punto los chicos también sufren? **¿La cultura y el arte, en ese contexto impredecible, pueden servir como herramienta o paliativo?**

Virginia Ungar cree que sí. Que hasta en los contextos más adversos, el juego, la creación y la expresión "han ayudado a mucha gente a sobrevivir". Psicoanalista especializada en niños y adolescentes, Ungar es desde 2017 presidenta de la Asociación Psicoanalítica Internacional (API), y **la primera mujer en la historia en presidir esta institución fundada por el padre del psicoanálisis, Sigmund Freud, en 1910**. En esta entrevista, explica en qué medida el psicoanálisis puede dar respuesta a algunas de las problemáticas contemporáneas más acuciantes.

Newsletters Clarín - Especiales Clarín

Producciones periodísticas de calidad sobre temas de amplio interés social.

Recibir newsletter



-Atravesamos un momento absolutamente disruptivo desde el punto de vista social, político y cultural. ¿Cuál es el principal impacto psicológico entre los que produce esta pandemia?

-La pandemia nos conecta a los sujetos con la vulnerabilidad, la caída de certezas y nuestros propios límites. Con distinto grado de impacto en los distintos países a nivel epidemiológico, y a nivel subjetivo, está asolando al mundo: **hay también una suspensión de la idea de futuro que afecta a los individuos, más allá de la edad que tengamos.** Quienes tienen más recursos psíquicos, resisten mejor o piden ayuda: actualmente en nuestro país hay instituciones públicas y privadas de profesionales que ofrecen ayuda gratuita; no hay que temer a recurrir a ellas cuando hace falta. Convivimos con la incertidumbre a lo largo de nuestras vidas, pero habitualmente hacemos operaciones para "no darnos cuenta". Esta pandemia nos obliga ahora a encararla de una manera bastante dramática.



Una realidad nueva, que obliga a reconocer la incertidumbre. / Germán García Adrasti.

-¿Quiénes resisten mejor?

-Aquellos que ya cuentan con recursos internos como para tolerar esta suerte de desestabilización emocional que se produce, en mayor o menor medida. El resto, puede presentar sintomatología que evidencia que no la toleran bien: los trastornos del sueño y la alimentación, la fatiga permanente, ansiedad, incluso la depresión, son pruebas de que la mente "no alcanza" para procesar lo que ocurre.

-La aparición de un virus del que se sabe poco y nada, y frente al que no hay tratamiento por ahora, nos somete a una situación inédita, quizás comparable solo con las grandes guerras...

-Ese elemento, el del desconocimiento, lo vuelve aún más terrible. Porque los recursos con los que cuenta la ciencia son hasta acá insuficientes.



Mirá también

Una argentina frente al gran diván freudiano

(/revista-n/ideas/argentina-frente-gran-divan-freudiano_0_BkvTskglW.html)

-La incertidumbre y el temor, el aislamiento, ¿se siente como una verdadera prueba psicológica?

-Lo es. Las cuarentenas son -en el mundo- la única forma conocida de aplacar el nivel de contagios y sin embargo no implican la cura. Toda esta situación genera estrés.

-El aislamiento nos lleva directamente al tema de la soledad: no es lo mismo estar solo -o saber estar solo- que sentirse solo. ¿De qué depende que la soledad derive en una emoción negativa y hasta agobiante, incluso cuando se convive con otras personas?

-Es muy interesante esa distinción: estar solo versus sentirse solo, porque efectivamente hay muchos que se sienten solos aunque estén acompañados en sus casas por otras personas. El abatimiento dependerá de los mismos recursos internos con que cuenta cada individuo. El sentimiento de soledad afecta hoy a millones de personas, al margen de que físicamente estén acompañadas o no, trabajen o no: hablamos de un impacto social de un alcance brutal, en este sentido. Pero ojo, es tan importante saber estar solo -o pedir ayuda cuando esa soledad termina resultando agobiante o

angustiante- como poder sostener los vínculos preexistentes, mantenernos en contacto con nuestros seres queridos y amistades, tanto poder estar solo como saber mantenerse en contacto, son dos signos de salud mental.

-¿Esos recursos internos incluyen el hecho de poder contenernos a nosotros mismos?

-Sí, no es algo que se elige, sino que se logra hacer o no. Y es importante entender que además de cuidarnos del virus debemos cuidar nuestra salud mental y nuestros vínculos. Hay dos polos extremos y muy evidentes que enmarcan una gama muy diversa de angustias: son la negación y la paranoia. Entre esos dos extremos, cada uno se ubica como puede; no a todos nos afecta de la misma manera.

-¿Los chicos y los jóvenes son más plásticos para adaptarse a esta realidad nueva o, por el contrario, están más indefensos?

-Yo creo que ambas cosas. Por un lado, tienen una mayor y más rápida capacidad de adaptación, pero por el otro necesitan cuidado. Vemos una gama muy variada de reacciones y de sintomatología asociada a esta situación. Paradójicamente, los más fóbicos y quienes tienen tendencia a la retracción, en el contexto del aislamiento se sienten más a salvo; y otros más "sanos" lo sufren más.

-¿Ellos sufren en igual medida el alejamiento presencial de sus amigos y familiares, pese a estar más habituados que los adultos al uso de la tecnología?

-Casi todos extrañan, sobre todo, el contacto físico con sus pares. Para ellos ésta es una privación bastante dramática. Los que tienen hermanos la pasan un poco mejor. Pero en todas las clases sociales vemos un alto porcentaje con mayores niveles de temor, algunos con fobias o mayor ansiedad y tristeza.

-¿Los salva el juego?

-Los ayuda. Y como juegan más que los adultos, encuentran mejores herramientas para hacerle frente al temor y la incertidumbre: dibujar al virus, por ejemplo. Es una forma de resistir la ansiedad de los padres, el conteo de muertos en la televisión, el hecho de escuchar que pueden ser transmisores asintomáticos y por tanto amenaza para otros; una serie de datos que los angustian.

“Como los chicos juegan más que los adultos, encuentran mejores herramientas para hacerle frente al temor y la incertidumbre”.

-¿La lectura, la música y el arte pueden servir como paliativos en un contexto como éste?

-Por supuesto. Uno de mis maestros, Donald Meltzer, decía que exponernos al arte, cura. Yo no doy tips, porque toda situación es singular, pero **el arte, en cualquiera de sus manifestaciones – incluso a través de las pantallas- sana**, suma, nos recrea y nos libera.

-El arte tiene un efecto terapéutico, entonces.



Mirá también

El eterno (y cambiante) femenino

(/revista-n/ideas/eterno-cambiante-femenino_0_2_ahh4SHP.html)

-Sí, porque permite también encontrar en el afuera situaciones del mundo interno que agobian. Por eso a los adolescentes les gustan, por ejemplo, las películas de terror: porque están llenos de terrores internos.

-¿Encarar una actividad artística permite sublimar el dolor?

-Sí, la sublimación, en la definición freudiana clásica, supone dar curso a las pulsiones e impulsos hacia un fin socialmente aceptado. Y en ese sentido, más allá de lo erótico, el arte permite procesar las emociones. La creación es un recurso al alcance de todos -más allá de los recursos materiales, se puede crear hasta con dos ramitas- y los chicos son nuestros maestros en materia de expresión, de la creación y del juego.



Ungar. Estar solo no es lo mismo que sentirse solo, distingue. / Emiliana Miguelez

-¿Hay que poner y sostener límites a los chicos en este contexto o hay que relajar?

-Hay que proveerles sobre todo tranquilidad. La necesidad de transgredir muchas veces tiene más que ver con lo que hacen –o no– los padres que con los chicos. Los límites hay que ponerlos pero siempre en beneficio del chico, cuando se precisa un tope. No porque un padre o una madre está cansado o está sobrecargado. A los más chiquitos, más que decirles que "no" a algo o de mala manera, a veces es útil pensar cómo se les puede dar mayor tranquilidad o serenidad, cómo ayudarlos en eso que expresan, lo que están necesitando.

-Durante el aislamiento obligatorio aumentaron también drásticamente los femicidios y la violencia de género. ¿Qué hay detrás del odio de algunos hombres hacia las mujeres?

-Un miedo muy profundo, aunque sea un poco simplista plantearlo así. La violencia contra la mujer es una realidad terrible y en el marco de la convivencia cerrada la agresión aumenta. Desde el punto de vista psicoanalítico, es complejo el tema: involucra la sociedad patriarcal y la violencia de género, un tema que vengo estudiando hace cinco años. En mi visión, tiene que ver con la construcción de la masculinidad según parámetros patriarcales, con la fuerza como concepción asociada al género.

-¿Para el hombre formado según esos parámetros la mujer empoderada aparece como una amenaza de aniquilación?

-Sí, hay una construcción mental que es puesta en jaque; entonces aparece la agresión. Los seres humanos tenemos una bisexualidad constitutiva, y en ese sentido los hombres agresores son incapaces de hacerse cargo de su "parte femenina". Ese conflicto enorme con su propia feminidad y su relación primaria, están imbrincados en una problemática que de todas formas es más compleja, pero tiene que ver con que hay una mujer transformada, la que ha roto con el mandato de silenciar su voz y hombres en proceso de deconstrucción. Ojo, es un proceso que involucra también a las mujeres: la imagen de la mujer en un lugar pasivo tiene que ver con mandatos culturales. Y eso no es sólo atribuible a los hombres, sino que también ha sido aceptado y transmitido por muchas mujeres. Todos, entonces, deberemos atravesar ese proceso de deconstrucción de aquello que ya estaba incorporado.