

Análisis cualitativo de las entrevistas individuales y grupales

Lo que sigue son las conclusiones a las que arribamos a partir de entrevistas colectivas e individuales realizadas con alumnxs de la Universidad de Tres de Febrero, profesionales de la salud mental y orientadoras de escuelas de nivel medio del partido de Tres de Febrero. Por cuestiones legales y administrativas inherentes al ámbito educativo, tuvimos contacto con un reducido grupo de estudiantes secundarios de una sola escuela. Allí, lxs estudiantes realizaron la encuesta a través de su docente, y pudimos dar continuidad al tema que nos convocaba a través de una actividad de producción de memes y una reunión de algunos miembros del equipo de trabajo con lxs estudiantes. En el resto de los colegios, las encuestas fueron administradas por docentes de cada escuela, quienes recibieron orientación para hacerlo por parte de nuestro equipo. Por lo tanto, en lo que respecta a lxs adolescentes, contamos con los resultados de las encuestas, los memes producidos por un grupo de estudiantes y los testimonios de orientadoras, directivxs y algunxs docentes que aceptaron generosamente hablar con nosotrxs. Para respetar la privacidad de lxs entrevistadxs, reemplazamos los nombres por iniciales. En el caso de dos personas con la misma inicial, las distinguimos por los números 1 y 2 si pertenecían al mismo sexo, o por la abreviación (h) y (m) si se trataba de un hombre y una mujer. Las edades de lxs entevistadxs oscilan entre los 22 y los 63 años. Conviene recordar que el cuerpo de estudiantes de la UNTREF tiene un promedio de edad relativamente alto comparado con otras universidades tales como la UBA. El objetivo de estas entrevistas no fue obtener material “estadísticamente relevante”, sino ganar un acceso más directo a las miradas subjetivas de los actores sobre la pandemia y, por eso, esta sección abunda en citas textuales de lo dicho por nuestros informantes. Tanto en la sección de estadísticas como en la presente, no buscamos hacer generalizaciones amplias, sino más bien utilizar la información recopilada como una puerta que nos permita ingresar (y comprender) en el espacio de lo pensable y lo decible sobre la experiencia pandémica.

Las entrevistas fueron realizadas de manera presencial o por medio de plataformas audiovisuales, entre julio y setiembre de 2022, es decir, en un contexto que podía ser caracterizado como de “postpandemia”. Las mismas tuvieron una duración promedio

Equipo de Investigación "Malestar Pandémico: efectos psicológicos de la pandemia en un ámbito educativo local"

de dos horas y fueron grabadas con el consentimiento de lxs entrevistadxs. Buscamos generar un espacio que permitiera a nuestros entrevistadxs expresar y discutir miradas reflexivas desde el presente sobre lo vivido durante el periodo más duro de la pandemia y el confinamiento. En algunos casos, cuando la cantidad de entrevistadxs y la naturaleza de la interacción lo ameritaba, recurrimos a la técnica de "entrevistas grupales". En otros casos, optamos por dejar que la conversación se desarrollara libremente.

Con el fin de incorporar la perspectiva de especialistas en salud mental, entrevistamos también a una serie de profesionales de la salud, quienes realizaron aportes valiosos sobre la experiencia del trabajo con pacientes durante la pandemia.

Hemos dividido la exposición en siete líneas o dimensiones que aparecieron en nuestras conversaciones: a) Percepciones generales sobre la pandemia y la cuarentena; b) Percepciones sobre el tiempo y la temporalidad, c) Malestares originados en la situación pandémica; d) Recursos utilizados para gestionar el malestar; e) Percepciones sobre la actividad académica y vínculos asociados a la vida universitaria; f) Vínculos afectivos en general; g) Vuelta a la "normalidad".

A) Percepciones generales sobre la pandemia y la cuarentena

El material originado en las entrevistas viene a confirmar la percepción general surgida de las encuestas en el sentido de que las experiencias de la pandemia y la cuarentena son procesadas desde el presente post-pandémico de manera ambivalente. En efecto, nuestrxs informantes reportan haber experimentado la pandemia y el confinamiento con sentimientos que pueden ser caracterizados como positivos y negativos. Es posible, incluso, encontrar una especie de "nostalgia de la pandemia" entre algunxs de lxs entrevistadxs. La dimensión central que genera sentimientos encontrados es la que se vincula con el uso del tiempo y la noción de temporalidad anudados a las experiencias vividas durante la cuarentena, aspectos sobre los que nos detendremos en el apartado siguiente.

Tanto entre lxs encuestadxs como entre lxs entrevistadxs, se observa una fuerte correlación entre las condiciones materiales de vida y las valoraciones positivas o

Equipo de Investigación “Malestar Pandémico: efectos psicológicos de la pandemia en un ámbito educativo local”

negativas de las experiencias vinculadas a la pandemia. En efecto, aquellxs que contaban con hogares relativamente espaciosos, acceso fácil a internet, y que no sufrieron penurias económicas son quienes más han manifestado la percepción de la existencia de elementos positivos en la experiencia pandémica. La búsqueda de nuevas actividades y la posibilidad de abrir nuevos espacios de disfrute aparecen de modo recurrente. Por ejemplo Y., estudiante de la Licenciatura de Administración y Gestión de Políticas Sociales de 29 años, sostuvo que el confinamiento: “me permitía estar tranquila, estudiando virtualmente y, además, con mi compañero viajamos a San Luis donde vive mi suegra, estuvimos tres meses. Eso lo pudimos hacer porque estaba todo virtual, sino en otro momento no nos habiéramos podido quedar tanto tiempo. Yo pude estudiar desde allá”.

Esta dimensión positiva asociada a la virtualidad es compartida por varixs de lxs entrevistadxs. S., por ejemplo, de 31 años y cursante de la Licenciatura en Higiene y Seguridad, sostiene que, en términos generales, el balance de la experiencia pandémica resultaría positivo: “yo creo que todavía seguimos en un proceso de transformación. Al menos yo, en mi caso, no tenía tan en claro esta posibilidad del trabajo 100% virtual, al menos hasta antes que sucediera la pandemia. Tenía algunos casos conocidos de gente de sistemas que trabajaba así y no entendía cómo no se volvían locos, pero después entendí que se podía”.

Otro rasgo positivo, señalado por los entrevistados, se vincula a la necesidad generada durante el encierro de “aprender cosas nuevas” y de buscar soluciones ingeniosas a problemas cotidianos. J., docente que cursa la Licenciatura en Estadísticas, planteó que la situación de encierro la obligó “a tener que investigar, tratar de saber usar un montón de herramientas tecnológicas”. Por su parte, P2., profesora de música y estudiante de música de la Universidad, tuvo que recurrir a su imaginación y a nuevos recursos técnicos para dar clases en una disciplina eminentemente práctica, como es la ejecución de instrumentos musicales. Por otro lado, la cantidad de estudiantes que tomaban clases privadas con ella se incrementó considerablemente, ya que gente con actividades profesionales de tiempo completo ahora se encontraba con momentos que antes les estaban vedados para dedicarse al aprendizaje de un instrumento, aunque sea

Equipo de Investigación “Malestar Pandémico: efectos psicológicos de la pandemia en un ámbito educativo local”

de manera virtual. Al terminar la situación de cuarentena, muchos de ellxs abandonaron las clases al tener que retornar a sus tareas habituales. Otrxs entrevistadxs iniciaron actividades creativas que habían deseado realizar, a veces desde mucho tiempo atrás, para las que sus obligaciones laborales y académicas habituales no les había dejado tiempo.

Esta experiencia “optimista” de la situación de cuarentena no pasó desapercibida a muchos profesionales de la salud mental que trabajaron intensamente durante esos meses. Si bien en sus relatos hacen referencia a intensos y novedosos padecimientos, en muchos casos también señalan formas menos dramáticas de atravesar la cuarentena. Así observa G, por ejemplo, psicólogo grupalista y psicodramatista, quien asegura que: “hay gente a la que el aislamiento que le produjo la pandemia la hizo sentirse protegida de cosas que la amenazaban de su realidad en el mundo exterior.” De hecho, en esos casos, “el problema más grave ha sido salir de la guarida que se instaló como un lugar legítimo.”

Estos aspectos positivos de la cuarentena, sin embargo y como es de esperar, son contrapuestos a otras dimensiones fuertemente negativas. Como señala uno de nuestros informantes, la sensación era que “estábamos todos ahí, casi como siguiendo el día a día de una guerra, contando los muertos de un lado, del otro”. El miedo a la muerte, al contagio propio o a convertirse en agente del contagio de otrxs son prevalentes entre nuestrxs informantxs, así como entre lxs encuestadxs.

En muchos casos, los rasgos positivos y negativos de la experiencia pandémica son enunciados por las mismas personas como dos caras de un proceso complejo. Por otro lado, resulta relevante destacar que el mismo aspecto que tiene valoraciones positivas para algunos lo tiene negativas para otros. Un ejemplo claro de esto, como se verá más abajo, se relaciona con el uso del tiempo.

Otro de los problemas más ampliamente compartidos por lxs informantes parece haber sido el de las fricciones vinculadas a las dinámicas de convivencia, sobre todo entre aquellxs que expresaron haber tenido dificultades materiales para gestionar la situación de encierro. Estas situaciones desembocaron, en algunas oportunidades, en

Equipo de Investigación “Malestar Pandémico: efectos psicológicos de la pandemia en un ámbito educativo local”

conflictos de pareja, como es el caso de E(m), veterinaria que cursa la Licenciatura en Estadística y se desempeña como docente en la UBA, que terminó separándose de su pareja durante el encierro. Las orientadoras de nivel medio con quienes interactuamos, también han señalado problemas de convivencia intrafamiliares como uno de los más serios inconvenientes que han debido afrontar los alumnos (por lo general pertenecientes a los sectores populares) de las escuelas donde actúan.

Para algunxs, el encierro provocó fobias o miedos a “salir afuera”, una vez que esto fue posible. En términos generales, lo que se manifiesta de las entrevistas es una suerte de “extrañamiento” de lo cotidiano. P1, estudiante de la Licenciatura en Higiene y Seguridad de 42 años, menciona el hecho de que conductas que “antes” eran vistas como naturales, adquirieron otro sentido a partir de la pandemia: “sí me pasó a mí, en lo personal, de revalorizar el encuentro con el otro, valorar cosas que parecían garantizadas, como: ‘es obvio que te voy a ver’”. Lo familiar se vuelve ajeno, y fue necesario un proceso de “reaprendizaje” de conductas cotidianas. Como señala P1. “Cuando salía me pasaba que no quería acercarme a la gente, no quería que me hablen. Me costó bastante en el tiempo poder reactivar una vida social normal”. En la misma línea, X, estudiante de Ingeniería en Computación de 22 años, recuerda que: “Ya hasta incluso salir lo considero muchas veces como una obligación y ya perdí esta cosa placentera de hacer alguna actividad física, o algo que sea el cable a tierra”. P1. señala que “si podía evitarlo, mejor, era casi una satisfacción para mí no salir de mi casa”. Mi., estudiante de Gestión del Arte y la Cultura de 29 años, por su parte, señala: “debo decirlo, no respeté totalmente la cuarentena, cada quince, veinte días me juntaba con gente, con un grupo particular de amigos con el que nos veíamos unos días, veíamos si había algún efecto, si nos contagiábamos o no y nos volvíamos a ver cada quince días”.

También quienes observan el comportamiento entre estudiantes secundarios refieren situaciones análogas. Es el caso de N., orientadora de una escuela media en Tres de Febrero, quien menciona las dificultades de los estudiantes de secundario para socializar entre sí luego de la cuarentena, “a un punto de generar situaciones hasta de pánico, de no querer hablar con otros, relacionarse con otros.” Y V., su compañera de orientación, coincide en la novedad de “situaciones de apatía, o situaciones de

Equipo de Investigación “Malestar Pandémico: efectos psicológicos de la pandemia en un ámbito educativo local”

autolesiones, desgano general, chicos que están muchísimas horas delante de la computadora y tienen muchísima desorganización horaria, siguen con la desorganización horaria que traían de pandemia y no logramos a lo mejor la asistencia regular (...). El problema de la deserción postpandémica fue notado con preocupación por orientadoras, docentes y directivxs con quienes conversamos.

Otro aspecto central que es percibido de modo negativo se asocia con la falta de recursos, trabajo y la crisis económica generadas por la situación de la pandemia. M., por ejemplo, estudiante de Historia de 59 años, que trabaja al mismo tiempo como mecánica dental, relata que estuvo un par de meses casi sin trabajar o trabajando muy poco:

Ese sentido me dio más tiempo también para la facultad, pero con la preocupación de que yo vivo de mi trabajo y si no trabajo, no como. Entonces ese era el problema. Por supuesto me adherí al IFE, que fueron dos o tres meses nomás, así que algo ayudó, pero tenía que pagar el alquiler, mis cuentas de todos los meses y bueno... algunas cosas me atrasé, pero más o menos la fui piloteando.

En un sentido parecido, Mi. nos contó que ella y su marido quedaron en una situación económica precaria y agrega:

Por suerte teníamos quiénes nos ayuden y no es que la pasamos re-mal, pero no teníamos independencia económica básicamente, dependíamos de nuestros viejos un poco y de ayudas externas y de los subsidios, del IFE [Ingreso Familiar de Emergencia]. Hasta que a fin de año se fue acomodando un poco la situación.

Otro núcleo de problemas se vincula con el uso de las redes sociales, especialmente entre lxs adolescentes. Para M, psicóloga y coordinadora de consultorios externos en una institución, el uso intenso de dispositivos electrónicos fue tal vez una de las causas centrales de ansiedad en la infancia,

Yo empecé a ver en niños más pequeños como trastornos de ansiedad verdaderos, pero no por la pandemia, [sino] por el uso de los dispositivos que no es lo mismo, por supuesto. Con la pandemia, los chicos tuvieron que usar los dispositivos por el colegio y para relacionarse con sus amigos pero el estrés fue producido por el dispositivo, por la pantalla, no por la pandemia.

Equipo de Investigación “Malestar Pandémico: efectos psicológicos de la pandemia en un ámbito educativo local”

Las orientadoras de nivel medio con las que hemos interactuado han señalado que uno de los motivos de conflicto entre lxs alumnxs en el período posterior a la pandemia se relaciona con el uso de redes sociales. En este sentido, el origen de los problemas se asocia tanto a lo que ellas caracterizan como un “mal uso” de las redes con fines abiertamente violentos, como a los malos entendidos, muchas veces no intencionales, originados en la comunicación llevada a cabo casi exclusivamente por medio de WhatsApp o las redes. Esto se contrapone a la necesidad mostrada por muchxs alumnxs de nivel medio de expresarse, ya sea verbalmente o por medio de memes y otros recursos gráficos, acerca de la experiencia pandémica. Por su parte, J. que además de estudiar trabaja como docente de nivel medio, refiriéndose a lxs alumnxs de la escuela donde se desempeña, nos señalaba:

El problema que tienen de vínculos es terrible. Les cambió porque no tienen la habilidad social de encontrarse, de: “uy, sí, se me cayó, perdóname”. No, es todo: “fue a propósito”, todo muy susceptible. Y conflictos todo el tiempo. Estupideces, te ponés a hablar y decís: ¿qué?, ¿por qué?, y es terrible cómo afectó a los más jóvenes.

La referencia a la creciente conflictividad y la violencia vinculada al uso de redes y celulares entre estudiantes secundarios es constante entre orientadoras: “todo el tiempo tenemos que estar interviniendo por cuestiones... están filmando a un docente, o se están provocando, involucran a algún adulto externo a la escuela durante horario de clase, o sea, son todas cuestiones de mucha intervención,” señala V.. Junto con muchas otras orientadoras, V. llama la atención sobre la creciente proclividad a la agresión física desde situaciones que comienzan dentro de redes, y que en su mayoría involucra a las chicas. Todo esto es algo que, sostienen, se incrementó luego de la pandemia. Otra orientadora, V.2, señala la dificultad que manifiestan lxs estudiantes para establecer una diferencia entre espacios virtuales y realidad: “Perdieron ese contacto fluido que solían tener y esta cuestión que no logran diferenciar virtualidad de realidad porque a veces hacen cosas que cuando uno los llama a la reflexión o intenta ver, se quedan como diciendo: es verdad.” La dificultad de distinguir los límites puede relacionarse con la falta de herramientas que presentan para resolver los conflictos que

Equipo de Investigación “Malestar Pandémico: efectos psicológicos de la pandemia en un ámbito educativo local”

se originan en el espacio virtual y que escalan de inmediato a la agresión física. La profundización del uso de dispositivos digitales como sustituto de la socialización a nivel personal es tal que, como dice V., “A veces las escenas de los recreos es cada uno con su teléfono, en subgrupos, en cada rincón del patio y demás, pero cada uno con su teléfono”. En la misma sintonía, V.2 afirma: “son adolescentes, suponemos que tienen que estar todo el tiempo juntándose, tocándose, características propias de la edad, lo que uno espera, hasta molestándose, en el mejor sentido de la palabra. Sin embargo todo lo hacen de manera muy distanciada”

Algo parecido a situaciones de conflicto a partir del uso de redes ~~esta última situación~~ fue señalada también por algunos de los estudiantes universitarios entrevistados, lo que mostraría que no se trata de un problema reducido solamente a los adolescentes. M. por ejemplo, hace referencia a peleas y conflictos entre amigas: “También hubo cuestiones de peleas entre amigas, porque los nervios y las angustias afloraron y hubo ese tipo de encontronazos [...] fue en la pandemia por cuestiones que uno habla en el WhatsApp”. J. también enfatiza los problemas derivados de los malos entendidos con el sistema: “Por WhatsApp ni hablar, porque si alguien leyó lo que escribiste con otra entonación, no sé... podés perder ese contacto para siempre, es muy susceptible, muy susceptible; lo que digas será usado siempre en tu contra, es así”.

Muchas relaciones, como se señaló, se volvieron conflictivas. Y en esto, el doble juego de la virtualidad y la situación de stress propia de la pandemia parece haber sido crucial. La situación de sensibilidad extrema, susceptibilidad, e intolerancia por agobio se repite desde muchos ángulos. Así por ejemplo, para G, psicólogo clínico de varios años de experiencia, observa esto en carne propia:

Lo que sí se apreciaba era el nivel de tensión y de susceptibilidad exacerbada que en general todo el mundo estaba padeciendo, y que repercutía tanto en sus vínculos familiares como también en la posibilidad de tener una cierta tolerancia con la exasperación que también tenían los otros, sobre todo si no eran pacientes porque en los pacientes había una cuestión de más cuidado en el sentido de poder respetar la distancia óptima y todo lo demás pero de los colegas tal vez a veces costaba menos trabajo admitir que estaban tan asustados como uno mismo, o tan nerviosos, o tan tantas cosas.

Equipo de Investigación “Malestar Pandémico: efectos psicológicos de la pandemia en un ámbito educativo local”

Respecto de la sensación general experimentada por lxs entrevistadxs durante la pandemia, mientras G. una estudiante de 44 años que cursa la carrera de Licenciatura en Psicomotricidad y docente de Educación Física, pensaba que la misma se trataba de algo provisorio que iba a pasar muy rápidamente junto con las medidas restrictivas, M., por el contrario, encontraba que se trataba de una situación nunca vivida que podía ser de muy larga duración, lo que le provocaba angustia: “Bueno...

¿cuándo saldremos? Toda esa sensación de decir... que nos pase una cosa así es algo increíble, decir ¿Cómo puede ser que tengamos que estar encerrados? Y seguramente va a ser por varios años”.

B) Tiempo y temporalidad durante la pandemia

La situación de pandemia y confinamiento fue una experiencia disruptiva que fue vivida por muchxs como un momento de “crisis”. Siguiendo a algunos antropólogos, podemos definir una crisis como una “condensación de presente”, es decir, de quiebra y obligada reformulación de las relaciones entre pasado y futuro, y esto no siempre fue percibido como una experiencia negativa. Para algunxs, la experiencia de la pandemia permitió, sobre todo en los comienzos del confinamiento y la concomitante reformulación de la cotidianidad, generar un espacio de recuperación del “tiempo propio”, opuesto al “tiempo alienado” de la vida cotidiana y laboral. Lo que algunxs experimentaron fue la posibilidad de “reapropiación del tiempo” al reducirse el campo del “tiempo público”. Sin embargo, dado que las fronteras entre “tiempo privado” y “tiempo público” se volvieron difusas, otrxs experimentaron esta situación de manera negativa ya que se volvía más difícil establecer límites claros entre las diferentes dimensiones de la vida, y esto generaba situaciones que eran vistas como de “sobreexplotación”.

Como ejemplo del primer caso, podemos referir al sentimiento de “nostalgia” que algunxs experimentan sobre la situación de encierro. Se suele valorar positivamente el primer momento de la pandemia como un periodo de suspensión parcial del ritmo de vida acelerado. X. lo sintetizaba de este modo: “Voy a decir algo que quizás es un poco inédito, pero al principio de la pandemia, bien al principio, lo consideré como un alivio.

Equipo de Investigación “Malestar Pandémico: efectos psicológicos de la pandemia en un ámbito educativo local”

Fue un parate, un stop a cualquier tipo de actividad en las que yo me sentía muy saturada en el momento y sentí que necesitaba un freno”. En este sentido, el aislamiento fue experimentado como la posibilidad de abrir un espacio de desalienación. Este rasgo también se percibe en las encuestas, cuando preguntábamos sobre qué aspectos (si es que había alguno) se extrañaban de la pandemia (ver sección de estadística). Como señala G., que sufría una enfermedad preexistente:

Lo viví bien después de todo. Hay cosas que hasta incluso mejoraron. No lo digo en términos de relaciones porque estábamos encerrados, pero hay cuestiones de la organización... yo porque tengo esta carga de estar pendiente con la obra social, pero también la obra social se flexibilizó, trámites que tenía que ir presencialmente se hicieron de manera virtual y eso también habla de cierta calidad de vida y de tiempo en el que uno puede disponer incluso para estar mejor predisposto para estudiar, o para otro tipo de cuestiones.

Durante la pandemia, G. experimentó la posibilidad de recuperar el “tiempo robado”: “Hay ese robo de vida, de tiempo del sujeto que la virtualidad vino a revertir, me parece, en ese aspecto”. Recordemos, sin embargo, que estas expresiones son formulaciones realizadas desde un presente post-pandémico, mediatizado por el trabajo de memoria y de reflexiones posteriores, y no necesariamente se condicen exactamente con lo experimentado *durante* la fase de confinamiento.

Algunxs de lxs entrevistadxs, que consideraban que su vida pre-pandémica estaba sobrecargada y se sentían sobreestresadxs, vivieron los primeros momentos de la pandemia como una oportunidad de “bajar las revoluciones”, recuperar el tiempo propio y generar espacios de autorreflexión. También G, como psicólogo, observó que en el “impasse” de la pandemia mucha gente “descubrió cosas alternativas que podía hacer y que le resultaron una herramienta para volver afuera.” A E (h). que cursa la licenciatura en logística a sus 42 años, mientras se desempeña como docente, por ejemplo, los primeros tiempos de la pandemia le sirvieron para “absorber lo que uno veía en las pantallas”, pero también para “replantearse uno cómo se sentía”. Un nuevo espacio de “tiempo propio” abría un universo de posibilidades para generar miradas hacia el interior de la propia subjetividad. También entre estudiantes secundarios, la referencia al tiempo se vuelve muy significativa. Ante la pregunta formulada en la

Equipo de Investigación “Malestar Pandémico: efectos psicológicos de la pandemia en un ámbito educativo local”

encuesta, “¿extrañas algo de la pandemia?,” muchas respuestas fueron elocuentes: “tener más tiempo libre,” “tener más tiempo para mí y para pensar,” “el tener mi tiempo para pensar en mí,” “pasar más tiempo con mi familia,” “no tener que levantarme temprano.” Son referencias que nos hablan de una sensación de liberación de exigencias y de expansión de lo propio, elaboradas a partir de la disponibilidad de tiempo que habilitó la pandemia.

Sin embargo, es también entre adolescentes donde la pandemia se vivió como pérdida de tiempo, o como un robo de su vida que cuesta reparar. Nos lo dicen, sobre todo, lxs psicoanalistas. Entre muchxs de sus pacientes adolescentes o jóvenes, la pandemia se recuerda con rencor, y es asociada a un sentimiento de pérdida de los que estaban destinados a ser “los mejores años de su vida”. La imposibilidad de salir, juntarse, bailar o entretenerse colectivamente fue particularmente dolorosa en esa franja etaria. Y le da su tonalidad también a la experiencia del tiempo en la postpandemia, que se les aparece como una carrera por compensar lo perdido. Como resume un psicoanalista, la actitud de muchxs pacientes es: “ahora voy a recuperar el tiempo perdido, ahora voy a salir todo lo que no salí, ahora voy a hacer todo lo que no hice.” A su vez, en la producción de memes realizada por estudiantes puede observarse la frustración por una temporalidad que se percibe como repetitiva, vinculada con el encierro que se reitera una y otra vez (Meme N.º 5).

Junto con la posibilidad de reapropiarse del tiempo, también, como se señaló, la pandemia y la experiencia del confinamiento borraron (o, al menos tornaron mucho más porosas) las fronteras entre “tiempo privado” y “tiempo público”, y esto no siempre fue experimentado de manera positiva. Así, mientras que, como se vio, algunxs de los entrevistadxs señalaban como aspecto positivo el haber experimentado una reapropiación del tiempo, permitida por la flexibilidad asociada a la virtualidad, para otrxs, esta “falta de horarios” tuvo efectos devastadores. En una sociedad hegemonizada por el “tiempo objetivo de los relojes”, la recuperación del “tiempo subjetivo” requería de un aprendizaje que no todxs se sintieron en condiciones de realizar. La falta de “tiempo objetivo” fue vivida por algunxs como un factor desestructurante y desestabilizante. J., por ejemplo, reconoce que “para mí, sin

Equipo de Investigación “Malestar Pandémico: efectos psicológicos de la pandemia en un ámbito educativo local”

horarios, eso me aniquiló”. P1. una estudiante de 42 años que cursa la Licenciatura en Higiene y Seguridad, por otro lado, recuerda los problemas de sueño (este se trata de un problema recurrente) que experimentó durante la pandemia. El problema se vinculaba, en su percepción, precisamente a la falta de horarios asociada a la “flexibilidad”, tan apreciada por otros. “No había día y noche”, recuerda. Lo mismo sostiene L., estudiante de Producción audiovisual de 22 años. L. comenzó a armar un podcast sobre su serie favorita que la mantenía “centrada, porque sin eso y sin tener presencial la universidad, me pierdo en el tiempo, no sé cuándo es lunes, cuándo es martes, cuándo es fin de semana [...] yo, por ejemplo, que vivo en mi pieza todo el tiempo, no sé cuándo es de día, no sé cuándo es de noche”. L. encuentra que el aislamiento, precisamente porque le permitió “perderse en el tiempo”, la autorizaba, de manera paralela, a encerrarse y aislarse de la realidad exterior “porque preferí no enterarme de qué pasaba en la tele, no enterarme de qué decían afuera, así que no tengo ni idea de eso”. Frente a esta situación, apeló a autoimponerse rutinas que le permitieran ordenar (o, más bien, reordenar) su vida. X., por su lado, considera que la flexibilidad, lejos de proporcionar una ventaja, otorgaba a sus jefes en el estudio contable en que trabaja mayores oportunidades para ampliar el espacio de explotación: “No cortabas nunca, estabas laburando doce horas por día, catorce, dieciséis; otros días eran veinte horas, otras veces de lunes a lunes, que los feriados, que también los fines de semana. Estaba presente, muy presente, ese abuso”. En este mismo sentido, algunas de las orientadoras del nivel medio entrevistadas manifestaban la falta de horarios en sus trabajos, la disponibilidad a tiempo completo, que se vinculaba también a las horas que lxs adolescentes estaban disponibles: “No había horario. Ni horario ni días de semana. O sea, si era para los chicos yo estaba disponible. Ellos manejan un horario más de madrugada obviamente y sí, estábamos.”

Por otro lado, la pandemia, el encierro y la imposibilidad de realizar actividades sociales o deportivas, es decir –y paradójicamente–, de disponer del propio tiempo de ocio, fue percibido también como la imposibilidad de “descargar” tensiones. E (h) nos dice al respecto:

En la lógica pre-pandémica, donde uno decía: “tengo tiempo donde estoy

Equipo de Investigación “Malestar Pandémico: efectos psicológicos de la pandemia en un ámbito educativo local”

alienado por mi trabajo, por la vida, por todo, pero tengo una vía de escape que podía ser el tiempo de ocio”, se venía manteniendo el nivel, como si se llenara un tanque, pero se vaciara un poquito. Y de repente, la posibilidad de esa vía de escape se obturó, entonces empezó a aflorar todo eso.

Otro problema vinculado al uso del tiempo tiene que ver con la sensación de “tiempo vacío” generado por la larga cuarentena. Lo que para muchxs fue vivido como la posibilidad de reapropiarse del tiempo y para otrxs como una experiencia desestructurante, todavía en otrxs generó la idea de “tiempo vacío” que había que llenar de alguna manera, y esto generó, también, sentimientos de culpa. E(m)., por ejemplo, cuenta que, durante la cuarentena, comenzó a ver videos de meditación, “y, en realidad, no era algo que andaba buscando y todo eso, sino que me parece que iba más a ‘llenemos el tiempo’”. Para L., por su parte, el problema se vinculó a su incapacidad auto-percibida para poder concentrarse y cursar las materias que ella se había autoimpuesto. Esto le generó la sensación de estar “perdiendo el tiempo”. Para N., un estudiante de Ingeniería en Sonido que vivía con sus padres durante la pandemia, por otro lado, la experiencia de contar con tiempo libre –visto por otros informantes como un valor positivo– se convirtió en fuente de sentimientos de culpa. Recuerda: “Y, por otro lado, vivía con un estrés permanente, tenía en la cabeza una especie de chip que me decía: ‘estás en la casa de tus viejos, te están bancando, solamente tenés que tomar la clase y estudiar’. Y, aun así, no lo podía hacer, no estaba concentrado, no estaba anímicamente bien”. Lo que algunxs experimentaron como la posibilidad de vivir un “tiempo pleno”, para otrxs, en cambio, fue la necesidad de llenar un “tiempo vacío”.

La pandemia y sus consecuencias vinculadas al confinamiento y a la incertidumbre forzó a algunxs a repensar y reflexionar sobre el régimen de temporalidad en que estaban inmersos: es decir, sobre las relaciones subjetivas establecidas entre pasado, presente y futuro. Así, por ejemplo, A., estudiante de la Licenciatura en Información Geográfica de 63 años, concluye de la experiencia de la pandemia que “hay que vivir el presente” y, por lo tanto, que no tiene sentido formular planes a largo plazo: “Yo, expectativas no tengo ninguna. O sea, aprendí que hay que vivir hoy y nada más que hoy. No sabés dentro de media hora qué te puede pasar. Eso me dejó la pandemia”.

Equipo de Investigación “Malestar Pandémico: efectos psicológicos de la pandemia en un ámbito educativo local”

Para muchos de nuestros entrevistados esta suerte de “presentismo” resultó un dato significativo, particularmente entre los más jóvenes, quienes insistieron en la importancia de “vivir el momento” y en cómo la pandemia había profundizado esa sensación. Por su parte, L. sostuvo algo parecido: “Si pienso en el futuro me estreso más y me siento más presionada aun, así que trato siempre de enfocarme en decir: ‘bueno, mañana tengo que hacer tal otra’, o: ‘en dos semanas empiezo a cursar’ y listo, no me gusta pensar a tan largo plazo porque después me da una ansiedad el no llegar a hacerlo”. A E.(h) la pandemia también lo incentivó a revisar su mirada sobre el presente, pero en otro sentido más asociado a las posibilidades de maximizar los tiempos de disfrute: “mi tránsito por la pandemia me llevó a observar mucho más el nivel de alienación respecto del sistema en general, y me ha llevado a hoy tomar otra mirada al respecto. Hoy elijo, cuando las posibilidades me lo permiten, un trabajo que me permita tener más horas de ocio, que esté más cerca de mi casa, que me permita pasar más tiempo con mi hijo”.

Frente a esas perspectivas que podrían caracterizarse como “presentistas,” otras miradas valoraron la posibilidad de “tener proyectos”, de pensar en el futuro. Por ejemplo, M. sostuvo que: “a veces uno ve el futuro medio negro y más en Argentina, lo ve negro siempre. Pero uno está acostumbrado a eso, la verdad que nos acostumbramos y sabemos que siempre salimos, siempre salimos”. Además, agregó que ella piensa en su futuro y en la importancia de tener proyectos:

En mi caso, el año que viene cumpla sesenta, aunque no parezca, y a pesar de todo estoy estudiando y pienso en el futuro y pienso en trabajar de profesora. Nunca trabajé de profesora, no era mi idea trabajar de profesora, yo entré a la licenciatura y después me incluí en el profesorado porque me decían que se necesitan profesores, que me iban a llamar, que no importa la edad, entonces digo: "bueno, voy a hacerlo también".

Este valor positivo a un proyecto personal es sintetizado por M. en una reflexión más existencial que puede ser una síntesis de otra de las perspectivas relevadas en nuestro trabajo: “son proyectos de futuro que a uno le dan ganas de seguir viviendo, porque en eso está también el hecho de... la vida es eso, buscarse proyectos y cosas que

Equipo de Investigación “Malestar Pandémico: efectos psicológicos de la pandemia en un ámbito educativo local”

a uno lo nutran porque, sino, uno se queda, se estanca”. Pero no siempre el cuestionamiento subjetivo se experimentó con tanto optimismo y confianza. Para la psicóloga M, de hecho, muchas veces los replanteos generan una situación de angustia, o de incertidumbre, que lleva a una persona a la consulta: “La gente tuvo tiempo de pensar qué estaba haciendo, (...) me parece que fue un cuestionamiento subjetivo que en parte la pandemia también permitió y muchos no encontraron buenas respuestas a lo que estaba pasando y entonces aparecieron las consultas. (...) Fue como un desencadenamiento masivo.”

C) Malestares originados en la situación pandémica

De las entrevistas y las encuestas realizadas tanto a estudiantes universitarios como de nivel medio, surge, como se señaló, una suerte de ambivalencia cuando se trata de evaluar la experiencia de la pandemia y el aislamiento (ver la sección estadística). Sin embargo, cuando se les preguntó por los malestares asociados a la misma, cerca del 90% de lxs encuestadxs en ambos casos, independientemente de género declarado o edad, señalaron la existencia de malestares directamente asociados con la experiencia pandémica. Lo mismo surgió en las entrevistas. Aunque desde una mirada retrospectiva, para algunxs la pandemia tuvo impactos que son desde el presente caracterizados como “positivos”, lo cierto es que la gran mayoría de lxs entrevistadxs admiten un aumento de malestar, sobre todo (aunque no únicamente), vinculado a miedos a la muerte, al contagio, o a la posibilidad de contagiar a otrxs. En el caso de alumnx de nivel medio, las orientadoras con quienes conversamos señalaron como uno de los problemas más graves de la pospandemia la pérdida de hábitos de estudio y, en algunos casos, la re-vinculación con la escuela. Muchxs alumnx tuvieron problemas para volver a la presencialidad: “A veces también faltan, hay un ausentismo importante, acudimos al domicilio...”. Incluso aquellxs estudiantes que se reincorporaron a la escuela manifestaron dificultades para sostener el trabajo en el aula. Como relata la orientadora J.:

Alumnas, alumnos que teníamos que sacarlos del salón, o sacarlos al patio, que tomen un poquito de aire, ofrecerles un poco de agua y no había una explicación,

Equipo de Investigación “Malestar Pandémico: efectos psicológicos de la pandemia en un ámbito educativo local”

sino que ‘palpitaciones’, era la respuesta frente a la pregunta: ‘¿qué te pasa?’ para ver de dónde viene esa sensación. Los chicos por ahí te dicen: ‘tengo fobia’, de repente necesitan identificarlo con algo particular pero en realidad era el solo hecho de estar en el aula mucho tiempo, no lo podían sostener.

También los profesionales de la salud entrevistadxs elaboran un largo listado de padecimientos, tales como “ansiedad por uso de pantallas, problemas vinculares, problemas de pareja, insomnio (en niñxs, adolescentes y adultxs), irritabilidad, enojo, temores, algunos síntomas más de estilo obsesivo de empezar a lavarse las manos, empezar a limpiar todo.”

Las formas de malestar que nuestros entrevistados vincularon a la pandemia han sido muy variadas. En algunos casos se trató de malestares de tipo somático que pudieron haberse originado durante la pandemia o, como en el caso de G. que sufría desde antes de la pandemia de problemas de piel, que se agravaron durante el encierro. Mi. relata que la falta de sol durante el período de aislamiento le provocó un déficit de vitamina D y la obligó a tomar suplementos. En otros casos, se produjeron problemas de alimentación que llevaron a aumentos o descensos considerables de peso. I., por ejemplo, una profesora de educación física que cursa la Licenciatura en psicomotricidad, y que también manifestó haber tenido problemas de concentración y de sueño, señala: “Yo bajé mucho, mucho de peso, dejé de comer, prácticamente. Almorzaba, y, después, hasta el otro día, capaz que no comía nada más, así que bajé bastante de peso”. Los problemas alimentarios han sido notados por los profesionales de salud mental como una de las consecuencias del encierro. W. un psiquiatra especializado en psiquiatría infanto-juvenil, quien durante la pandemia se desempeñó tanto en el ámbito público, como en el privado de salud mental, sostiene que los trastornos de la conducta alimentaria aumentaron considerablemente a partir de la pandemia. En particular, este profesional señala que, a partir de la situación pandémica comenzaron a borrarse las diferencias usuales entre anorexia y bulimia.

Otro tipo de problemas, manifestado por más del 20% de los encuestados de la Universidad de Tres de Febrero, y que también apareció en un caso en las entrevistas realizadas fue el consumo de alcohol y otras sustancias. S., por ejemplo, recuerda que,

Equipo de Investigación “Malestar Pandémico: efectos psicológicos de la pandemia en un ámbito educativo local”

“en la pandemia, lo que empezó siendo un divertimento de esa cuarentena idealizada de quedarse hasta tarde con amigos haciendo Zoom, riéndose, comiendo, tomando, capaz que se inició como algo en joda y después terminó siendo un problema. No digo que hoy sigue siendo un consumo problemático”. Observemos que entre estudiantes universitarxs, un 5% de quienes dicen haber aumentado consumos de diversas sustancias afirma que este aumento se volvió problemático.

Las dificultades para conciliar el sueño, como se señaló más arriba, también fueron recurrentes. P1. recuerda no haber podido dormirse hasta las cuatro o cinco de la mañana, mirar por el balcón de su departamento y ver otros departamentos con luces. Sus ocupantes también tendrían problemas en conciliar el sueño.

Los problemas de convivencia, particularmente para aquellxs a quienes les tocó vivir la cuarentena en espacios reducidos o compartiendo la vivienda con muchas personas, estuvieron en el origen de malestares y conflictos. En nuestra encuesta a estudiantes secundarixs se puede ver una clara correlación entre cierta nostalgia por la situación de cuarentena y la cantidad de ambientes existentes en los domicilios. Aquellxs que expresaban extrañar algunos aspectos de la pandemia eran los que vivían en hogares con mayor cantidad de ambientes (ver, al respecto, la sección de estadística). Mi., por su parte, señaló en la entrevista que “la convivencia fue mucho más difícil porque en el momento de la cuarentena pura vivíamos en un dos ambientes que era chico, y el espacio era reducido”. E (m)., recordemos, se separó de su pareja durante la cuarentena.

La pérdida del espacio, en muchas ocasiones, estuvo relacionada con la erosión de las distancias institucionales o personales generadas por la virtualidad. Un psicoanalista de la Asociación Psicoanalítica Argentina señala que a nivel de la escolaridad se presentaban problemas entre sus pacientes, ya que los padres, usualmente excluidos del espacio escolar, ahora tenían acceso a las clases virtuales: “es que los padres veían las clases virtuales, las presenciaban, entonces, ‘el profesor no te explicó, no te enseñó, no te dijo’, una intromisión, y el docente en la casa familiar”. Estas intromisiones son bidireccionales, ya que, como señalan las orientadoras de nivel medio, también se perciben intromisiones (a veces vinculadas a violencia física) de los padres

Equipo de Investigación “Malestar Pandémico: efectos psicológicos de la pandemia en un ámbito educativo local”

en el ámbito escolar que antes de la pandemia constituían situaciones muy inusuales.

Como puntualiza N., una de las orientadoras con quienes conversamos:

[Refiriéndose a situaciones de violencia en la escuela] También esto de los adultos hacia la escuela, esto del cuestionamiento, desde lugares que también son bastante violentos, que antes no se veían comúnmente, desde increpar a la preceptora o a uno mismo, cuando estamos tratando de conversar o acordar. Eso se ha visto a nivel intrafamiliar.

Estas intromisiones en espacios de privacidad también se hicieron evidentes en las terapias virtuales, lo que en muchos casos forzó a reformular el encuadre analítico. Otra psicoanalista de la Asociación Psicoanalítica Argentina señalaba: “A mí me ha pasado atendiendo pacientes que, de repente pasa el padre por atrás y: ‘ah eso que te está diciendo’, y mete bocadillos y demás. Esta cuestión de la intimidad en los adolescentes, que muchas veces es un tema a construir, estaba todo el tiempo con intromisiones”. No son pocos los profesionales que hacen referencia a problemas similares, en particular, a las dificultades de sus pacientes para encontrar un espacio de privacidad en sus casas y cómo esto complica la posibilidad de tener su sesión. La virtualidad, por otro lado, dejó una sensación de irrealidad, o de falta de vínculo. Como afirma M, “hay algo de la presencia, del cuerpo del otro, del otro ahí, que no se suplanta con una videollamada.”

Como ya vimos, en algunos casos la situación de aislamiento generó presiones adicionales: la necesidad de “hacer cosas” para no perder el tiempo, y sentimientos de culpa si esto no ocurría por falta de posibilidades o, muy frecuentemente, por falta de capacidad de concentración (la pérdida de la misma fue otro problema recurrente reportado por nuestros entrevistados). El tema de la culpa apareció de varias formas. E(m). reporta que una de sus hijas, que sufrió ataques de pánico durante la pandemia, una vez reabierto la escolaridad presencial (ella vive en CABA, donde la vuelta a la presencialidad ocurrió más tempranamente que en provincia) tenía compañerxs que mostraban su temor y su culpa por la posibilidad de “enfermar a los abuelos”. Otras formas de malestar reportadas por lxs informantes, formas que también aparecieron en porcentajes altos en las encuestas, se refieren a sentimientos de ansiedad, ataques de

Equipo de Investigación “Malestar Pandémico: efectos psicológicos de la pandemia en un ámbito educativo local”

pánico, angustia, bronca, miedo a la muerte y a la enfermedad, y enojo. Estas, vale la pena recordarlo, son categorías nativas, es decir, propias de nuestros informantes, y pueden coincidir o no con las categorías diagnósticas aplicadas por profesionales de salud mental. W. sostiene que los cuadros de depresión y ansiedad se cuadruplicaron a partir del aislamiento: “Y cuanto más fresca es la estadística que se realiza, peor es. O sea, si uno revisa la del 2020, ve que se han triplicado, y si uno revisa la del 2022, ve que se ha cuadruplicado [...]. Los intentos de suicidio en el 2021 triplicaron a los de 2020”. De hecho, sostiene W. una parte importante de las nuevas consultas originadas en el contexto pandémico se relacionaban a intentos de suicidio o ideación suicida grave, así como a situaciones de auto y/o heteroagresividad. Esto también fue notado por las orientadoras entrevistadas, quienes, aunque no percibieron un aumento de problemáticas vinculadas a intentos de suicidio, sí señalaron un incremento importante en los niveles de violencia auto-infligida o hacia otros, tanto entre los alumnos de escuela media como a nivel de las familias. Como señala, V.:

En la postpandemia más que nada empezamos a notar los efectos de este encierro de tanto tiempo. Ahí es donde empezaron a aflorar un montón de situaciones, desde situaciones de violencia, autolesiones, de chicos que a lo mejor estaban muy desgastados y no querían volver a concurrir, hubo que trabajar la revinculación.

En la misma línea se expresa la orientadora J.: “nosotros también tenemos un relevamiento que se hace a nivel trimestral de situaciones de conflicto y sí, notamos una gran cantidad [en comparación con 2019]. De hecho, yo tuve alumnos no solamente con ideas suicidas sino con intentos, con recaídas e intento nuevamente, con internación.”

Estos malestares atravesados por los adolescentes pueden encontrarse también en uno de los memes realizados (N.º 7B), donde el foco está puesto en la pérdida de la estabilidad emocional en el contexto de pandemia.

Un último aspecto mencionado por muchos de nuestros interlocutores es la sensación de sufrimiento y envejecimiento acelerado, o incluso deterioro, de las personas en edad avanzada. Mi., por ejemplo, sintetiza esta idea respecto de personas mayores pertenecientes a su entorno familiar:

Equipo de Investigación “Malestar Pandémico: efectos psicológicos de la pandemia en un ámbito educativo local”

Muchas personas grandes que se quedaron mucho tiempo solas [...] y las vi avejentarse mucho. En general las personas grandes que tenía en mi entorno, el hecho de estar un montón de horas solas, más deprimidas, más angustiadas. (...) A mi abuela le pasó, verla angustiada. Ella vive con mi mamá y en un montón de situaciones mi mamá se quería cuidar más y mi abuela no quería cuidarse y quería que la vayamos a ver, no importaba cómo. O sea, no quería respetar el distanciamiento porque estaba angustiada, ella se quedó hace cuatro años viuda y se le trastocó toda la vida y le costó mucho salir adelante y había hecho nuevos amigos, nuevas actividades, un montón de cosas para salir de la angustia de estar viuda y la pandemia le hizo mal, la deprimió un montón.

D) Recursos

Nuestrxs informantes (y lxs encuestadxs) recurrieron a una serie amplia de recursos para gestionar el malestar generado por la pandemia. Como se ve con claridad en la sección de análisis estadístico, los recursos que podemos caracterizar como “autónomos”, es decir, que no requieren de la participación de agentes “expertos”, ya sea humanos (terapeutas, ministros de diferentes cultos, etc.) o no humanos (libros de autoayuda, guías de meditación, etc.) fueron más utilizados por los estudiantes de nivel medio que aquellos recursos que podríamos caracterizar como “heterónomos,” es decir, que implican la intervención de especialistas o saberes expertos. Esto puede ser atribuible, como sugieren las orientadoras, a las deficiencias de los sistemas públicos de asistencia de salud mental. Como señala W quien, recordemos, se desempeña tanto en el sistema público como en el privado: “El ámbito público, lamentablemente, población más vulnerable. Saca un turno y son meses, si es que hay [turnos] son meses de lista de espera y eso como cualquier problema de salud, el no agarrarlo a tiempo, lo empeora”. Las orientadoras también han señalado las limitaciones de los servicios de salud mental públicos con los que deberían contar para casos graves.

Entre los recursos “autónomos”, como se detalla en la sección estadística, se pueden mencionar las conversaciones con familiares o amigos o, en muchas oportunidades, simplemente “no hacer nada”. Los universitarios, aunque en menor medida, también prefirieron este tipo de recursos (autónomos). Sin embargo, los universitarios parecieron más propensos a utilizar los servicios de psicólogxs y otrxs agentes de salud. G. por ejemplo ya estaba en terapia, y descubrió que la virtualidad no

Equipo de Investigación "Malestar Pandémico: efectos psicológicos de la pandemia en un ámbito educativo local"

era un impedimento para continuarla, una vez que la presencialidad se tornó imposible. I. por otro lado, cuando comenzó la virtualidad dejó la terapia que venía realizando, con la esperanza de que la situación de encierro sería de corta duración, pero la retomó de manera virtual poco después al ver que la situación se prolongaba. Y. considera que pudo transitar la pandemia porque ya hacía terapia y, al mismo tiempo, participaba en grupos de ayuda mutua, cosa que siguió realizando de manera virtual durante la cuarentena. El recurso a profesionales de la salud mental, en algunos casos, fue visto como un expediente que permitía una salida específica del entorno familiar en situaciones en que las redes personales de apoyo resultaban insuficientes. Así, por ejemplo, E (m) sostiene que:

Yo, por mi situación familiar y personal, tuve que recurrir a un profesional, porque en un momento fue realmente angustiante el tema y lo reconozco, si yo no hubiera encontrado ese profesional, que fue a mediados del 2020, me hubiera resultado difícil salir de la situación en la que me encontraba. Siempre digo que agradezco que se me pasó por la mente decir: "tengo que recurrir más allá de lo habitual, del círculo de amigos, del círculo familiar y recurrir a un profesional", porque realmente fue una situación complicada.

La Asociación Psicoanalítica Argentina reporta más de 2000 consultas virtuales en 2020 frente a 78 del año anterior. Otros recursos utilizados por nuestros interlocutores fueron el ejercicio físico, la práctica de yoga, el contacto virtual con familiares y amigos y la meditación online.

Durante la cuarentena, algunxs informantes también pudieron experimentar las limitaciones de la terapia frente al hecho de que la enfermedad podía atacar aun a los terapeutas que, de esta manera, de expertos pasaban a ser vistos como pares. Veamos el caso de A. Según recordó en nuestra conversación:

Y en cuanto a los psicólogos y los psiquiatras, te puedo decir que algunos no estaban mejor que yo. Porque yo he tenido problemas con un psiquiatra, que ese día nos agarramos mal. Cuando salí: "A. –me decía la chica-- ¿qué pasó?" Le digo: "me desbordé yo y se desbordó él diciéndome que cobraba poco, que tenía un hijo, que él también se podía enfermar, que esto, que lo otro". Y yo digo: estamos mal.

Equipo de Investigación “Malestar Pandémico: efectos psicológicos de la pandemia en un ámbito educativo local”

Otras veces, esta simetría generada por la pandemia en la relación terapéutica tenía consecuencias menos traumáticas, pero igualmente disruptivas. Una psicoanalista de la Asociación Psicoanalítica Argentina reporta que, mientras llevaba a cabo una sesión virtual, “entraba un hijo, me ha pasado que yo tengo hijos chicos y mi nene más chico en un momento entró [al cuarto donde se estaba llevando a cabo la sesión virtual]”. Esto forzó a la terapeuta a repensar el tema del encuadre: “Esta pérdida de límites creo que fue la primera vez desde que yo [...], desde que ejerzo la profesión, que mis pacientes sepan de mi vida, con quién vivo, porque era algo de la dinámica de la pandemia que se fue generando”. Otro de los psicoanalistas reporta que en una de las sesiones virtuales, el pequeño paciente incorporó a dos amigos a la sesión, cosa que hubiera sido inadmisible e impensable bajo condiciones normales. Otro de los psicoanalistas metaforiza esta falta de distinción entre el espacio propio y el espacio ajeno o “público” como una cinta de Moebius, en la cual no se puede distinguir el afuera del adentro.

Párrafo aparte amerita la situación de lxs estudiantes de escuelas medias en lo que respecta a los recursos disponibles. De acuerdo a los resultados de la encuesta, lxs encuestadxs manifestaron en general no contar con ningún referente escolar para contactar respecto de sus malestares. No obstante, en el relato de las orientadoras se hace referencia a una serie de estudiantes con quienes se mantuvieron en contacto durante la pandemia, tanto a través de WhatsApp como de videollamadas. En su relato, V.2 expresa también la dificultad de establecer límites en los intercambios y espacios de consulta, que se flexibilizaron en pos de lograr una comunicación con lxs estudiantes: “A ellos llamarlos o mandarles un audio es todo un tema, entonces había que pedirles permiso, sin embargo se han hecho videollamadas por ejemplo y ahí sí hemos cenado, cosas que no haríamos hoy.”

A su vez, las orientadoras coinciden en señalar el problema de la existencia de recursos efectivos para derivar a lxs estudiantes. En palabras de H.:

Aprovecho para dar este punto de vista que todavía no hay recurso, no sé si la propuesta también de esta encuesta tiene esta finalidad de transmitir estas carencias porque no hay organismos que puedan sostener desde el área de salud como tiene que ser, tenemos falencias en ese aspecto, no hay diferentes

Equipo de Investigación “Malestar Pandémico: efectos psicológicos de la pandemia en un ámbito educativo local”

profesionales, neurólogos, otras especialidades, tratamiento psiquiátrico, psicológico, psicopedagógico. Tenemos organismos más que nada de prevención que siempre trabajamos codo a codo pero ya lo que es atención secundaria, terciaria, no.

La orientadora J. coincide con esta falta de recursos y agrega la falta de acompañamiento de las familias a lxs adolescentes: “por lo general el que está padeciendo no busca ayuda, entonces si no hay un adulto que se dé cuenta de ese padecimiento y que acompañe, no se busca ayuda. Esa es la mayor dificultad que yo noto.”

E) Percepciones sobre la actividad académica y vínculos asociados a la vida universitaria y escolar

Casi todxs nustrxs informantes estudiantes de la Universidad se mostraron apreciativxs respecto de la premura con que la Universidad de Tres de Febrero –comparada con otras universidades en las que algunxs dan clases o tomas cursos— pudo adaptarse a la situación de virtualidad. En general, todxs estuvieron de acuerdo en que la virtualidad no afectaría necesariamente la calidad de la enseñanza, al menos en las materias de contenido teórico. En el caso de cursos de índole más práctica de carreras tales como Logística, o bien de aquellas que involucran actividad física, como es el caso de la Licenciatura en Psicomotricidad, o incluso carreras como Gestión del Arte, que requieren trabajo de campo, la situación se volvió más complicada debido a la suspensión obligada de actividades de interacción que, por su naturaleza, no podían realizarse de manera virtual. De todas maneras, varixs de nustrxs entrevistadxs se inclinan por un sistema de enseñanza de tipo híbrido.

Aunque algunxs consideraron que la virtualidad lxs benefició, debido a que eliminaba los viajes a la universidad para aquellxs que vivían lejos de la institución –en algunos casos, permitió retomar una carrera que había sido abandonada por falta de tiempo-, otrxs sufrieron problemas de concentración o la imposibilidad de adaptarse a la nueva situación. Por ejemplo, E.(h) sostuvo que:

Equipo de Investigación “Malestar Pandémico: efectos psicológicos de la pandemia en un ámbito educativo local”

En principio, la pandemia y la modalidad remota a mí me permitieron retomar la carrera. Yo empecé a estudiar la licenciatura en logística en 2011 [...]. Yo vivía en Hurlingham antes, relativamente cerca de la facultad, me mudé primero a Campana y después a Escobar que es donde estoy viviendo ahora, con lo cual la distancia me lo hacía imposible, trabajaba por esta zona, me hizo imposible seguirla. Pero el hecho del cambio a la virtualidad me abrió la puerta a decir: "bueno, puedo retomar esto".

Por otro lado, Mi. señalaba que “A mí me pasaba mucho estar en la clase y estar distraída o estar charlando con mi pareja, o estar prestándole atención a los animales, a cosas que no estaban en la clase”. Es decir, se trataba de problemas vinculados a la imposibilidad de generar un ámbito universitario dentro del propio hogar. Por otro lado, hubo quejas recurrentes acerca de profesorxs que “no estaban a la altura” y que no pudieron, no supieron o no quisieron adaptarse a la situación creada por la pandemia. Mi. Señala su experiencia con docentes “que te exigían mucho para la clase que estaban dando y que tampoco tenían en cuenta que por ahí había gente que estaba con sus hijos en la casa y que no podía prestar la misma atención o no podía prender las cámaras. Pasaban esas cosas”. Sin embargo, en lo que parece existir bastante consenso es en la dimensión negativa asociada a la pérdida de posibilidades de socialización entre lxs estudiantes y con lxs profesorxs que implicó la virtualidad. J. señala gráficamente: “Algunos compañeros fueron hasta hace poco un cuadradito”. Esto derivó en parte de la imposibilidad que sintieron algunxs, debido a las condiciones materiales de vivienda, de mantener las cámaras encendidas durante las clases. Sin embargo, este consenso amplio no implica unanimidad. También hubo quienes, como Y., sintieron que la virtualidad no fue obstáculo para la socialización y que, incluso, les permitió generar nuevas relaciones.

Entre lxs estudiantes de nivel medio, la preferencia por la presencialidad se notó claramente en las encuestas. La expresión “me di cuenta de que se aprende mejor de modo presencial” contó con el 60% de aprobación, mientras que la afirmación de que la presencialidad “mejora mi vida social” fue la siguiente, con el 57%. Pero esto no quita que el regreso a las aulas resultara una experiencia dura para muchxs. Un 25% asegura que “me cuesta adaptarme a la rutina de la presencialidad.” Y esto lo registran también

Equipo de Investigación “Malestar Pandémico: efectos psicológicos de la pandemia en un ámbito educativo local”

las orientadoras. De acuerdo con sus observaciones, probablemente, el grupo más complicado es el de quienes ingresaron a la secundaria en el 2020 y que, por ende, recién tuvieron una experiencia de presencialidad a mediados del 2021, cuando ya cursaban segundo año. Es decir, pasaron de la rutina de la escuela primaria, a un segundo año de la secundaria sin transición ni rituales de pasaje (viajes, despedidas, recepciones). De una situación de primaria con maestros y determinados hábitos áulicos, debieron saltar a los hábitos de estudio, las formas de cursada y las modalidades de convivencia del secundario. Como sostiene V, “se empezaron a notar muchas falencias en relación a lo que es pasar de un nivel al otro y también el ritmo, las formas de estudiar, las técnicas de estudiar.” Algo muy semejante fue mencionado por lxs psicoanalistas a quienes consultamos.

F) Vínculos en general

Como ya señalamos, entre lxs informantes aparece reflejada la sensación de que la pandemia generó un extrañamiento de lo cotidiano. Lo que antes de la pandemia aparecían como conductas y sensaciones “naturales”, de repente adquirieron otra significación. Cuestiones tales como la posibilidad de encontrarse o no encontrarse personalmente con relaciones o familiares se transformaron en materia de reflexión y debate. Algunxs señalaron que todos los sentimientos aparecieron ampliados. Como señaló E (m):

Tanto la parte positiva como la parte negativa se maximizó (sic.), todas esas situaciones era como que... uf! [...] Por ejemplo, alguna situación: “uy, nos tenemos que encontrar”, y surgía eso de “uy, ¿nos vemos?, ¿no nos vemos”. Creo que todo fue más grande, más terrible, por así decirlo. [...]. Tanto lo positivo como lo negativo.

Aún dispositivos que se venían utilizando desde antes de la pandemia, pero cuyo uso se profundizó con la misma, adquirieron para algunxs una nueva significación. En particular, nos estamos refiriendo a las aplicaciones de citas que se han popularizado desde hace unos años. Para muchxs, este tipo de dispositivo había sido antes de la

Equipo de Investigación “Malestar Pandémico: efectos psicológicos de la pandemia en un ámbito educativo local”

pandemia un aporte importante para relacionarse y generar vínculos sexo-afectivos que, en muchos casos, se convirtieron en estables y duraderos, en un contexto cultural que, en muchas circunstancias, ha complejizado las relaciones directas entre los sexos. La utilización de estos recursos se tornó más difundida durante la pandemia y, en algunas oportunidades, se reformuló la naturaleza de los encuentros sexuales que se convirtieron en virtuales. Esto, por supuesto, generó otro universo de problemas. Como señala un psicoanalista de la Asociación Psicoanalítica Argentina: “La pulsión busca y le van a buscar la vuelta, y entonces apareció el aumento de la sexualidad en forma virtual. Y eso era complicado, porque muchos también lo tomaban para el bullying después. Entonces fue causa también del aumento de cuadros de depresión y de angustia porque no podés controlar el bullying”.

Para algunxs, la pandemia y, sobre todo, sus secuelas, introdujeron un quiebre en la manera en que lxs usuarios de estas aplicaciones se perciben y presentan a sí mismxs a través de dispositivos de citas. P1., por ejemplo, quien había conocido a su pareja (de la que se separó durante la pandemia) a través de una de esas aplicaciones antes de la pandemia (el vínculo había durado cuatro años), intentó establecer vínculos nuevamente luego de su separación, acudiendo a los mismos recursos. La experiencia, sin embargo, resultó desalentadora:

Quando lo intenté [luego de la separación] por las aplicaciones de citas, no... desastroso. O sea, cada uno hace lo que puede, y estamos todos atravesando una pospandemia, pero le tenés que poner onda, y parece que las aplicaciones de citas, por lo menos desde mi perspectiva, se convirtieron en una bolsa.... No sé, de gente con sus penas y exponiendo sus roturas y no queriendo salir de ahí. Yo he hablado con un pibe: “¿Y vos que hacés de tu vida?”, “No, mi vida es aburrida”.

G) Vuelta a la normalidad

Para la mayoría de nuestrxs informantes, resulta claro que la “vuelta a la normalidad” se trataría de una vuelta a “otra normalidad”, en la que las grietas y heridas dejadas por la pandemia parecen perdurables. La vuelta a la presencialidad, aún después de que las vacunas estuvieran fácilmente disponibles y, por lo tanto, resultara claro que los riesgos implícitos a un contagio de Covid con consecuencias graves no eran significativos, ha

Equipo de Investigación “Malestar Pandémico: efectos psicológicos de la pandemia en un ámbito educativo local”

sido tomada con precaución. Por lo general, se trataría más de una precaución generada por una especie de inercia, luego de dos años de pandemia, que por una actitud reflexiva acerca de los riesgos potenciales. Al respecto, G. señala: “Era muy raro volverse a juntar, porque no es que fue una cuestión de ´nos juntamos y explotamos de alegría´. Y, aparte, por lo menos yo, todavía ni me doy un beso con las personas y ando con el barbijo igual [...]. La vuelta a la presencialidad me sigue teniendo como a resguardo”. Precisamente, una fuente de irritación para G. y para otrxs es el hecho de que personas pertenecientes a su círculo social, o compañerxs de trabajo, no comparten su percepción. El tema del cuidado personal se convirtió en un tema del cuidado del otro, y motivo de fricciones y reproches. Para P1 la vuelta a la presencialidad también fue una experiencia conflictiva: “Volver a la presencialidad, no te digo que fue chocante, pero sí sentí que me desenvolvía mucho mejor a través de la cámara o el teléfono que en una reunión de grupo”. De manera semejante, Y. menciona ambigüedades semejantes. En su trabajo, por ejemplo, no hay acuerdo acerca de cómo saludarse: “eso es medio un lío: ¿te abrazo o no te abrazo?”. I., por su parte, se siente estresada por los ruidos y por la gente a su alrededor. A. describe la vuelta a la presencialidad como una experiencia traumática: reaparecieron ataques de pánico que habían desaparecido durante la pandemia.

En algunos casos, profesionales de salud mental han detectado una reformulación de ciertos temas asociados al cuidado. Refiriéndose al uso de barbijo en lugares públicos por parte de adolescentes, uno de los psicoanalistas de la Asociación Psicoanalítica Argentina a quien entrevistamos, sostiene que “el uso del barbijo continuado al aire libre en chicos al día de hoy, y no es por una cuestión de miedo al contagio, es para ocultar la cara por algo de represión”. La pandemia, de alguna manera, habría legitimado ciertas cuestiones que con anterioridad podrían aparecer como conductas patológicas: en este caso, el ocultamiento del rostro.

Como se ha señalado en apartados anteriores, la vuelta a la normalidad escolar en las escuelas secundarias vino acompañado de una significativa cantidad de conflictos a nivel pedagógico y vincular. En relación a lo pedagógico, las orientadoras insisten en la necesidad de volver a construir el “oficio del estudiante”, como indica J.: “el concepto del oficio del estudiante, volver a adquirirlo porque hubo de alguna manera... no sé si llamarlo

Equipo de Investigación “Malestar Pandémico: efectos psicológicos de la pandemia en un ámbito educativo local”

retroceso, pero hubo un corte. Así que trabajamos un montón con eso, desde los acuerdos, desde las normas, desde los hábitos.” Los conflictos a nivel vincular implicaron violencia y dificultades precisamente para incorporar normas que antes se consideraban parte de la escuela. Esto llevó a buscar revitalizar acuerdos y espacios institucionales que se consideraron valiosos para tal fin, uno de ellos, el Centro de Estudiantes, como afirma la orientadora S.: “está volviendo la participación de ellos en las decisiones en este caso, la idea es que ellos participen en qué hacer cuando se presentan situaciones de conflicto y de violencia entre dos o más alumnos. Qué medidas se pueden tomar para mejorar la convivencia.” Por su lado, la orientadora H. relata: “[en las dos escuelas en las que trabaja] este año fue la primera vez que hubo elección de centro de estudiantes (...) eso también lo vemos como una forma de democratizar y de que los estudiantes se apropien del espacio en sentido amplio y que luchen por derechos, por valores, exijan.”

Conclusiones

Las experiencias de la pandemia y el confinamiento han sido complejas y desafían caracterizaciones fáciles. Para algunxs, la pandemia y el aislamiento generaron espacios que permitían concentrarse en sí mismxs y desvincularse (aunque sea imaginariamente) del mundo exterior. A., por ejemplo, asocia sus problemas para restablecer vínculos sociales con los problemas del mundo externo: “[haciendo referencia al fin de la pandemia] por lo menos para mí es muy difícil vincularse, y tiene que ver mucho con la situación del país, porque nos habíamos encerrado en una cápsula y después, de golpe, veíamos que las cosas no iban bien”. Para otrxs, generaron condiciones de posibilidad para un replanteo más general de la vida, nociones de la temporalidad, manejo de expectativas, cambios en torno a qué cosas valorar. Sin embargo, lo que queda claro es que la experiencia pandémica, aún para aquellxs que rescatan aspectos positivos, fue una gran generadora de malestar que, en muchos casos, se vincula de manera paradójica a las mismas dimensiones que, desde el presente, se perciben como positivas al punto de generar una suerte de “nostalgia”.

Tal vez, la imagen que mejor transmite la paradoja de la experiencia de pandemia

Equipo de Investigación “Malestar Pandémico: efectos psicológicos de la pandemia en un ámbito educativo local”

es la del desborde, entendido como una erosión de los bordes, esos límites que marcan distancias, pero también configuran espacios acotados para nuestras prácticas: el laboral, el educativo, el doméstico, el íntimo. El trabajar desde el hogar, el mantener una proximidad constante y extrema en los espacios de convivencia, el vincularse con lo educativo desde la casa, está sin duda en el centro de muchos de los padecimientos, pero también de las sensaciones de posibilidad expandida implicadas por la situación pandémica. Fuente poderosa de malestares y sentidos de pérdida e invasión sobre lo propio, esta erosión de los límites es conceptualizada también como un estímulo para nuevas expectativas. Podemos verlo en las encuestas. Mientras muchxs celebran el haber aprendido el manejo de nuevas tecnologías y redes sociales, las orientadoras y educadores señalan su preocupación por los desafíos a la convivencia. Algunxs de quienes celebran la flexibilidad de la virtualidad en lo educativo, ven, al mismo tiempo, con pesar el agobio de sus empleos sobre sus vidas privadas. Quienes pudieron cursar materias favorecidos por la virtualidad, sufrieron al mismo tiempo la pérdida de una sociabilidad que resultó ser mucho más contenedora para sus estados emocionales.

Mientras que el desborde puede ser central para entender la reconfiguración de espacios de interacción, el desquicio del tiempo y el sentido de un tiempo alterado es otro eje crucial de la experiencia pandémica. Comienza con el sentido de interrupción y suspensión generado por la pandemia, pero luego sigue en las múltiples referencias a las rutinas alteradas, los horarios desdibujados, semanas que no se distinguieron de los fines de semanas, noches que llegaron sin sueño, tiempos de comidas que se perdieron, horas de trabajo que se interpusieron con el “tiempo propio”. Y todo eso en medio de una experiencia de incertidumbre generada por la cuarentena, un no saber cuánto iba a durar esa situación de excepcionalidad, que en su prolongarse, profundizaba muchos de los malestares anímicos referidos más arriba.

Aunque tanto estudiantes de nivel universitario como orientadoras de nivel medio y algunxs profesionales de salud mental rescatan el apoyo recibido por parte del Estado ante la emergencia, también queda claro de los testimonios que este apoyo no fue suficiente, y es de esperar que la situación novedosa generada por la pandemia fuerce a las autoridades a repensar y reforzar los mecanismos de contención y ayuda,

Equipo de Investigación “Malestar Pandémico: efectos psicológicos de la pandemia en un ámbito educativo local”

más allá de los aspectos puramente económicos, a través de programas de asistencia social. De la misma manera, el entender el aspecto subjetivo, psicológico y anímico de procesos vinculados a la pandemia y las medidas sanitarias correspondientes, puede ayudar a tener en cuenta una dimensión que, en la emergencia de la situación epidemiológica, puede haber pasado desapercibido. Las alteraciones aceleradas de tiempos, rutinas, espacios y costumbres dejan consecuencias.

Finalmente, queremos expresar nuestro profundo agradecimiento a todxs aquellxs que han aceptado conversar con el/nuestro equipo, regalándonos parte de su tiempo y compartiendo con nosotrxs inquietudes y experiencias.

Equipo de Investigación “Malestar Pandémico: efectos psicológicos de la pandemia en un ámbito educativo local”: Dr. Mariano Ben Plotkin, Dr. Mauro Pasqualini, Dra. Piroška Csúri, Dr. Nicolás Viotti, Dr. Sebastián M. Benítez, Dra. Mercedes Rojas Machado, Prof. Vanesa Ocampo, Lic. Nadia Aduco y Prof. Amilcar Carro.