

Comunicarse - Relacionarse: ¿Nuevas formas?, ¿viejos contenidos?

Montserrat Guardia

Cuando nos comunicamos, nos relacionamos y este hecho, que siempre ha sido algo mucho más complejo de lo que parecería a simple vista, es vital, necesario e imprescindible, tanto para vivir como para sentirnos vivos.

Actualmente estamos inmersos en una transformación cultural, consecuencia de una sociedad plural, diversa y cambiante, que genera constantemente el desarrollo de nuevas, o ya no tan nuevas, tecnologías. Todo ello comporta una modificación de las formas de comunicación y de relación, a la vez que surge un nuevo modo de aprender y de pensar, de difundir información y conocimientos, así como nuevas oportunidades para establecer relaciones y construir lazos de unión, nuevos vínculos entre pares, pero también entre niños y adultos. Nuevas formas, que no son ya una moda pasajera, sino una presencia social constante, con las que podemos sentirnos “aprendices” y como _tales, algo frágiles, inquietos e indefensos, pero en realidad esas “nuevas formas” se sustentan en “viejos contenidos”. Podemos utilizar los móviles, las redes sociales, Internet, pero generalmente seguimos haciéndolo para relacionarnos con los demás, aunque con características diferentes.

Desde siempre, una de las necesidades primarias del ser humano ha sido establecer vínculos, a través de los cuales poder relacionarse con su entorno, para conseguir su supervivencia física y mental. La cualidad de esa primera vinculación determinará también la cualidad de nuestras relaciones afectivas y nuestro posterior desarrollo emocional e intelectual.

Tiempo atrás se pensaba que la alimentación o la sexualidad eran los vínculos más importantes para el ser humano. Bowlby¹, estudiando el impacto emocional que producía en los bebés una temprana separación materna, comprobó las serias consecuencias psicopatológicas que tenían la interrupción o alteración de ese vínculo relacional inicial. Desarrolló el concepto de “conducta de apego” (attachment behaviour) en el que fundamentó la idea de que la necesidad de vincularse y relacionarse con los demás era, no solamente un vínculo primario, biológico y no aprendido de la especie humana, sino un vínculo emocional imprescindible para su protección y su desarrollo mental.

Más tarde, muchos autores fueron profundizando también en esa necesidad, en las diferentes maneras de hacerlo y en sus consecuencias, ofreciéndonos desarrollos de su punto de vista inicial.

Socialmente nos hallamos ante un supuesto nuevo reto: integrar las nuevas tecnologías a los viejos sistemas de comunicación, pero nuevamente debemos plantearnos si es tan nuevo como se nos presenta. La comunicación con nuestro entorno se ha ido modificando continuamente a lo largo del tiempo, se ha ampliado, y con ello siempre nos ha ofrecido nuevas formas y posibilidades. La aparición de la escritura, de la imprenta, del telégrafo, del teléfono, la radio, el televisor, el ordenador...etc., han sido momentos clave para el desarrollo de las posibilidades comunicativas del ser humano, que ha sabido adaptarse a ellas.

Nada nos hace pensar que una nueva revolución comunicativa no termine resultando un avance para la humanidad. Pero ahí, en ese mundo virtual, ¿donde colocamos al niño?

El bebé, cuando nace, no tiene lenguaje verbal, pero sí corporal, y es a través de su cuerpo que puede expresar sus emociones, su malestar. Necesita sentir, percibir y utilizar sus sentidos para tocar, oler, ver y oír, para poder avanzar en su camino hacia la diferenciación. Con ello conforma al otro, no se confunde, aprende quien es él, y quién y cómo son los demás, y si se lo negamos, le negamos también la posibilidad de un desarrollo saludable. Por eso es tan importante pensar no sólo cómo, sino cuándo debemos

¹ Bowlby, J., *Los vínculos afectivos*, Morata, Madrid ,1986.

poner al niño en contacto con ese mundo virtual.

Un mundo en el que, en realidad, está inmersa toda la familia. Los padres de los niños actuales, aunque más tardíamente, se familiarizaron con los juegos, las consolas, los ordenadores, y les dedican también parte de su tiempo. Las nuevas tecnologías están presentes en casi todos los hogares y pueden utilizarse adecuadamente o no. Pueden investirse de los valores familiares o arrollarnos de tal forma que se diluyan a favor “del aparente progreso”.

Evidentemente, cuando hablamos de niños no podemos generalizar, pues nos estamos refiriendo a un abanico de edades y recursos personales muy distintos. Pero teniendo este aspecto muy presente, ¿cuántas veces se ha utilizado la TV como “canguro”? A veces incluso con bebés que, “distraídos”, contemplan imágenes sin sentido para ellos, pero que pasan ante sus ojos a una velocidad que consigue cautivarlos, acompañadas, claro está, de una música excitante y a veces inquietante.

Quizá alguien pueda pensar: ¡qué exageración!... Pero lo que está ocurriendo en realidad es que tras la pantalla visual, el bebé pierde la posibilidad de reencontrar esa voz conocida, esos brazos cariñosos que lo han ayudado muchas veces a sentirse mejor, y puede sentirse solo, emocionalmente solo, eso sí, absorto en el movimiento y los colores.

¿Cuántas veces las consolas acompañan a las familias al restaurante? Es cierto, los niños no estorban, se distraen y juegan..., pero también terminan solos.

Hace tiempo una abuela preocupada me contaba que cuando ella era joven, no existía todo eso y los niños también se ponían pesados. Ella tenía que trabajar en casa para colaborar en la economía familiar, estaba muy sola con su bebé, y me contaba como se las había ingeniado para calmarlo y seguir trabajando. Como tenía sus manos ocupadas y no podía tomarlo en brazos, lo colocaba a su lado, hablaba con él, le cantaba canciones, y despertaba su sonrisa cuando ella levantaba su pie y se lo acercaba jugando.

Esa abuela interaccionaba con su bebé, jugaba con él para que se tranquilizara, para que la sintiera ahí con él, no para distraerlo y que no la angustiara a ella.

Pero cuando el niño crece, cambia y necesita adaptarse a situaciones desconocidas que le inquietan, por lo que no es infrecuente que viva los cambios acompañados de una cierta dosis de ansiedad. Cuando esto ocurre también necesita calmarse, real y no

virtualmente. Que se maneje bien en estas situaciones dependerá de si ha sido capaz de establecer, previamente, un vínculo afectivo suficientemente bueno y estable, en un entorno familiar donde esa comunicación no verbal primero, y verbal después, haya podido desarrollarse, afianzarse, para más adelante, si es necesario, despegar hacia ese mundo virtual y desconocido.

Estamos frente a un cambio cultural que modifica las relaciones que establecemos entre nuestros congéneres y deberíamos cuidar los vínculos que los niños establecen para que sean reales y no “como si”, pues la necesidad sigue siendo la misma. Pero a veces podemos utilizar esos recursos técnicos como refugio, para defendernos de nuestras ansiedades y, sin saberlo, encerrarnos en una prisión tecnológica, virtual, donde podemos perder la capacidad de contacto real y quedarnos incomunicados. Los niños con dificultades de relación suelen ser más propensos a ello y eso, a menudo, puede pasar desapercibido, oculto para los padres, que acostumbran a estar orgullosos de la habilidad de sus hijos para moverse en un mundo “nuevo, con futuro”, donde ellos se sienten inexpertos. Pero una cosa no quita la otra, y debemos estar atentos, no tanto a las tecnologías, como a su utilización.

Aunque no sólo son los niños quienes se inquietan ante los cambios, también suele ocurrirles a los adultos. Para ellos, sentirse “aprendices”, como comentábamos antes, puede resultar inquietante y más si su “maestro” es un niño. Pero esta situación, bien conducida, puede ayudarnos a relacionarnos con el niño, a compartir sus intereses, para estar atentos a cómo utiliza esas tecnologías y orientarlo en los contenidos, en las formas....

El verdadero reto ante las nuevas formas de comunicarnos, no creo que sea aprender su funcionamiento, sino acompañar a los niños en su utilización, enseñarles a gestionarlas, a utilizarlas con responsabilidad, sin que se cree una dependencia patológica.

Las redes sociales posibilitan la comunicación fuera de un espacio compartido, y sin coste económico -cosa que no ocurre con el móvil-, y generalmente se usan para afianzar las relaciones sociales reales. Pero a veces vivimos contradicciones inquietantes: puede ocurrir que los chicos se conecten, hablen y se expliquen cosas por el Messenger, y en cambio se eviten en el colegio. ¿Para qué necesita un niño de 7 u 8 años el Messenger? No hay más que ver sus conversaciones: “hola... ¿cómo estás?... bien...”. Pero ellos se empeñan

en tenerlo. En otras ocasiones juegan *on-line* con sus compañeros y no aprovechan los espacios de descanso en la escuela para comentar el juego, sólo compiten *on-line*. Eso es lo más parecido a la incomunicación real aunque haya comunicación virtual.

Otra cosa es cuando al chico se le queda pequeño su mundo comunicativo, cuando el grupo empieza a ser un valor socializador, ampliación de la familia y puede complementar su ritmo normal de relación.

Y quizá estemos pensando que eso les ocurre a los niños con dificultades para relacionarse con otros, con pocas habilidades sociales, dependientes y con facilidad para “engancharse”. Bueno, posiblemente ellos lo tengan más fácil, pero aún en niños sin dificultades, se convierte en una ardua tarea para los padres el tratar de evitar una mala utilización de esos medios. La sociedad les pone en contacto con esas posibilidades mucho antes de que sea adecuado para su salud emocional y quemar etapas puede confundirlos.

La virtualidad en la infancia es peligrosa porque puede estimular un funcionamiento disociativo y omnipotente. El pensamiento mágico se ve claramente estimulado, por ejemplo, en estos juegos donde los personajes luchan, ganan vidas, evolucionan, mueren, resucitan y todo en función de sus ataques. Es complejo acercar al niño a ese mundo visual-virtual, porque debemos tener en cuenta su edad y necesidades emocionales. Hacerlo antes de los 5 años no le favorecerá, pero es tarea de padres y educadores acompañarlo en este descubrimiento, sin alejarlo del mundo emocional- sensorial-real.

A veces los padres se preguntan cual es la edad adecuada, por ejemplo, para regalar un móvil. Un buen momento suele ser cuando empiezan a desplazarse solos. Este es un paso inquietante en una sociedad como la nuestra, sobre todo en las grandes ciudades. El móvil suele ser, en este caso, como una especie de cordón umbilical que tranquiliza a ambos y les permite una distancia pausada, disminuyendo la angustia inicial, si no se utiliza como herramienta para controlar.

También es cierto que la tecnología, bien utilizada, puede ayudarnos si no la reducimos al principal medio de relación y comunicación. Un día, los padres de un niño con un diagnóstico de Trastorno del espectro autista, que era un gran experto en los juegos de lucha entre personajes fantásticos, tuvieron una idea diferente. Cansados de pelearse con él y limitar su tiempo de juego con el ordenador, decidieron enseñarle a jugar *on-line*:

le ayudaron a crear un personaje que tenía que convivir con otros en una isla, relacionándose con ellos de manera similar a la real. El niño estaba totalmente perdido y desconcertado, no sabía como moverse, pero gracias al personaje que también sus padres crearon para ellos, pudieron trabajar aspectos sociales importantes con menor carga ansiosa que en el mundo real.

La presencia en los espacios virtuales puede ser la expresión de búsqueda sincera de un encuentro personal con el otro. Permite a las personas encontrarse más allá de las fronteras del espacio y también de su entorno más cercano, inaugurando así un mundo nuevo de amistades potenciales. Pero pueden convertirse también en un refugio, en un mundo paralelo al que dediquen tiempo y horas como una forma de evasión, un escaparse de la realidad para no afrontar problemas. ¿Y entonces será comunicación o incomunicación?

Palabras clave: Comunicación virtual, Vínculos emocionales, Incomunicación

Montserrat Guàrdia i Porcar

Psicóloga Clínica. Psicoterapeuta. Psicoanalista SEP-IPA

mguardia@copc.cat