

Recomanacions per a famílies de menors amb problemes de conducta davant un confinament.

Recomanacions basades en l'article de Juan Antonio Pla, Coordinador de l'EAM en col·laboració amb l'Equip d'Atenció al Menor (EAM) de Sant Pere Claver – Fundació Sanitària, que podeu trobar <https://www.santpereclaver.org/recomanacions-families-menors-problemes-conducta-confinament/>

En joves que presenten major dificultats de contenció i regulació de les seves emocions i que conviuen en famílies amb factors estressants associats al mateix confinament o d'altres tipus, **la capacitat de gestionar i contenir les emocions i angoixes associades a la realitat actual i alhora a la convivència quotidiana, pot ser insuficient i es poden generar conductes violentes** a la llar.

Factors que dificulten el confinament en menors amb problemes de conducta.

Problemàtiques associades a /al/ a la:

Consum. Adolescents que bé perquè hi ha un augment de la irritabilitat o el malestar al disminuir el consum de forma brusca per no poder accedir al tòxic, o bé perquè per a seguir consumint transgredeixen les normes familiars o la restricció d'eixides, poden generar situacions que poden portar a conflictes en la família.

Impossibilitat de tenir contacte i veure a les persones significatives (amics, parelles...) pels joves en una etapa on són tan essencials.

Impossibilitat de descàrrega física a través de l'esport, l'activitat en espais naturals, etc...

Dificultat per regular la intensitat dels patrons de relacions amb els pares, les mares i familiars limitada per les mesures del confinament i que pot incrementar l'experiència de tancament.

Dificultat per contenir els temors davant els efectes perniciosos de la pandèmia. Temors viscuts en la salut d'ells mateixos i/o en la dels seus pares, mares o avis/es i/o en les conseqüències econòmiques-socials. Ansietats que sovint poden tenir una qualitat catastròfica.

Espai físic quan les característiques de l'habitatge impossibiliten espais ben diferenciats per aïllar-se i per trobar intimitat que en molts moments els pot ser necessària.

Dificultat per regular l'ús d'elements comuns de la família (ordinadors, TV, plataformes audiovisuals...), quan els diferents membres han de fer ús dels mateixos

Factors que dificulten el confinament en els pares i mares

Problemàtiques associades:

A aspectes laborals i econòmics. La crisi actual està provocant regulacions laborals que afecten a molta població que poden provocar dificultats molt greus a nivell econòmic i molta inseguretat respecte el futur laboral. En alguns casos pot afectar a famílies que ja estaven prèviament en una situació de molta precarietat

A la cura de la gent gran. Moltes famílies poden veure incrementada la responsabilitat en la cura dels familiars de més risc el qual incrementa l'esforç necessari.

Als efectes de la malaltia dins de la família. Contagis dins la família poden provocar des d'aïllaments dins la llar més estrictes, fins a la necessitat d'ingressos hospitalaris minvant les forces del grup familiar.

A la gestió de les funcions parentals. Els menors a càrrec continuen necessitant figures adultes que els acompanyen en les seues necessitats diàries d'organització, de sostenir un ambient que, no nega la realitat ni la informació dels efectes de la pandèmia, però alhora no queda envaït de la desesperança o angoixa. A la vegada, els joves necessiten també ser considerats membres actius i útils de la família als quals també s'ha d'ajudar a fer-se més responsables de les tasques familiars.

A la composició monoparental o de l'organització de la tutela. Qualsevol composició familiar en la qual la cura dels fills recaiga principalment en només un progenitor incrementa l'esforç i la possible fatiga d'aquest adult.

A fills/filles amb trastorns de salut mental (TDAH, T. Conducta, T. Personalitat, T. Psicòtics, TEA...) que la situació de confinament pot fer incrementar la simptomatologia i els funcionaments més infantils en algunes circumstàncies i actuar en altres, especialment els trastorns de conducta, entre altres.

A fills o filles que no estan incorporats a cap circuit formatiu o pre-laboral i que no tenen una activitat organitzada durant el dia de seguiment online d'activitats habituals.

Recomanacions per a famílies amb menors amb problemes de conducta

Proposem una sèrie de recomanacions en forma de 10 missatges que busquen **orientar als familiars i que ajuden a situar-se enfront els fills i filles minimitzant possibles espirals negatives** en la relació que desemboquen en el risc d'enfrontaments.

1 Quan les problemàtiques associades al confinament desborden les capacitats del/la jove i/o de la família, sigui per trastorn mental o per problemàtiques conductuals, és important poder contar amb el suport dels professionals de referència. En aquestes situacions serà necessària la intervenció professional siga des de l'àmbit sanitari o inclús judicial quant el/la jove està afectat per un procés judicial amb el suport dels tècnics de justícia. També en algunes circumstàncies excepcionals pot ser necessari activar a través del psicòleg o psiquiatra de referència una valoració responsable de permís per poder fer eixides de curta durada al carrer, per prevenir "escalades negatives" que podrien originar conductes violentes.

2 Quan hi ha un consum previ de substàncies, el/la jove pot tenir dificultats afegides per la interrupció abrupta del consum i, per tant, a les dificultats del confinament es pot afegir la irritabilitat de l'abstinència. Aquesta situació encara es pot agreujar en persones amb addiccions franques. Pot ser adequat, segons les circumstàncies, consultar amb els referents de salut la possible indicació d'una medicació que permeti mitigar l'efecte de l'abstinència al jove. Per part dels joves i de la família, serà necessari un reconeixement del consum i un apropament més flexible al problema evitant en aquestes circumstàncies discussions i intentant estar disponibles oferint estones de comunicació i de trobada que el confinament pot afavorir.

3 Sovint, l'aïllament i la cerca d'espais privats per part dels adolescents tenen una funció positiva. Pot ser una forma de descansar, d'ordenar les experiències que estan vivint. Respectar el seu espai si és possible, si tenen habitació pròpia, deixar-la com espai de l'adolescent, no entrar en discussions per l'ordre o la manera en què el tenen en aquests moments. És important trobar la manera de tenir privacitat.

4 En aquestes edats, encara que les relacions amb els pares són importantíssimes, es posen en joc aspectes de la seua identitat que fa que les relacions d'amistat i de parella siguin viscudes sovint com les més significatives. Totes les possibilitats que els recursos telemàtics, internet, xats, mòbils... els ofereixen poden ser les úniques possibilitats de mantenir la relació encara que a distància. Serà important respectar, fins i tot promoure, aquestes necessitats de contacte i flexibilitzar possibles horaris i normatives prèvies al confinament amb l'expectativa de recuperar-les un cop la situació quede normalitzada.

5 Donada la particularitat de l'adolescència, etapa en què coexisteixen aspectes de comportament encara infantils i aspectes adults, es poden donar diferents respostes al confinament. Defensivament pot desencadenar una resposta amb característiques infantils: mostrant-se més passius a casa. És important flexibilitzar-se i deixar-los temps per tal de que puguin anar trobant altres formes d'organitzar-se alhora que ajudar-los amb un ritme tolerable per anar assolint al manteniment d'unes pautes diàries que passat el confinament hauran de recuperar, com per exemple l'horari de dormir, etc...

6 És bastant habitual que en la etapa adolescent no es tinga desenvolupada suficientment una valoració acurada del risc. El/la jove pot sentir-se forts i sans. Els pot ser difícil, per exemple, comprendre per què encara que no es tinguen símptomes, un pot ser portador de la malaltia. Serà necessària una actitud pedagògica, anar explicant i informant per ensenyar-li a tenir cura de si mateix i dels altres. Però és important tenir en compte que és molt normal aquesta falta de percepció del risc en qualsevol adolescent i que és des de les informacions que ell mateix pugua compartir amb els seus iguals i des d'aquesta actitud pedagògica dels pares/mares/cuidadors que l'anirà construint.

7 Sempre **és molt necessari estimular la capacitat per negociar** i arribar a pactes quan el subjecte ja té capacitats per fer-ho com passa a l'adolescència. La actitud d'escolta i de tenir en compte a l'altre és un model

de relació que pot oferir l'adult que serà molt ben acollit pel jove que a la vegada anirà aprenent a desenvolupar-lo. Des d'aquest diàleg és indispensable arribar a acords per diferenciar allò que és intolerable per esdevenir "línies roges" per a tota la família (agressions per exemple) de conductes o funcionaments dels joves o de la resta de membres de la família que poden ser molestos però que davant els quals serà millor una actitud relativament flexible.

8 Els joves poden tenir moltes dificultats per tolerar l'avorriment, encara més quan les respostes que habitualment donarien per evitar-ho estan limitades pel confinament. Alhora esdevé que els adolescents no sempre tenen clar quines són les seves capacitats, els seus recursos, els seus interessos. Ajudar-los a trobar activitats que estimulen la seua motivació pot ser un bon acompanyament i que facilite la relació. Proposar que intervinguen en alguna cosa concreta de la rutina de la llar, si té a veure amb poder eixir i anar a comprar o a llençar les escombraries o passejar el gos, millor. Si s'acosten a la cuina permetre que facen o contribueixen a cuinar el que més els agrada, per exemple. Estar molt atents i estimular qualsevol iniciativa de col·laboració del/la jove donant-li un espai d'acollida

9 Si el domicili compta amb un espai com terrassa, balcó, pati interior o similar, utilitzar-lo en els moments de tensió per evitar escalades a la relació; si no surt l'adolescent pot ser un altre membre de la família qui el necessite per aclarir-se o regular el malestar. Si no hi ha un lloc físic, buscar la manera de poder "eixir", ja siga utilitzant la música -si pot ser amb cascos- com a manera d'aïllar-se un poc, una dutxa, posar-se a fer exercici o allò que sentim que ajude a esbargir-se i que iniciatives socials molt creatives estan posant al nostre abast.

10 Aquest conjunt de mesures busquen facilitar la convivència davant una situació difícil de viure i transitar per tothom. Però entenem que en algunes circumstàncies poden ser insuficients donat que el menor no vol o no pot acceptar aquestes restriccions i els límits imposats de no eixir de casa. En aquests moments és necessari que els pares i mares accepten també les seues limitacions i que eviten escalades de confrontació que generen violència.

Resum elaborat pel Departament d'Orientació

IES Manuel Sanchis Guarner

Castelló de Rugat