

RECOMANACIONS ENTORN ALS RÈGIMS DE COMUNICACIÓ I ESTANÇA DELS FILLS I FILLES DURANT L'ESTAT D'ALARMA

1. Marc actual

El RD 463/2020, de 14 de març, de declaració de l'estat d'alarma, modificat pel RD 465/2020 de 17 de març, preveu, en el seu article 7, la circulació de les persones per les vies d'ús públic, l'assistència i la cura de majors, menors, persones dependents, persones amb discapacitat o persones especialment vulnerables.

A partir d'aquest marc normatiu, s'entén que els progenitors poden realitzar les transicions regulades amb relació als fills comuns tot considerant, però, que s'hauria de fer seguint les recomanacions sanitàries, especialment a l'hora de protegir la salut dels nens, les nenes i els adolescents (en endavant, NNA).

En aquests moments les orientacions, les recomanacions i les informacions de les autoritats sanitàries i de protecció civil esdevenen els criteris a seguir per a la població en general. Per tant, s'haurien de seguir de la forma més acurada possible per minimitzar el risc de propagació del virus. La Llei 14/2010, dels drets i les oportunitats en la infància i l'adolescència, en el seu article 44.2b estableix que "qualsevol infant o adolescent té dret a rebre actuacions preventives, amb l'objectiu de prevenir les malalties i les seves complicacions i disminuir l'exposició a factors de risc per a la seva salut".

Durant el mes de març d'aquest 2020, els magistrats de família de Barcelona establiren i ratificaren un acord que afecta al període de l'estat d'alarma, al qual s'han adherit diversos jutjats del territori, que resol:

1. Que la declaració de l'estat d'alarma no legitima l'incompliment de les resolucions judicials.
2. Que els progenitors hauran d'observar les normes de les autoritats governatives i sanitàries, als efectes d'evitar la propagació del coronavirus, procurant un exercici responsable de la potestat parental i assolint els majors acords possibles.
3. Delimitar alguns criteris de risc (síntomes de contagi o resultat positiu al test del COVID-19).
4. Encoratjar l'ús de mitjans telemàtics per garantir el contacte parentofamiliar.

2. Orientacions psicossocials en l'àmbit de les famílies

Els professionals de l'àmbit psicossocial, sabedors que ens trobem en una societat de codi múltiple, pluri i multicultural, amb diversitat de valors coexistents i d'identitats morals que influeixen en un escenari com l'actual, voldríem prestar ajuda a les famílies oferint-los algunes orientacions que puguin considerar a l'hora de valorar el risc associat a les transicions dels fills i les filles entre llars.

L'excepcionalitat de la situació que estem vivint requereix d'un abordatge i una consideració també en aquests mateixos termes i, per tant, d'un esforç de tothom per

poder fer una gestió ajustada i acurada a les necessitats dels infants i els adolescents en aquests moments. Així, pensem que aquestes recomanacions poden ajudar les famílies a definir les línies a seguir en relació a les transicions dels fills, per tal d'establir l'opció que més els respecti i prioritzi, d'acord amb l'interès superior de l'infant i, per tant, avantposant els drets d'aquests als drets dels adults i considerant-los a l'hora de prendre decisions que els afectin.

2.1 Principals situacions de risc

- **Cuidadors que han donat positiu al virus.** Són la principal situació de risc, cap a la resta de la família i especialment cap als NNA. Caldrà tenir present la necessitat d'aïllament i les dificultats i/o inviabilitat per oferir cures adequades als fills/es.
- **Fills/es que han donat positiu al virus.** En el supòsit de símptomes de malestar físic o sospites d'haver contret la malaltia per part dels fills/es, els progenitors i cuidadors tenen l'obligació de vetllar i atendre les indicacions sanitàries quant a la cura de la seva salut i recuperació i, en el seu cas, les visites mèdiques o ingress hospitalari. Cal recordar la importància de mantenir informat l'altre progenitor, ja que aquesta és una qüestió cabdal i significativa.
- **Situacions d'impossibilitat de confinament.** Caldrà tenir en compte aquelles situacions en què el cuidadors no tenen la possibilitat de mantenir el confinament domiciliari (per exemple, per causes laborals), la qual cosa augmenta el risc vers els fills/es.
- **Convivència amb persones majors de 65 anys.** Caldrà considerar el risc en aquelles nuclis familiars en els que es conviu i/o es té cura de persones majors de 65 anys, considerades població especialment vulnerable.
- **Espais adequats per a desenvolupar els règims de comunicació i estança.** Caldrà vetllar, de forma específica, en aquells supòsits en què no hi ha possibilitat d'acollida dels fills en un habitatge preparat (la via pública ha quedat vetada pel contacte interpersonal).
- **Transicions dels fills/es, transports i distàncies.** En el cas de produir-se transicions dels fills/es, aquestes s'han de realitzar garantint la major seguretat per a aquests/es. Cal ser conscients que els trasllats de llarga distància, en transport públic o a peu, poden resultar un risc per als NNA. Cal, doncs, pensar en el nombre de transicions previstes, les distàncies i el tipus de transport a utilitzar a l'hora de prendre decisions.

2.2 Orientacions generals

2.2.1. Davant l'impacte emocional

- **En els infants.** Atesa la situació extraordinària que estem vivint i el gran impacte emocional que té en tothom, inclosos els infants, seria necessari que els progenitors puguin oferir als fills/filles orientacions que els ajudin a entendre la situació actual; que els aportin elements que els faciliti entendre els canvis que s'estan donant en la seva quotidianitat, i les possibles alteracions dels espais de relació i dinàmiques familiars habituals que es deriven de la situació.

Com podem ajudar als NNA?

- Cal una informació clara, senzilla i concreta, ajustada a cada etapa evolutiva i preservadora.
 - Una informació lliure de missatges negatius i que transmeti seguretat, tranquil·litat i reversibilitat, tot amb l'objectiu de reduir el malestar i el possible impacte negatiu que pot tenir en ells.
 - Una informació compartida: és important donar un missatge comú, perquè això evita confusions i malestars i dóna confiança i seguretat. Si un dels progenitors no pot establir contacte amb els fills/es, cal que s'expliqui el motiu de forma aclaridora, oferint missatges de confort i establint altres formes de comunicar-se.
 - En el cas d'infants amb maduresa suficient i adolescents, cal recavar també la seva opinió i considerar-la.
- **En els progenitors.** El moment d'incertesa i complexitat que estem vivint pot dur als adults referents a desplegar estratègies poc adaptatives en aquests moments i a prendre decisions (per por, inseguretat, necessitat de sentir-se a prop, etc.) poc ajustades a l'interès i la protecció dels NNA. Especialment, quan es troben enmig d'un procés de ruptura o de relació conflictiu.

Cal considerar, doncs:

En el cas dels **progenitors sense la tinença dels fills/es**, són naturals i legítims certs sentiments d'angoixa i/o incertesa en situacions de limitació del contacte amb els fills/es, o sentiments de neguit, preocupació pel benestar d'aquests o, fins i tot, malestar i enuig per la limitació dels contactes.

En el cas dels **progenitors amb la tinença dels fills/es**, en aquest moment poden aparèixer sentiments de tensió, sobrecàrrega, preocupació i/o malestar pel fet d'afrontar en solitari la cura dels fills/es sense cap relleu presencial de suport. Cal tenir en compte l'estrès del cuidador primari, atès que no coneixem, ara per ara, el temps que aquesta situació trigarà en resoldre's.

Què ens pot ajudar?

- Caldrà posar en valor la coresponsabilitat i la comprensió dels adults en moments difícils i complexos per a tota la ciutadania. Per això és imprescindible reconèixer i validar vivències i sentiments de totes les persones implicades.
- Accions com facilitar la comunicació, oferir ajuda, informar sobre l'estat dels fills, i arribar a acords i consensos només poden ser afavoridors pel benestar dels fills/es i alleugeridors pels progenitors que no els tenen a prop.
- Intentar establir acords és més rellevant que mai especialment perquè, amb això, es dóna un missatge als fills que no afegeix nous focus ansiògens ja presents per l'escenari d'incertesa que experimenten, i perquè els mostrem que els adults sabem flexibilitzar criteris quan és necessari, oferint models adequats.
- Davant dels fills, uns pares que es respecten i es reforcen l'autoritat parental són un model segur i positiu, que millora la seguretat dels vincles paternofiliars.
- Si establir acords es fa complex, orientem a cercar vies de consens i ajuda dels professionals especialitzats en mediació, relacions familiars i/o advocacia.

Com demanar ajut?

- Si el que busques és ajuda especialitzada, recorda que tens a disposició molts professionals de l'àmbit públic i privat que poden assessorar-te. Actualment,

diversos professionals i serveis ofereixen atenció per videoconferència o de forma telemàtica.

- Recorda que si estàs fent seguiment en algun servei específic, sempre pots consultar al teu professional de referència (psicòleg/oga, treballador/a social, educador/a social, etc.).
- Et pots adreçar al Centre de Mediació de Catalunya:
centremediacio.dj@gencat.cat

2.2.2. Durant la comunicació entre els infants i els adults

Altrament, és important garantir un contacte regular dels NNA amb l'altra figura parental, estar presents i poder comunicar-se d'una forma adequada, fàcil i interactiva amb els fills/es. Aquesta situació excepcional pot generar sentiments d'incertesa, temor o ansietat als NNA i tenir aquest contacte pot dissipar preocupacions sobre el benestar de l'altre membre familiar o de la família extensa.

Què ens pot ajudar a comunicar-nos millor?

- Les rutines en les comunicacions són importants. És bo fer-les sempre en un mateix horari i amb una assiduitat coherent amb l'edat i les necessitats dels NNA.
- Per establir la freqüència, caldrà tenir en compte les necessitats pròpies de l'infant, la seva edat i el context específic. Com a línia general, la petita infància requereix de més assiduitat en el contacte i un establiment de les comunicacions de més curta durada, mentre que els adolescents o joves poden establir contacte més espaiats i de certa durada.
- Sempre que sigui possible, és positiu que part de les comunicacions puguin fer-se per videotrucada, en funció de l'edat i el moment evolutiu de NNA, per poder mantenir contacte visual entre progenitors i fills/es. A més a més, altres elements importants en la comunicació són la veu, el gest, la prosòdia, etc. Tot hi juga un paper important. Per això, aquests dies, les persones estem mantenint molts contactes interpersonals per videoconferència, perquè així ens sentim més a prop.
- Les comunicacions amb família extensa també han de mantenir-se; aquestes relacions són importants, ja que són el llinatge dels nostres fills, i també és bo que sentin a prop els avis/àvies, els tiets/es i els cosins/es.
- Pactar un horari de comunicació que respecti les necessitats de tothom. És convenient poder establir acords conjunts de comunicació entre els progenitors.

Comunicar no és només parlar!

És realment important que l'espai de comunicació sigui un espai ric, útil, en què les persones es sentin "connectades" entre elles. Aquest és un apartat especialment important per als més petits, ja que els infants es comuniquen, aprenen i interaccionen per mitjà del joc.

Compartir temps d'oci amb els fills/es millora els vincles afectius i facilita la comunicació. Sabem que les activitats interactives i compartides fan les comunicacions amb els infants més atractives i significatives per aquests.

Com interaccionar i jugar mitjançant internet?

- Cal preparar el moment, com qualsevol altra estància amb infants; cal establir prèviament certes activitats que voldràs realitzar o proposar.
- Cal conèixer el sistema que s'usarà per a la realització de la videoconferència, realitzant proves prèvies (per adequar imatge, so, eines com compartir pantalla etc.).
- És important tenir una actitud oberta (les gesticulacions probablement hauran de ser més clares i expressives), connectar amb la creativitat i també amb la paciència, per anar adequant la situació d'acord amb encerts i errors.
- Serà necessari adaptar el joc a l'edat corresponent i al mitjà. Per videoconferència es poden adaptar molts dels jocs clàssics (cantar o ballar una cançó, fer titelles, explicar contes, jugar al Veo-veo o Pedra, paper, tisora, etc., o fins a jocs en línia pels més grans). Pot ser d'utilitat fer una cerca per internet per recavar idees i consells!
- Sol ser útil, per començar, comptar amb aquells jocs que es fan quotidianament quan s'està en contacte i, a partir d'aquí, començar a adaptar-los.

2.2.3. Segons l'edat

Caldrà tenir en compte l'edat, situació evolutiva i estat general dels fills/es, així com les seves necessitats de contacte. No és el mateix un nadó que un infant o un adolescent; cada edat i període evolutiu té les seves pròpies necessitats.

A l'hora de comunicar-nos, segons l'edat:

- Amb nadons, serà important que aquests puguin escoltar la veu del progenitor absent. En aquestes edats la memòria sensorial juga un paper fonamental i encara que no ho sembli, l'infant ja registra i identifica certes veus i imatges. Les comunicacions haurien de ser més curtes i més freqüents.
- Amb infants, recordar que les comunicacions basades en el joc, en compartir espais i temes comuns (fer els deures, llegir contes...) són més significatives i satisfactòries pels infants. En aquesta etapa, és important establir rutines; per això, caldrà mantenir horaris. Aquests horaris ajudaran a marcar hàbits que permetran a l'infant incorporar les trucades com un element dels seu dia a dia, podent predir quan seran i generant sentiments de seguretat i tranquil·litat.
- Amb adolescents i/o preadolescents, per altra banda, s'hauran d'ajustar i acordar les freqüències de les trucades a les seves necessitats.

2.2.4. Segons les necessitats específiques dels NNA

Igual que en l'apartat anterior, és necessari tenir presents les necessitats especials que poden tenir els fills (discapacitats, trastorns psiquiàtrics, disfuncions conductuals o malalties). És important poder acreditar aquestes situacions.

Com podem ajudar als NNA amb necessitats específiques?

- Amb fills/es amb necessitats de rutines, caldrà prioritzar la cobertura d'aquesta necessitat per assegurar el benestar dels NNA. És més important que mai que les comunicacions siguin específicament predictibles i amb horaris ajustats.
- Recordar que, si els fills/es estan sent atesos per serveis específics, molts d'aquests serveis estan fent seguiment telefònic i sempre poden ser un espai de consulta. Els professionals d'aquests serveis sempre poden orientar a les famílies

en casos de permisos o pautes específiques, en funció de les necessitats concretes dels NNA.

2.2.5. En casos en què hi ha establerts Serveis Tècnics de Punt de Trobada (STPT)

Cal considerar que els STPT romanen tancats per raons de salut pública. Això afecta diverses situacions d'especial complexitat, com ara les de violència de gènere. En aquests casos, sempre que sigui possible i no concorrin altres aspectes de risc o expressament prohibits, seria molt recomanable mirar de generar, per la via de l'acord, algun tipus de comunicació (per exemple, telefònica), especialment si el NNA té predisposició o interès.

3. Conclusions

Aquest document d'orientacions és fruit del treball d'equip i el consens entre els diferents operadors psicosocials que donen suport a les instàncies judicials en els àmbits tant públic com privat. Esdevé un recull de criteris a considerar i ponderar per part de les famílies, amb la voluntat d'ajudar-les a decidir respecte dels fills, en un moment tant excepcional i complex com l'actual. Aquestes orientacions complementen i enriqueixen els acords judicials.

Així doncs, la qüestió més peremptòria i motiu i objectiu principal d'aquest document ha estat l'intent d'harmonitzar, en clau psicosocial, els principis d'executivitat de les resolucions judicials, amb el dret fonamental a la salvaguarda de la salut pública i, per descomptat i com a valor suprem, l'interès superior i la protecció dels NNA.

De ben segur que aquesta situació revertirà i que tots n'extraurem aprenentatges pel futur, un dels quals, sens dubte, és el valor de les relacions humanes i dels vincles interpersonals.