

HIPERACTIVITAT: UN MAL DE L'ÈPOCA?

Josep Amorós i Contra

Psicòleg. Coordinador del SEETDIC (Servei Educatiu Específic per a l'alumnat amb Trastorns del Desenvolupament i la Conducta)

RESUM

"Hiperactivitat: un mal de l'època?"

La societat contemporània és caracteritzada, en el nostre context cultural, per la velocitat, l'acceleració i la pressa que té com a conseqüència que cada cop fem més coses amb menys temps, és a dir, la hiperactivitat.

A l'article s'analitzen aquests factors i l'efecte de les noves tecnologies i Internet en els processos de subjectivació, la vivència del temps i del cos, la sensorialitat, la percepció i el processament de la informació. S'entén la hiperactivitat en un doble sentit: com un símptoma d'un malestar que pot configurar-se com a patològic, però també com l'expressió d'un cert funcionament social i d'una manera d'estar en el món. Es planteja també la relació entre la hiperactivitat com a símptoma i el Trastorn per Dèficit d'Atenció amb Hiperactivitat (TDAH) que no deixa de ser controvertida, donada l'existència de posicions no coincidents entre els professionals.

Paraules clau: Hiperactivitat, conducta corporal, processament informació, atenció i subjectivització, nadius digitals / immigrants digitals

ABSTRACT

"Hyperactivity: a black mark in current times"

Contemporary society is characterized in our cultural context, by speed and rushing, which leads to the fact that we do more things in less time, that is to say hyperactivity.

This article analyses these factors and the effect new technology and internet have on the process of subjectivity, the perception of time and body, the sensitivity and the process of information.

Hyperactivity is understood as having two meanings: as a symptom of feeling low which could be considered as a pathologic disorder, but also as the expression of a certain social function, and an approach to being part of the world.

The relationship between hyperactivity as a symptom and ADHD (Attention Deficit Hyperactivity Disorder) is also considered a fact that has led to controversy due to contrasting opinions among professionals of the field.

Key words: Hyperactivity, body behaviour, information processing, attention and subjectivisation, digital natives / digital immigrants

Com ens senyalen i recorden molts autors des de disciplines molt diverses com la sociologia, la filosofia o la història, cada època està marcada per alguns trets que li són propis. Al món contemporani i en el nostre context social un dels que apareix com a més significatiu és la pressa, la velocitat i l'acceleració i el seu correlat gairebé inevitable: la hiperactivitat. Sembla que estem condemnats a fer moltes coses, cada cop més coses i en el menor temps possible.

Això no sempre ha estat així i, com ens expliquen des de l'antropologia, en segons quins contextos culturals, ser o no hiperactiu és irrellevant i no és un tret significatiu dels individus que hi pertanyen. En altres, però, és un tret que esdevé important i

inlús pot convertir-se en una marca per al subjecte que pot senyalar el límit entre la *normalitat i el trastorn*.

En aquest sentit es pot entendre la hiperactivitat com una manifestació d'un cert funcionament psíquic lligat a característiques personals del subjecte, però també com expressió d'un cert funcionament social. Parlar sobre la hiperactivitat ens porta, doncs, a pensar algunes de les condicions socials en què es desenvolupa la nostra vida: la vivència i l'ús del temps, la vivència del cos, les dificultats per elaborar les percepcions i els pensaments, les dificultats per gestionar la cada vegada major complexitat social i l'efecte de les noves tecnologies.

Aquestes afirmacions no han de ser interpretades en el sentit que la hiperactivitat sigui una manifestació d'aparició recent, sinó que expressen un cert consens en considerar que cada cop hi ha mes subjectes que en pateixen i és més present a nivell social.

EL COS, L'ESPAI I EL MOVIMENT

D'entrada el terme hiperactivitat, més enllà de les connotacions que ha pres en els darrers anys, tan sols senyala un augment de l'activitat motora, activitat que no és en absolut neutra i aliena al context on es produeix. El moviment, la gestualitat, les posicions en l'espai i les postures estan regits per regles que tenen un origen social: les conductes corporals tenen una naturalesa social. (Mauss, 1934) Hi ha regles socials que determinen l'ús de l'espai per part dels subjectes i la conducta hiperactiva transgredeix, per exemple a l'escola, aquest ús reglat dels espais.

En aquest sentit el moviment, i com aquest es produeix, senyala maneres diverses de vincular-se a l'altre. Així el moviment, certes formes de gestualitat i l'augment de l'activitat afavoreixen, per una banda, formes de vincular-se superficials i canviant i, per l'altra, la invasió de l'espai personal de l'altre o ignorar-lo quan va lligat a les dificultats per parar atenció.

L'activitat incansable i el moviment sense objecte també expressen les dificultats per posar paraules. Allò que no pot ser pensat i expressat en paraules retorna en forma de neguit que agita el cos. (Ubieto, CIIMU, 2013). La representació i vivència del cos es construeix i els processos que hi són compromesos es basen en experiències, percepcions i emocions lligades, en part, al context social. Es el que podem anomenar la construcció social del cos.

EL TEMPS ACCELERAT

L'experiència i la vivència del temps ha canviat profundament a la societat actual en relació a altres èpoques. El temps, que no és un flux homogeni, és un producte i una construcció social. A la base de la temporalitat (tant social com subjectiva) hi ha les diverses formes d'interacció social, els símbols i valors que configuren el ritme de la vida social i el sentit de les estructures temporals. La regulació social del temps a la modernitat (simbolitzada pel rellotge) desnaturalitza l'experiència personal del temps i el temps viscut ja no és el que regula les nostres vides i activitats (Beriain, 2008). El temps interior, el de la intersubjectivitat i el social entren en conflicte.

Alguns dels trets que caracteritzen la societat actual en relació al temps són (Beriain, 2008; Duch, 1997; Iglesias, 2006; Safranski, 2012):

- La contracció del present: la societat actual privilegia el present enfront del passat i el futur.
- L'acceleració de la vivència del temps producte de l'acceleració social pròpia de la modernitat avançada. L'acceleració és la forma bàsica de les estructures temporals a les societats modernes. Aquesta acceleració i la velocitat que hem imprès a les nostres vides tenen com a conseqüència un augment de l'excitació, de la probabilitat d'accidents, de la sensació d'immediatesa i simultaneïtat i també crea sentiments d'angoixa que ens impul·leixen a actuar.
- Cada cop hi ha més actes i experiències per unitat de temps, això és possible perquè hi ha una reducció dels intervals entre accions i els moments de pausa i calma cada vegada són menors i també fent, cada cop més, varies coses simultàniament.
- La major complexitat social dificulta els processos d'ajustament ja que la complexitat augmenta les opcions, possibilitats i la necessitat d'elecció i en entorns molt complexos el temps es fa escàs.
- Les nostres vivències, identitat i maneres d'estar en el món en són afectades. Tenim dificultats per elaborar les informacions, experiències i percepcions, perquè per elaborar cal temps. És la distància que hi ha entre el temps real (el que experimentem, el temps viscut) i el temps representat.

SENSORIALITAT, PERCEPCIÓ I PROCESSAMENT DE LA INFORMACIÓ

Com diu Benjamin (1973) les maneres de mirar, percebre i sentir tenen un caràcter històric i a la societat contemporània els modes de percepció es caracteritzen per la fragmentació, la inestabilitat i l'estar marcats per la instantaneïtat. Però, malgrat la velocitat i acceleració dels estímuls, el psiquisme humà té límits i no es pot augmentar indefinidament la velocitat de percepció o de processar la informació.

La rapidesa, la immediatesa i els grans fluxos continus d'informació dificulten l'alternança entre el moviment i els moments de pausa i quietud, d'introspecció imprescindibles per a la reflexió. Com ho expressa Haroche (2009): *Las sensaciones omnipresentes e intensas, los flujos sensoriales continuos tendrían como efecto suprimir la alternancia entre continuidad y discontinuidad, condición para la capacidad de pensar: fijarían el pensamiento. El carácter otrora discontinuo de las percepciones se habría vuelto continuo: las sensaciones habrían reemplazado a las percepciones, descartando la alternancia entre el movimiento y la pausa – condición misma del pensamiento-, imponiendo a la persona el movimiento continuo.*

Les societats líquides contemporànies (líquides en expressió de Z. Bauman) que condicionen la manera d'estructurar-se dels subjectes amb la immediatesa i la instantaneïtat de les relacions amb els altres i els objectes, porten a privilegiar l'experimentar sensacions enfront de les emocions i els sentiments i a disminuir la possibilitat de parar-se a pensar i reflexionar.

La capacitat de reflexió i de parar atenció estan estretament lligades. Aquest fet comporta que captar l'atenció dels individus és cada cop més difícil. Un excés d'estímuls i informacions modifica de manera significativa l'estructura i funcionament de l'atenció, per això la percepció queda fragmentada i dispersa. L'atenció dispersa es caracteritza per constants canvis de focus entre diferents tasques, fonts d'informació i processos. (Han, 2012). Cal assenyalar, però, que el concepte atenció no és únic i és un conjunt de processos interrelacionats mitjançant els quals ens orientem a l'objecte, processem els estímuls i la informació .

TECNOLOGIA, ATENCIÓ I SUBJECTIVACIÓ

Una altra de les característiques de la societat contemporània és la presència massiva i invasora de les tecnologies audiovisuals i els mitjans de comunicació de masses que comporta un gran augment dels fluxos visuals i auditius que té com a conseqüència que visquem en un món amb grans quantitats d'informació que circula a gran velocitat. Els efectes d'aquesta situació tenen a veure tant amb trets característics en la configuració de la subjectivitat contemporània, com amb la construcció neurobiològica del subjecte.

Alguns dels trets que caracteritzen aquesta situació són (Carr, 2011; Corea i Lewkowicz, 2004; Moya, CIMU 2013):

- Les xarxes neuronals del cervell dels nadius digitals són molt diferents de les del cervell dels immigrants digitals.
- A mida que el cervell evoluciona i situa el seu punt de mira en les noves destreses tecnològiques, s'allunya d'habilitats socials fonamentals, com les de llegir l'expressió facial durant la conversa o la de captar el context emocional d'un gest subtil.
- Una saturació sensorial per sobreestimulació. Els dos efectes de la saturació són, per un cantó, l'avorriment i la desconexió i, per l'altre, la hiperactivitat. Des d'aquest punt de vista es podria considerar la hiperactivitat no només, i en alguns casos no primordialment, un símptoma del subjecte sinó també com una expressió d'aquesta subjectivació.
- Les noves tipologies i la quantitat dels estímuls que rebem incentiven diferents formes de pensament. La multitasca, impulsada i promoguda per les noves tecnologies i l'ús d'Internet, ens allunya de formes de pensament que requereixen reflexió i contemplació, ens converteix en més eficients processant informació, però menys capaços d'aprofundir en aquesta informació. Passar moltes hores davant d'un ordinador, saltar contínuament d'un programa i d'una pàgina d'Internet a una altra disminueix la capacitat de concentració i el pensament lineal i reflexiu. Internet ens incita a buscar el ràpid i breu i dificulta la possibilitat de concentrar-nos en una sola cosa.
- Potenciar la capacitat d'estar atents a varis estímuls i, al mateix temps, un dèficit en la capacitat de mantenir l'atenció sostinguda en el temps. Hi ha un estat d'atenció parcial contínua que és descrit com un estar permanentment ocupats, sempre atents a tot, però sense centrar-nos mai de veritat en alguna cosa concreta.

HIPERACTIVITAT, ACTE I PSICOPATOLOGIA

L'activitat incansable i el moviment sense objecte és un acte que substitueix i apareix en el lloc de la mentalització i pot tenir entre les seves funcions:

- Descàrrega d'una tensió psíquica que el subjecte no aconsegueix reduir per mitjans psíquics.
- Una manera d'expressar el malestar.
- Evitació de la rememoració, l'acte substitueix el record i evita les emocions que aquest podria desencadenar.
- Comunicació amb l'entorn, és una manera de vincular-se a l'altre.

La qüestió que es planteja, i no només en relació a la hiperactivitat, és fins a quin punt i quan pot ser considerada un trastorn / malaltia. Diu Han (2012) que cada època té les seves malalties emblemàtiques. Hi va haver el moment de les malalties d'origen bacterià que va finalitzar amb el descobriment dels antibiòtics i que, actualment, és l'època de les que ell qualifica de patologies neuronals, entre les que inclou el TDAH. Han no utilitza el concepte com una explicació etiològica, sinó que li interessa ressaltar que, a diferència d'altres formes d'emmalaltir com en les malalties infeccioses, hi ha una desaparició de l'altre. Dit d'una altra manera: si la hiperactivitat pot ser el símptoma d'un trastorn, també ho és d'una certa manera d'estar en el món.

DE LA HIPERACTIVITAT AL TDAH

Com diu Ubieta (CIIMU, 2013), hiperactivitat és un significat que, actualment, nomena moltes de les dificultats que comporta amb l'etiqueta TDAH. En aquest sentit es pot dir que el TDAH, com d'altres trastorns existents a les classificacions psiquiàtriques actuals, és un constructe que és rellevant en el nostre context social.

Si bé hi ha un cert consens en la descripció de la simptomatologia també ho és que hi ha grans divergències respecte a les hipòtesis etiopatogèniques, algorismes diagnòstics, comorbiditat i orientacions terapèutiques.

Si tenim en compte que, més enllà del potencial genètic i constitucional, el desenvolupament de les neurones i de sinapsis és irrepètible, propi de cada ser humà, i crea mapes concrets i singulars, podem pensar que els factors epigenètics, aquells que sorgeixen de l'experiència, d'allò viscut, només es poden separar artificialment d'allò genètic. Aquesta perspectiva permet pensar d'una altra manera les qüestions etiològiques.

El debat i les controvèrsies entre els professionals, i no només entre els de la salut mental, es produeix també entre aquells que defensen que existeix una entitat clínica diferenciada i amb una etiologia orgànica determinada (neurobiològic) i els que no reconeixen la categoria específica i pensen que es tracta d'una agrupació simptomàtica, sense una etiologia clara, que es manifesta en diferents estructures de la personalitat i que respon a múltiples factors (biològics, psicològics, familiars i socioeducatius (LASA, 2008, Mabres, 2012).

La relació entre el moviment excessiu, i a voltes sense objecte, i les dificultats d'atenció enteses com a trets del subjecte humà amb el TDAH pot ser conceptualitzada de maneres diverses. Una de les possibles és:



Podem interpretar aquest gràfic en el sentit que tots els infants diagnosticats d'un TDAH presenten la simptomatologia d'hiperactivitat i/o dèficit d'atenció, però no a l'inrevés ja que aquests trets poden estar relacionats també amb:

- Síntomes d'altres trastorns (de l'espectre autista, bipolar o psicosi) o deguts a dificultats en la regulació del comportament.
- Trets personals que tenen a veure amb la variabilitat humana producte de la biografia i vivències personals de cada subjecte, però que no poden ser considerats parts d'un trastorn o no són patològics.
- Expressió d'un cert funcionament personal que té a veure amb unes condicions d'època que afavoreixen determinades maneres d'estar en el món.

Des de la pedagogia Meirieu (2009) planteja i ens recorda algunes de les contradiccions i impasses als que ens porten algunes maneres d'entendre el malestar psíquic: *Toca, doncs, a la pedagogia, d'exercir una vigilància constant. Atès que els pedagogs col·loquen al cor del seu projecte l'aparició del subjecte, no poden acceptar que les persones siguin tractades com a objectes, de la manera que sigui, ni tan sols "per al seu bé" ..., recorden la provisionalitat de les classificacions de totes menes. Els estúpids d'una època són originals inventors en una altra, l'anormal d'ahir és, sovint, el normal d'avui, el nen que és dinàmic un dia és hiperactiu l'endemà, la lentitud en el treball representa, successivament, un handicap o un trumfo... Per això, quan les institucions diagnostiquen, trien i afecten, les interroguen sistemàticament sobre la legitimitat de les seves decisions. Expressen la inquietud que ha de tenallar qualsevol mena de classificació. Encarnen la negativitat necessària per recordar que els humans no són coses i que qualsevol intervenció educativa ha de donar a cadascú l'oportunitat de subvertir la seva hipotètica "naturalesa".*

I A L'ESCOLA?

Si tot està canviant (tot succeeix més després i s'accelera, canvia la vivència del temps, les noves tecnologies imposen noves formes de relació amb els altres i d'aproximar-nos i incorporar els coneixements i se'ns bombardeja amb informació que no podem assimilar) la qüestió a plantejar-se és què hem de modificar a l'escola per acollir millor a aquest alumne *que no para* i que *no para atenció*?

L'estructuració del temps escolar, la seqüenciació de les activitats, com demanem que els alumnes estiguin a l'escola i com regulem la possibilitat de moviment no ho afavoreixen gaire. Com podem evitar agreujar la contradicció entre els reguladors biològics personals del temps, el temps subjectiu i el temps social i com afavorir que aquell cos que neguiteja es pugui anar pacificant?

Referències bibliogràfiques:

- BENJAMIN, W. (1973) La obra de arte en la época de su reproductibilidad técnica. Madrid: Taurus
- BERIAIN, J. (2008) Aceleración y tiranía del presente. La metamorfosis en las estructuras temporales en la modernidad. Barcelona: Anthropos.
- BYUNG-CHUL HAN (2012) La sociedad del cansancio. Barcelona: Herder.
- COREA, C. i LEWKOWICZ, I. (2004) Pedagogia del aburrido. Buenos Aires: Paidós.
- CARR, N. (2011). Entrevista al diari EL País del 29-1-2011.
- DEPARTAMENT D'ENSENYAMENT de la GENERALITAT de CATALUNYA (2013) El TDAH: detecció i actuació en l'àmbit educatiu. Materials per a l'atenció a la diversitat. Guia per a mestres i professors.
<http://www20.gencat.cat/portal/site/ensenyament/menuitem.e79d96e9bc498691c65d3082b0c0e1a0/?vgnextoid=357317ad03d5c310VgnVCM1000008d0c1e0aRCRD&vgnnextchannel=357317ad03d5c310VgnVCM1000008d0c1e0aRCRD&vgnnextfmt=default>
- DIVERSOS AUTORS (2013) Trastorns, malestars i diversitat. Com abordem el TDAH? Jornades organitzades pel CIIMU al Col·legi d'Advocats de Barcelona.
- DUCH, LI. (1997) La educación i la crisis de la modernidad. Barcelona: Paidós.
- HAROCHE, C. (2009) El porvenir de la sensibilidad. Buenos Aires: Nueva Visión.
- IGLESIAS De USSEL, J. (2006) La dimensión social del tiempo. Real Academia de Ciencias Morales y Políticas.
- JANIN, B. (2007) Niños desatentos y hiperactivos. Madrid: Editorial CEP.
- LASA, A. (2008) Los niños hiperactivos y su personalidad. Bilbao: Altxa.
- MABRES, M. (coord.) (2012) Hiperactividades y déficit de atención. Barcelona: Octaedro.
- MAUSS, M. (1934) Les techniques du corps.
http://classiques.uqac.ca/classiques/mauss_marcel/socio_et_anthropo/6_Techniques_corps/Techniques_corps.html
- MEIRIEU, Ph. (2009). Pedagogia: el deure de resistir. Barcelona: Rosa Sensat.
- SAFRANSKI, R. (2012) Sobre el temps. Barcelona: CCCB.