

Los efectos psicológicos del paro adquieren trascendencia creciente en la medida en que aumenta diariamente el número de parados y surge en cientos de trabajadores el miedo a quedarse sin empleo.



ANGEL RUANO HERNANDEZ

Departamento de Psicología  
de MAPFRE

Las razones, los problemas individuales y sociales que genera el desempleo pueden ser analizados desde planos distintos.

Son frecuentes los enfoques socio-económicos, bien con respecto a la evaluación de sus orígenes, bien en relación con las posibles medidas y estrategias a desarrollar para conseguir su reducción.

Nosotros vamos a tratar de describir las alteraciones psicológicas que el hecho continuado de encontrarse parado genera en la persona, extraídas de la experiencia de trabajo en tareas de Psicología Clínica y Laboral, ejercidas en un ámbito de población urbana.

Sobre el propio parado y sobre su más próximo entorno viene conformándose cierta psicopatología\*, extensible al marco y equilibrio socia-

\* Psicopatología es el estudio sistemático de la etiología, sintomatología y proceso de los desórdenes mentales.

Es la parte de la Psicología que estudia las enfermedades o trastornos de adaptación

## Alteraciones psicológicas originadas por el desempleo

les, que constituye por sí misma nuevas formas de enfermar, cuyo único tratamiento parece ser el trabajo productivo y satisfactorio.

Los efectos psicológicos del paro adquieren trascendencia creciente en la medida en que aumenta diariamente el número de parados y surge en cientos de trabajadores el miedo a quedarse sin empleo.

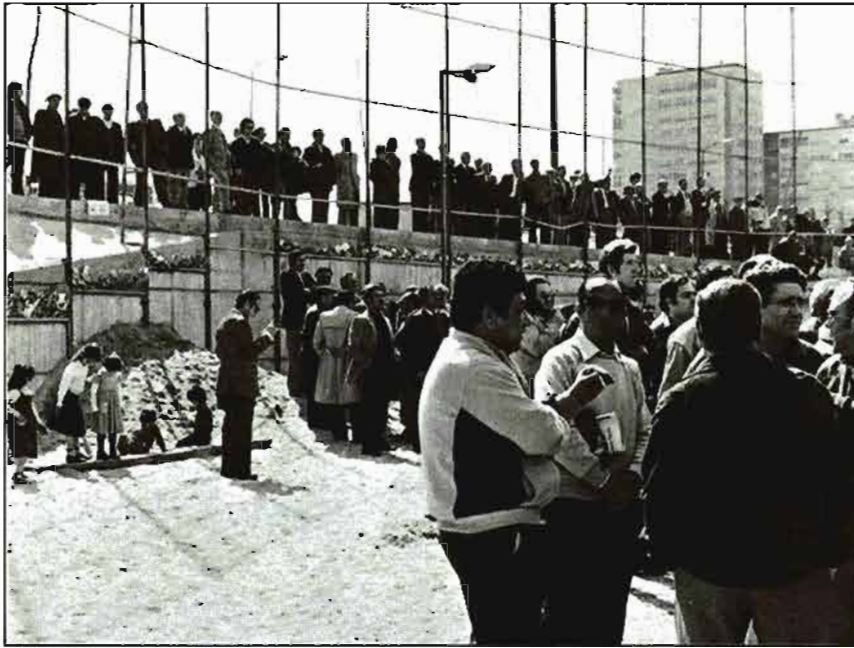
Se engrosan las cifras de perceptores del subsidio de desempleo, que si bien es un derecho social, también genera su psicopatología.

En correspondencia, no se crean puestos de trabajo con el dinamismo suficiente para absorber y resolver los

deseos de trabajo de quienes quieren y desean trabajar.

El análisis de las alteraciones psicológicas originadas por el desempleo puede contemplarse desde muy diferentes perspectivas: atendiendo a las características de pertenencia a los diferentes grupos sociales, al momento de la biografía de la persona en que surge el hecho de encontrarse parado y al grado de formación básica de que dispone, por ejemplo.

Vamos a tratar pues, de simplificar al máximo nuestra descripción y ofrecer una panorámica general del problema, por las lógicas limitaciones de espacio que tiene este artículo.



## 2. DESEMPLEO JUVENIL. BUSQUEDA DEL PRIMER TRABAJO

Nos referimos a aquellas personas que superada una formación o encontrándose en edad de trabajar, tratan de encontrar empleo sin conseguirlo.

— Con bastante frecuencia, las personas afectadas por esta situación, desarrollan problemas psicológicos razonados en la prolongada dependencia en el tiempo de la familia, en una etapa de su vida en la que prácticamente existen deseos de autonomía incontenible.

Un gran número de estas personas perciben un ambiente familiar enrarecido a su alrededor, incrementándose generalmente su hostilidad hacia la figura paterna por el efecto control que supone su imagen y los habituales reproches, reactualizándose también los celos fraternos. Parece ser que uno de los sentimientos que más interviene en el desarrollo de estos problemas es la falta de independencia económica y las serias dificultades que el parado percibe para conseguir un status de autonomía.

Alcanzadas determinadas edades, la dependencia física y material de los padres origina sensaciones de vacío, inutilidad, estorbo e insatisfacción personal.

La imposibilidad de poder realizarse a través del trabajo, la percepción diaria de que no aportan nada positivo en el plano material a la familia y a la sociedad, da lugar en estas personas

a vivenciar serios sentimientos de frustración que incluso les hacen dudar de sí mismos.

— En segundo lugar, con respecto a este grupo de personas, existe con relativa frecuencia un grave riesgo de psicopatización de la conducta, es decir, de conductas marginales, reconocido incluso por los propios afectados en nuestras entrevistas.

Si bien, determinados grupos son más vulnerables a esta posibilidad, la ausencia de perspectivas de futuro, en interacción con el resto de problemas, facilita estas conductas, como nos decía una persona entrevistada: «En esta sociedad en la que los parados son el despojo de la sociedad del petróleo, hasta el más confiado y esperanzado va perdiendo día a día, a fuerza de llamar en puertas que no se abren, la ilusión de que algún día podrá integrarse como un ciudadano honrado en una sociedad que hasta ahora le parece hecha por y para los demás... una persona en paro es una persona marginada...».

— Sobre un serio descontento consigo mismo y los sentimientos de inferioridad que sobrevienen a los desempleados con respecto al resto de la gente, construyen dudas, escepticismo y desconfianza hacia las clases dirigentes, a quienes responsabilizan en particular de su situación.

Se extiende su desconfianza y crítica a este modelo nuestro de sociedad, en el que opinan que «el hombre sigue trabajando en el desarrollo de nuevas técnicas para que cada vez

seamos menos los que trabajamos...».

La crítica desciende a las empresas, que siempre exigen experiencia y requieren recomendaciones, a los profesionales expertos en empleo, incluso en determinados casos se manifiestan de forma más general y con ciertos matices agresivos, como por ejemplo puede evidenciarse en estas opiniones:

«... hay quien trabaja y es a cuenta de su dignidad... hay quien trabaja y es a cuenta de la dignidad de los demás... hay quien trabaja y es a cuenta de su dignidad propia y de la ajena... hay quien no teniendo trabajo lo único que posee es una gran dignidad, que en ocasiones está en tela de juicio para quienes con él conviven y le rodean...».

— Bastantes de las personas que conversaron con nosotros sobre sus problemas, coincidieron en afirmar que las mayores consecuencias que sufrían eran psicológicas.

Así, por ejemplo, un amplio grupo de Titulados Superiores exponían preocupaciones y vivencias que no habían sufrido anteriormente.

Sus preocupaciones, sus sentimientos de impotencia y pesimismo ante la situación, cristalizan en el desarrollo de un grupo de síntomas psicológicos que pueden calificarse de depresivos: cefaleas tensionales, disminución del apetito y del sueño, desánimo, sensación de vacío, ansiedad, inestabilidad emocional y afectiva, abatimiento.

La espiral que aboca a la situación de desempleado comienza racionalizándose en base a ideas que intentan justificar o comprender la situación por las dificultades que atraviesa la economía del país: «la cosa está muy mal...», posteriormente se desarrollan, una vez que la persona ha participado en alguna oposición o exámenes sin éxito, sentimientos de justificación en base a «que mala suerte tengo... hay mucha competencia...», más tarde, ante repetidos intentos con final negativo, comienzan a surgir ideas despreciativas de la autoestima «... será que no debo valer...», generándose la desconfianza personal que reduce los deseos de luchar, de prepararse, de esforzarse por encontrar posibilidades, «... me produce esta situación..., más bien me producía, todo es acostumbrarse, un sentimiento de inutilidad...».

### 3. LA PERDIDA DEL EMPLEO

Son las personas que teniendo trabajo han sido despedidas por primera vez o varias veces.

Bastantes de los problemas que desarrollan se superponen con los anteriormente descritos, no obstante, en algunos grupos tienen connotaciones diferentes.

— Surgen conflictos porque ya no se trata de conquistar independencia y autonomía, más bien porque ésta se ha perdido.

En el ámbito familiar, en particular sobre la gente joven, se cuestiona la independencia conquistada, surgen nuevamente comportamientos que enrarecen el clima familiar y tienen lugar regresiones a pautas de conductas anteriores a conseguir el empleo.

— Se reproducen también los sentimientos de culpa por el hecho de no trabajar, incluso estos sentimientos se interiorizan ahora con cierta fuerza: «... desde que cerraron la empresa y me quedé sin trabajo, me da vergüenza hasta mirarme al espejo...», «... muchas veces tenemos la culpa nosotros que no queremos trabajar...».

Esta interiorización de los sentimientos de culpa aporta también a la persona sentimientos de melancolía, de autodepreciación, que originan aislamiento social, reducción de las relaciones interpersonales, escaso disfrute del ocio y ocupación de la conciencia por el tema: aparece con frecuencia el recuerdo.

— Comienza ahora la incorporación del trabajador a las filas del desempleo, se constituye en un receptor del seguro de paro o inicia largos trámites judiciales para resolver su despido y situación.

También se generan alrededor de estos temas diferentes problemas y el comportamiento de los ahora desempleados es muy distinto.

Para muchas personas es realmente agobiante acudir a las Oficinas de Empleo y cobrar un sueldo sin trabajar, sin aportar su esfuerzo a cambio.

Bastantes adoptan una actitud dinámica hacia la búsqueda de trabajo por el sufrimiento que les supone engrosar las filas de parados y receptores de las prestaciones por desempleo.

Entrevistamos a personas que abandonaron esta situación al tener una oportunidad de empleo, incluso de remuneración sensiblemente infe-



rior a la que percibían en dichas prestaciones.

Desgraciadamente, no siempre es así, también tenemos la experiencia contraria.

De todos son conocidas, además, determinadas medidas para corregir el fraude, por una parte del trabajador receptor del desempleo que se ocupa en éstas o aquéllas actividades remuneradas, por cuenta ajena o propia, por otra del empresario o patrón que participa de semejantes irregularidades.

Estas conductas individuales o sociales, desde una perspectiva psicológica, adquieren también una dimensión psicopatológica, no dejan de interactuar con el grueso general de los problemas, de conformar nuevas formas de comportamiento marginal que fermentan sobre levadura.

— Con respecto a los trabajadores adultos que sufren el desempleo, de forma característica en aquellos casos que el trabajador tiene hijos mayores que trabajan, surgen problemas al alterarse por inversión los roles familiares.

Suele tener lugar una cierta decadencia de la autoridad paterna, la madre tiene que emplearse, la conducta del padre puede desviarse ausentándose con frecuencia de la casa, presentando celos, inclinándose hacia la bebida, etcétera...

— Una vivencia muy característica del desempleado adulto suele ser la nostalgia de la empresa, en algunas personas mayores muy acentuada, de

volver, de ansiedad por encontrar nuevamente la identidad a través del trabajo.

Las relaciones interpersonales entre familia y empresa se destruyeron, más cuando el trabajador llevaba gran parte de su vida en ella.

Es una de las razones que explica el que durante mucho tiempo trabajadores de una gran empresa sigan viéndose, que hablen de sus tiempos pasados en la empresa.

La nostalgia de la empresa, en los casos de edades altas de difícil aceptación en el mercado de trabajo o próximas a la jubilación, constituye un grave sufrimiento no exento de decepción por la tristeza sentida hacia la ruptura, si bien, pueden existir notas de diferencia desprendidas de la forma en que ésta se produjo.

— Pueden imaginarse con facilidad los problemas psicológicos que se originan en las familias con hijos menores de edad, en las cuales la fuente de ingresos principal era el padre ahora desempleado.

Además de las dificultades expuestas hasta aquí, se producen conflictos y reproches que alteran la estabilidad de la pareja y se trasladan a los hijos, quienes son incluso percibidos como obstáculos, en el mejor de los casos sufridos como víctimas inocentes de una situación en la que no han participado.

Según los estudios realizados durante el año 1981 por la Dirección General de la Juventud sobre la marginación social del menor, un hecho fun-

Cuadro 1

PIRAMIDE DE LAS NECESIDADES HUMANAS, SEGUN MASLOW



damental en las relaciones de los padres, es la frustración personal que produce el paro, como lo demuestra el hecho de que un 30 por 100 de los niños cuyo padre se encuentra en paro cobrando el desempleo, y un 60 por 100 de los que no cobran desempleo, afirman que las relaciones entre los padres son muy malas.

Cuando la presión alcanza límites que rebosan la capacidad de respuesta y resolución del problema por parte de los afectados, o la conducta se ha desorganizado, por el mayor riesgo de psicopatización, por ejemplo, a través del alcohol que ayuda a olvidar, el desenlace puede ser trágico, en ocasiones se han conocido noticias al respecto que demuestran que no dramatizamos.

Quizá influyen en estos finales otros muchos factores, pero el hecho de encontrarse desde hacía tiempo parado, suele tener un papel predominante.

#### 4. EL TEMOR AL DESEMPLEO

El trabajo significa para el hombre su vía de integración en nuestro actual modelo de sociedad.

A nivel psicológico cumple funciones de satisfacción de necesidades, no solamente materiales, que son muy importantes, también de pertenencia y seguridad, de intercambio, de realización personal.

En unos tiempos en los que el paro es uno de los más graves problemas que tiene planteados nuestra sociedad, el empleo se transforma para muchas personas en un bien superior que hay que conservar.

Si bien, hasta aquí la validez de este sentimiento es comprensible, puede suceder que se desarrolle un auténtico miedo y angustia por la posible pérdida.

Nuestra experiencia de trabajo en áreas de Psicología Clínica aplicada a la Rehabilitación de personas que sufrieron un accidente laboral, nos viene mostrando diariamente el papel tan importante que el miedo y angustia mencionados ejercen en la causalidad de los accidentes y la posterior incorporación del trabajador a la vida activa.

La angustia por conservar el empleo, el temor y el miedo a engrosar las filas de parados, origina por una parte un cierto desprecio del riesgo y facilita, por otra, respuestas fallidas en la dinámica de producción.

Se puede advertir también el crecimiento de nuevas formas de accidentarse, que en nada se parecen a la definición que la Ley General de Seguridad Social da de accidente de trabajo.

Estas nuevas formas de accidentarse, caracterizadas por la presentación de síntomas psicósomáticos hasta entonces inadvertidos, activados ahora por un motivo intrascendente en sí mismo, que incluso al trabajador le resulta difícil describir, son definidas en el ámbito asistencial de nuestro trabajo con el concepto de «pseudocidente».

El problema preocupa por las dificultades de diagnóstico y tratamiento que origina, extensibles a las serias dificultades para la nueva incorporación laboral.

Para nosotros es evidente pues, que el temor al desempleo participa también del significado general de es-

te trabajo, constituye por sí mismo un capítulo de importancia y pesa en la preocupación de preventivistas y personal asistencial.

Quizá dentro de este mismo capítulo se engloban las alteraciones psicológicas que originan determinadas formas de trabajar que en definitiva sostiene la misma situación social en la que ha crecido el desempleo, por ejemplo, el subempleo o las contrataciones temporales.

Desde la frustración que sufre un Titulado Superior que se ha formado para ejercer determinados trabajos y ahora desarrolla tareas que nada tienen que ver ni para nada exigen su formación, hasta el ya consistente «síndrome del contratado», se podrían describir también alteraciones psicológicas de importancia.

#### 5. LA TRASCENDENCIA PSICOLOGICA Y SOCIAL DEL PROBLEMA

Quizá pueda pensarse de la lectura de este artículo que dramatizamos el problema.

En nuestra modesta opinión no es así. Es generalmente aceptado que el paro prolongado, el despido, el subempleo, provocan alteraciones de la salud mental de la persona, del núcleo familiar y de la organización social.

El trabajo, la ocupación en una actividad satisfactoria cumple como ya hemos descrito, un importante papel psicológico en la estabilidad individual y del entorno en el cual ésta se inscribe.

Basta una rápida ojeada a las noticias diarias para aceptar que no exageramos:

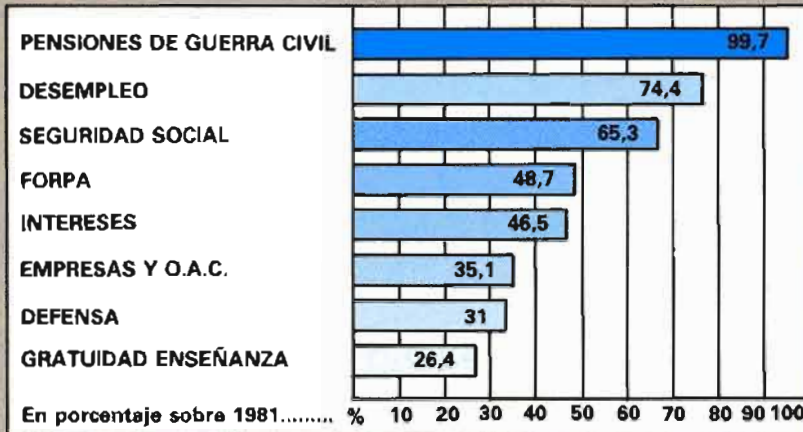
● «El paro, factor de desestabilización...» (1).

● «El paro, un drama mundial...» (2).



Cuadro 2

LOS MAYORES CRECIMIENTOS DE GASTO. FUENTE; YA, 1-X-81, PAGINA 22 (PRESUPUESTOS GENERALES DEL ESTADO)



- «La plaga del subempleo...» (3).
- «La crisis del trabajo... el sistema está en crisis...» (4).
- «El despido provoca enfermedad...» (5).
- «Los parados registrados en oficinas de empleo son ya millón y medio...» (6).
- «Los gastos de desempleo ocupan el segundo capítulo en el crecimiento del gasto público...» (ver cuadro número 2) (7).
- «Irreparable deterioro del parado... el sufrimiento y la tragedia que se derivan del paro suponen un deterioro y degradación individual de los que nunca se repondrán los adultos y las generaciones jóvenes tras un paro de ocho o diez años...» (8).
- «El paro, un problema crónico...» (9).
- «Diez millones de parados en la Comunidad Económica Europea...» (10).
- «El sector servicios crea empleos, pero el industrial los pierde... el paro puede afectar a dos millones de españoles...» (11).
- «El paro no puede ser admitido como normal en una comunidad cristiana...» (12).
- «El crecimiento económico de 1981, el más bajo de los últimos veinte años... según el último informe de la CEOE...» (13).
- «Consecuencias sobre la persona y la familia que sufren el paro...» (14).
- «El paro de los licenciados... uno no es nada si no trabaja...» (15).

6. HACIA UNA RESPUESTA INDIVIDUAL

Declamos al comienzo que nuestro enfoque del tema no sería socio-económico.

Es evidente que la lucha contra el desempleo exige la puesta en marcha de medidas coordinadas que generen crecimiento y desarrollo.

No obstante, ¿qué puede hacer el hombre individual que se encuentra sin trabajo durante este tiempo de crisis?

Las alteraciones psicológicas descritas, los problemas que se originan en su entorno, los riesgos de psicopatización de la conducta, pueden conducir a concluir que el parado se introduce en una caverna oscura, sin salida.

En nuestra opinión no es así, el ser

humano es extraordinariamente plástico, capaz de soportar y resolver situaciones de sufrimiento abrumadoras, lo cual no quiere decir que los problemas no existan o no puedan ser el riesgo de graves conflictos individuales o sociales.

El peligro es acostumbrarse, dar una situación por hecha, justificarse, abandonarse o perder el interés y la motivación por el perfeccionamiento y la preparación.

Es difícil creer y luchar por unas posibilidades escasas, con frecuencia surgirá la desilusión y la decepción; pero son precisamente estos sentimientos los que al final acaban desarrollando la vivencia de que la culpa de estar parado la tiene uno mismo.

Y esta vivencia, es muy peligrosa cuando se tiene ante sí la más ligera posibilidad, entre otras razones porque la competencia es mayor.

Finalmente decir que la realidad individual no puede extraerse a nivel psicológico de la realidad social, el hombre no vive solo, por esta razón las clases dirigentes tienen, a nuestro juicio, una gran responsabilidad en sus manos, en la aportación de respuestas concretas a los problemas de nuestro tiempo.

En el caso de nuestro país, según la estimación hecha por la Organización para la Cooperación y Desarrollo Económico (OCDE), en su informe anual de Perspectivas Económicas, en 1982 habrá menos inflación y paro (16), pronóstico esperanzador.

En definitiva, desde una perspectiva psicológica, trabajar por la generación de puestos de trabajo es también trabajar por la salud mental y social de nuestro país. ■

REFERENCIAS

1. JEAN SCHOWOEBEL: *El paro, un factor de desestabilización*. Un Solo Mundo. Suplemento Mundial para un Nuevo Orden Económico Internacional. Editado por la O.N.U., El País, 7-I-81
2. MICHEL CASTAING: *El paro, un drama mundial*. Idem.
3. BALRAJ MEHTA: *La plaga del subempleo*. Idem.
4. SAGARDOY, J. A.: *La crisis del trabajo*. Idem.
5. FERNANDEZ NORIEGA, J.: *Alteraciones psicológicas y sociales del desempleo*. El País, 2-V-81.
6. Ya, 28-IX-81
7. Ya, 1-X-81 (Presupuestos generales del Estado)
8. TERCEIRO, J. B.: *Debate Trabajo y Empleo*, organizado por la Fundación para el Progreso y la Democracia. Hoja del Lunes de Madrid, 30-XI-81.
9. Hoja del lunes de Madrid, 14-XII-81.
10. Informe de la Comisión Europea, órgano de la CEE. El País, 22-XII-81.
11. Ya, 24-XII-81.
12. Congreso de Ekumena. Enero, 82. Ya, 8-I-82.
13. Ya, 31-I-82.
14. TARILONTE DIEZ, R.: *Consecuencias sobre la persona y la familia que sufren el paro*, en Documentación Social. Revista de Estudios Sociales y de Sociología Aplicada. Editora Cárnicas Española, número 30/31, enero-junio, 78, páginas 143-161.
15. PEINADO, A.: *El paro de los licenciados... uno no es nada si no trabaja...* El País, 17-I-82.
16. Ya, 24-XII-81.