



# EL DOLOR INVISIBLE

Salud Mental en la Venezuela  
del **Siglo XXI**





UNIVERSIDAD  
BICENTENARIA

**AUTORIDADES**

Dr. Basilio Sánchez Aranguren  
**Presidente**

Dr. Gustavo Sánchez  
**Rector**

Dra. Mirian Regalado  
**Vicerrectora Académica**

Dra. Zeyda Padilla  
**Vicerrectora Administrativa**

Dra. Edilia Papa  
**Secretaria General**



**DECANATO DE INVESTIGACIÓN, EXTENSIÓN Y POSTGRADO**

Dr. José Cordero  
**Decano**



Abog. María T. Ramírez MSc.  
**Directora de Postgrado**

Dra. Maite Marrero  
**Directora de Investigación**

Dra. Yesenia Centeno  
**Responsable del Fondo Editorial**

**FACULTAD DE CIENCIAS ADMINISTRATIVAS Y SOCIALES**



Lcda. Arelys Laguna, MSc.  
**Decana de la Facultad de Ciencias Económicas y Sociales**

Lcdo. Daniel García  
**Director de Escuela de Contaduría Pública y  
Director de Escuela de Administración de Empresas**

Lcda. Winifer Padrón  
**Directora de la Escuela de Comunicación**

Lcda. María Querales  
**Directora de la Escuela de Psicología**

**COMITÉ EDITORIAL**

Dra. Mirian Regalado. Vicerrectorado Académico.  
Dr. Víctor Hermoso. Coordinadora de Línea de Investigación Institucional  
Biodiversidad Ambiente y Salud. UBA-Venezuela  
Dra. Yesenia Centeno. Coordinadora de Línea de Investigación Institucional  
Raíces de Identidad, UBA-Venezuela  
Lcda. María Querales. Directora de la Escuela de Psicología

**Compilación**

Dra. Yesenia Centeno  
Responsable del Fondo Editorial

**Edición**

Dra. Sandra Salazar

**Revisión General**

Dra. Yesenia Centeno  
Responsable del Fondo Editorial

**Diseño de Portada**

Vicerrectorado de Información  
y Comunicación

**Ilustraciones:**

Copilot ia

Título: El Dolor Invisible: Salud Mental en la Venezuela del Siglo XXI

Fecha 1ra. Edición:

Lugar: Turmero, Venezuela

Depósito Legal: AR2025000099

ISBN: 978-980-455-009-6

ISBN: 978-980-455-009-6



9 789804 550096

Reservados todos los derechos conforme a la Ley

Se permite la reproducción total o parcial del libro siempre que se indique expresamente la fuente.

Fecha de aceptación: diciembre, 2024

Fecha de publicación: septiembre, 2025

**Serie Psicología  
Volumen 1 Número 3 2025**

La Serie Psicología es una publicación correspondiente al Fondo Editorial de la Universidad Bicentenaria de Aragua (FEUBA), anclada a la Facultad de Ciencias Administrativas y Sociales dirigida a la publicación de documentos, productos, estudios e investigaciones sobre la gestión de la salud mental y el bienestar integral de los seres. Tiene como propósito divulgar las experiencias de interés para el desarrollo de la docencia, investigación y extensión. Es una publicación semestral arbitrada por el sistema doble ciego.

# ÍNDICE

	Pp.
	<b>Presentación</b>
I	<b>Las emociones representadas por la resistencia al cambio.</b>
	Carmen Elena Sánchez Mota
II	<b>Influencia del duelo migratorio en la vida de los familiares que se quedan en el país.</b>
	Yoalitza Alejandra Iezzi Blanco
III	<b>El locus de control predominante en las personas afectadas por la diáspora venezolana y su relación con la indefensión aprendida.</b>
	Iraima Martínez de Rodríguez
IV	<b>Estrategias de afrontamiento de las emociones de un inmigrante venezolano.</b>
	Osvair Braga
V	<b>Situación actual de la educación en Venezuela y su influencia en los estudiantes.</b>
	Reibezki Josefín Ramírez Castillo
VI	<b>Vivencias psicoemocionales del duelo migratorio</b>
	Carmen Elena Sánchez Mota
VII	<b>Análisis de las histerias colectivas como actitud predominante en los venezolanos ante la política de Estado</b>
	Mary del Carmen Guevara Palacios
VIII	<b>Efectos psicológicos al individuo por las condiciones socioeconómicas en crisis venezolana</b>
	Luis Miguel Gassia

<b>IX</b>	<b>Impacto en la vida emocional de los niños por ausencia de uno de los padres que decidió emigrar</b>	<b><u>106</u></b>
	Magalys Mercedes Fernández Blanco	
<b>X</b>	<b>Programa psicoeducativo para el promover técnicas de afrontamiento ante la crisis económica en los trabajadores de la Universidad Bicentenaria de Aragua</b>	<b><u>117</u></b>
	Valentina Censullo y Aime Hamid	
<b>XI</b>	<b>Percepciones sobre la migración venezolana: causas, España como destino, expectativas de retorno</b>	<b><u>135</u></b>
	Valentina C. Rondón	
<b>XII</b>	<b>Asistencia tecnológica para retomar la conexión comunicacional en familias con miembros que han realizado emprendimiento migratorio</b>	<b><u>146</u></b>
	Thais Del Valle Belo Hernández	
<b>XIII</b>	<b>Intervención de apoyo psicoemocional a docentes en crisis humanitarias</b>	<b><u>156</u></b>
	Wilson Reyes	

## PRESENTACIÓN

Este libro ofrece una profunda inmersión en la compleja realidad de la salud mental en la Venezuela contemporánea, un país marcado por crisis socioeconómicas y la diáspora masiva. La obra articula una visión multifacética de las consecuencias psicológicas y emocionales que afectan tanto a quienes emigran como a aquellos que permanecen.

Los distintos capítulos abordan el impacto del duelo migratorio, examinando las vivencias psicoemocionales de quienes parten, la influencia de este duelo en los familiares que se quedan, y los efectos en la vida emocional de los niños ante la ausencia de un parente emigrante. Se analiza cómo las emociones, manifestadas a través de la resistencia al cambio, se ven influenciadas por esta realidad, y se explora el locus de control predominante en la población afectada por la diáspora y su posible relación con la indefensión aprendida.

Además, el texto se adentra en la respuesta colectiva del ciudadano ante la política de Estado, ofreciendo un análisis de las histerias colectivas como actitud predominante. En un plano más práctico, se exploran diversas estrategias de afrontamiento de las emociones para el inmigrante venezolano y se propone un programa psicoeducativo específico para trabajadores en crisis. La obra también examina los efectos psicológicos de las condiciones socioeconómicas en crisis y cómo la situación actual de la educación influye en los estudiantes.

Finalmente, se abordan temas de asistencia tecnológica para mantener la conexión familiar y la intervención de apoyo psicoemocional a docentes en el contexto de crisis humanitarias, complementado por un capítulo sobre las percepciones de la migración y las expectativas de retorno. A través de estas contribuciones, la obra se establece como un recurso esencial para comprender el dolor invisible que moldea la psique del venezolano en el Siglo XXI.

# LAS EMOCIONES REPRESENTADAS POR LA RESISTENCIA AL CAMBIO

Carmen Elena Sánchez Mota<sup>1</sup>

## Resumen

Las emociones son de naturaleza positiva y negativa y dependiendo de cuál sea la experiencia reflejan en el individuo un cambio muchas veces haciendo del proceso resistencias, ¿que son las emociones y cuáles emociones? que se involucran en la resistencia al cambio, Las emociones que experimentamos juegan un papel fundamental en la dinámica de todos los fenómenos sociales. El presente artículo ofrece una visión de conjunto, introductoria y crítica, del trabajo realizado hasta ahora por los especialistas de las emociones. Los mismos nos ayudan, primero, a comprender qué son las emociones, la infinidad de estados emocionales existentes, sus diferentes tipos, y la gran complejidad de sus procesos. Todos conocemos por experiencia propia qué son las emociones y la gran importancia que tienen en nuestras vidas. De hecho, los seres humanos sólo podemos experimentar la vida emocionalmente, Siento, luego existo. Sin embargo, sobre la naturaleza de las emociones todavía existen muchas preguntas sin adecuada respuesta todas varían de acuerdo a los caracteres y personalidades que se forman en los tipos de ambientes con los que interactuamos. La fundamentación del trabajo está en el concepto de emoción, teorías de la emoción, la teoría interpersonal e intrapersonal, la teoría de las inteligencias múltiples, la inteligencia emocional, el fluir, la educación psicológica, teoría del juicio social, las habilidades sociales, las investigaciones sobre el bienestar subjetivo y experiencia propia. Propuesta que nos llevan a evaluar al individuo durante su experiencia verificando los procesos con los que asocia sus motivos aferrándose a permanecer en estados conflictivos muchas veces.

Palabras claves: emoción, resistencia, cambio, actitudes.

---

<sup>1</sup> Psicólogo egresado de la Universidad Bicentenaria de Aragua. [Smkrmen@gmail.com](mailto:Smkrmen@gmail.com)

## Introducción

Distinguir las cosas sobre qué es una emoción, y qué no, o al menos intentarlo, es un asunto de importancia a nivel global e individual. Debido a los cambios que acontecen al ser humano cuando involucran la emoción en todo aspecto de su vida, lográndose manejar en el día tantas emociones particulares en cambios que no solo se pueden entender como fisiológicos, sino a los cambios que presentan en sus actividades cotidianas ya sean positivas o negativas se ven inmiscuidos en una emoción, el hacer resistencia al cambio puede en muchos ser perturbador, la no aceptación del momento, generando conflictos, pensamientos, comportamientos no favorables al interno, y a su contextos, pueden medirse a nivel conductual en tiempo perdido, pero quienes fluctúan en cambios positivos avanzan muchas veces dejando residuos de esas emociones con las que paulatinamente vuelven hacer contactos, otros sin embargo siguen sumidos en pensamientos negativos aun considerando desde lo racional aceptar los cambios.

Al buscar en los textos de psicología y psicoanálisis la definición de lo que es una emoción nos encontramos con cierta confusión que sin duda viene propiciada por problemas de tipo conceptual y no simplemente porque la emoción sea un proceso complejo, que lo es. La sustancia del razonamiento al que me adhiero advierte que, si partimos de una concepción de las emociones como fenómenos del individuo, con una vertiente privada, eso siempre nos va a llevar al error.

Cuando se piensa que las emociones se localizan en la persona su cuerpo o su mente se llega a la conclusión de que la forma de analizarlas es fisiológica o cognitiva. Y al considerarlas como algo privado se considera que su expresión deriva de una sensación interna. Pero, aunque el proceso de las emociones supone procesamiento cognitivo y respuestas fisiológicas, el factor organizador procede de consideraciones sociales.

Las emociones primarias se consideran respuestas universales, fundamentalmente fisiológicas, evolutivamente relevantes, biológica y

neurológicamente innatas. Por el contrario, las secundarias, que pueden resultar de una combinación de las primarias, están muy condicionadas social y culturalmente. Algunos autores incluyen entre las emociones primarias el miedo, la ira, la depresión o la satisfacción, mientras que otros incluyen la satisfacción felicidad, la aversión miedo, la aserción ira, la decepción tristeza y el sobresalto-sorpresa Turner, considera que la culpa, la vergüenza, el amor, el resentimiento, la decepción o la nostalgia serían emociones secundarias.

Afirmado, Gordon (1981), distingue entre emociones y sentimientos, que según él serían pautas socialmente construidas de sensaciones, gestos expresivos y significados culturales organizados en torno a la relación con un objeto social, aunado a esto el autor Lawler (2001) distingue entre emociones globales, o respuestas genéricas al resultado de una interacción, involuntarias y no condicionadas por una interpretación o atribución cognitiva, y emociones específicas, que los actores asocian con determinados objetos y definen mediante un esfuerzo interpretativo.

La aparente simplicidad de las emociones humanas encierra abundantes complejidades, problemáticas y paradojas. Desde el paradigma cualitativo las emociones sentidas por el sujeto nunca deben ser consideradas como simples respuestas mecánicas o fisiológicas a las variaciones producidas en el entorno. Tal y como han puesto de relieve diversas teorías, la experiencia emocional de un sujeto dependerá de muchos factores de cómo valore consciente y/o inconscientemente los hechos; de a qué/quién atribuya la causa/responsabilidad de esos hechos; de sus expectativas ante la situación; de la identidad social activa en cada momento; o de la identificación del sujeto con otras personas, grupos o colectivo.

En nuestro país se ha enmarcado la resistencia al cambio desde muchas circunstancias de fluctuación con la emocionalidad evidenciando la religiosidad diferenciándola de lo espiritual constituidas de poder y fe, en muchos sectores resultados que operan en conjunto con la incongruencia de no saber cómo expresar o definir lo que pueden sentir en tal momento como procesos de resistencia, la ira

compasión, culpabilidad, gratitud, sumisión y desesperación todos relacionados a conflictos de poder, autoritarismo, necesidad y juicios como dimensiones causales que enfocan las vicisitudes del venezolano.

Por lo que se pueden concertar emociones y pensamientos en la estructura psíquica del individuo el orgullo y la autoestima positiva se experimentan como consecuencia de atribuir un resultado positivo a uno mismo (locus de causalidad); mientras que se experimenta autoestima negativa cuando un resultado negativo se atribuye a uno mismo. La ira está relacionada con el control por parte de otros (y ausencia de control por nuestra parte) de un suceso que ha tenido resultado negativo. Además, se considera que la conducta de los otros ha sido arbitraria, injusta o imprudente. La compasión está relacionada con la ausencia controlabilidad. La culpabilidad es licitada por causas controlables, tanto por cometer como por omitir acciones particulares que han dado como resultado un fracaso.

Tanto la culpabilidad como la vergüenza suponen autoevaluaciones negativas, pero en el primer caso lo atribuimos a falta de esfuerzo, mientras que en el segundo a falta de capacidad. La gratitud hacia otra persona es e adquirida si y sólo si el acto del benefactor está bajo control autoexhortativo y está dirigido a beneficiar al receptor. La desesperanza y la resignación son infundidas cuando se da una atribución para un resultado negativo con causas estables, son todos estos desencadenantes que en un individuo pueden formar parte ineludible a su termómetro emocional variando en intensidad y representando un papel fundamental individual y colectivo de manera intercomunicativa con variantes energéticas en la interacción debido a naturaleza informativa o expresiva.

La sumisión en nuestro país es una estrategia de apaciguamiento en las emociones y es una de las que más conocen los seres vivos cuando se están enfrentando a un depredador, caso que se expresa como figura que se identifica con poder, siendo un jefe, un profesor, la pareja o relaciones complementarias no simétricas, o lo que sea, si nos enfrentamos a relaciones donde nos sentimos

débiles o incapaces sin fortaleza en valores y principios las enseñanzas sociales no son útiles, la biología simplemente se hace cargo, de ser así la naturaleza asume nuestra supervivencia individual, sin descuidar lo colectivo, es así cuando alguna persona siente que pierde una pelea el perdedor apaciblemente se retira del juego, y quien lleva el poder siente que debe dejarlo perder fisiológicamente los procesos encontrados como esa adrenalina desciende

Súbitamente sin hacer resistencia, ocurre el acontecimiento, una separación donde no hay comunicación y el ciclo continúa, ¿pero será cierto esto, quien se rinde deja de tener resistencia? es parte de esta metáfora el complicado proceso de las emociones y más aún en nuestro país con variables que alteran el curso a diario de manera cognitiva y adaptativa.

Para muchos y a nivel mundial la prudencia puede ser un problema, hay gente que no respira y tanto para las sumisas como para las prudentes a nivel emocional es significativo e eminentemente una muerte por inanición, el equilibrio y la moderación viene a ser un atributo en casi todas las culturas y requisito fundamental para garantizar la convivencia y salvaguardar la integridad psicológica en las personas sin hacer de ella un supervalor que nos permita avanzar por la vida sin falsedad con congruencia y sin bloqueos emocionales.

El propósito es que logremos una mayor coherencia entre lo que hacemos y lo que pensamos y sentimos, y un sentido de vida más vital. No se está sugiriendo que seamos una especie de órgano tieso con patas, sino que modulada y saludablemente dejemos que la emoción actué con nosotros y a través de nosotros de manera tal que hagamos contacto sin resistir a los procesos donde cada quien trata de ser un Ser honesto y congruente

La importancia de este estudio radica en conocer que nuestro sistema de atención es claramente externalista, siempre vemos más afuera, que adentro, la confianza en uno mismo se ha trasladado a los amuletos llamados (jerarquías) gobiernos, astros, ángeles, dioses o destino. Moviéndonos entre promesas y

reencarnaciones de un pasado difícil de indagar. Si desde el presente que en continua trasformación vivimos, la resistencia se da por lo subjetivo del despliegue de requisitos y exigencias externas enseñándonos que no todas son buenas y no todas son aceptables, que hay sentimientos destructivos y altamente peligrosos que deben manejarse con cuidado y establecer una diferencia fundamental antes de actuar podemos dar la valoración a estados comportamentales y actitudinales para interpretar con bastante precisión nuestro estado emocional y el del otro, indicando la madurez esperada y mantener el equilibrio que tiene sobre nosotros las relaciones con nuestras emociones y la resistencia al cambio.

### Metodología

La metodología planteada es de tipo cualitativa según Hernández, Fernández Baptista (2007) utiliza la recolección de datos sin medición numérica para descubrir o afinar preguntas de investigación con el proceso de interpretación, con características importantes al existir un investigador que plantea un problema para indagar, pero no lleva un proceso tan definido como en la investigación cuantitativa. A través del método fenomenológico que permite comprender los significados de las actitudes y acciones de las personas en lo emocional, social, intelectual, político y ético; al interpretar al ser humano en su espacio y tiempo con la intención y voluntad de aportar sus capacidades, intereses y competencias para impulsar el desarrollo armónico del medio en que se desempeña y con el que se relaciona

La técnica de observación participante se mantiene como foco principal ya que así se podrá tomar notas manteniendo el feedback en la investigación a realizar la cual se requiere para dar el reconocimiento de los propósitos planteados evidenciando al describir el proceso inductivo que va de lo particular a lo general, con observaciones no estructuradas y la revisión documental y bibliográfica pertinente. Dicho planteamiento se ve enfatizado en una propuesta con una intervención de tres sesiones donde se presentará con el propósito general de Mostrar los distintos estados emocionales gestuales comportamentales presentes

en el individuo ante la resistencia al cambio con el fin de Interpretar al individuo durante su experiencia como una exposición emocional.

La segunda sesión tendrá un propósito principal Presentar dinámicas que provocan la resistencia al cambio cuya finalidad será comprender los conflictos e intensidad asociados a las emociones que hicieron resistencia. El tercer propósito que se mantiene es presentar técnicas de cambios que permitan aceptar e interpretar las emociones negativas. Con la finalidad de Concientizar la naturaleza de la emoción como es su vivencia y que genera en el individuo focalizando y reconociendo su emoción. todas las sesiones serán enmarcadas con contenido que permitirán el trabajo desde la experiencia emocional el constructo cognitivo conductual generado por las creencias, actitudes y sentimientos invitando a la reflexión emergente de sus propias interpretaciones sensaciones y emociones que se vinculan en la dramatización de situaciones y cambios de roles que le permitirán ampliar la manera de percibir nuevas realidades facilitando los cambios que conllevan resistencias y frustraciones.

Siendo factible la posibilidad de la ejecución del programa de intervención en la línea institucional donde abarcara cualquier área que contemple la interacción social manejo de situaciones conflictivas, ayudando a reconocer que los nuevos “modos” de hacer las cosas desde una aceptación real empiezan a encontrar su lugar llegando a integrar nuevas ideas, gestionando las emociones, facilitarán el camino hacia la empatía en un sentido más sano a nivel emocional al comprender la perspectiva ajena, rompiendo las creencias establecidas, ayudando a manejar las diferencias y confrontaciones que suprimen la aceptación al Cambio

### **Antecedentes**

Caro y Piñero (2013) en su artículo las emociones y la resistencia al cambio en procesos de consumo revisó la literatura con mucho detalle de cómo se cambian o modifican las actitudes a raíz de estímulos o informaciones externas (Coulter y Punj, 2004). El individuo está constantemente expuesto a información capaz de modificar los componentes afectivos y cognitivos de la actitud, Verificando distintas

teorías se han desarrollado para explicar el modo en el que se modifican las actitudes. Así mismo Caro y Piñero tuvieron el propósito de analizar la resistencia en el consumidor a modificar su actitud en situaciones de ambivalencia. Para ello estudia una situación de ambivalencia sobrevenida después de una experiencia de consumo positiva o negativa. Se propone que la resistencia que opone el individuo a modificar su actitud inicial depende de cómo se ha formado esta, en concreto, qué emociones se experimentaron y con qué intensidad durante la experiencia de consumo.

En este sentido, la investigación previa ha observado que el individuo muestra una gran resistencia a modificar su opinión o actitud inicial. Por lo antes señalado en la investigación nos abre paso a poder comprender como en distintas situaciones cotidianas de la vida pueden hacer resistencia desde lo que se siente y como se actúa previamente en el comportamiento instaurado como experiencia previa, ocurriendo aún más el difícil aceptar los cambios, desde esta perspectiva se puede comparar el reflejo que se sostiene en un país donde se manifiesta verbalmente la resistencia a muchos procesos con los que el individuo coexiste, servicios que se pueden catalogar como insuficientes o abusivos trayendo en si cambios en estados emocionales afectando la convivencia a nivel individual y colectiva repercutiendo en lo que se da y recibe, generando crisis expresivas, depresivas que perduran en el tiempo.

Lazarus (1982), expone su posición, en que “cognición y emoción están usualmente fusionadas en la naturaleza” La concepción de Lazarus puede sintetizarse bajo la idea de que cierto tipo de pensamiento o cognición es una precondition necesaria para toda emoción. En particular, Lazarus postula que son las valoraciones cognitivas las que vinculan y median entre los sujetos y el ambiente, provocando emociones particulares como resultado de las evaluaciones específicas que realiza el sujeto, de su relación con ambiente en virtud de su bienestar.

Es importante destacar que las tesis y artículos expuestos por muchísimos profesionales en el área emocional e inteligencia transcurren en tiempos muy distantes para encontrar documentos que refieran la resistencia a los cambios. Considerando que la construcción emocional en esta sociedad depende del recuerdo el consumo y el servicio que se inmiscuyen en la cotidianidad del individuo hoy se encuentran muy en boga, fundamentos que dan origen al estudio de las emociones y la resistencia planteando el eterno problema entre emoción y razón lo que los hace pertinentes de manera colectiva e individual identificar e integrar la emoción. La preparación y la vinculación en todo campo social, laboral y educacional son fundamentales para una sana convivencia ya que el no reconocimiento de las mismas puede ser destructiva. Por esto, los gobiernos e instituciones públicas, privadas deben ser receptivos y preocuparse de los sentimientos individuales.

### **La Propuesta**

Se presenta bajo las expresiones que tienen lugar a una serie de conceptos y reconocimientos que poseen las emociones en diferentes intensidades, que influyen a nivel de respuestas en los individuos, y su entorno, como son, la resistencia en la que se ponen en marcha los mecanismos de defensa, a nivel consciente e inconsciente afectando la comunicación, la adaptación a nuevas realidades desde las perspectivas colectivas e individuales pautadas, desde la inteligencia interpersonal según la confrontación derivada de los pensamientos y comportamientos.

### **Valoración de las emociones y su comprensión.**

Según (Frijda). No es, en cualquier caso, un proceso simple. El contenido valorativo de la experiencia emocional no siempre coincide con los antecedentes cognitivos de la emoción muy articuladas, en términos comportamentales y de experiencia muchas de ellas son el resultado de un proceso constructivo a lo largo del tiempo. Las emociones suponen una tendencia innata a la acción, por ejemplo,

la tendencia del enfado es el ataque, en el temor, la evitación cada emoción posee su propia pauta de cambios fisiológicos, que permite la preparación del organismo a la acción subsecuente. Tal vez algunas emociones carecen de esas tendencias como la felicidad y la tristeza, pero, según distintos autores, lo mejor sería considerarlas “estados de ánimo” término que considero muy cercano al de “sentimiento”.

Plutchik (1980), que resume las principales teorías de la emoción en los siguientes apartados: en primer lugar, las cuatro grandes tradiciones en el estudio de la emoción (la línea evolucionista, la línea psicofisiológica, la línea neurológica y la línea dinámica); y, a continuación, los enfoques conductistas, las teorías de la activación, las teorías cognitivas, las teorías evolucionistas, y las teorías psicoanalíticas. Pero, dentro de cada apartado, cada teoría está definida por el nombre del autor y una frase que define a la misma por ej.: "teoría de Lazarus, emoción como una respuesta de afrontamiento"

Es interesante distinguir las teorías cognitivas, de las teorías que resaltan la importancia de la experiencia subjetiva. Mientras que las primeras defienden que son los procesos cognitivos, conscientes o inconscientes, los que desencadenan la reacción emocional (que incluye experiencia subjetiva), las segundas se limitan a defender que lo más importante de una reacción emocional es la experiencia subjetiva, pero puede que no defiendan a los procesos cognitivos como generadores de la reacción emocional.

Los seres humanos estamos constantemente expuesto a información capaz de modificar los componentes afectivos y cognitivos de la actitud. Distintas teorías se han desarrollado para explicar el modo en el que se modifican las actitudes. Los seres humanos disponemos de numerosos mecanismos para eludir la influencia de la multitud de mensajes e informaciones que nos asedian (Moya, 2000). En este sentido, una actitud es más resistente al cambio si permanece estable a lo largo del tiempo y no se modifica ante la nueva información recibida. Algunas actitudes suelen ser muy estables a lo largo del tiempo y otras relativamente frágiles diversos

factores generan más resistencia al cambio, entre los que destacan la importancia que el individuo atribuye a esa actitud lo accesible que sea en su memoria lo extrema que sea la actitud.

### Vínculos que condicionan la resistencia

En este caso la ambivalencia se refiere al grado en el que el individuo tiene información contradictoria sobre un tema. En ese momento se produce un choque entre su opinión inicial y la información que acaba de recibir, la discrepancia entre la actitud inicial y la nueva información también puede considerarse una disonancia cognitiva, ya que esta se define como la tensión que percibe una persona al mantener al mismo tiempo dos pensamientos que están en conflicto. En este sentido, la ambivalencia es similar al concepto de disonancia cognitiva, aunque en este estudio nos decantamos por el término ambivalencia pues la disonancia suele aplicarse en mayor medida a la discrepancia producida entre la decisión tomada y lo que el individuo piensa después de esa decisión.

Frizt, (1958) Por su parte, desde la teoría del Juicio Social explica el cambio de actitud a través de dos zonas que tiene el individuo al recibir nueva información una zona de aceptación, donde llegan los mensajes consistentes con su propia postura efecto asimilación, y una zona de rechazo, donde se dirigen los mensajes opuestos efecto de contraste la zona de aceptación, a los cambios o condiciones propuestas generando actitudes resistentes oponiéndose a la aceptación.

Indicando el autor la implicación del individuo ante el problema tiene un rol determinante en el proceso de cambio. Así, cuanto más se involucra el individuo, su postura inicial es más clara y el cambio menos probable, Por lo tanto, el cambio de actitud ante nueva información depende de la implicación del individuo en relación a la situación establecida. No obstante, hay otras variables a considerar en el proceso de cambio, como las características del individuo o la credibilidad de fuente de la información las emociones grupales y colectivas, es decir, aquellas que los sujetos experimentan o expresan por el hecho de ser miembro de un grupo o por

formar parte de un colectivo en una determinada situación social; donde se genera clima emocional o estados de emoción, generales y duraderos, derivados de las características esenciales de una determinada sociedad o unidad social.

### **Emociones negativas como basamento de resistencia al cambio**

Asimismo, el enfado, a pesar de ser una emoción menos intensa, también generará una cierta resistencia al cambio en la actitud formada inicialmente. Sobre la base de este razonamiento los individuos que han experimentado ira y, en menor medida, los que se han enfadado, opondrán mayor resistencia a modificar su actitud inicial que los que no han experimentado estas emociones. Por ejemplo, el miedo surge muy frecuentemente en contextos sociales, no como mera reacción individual a la amenaza, sino como resultado de una experiencia intersubjetiva. 'La concepción del miedo como una reacción individual a la amenaza física aporta poco a una comprensión de la acción y de la conducta sociales'

Dado que la introspección a veces es el único método para llegar al conocimiento de las emociones, las limitaciones del lenguaje imponen serias restricciones a este conocimiento. Pero al mismo tiempo dificulta la toma de conciencia de las propias emociones. Estos déficits provocan la sensación de no sé qué me pasa. Dificultando muchas veces la comprensión y valoración de la emoción caracterizándola por un profundo desagrado o impulsos comportamentales de una fuerza que no es racional o acorde al momento generando malestar y otras sensaciones con cargas negativas duraderas en el tiempo.

### **Conclusión**

La relación entre la emoción y valoración de una realidad sea a través de la simple presencia en una determinada circunstancia, o sea a través del impulso que dicha situación o persona hace surgir en nosotros, y por consiguiente, como la emoción se relaciona con la valoración del sujeto, tiene un carácter subjetivo. La emoción aparece, así como una realidad compleja en la que hay interioridad ante la cual esta se experimenta manifestaciones exteriores de los cambios fisiológicos,

gestos y acciones lograr cambios y conocer cuáles son esos cambios que nos producen fracasos, resistencias, ambigüedad felicidad implica conocimiento y educación emocional que definirán las condiciones específicas que se desean alcanzar, para continuar en estados emocionales satisfactorios o perturbadores.

Esta postura, me permite también afirmar que el sujeto construye, gracias a las emociones, su propio mundo, ético, estético, social e, incluso político y su propio Yo. En posición con las teorías Lazarus, Frijda entre otros autores que se han presentado se puede definir a las emociones como el resultado de la valoración que hacemos los seres humanos de las experiencias vividas tal y como las sentimos y su relevancia dentro del espacio vital en referencia al pasado, presente y futuro

La psicoeducación y la propuesta por su parte, harán a través del desarrollo y los conocimientos adquiridos la respuesta acorde de los sentimientos y emociones en un ser humano formándolos libres de resentimientos, cúmulos innecesarios al no aceptar procesos que incapacitan el avance emocional y del bienestar, si esto se logra, se tendrá un ciudadano, un ser humano, cuyos valores surgen del reconocimiento de sus emociones, de la bondad de la naturaleza humana, por tanto, bajo este esquema son un buen recurso de estudio y programa de atención a la salud emocional.

### Referencias

- Bisquerra Alzina. R. (2003) educación emocional y competencias básicas para la vida Revista de Investigación Educativa, 2003, Vol. 21, n.º 1, págs. 7-43
- Caro Jiméneza, M. C. y Piñero M. S. (2013) Las emociones y la resistencia al cambio de las actitudes.
- García S., M. A. (2016) las emociones como componente de la racionalidad humana Universidades de A Coruña, La Laguna, Santiago de Compostela, Valencia, Disponible en: [https://gredos.usal.es/bitstream/handle/10366/132952/DFLFC\\_Garc%EDaSe de%F1oMA\\_EmocionesComponente.pdf;jsessionid=AA48A6A654217392089D2F73F6A0ECE9?sequence=1](https://gredos.usal.es/bitstream/handle/10366/132952/DFLFC_Garc%EDaSe de%F1oMA_EmocionesComponente.pdf;jsessionid=AA48A6A654217392089D2F73F6A0ECE9?sequence=1) Recuperado el 13 de Julio 2020

# INFLUENCIA DEL DUELO MIGRATORIO EN LA VIDA DE LOS FAMILIARES QUE SE QUEDAN EN EL PAÍS

Yoalitza Alejandra Iezzi Blanco.<sup>2</sup>

## Resumen

La migración actualmente se convirtió en una realidad en la vida de los venezolanos, generando así un proceso de duelo, tanto de los que se van como los que se quedan aquí, por esto el propósito de la investigación es determinar si el duelo migratorio tiene alguna influencia en la vida de los familiares que se quedan en el país. El duelo migratorio es una sintomatología depresiva unida al estrés crónico. No se trata de un estrés adaptativo, sino un estrés prolongado e intenso. Supone un proceso de reorganización y un gran esfuerzo de adaptación a los cambios, se podría decir que es un duelo con riesgos de convertirse en un tipo de duelo complicado. La metodología se basa en una investigación cualitativa, con carácter exploratorio, descriptivo e interpretativo, desarrollado por medio de un estudio de caso. Se llegó a la conclusión de que el duelo migratorio su puede tener una influencia en la realización de la vida de los familiares que se quedan en el país, por lo que es importante trabajar en este proceso de duelo, debido a que si esto no se superó correctamente puede llegar a convertirse en un problema más grave o una patología mayor, la cual tendrá que requerir una intervención psicológica más complicado.

**Descriptores:** Duelo, migración, psicológico, estructura familiar.

---

<sup>2</sup> Psicólogo egresado de la Universidad Bicentenaria de Aragua. [Yoalitza.iezzi@gmail.com](mailto:Yoalitza.iezzi@gmail.com)

### Introducción

El duelo es el proceso de adaptación psicológica y emocional que presenta un individuo al momento de una pérdida, es importante resaltar que no es necesariamente la pérdida de una vida o de una persona, este proceso engloba todas las pérdidas que pueda tener una persona, ya sea un empleo o el fin de una relación. Por esto el duelo migratorio no es más que la pérdida de una persona, debido a que por diferentes circunstancias que se pueden presentar en la vida, el individuo decide emigrar, dejando así su país de nacimiento o donde reside, dejando todo lo que tenía atrás.

Es importante resaltar que el duelo migratorio no ocurre solamente en la persona que emigra, debido a todas las pérdidas que están pasando en su vida en ese momento, sino también en la familia o amigos que el individuo deja en el país. Abordar el duelo migratorio es muy importante debido a que, como todo proceso de duelo, si la persona no se adapta a la pérdida termina generando una patología y consecuencias más grandes.

La migración a nivel mundial se realiza por diferentes razones, algunas personas se desplazan a otros países en busca de trabajo o de nuevas oportunidades económicas, para reunirse con sus familiares o para estudiar. Otros se van para escapar de conflictos, persecuciones, del terrorismo o de violaciones o abusos de los derechos humanos. Otras personas se ven obligadas a emigrar por diferentes desastres naturales o por la destrucción de su ambiente o lugar de vivienda, ya sea por huracanes, terremotos o deslaves

De acuerdo a la ONU en la actualidad, una gran cantidad de personas vive en un país distinto de aquel donde nacieron, el mayor número hasta ahora. En 2017, el número de migrantes alcanzó la cifra de 258 millones, frente a los 173 millones de 2000. Sin embargo, la proporción de migrantes internacionales entre la población mundial es solo ligeramente superior a la registrada en las últimas décadas: un 3,4% en 2017, en comparación con el 2,8% de 2000 y el 2,3% de 1980. En Venezuela, el

duelo migratorio crece cada vez más y se convirtió en una realidad y vida diaria para la persona, por esto es importante el abordaje de este y una estudio de la influencia que puede tener este en la vida cotidiana de los individuos.

El propósito de esta investigación se basa en determinar si existe alguna influencia en los familiares que se quedan en el país al estar en un proceso de duelo migratorio, y como estos familiares abordan y superan dicho proceso. El abordaje del duelo migratorio juega un papel importante en la vida de las personas que están en el proceso de este. Por eso es de suma importancia esta investigación, para dar a entender que el duelo migratorio puede llegar a tener graves influencias y consecuencias y que es importante tener las herramientas para superar este de la mejor manera.

La presente investigación está estructurada con el resumen en donde se plantea toda la investigación, es sustento teórico de esta investigación comprendido por la migración, duelo migratorio y la dinámica familiar, la metodología de la investigación y las conclusiones pertinentes de este.

### **Metodología**

La metodología de la investigación fue de carácter exploratorio, descriptivo e interpretativo, desarrollado por medio de un estudio de caso. Esta investigación fue de campo, para así poder obtener los datos que sean necesarios para la realización de esta investigación. Se utilizó como técnica de recolección de datos la entrevista semi estructurada para recoger la información necesaria que el individuo proporcione, así como también la observación directa. La investigación fue realizada en el Estado Aragua, Municipio Santiago Mariño, Turmero.

La información fue recolectada por medio de una grabadora, para luego ser transcrita a un block de notas. Para luego poder analizar la información pertinente por medio de la interpretación de las respuestas obtenidas.

### Antecedentes

Inzunza y Videla (2014) en su investigación sobre Manifestación Del Duelo Migratorio En Niños Y Niñas Inmigrantes Peruanos Residentes En Santiago De Chile la cual fue su tesis para optar al grado de Licenciado en Psicología ante la Universidad Academia De Humanismo Cristiano. Santiago. Chile. Se utilizó una metodología de trabajo de tipo cualitativa y se presentan los resultados obtenidos a partir de la entrevista grupal y entrevistas individuales.

Se concluyó a partir del relato de los niños y niñas que la migración constituye una ruptura dentro de sus vidas –después de la cual existe un antes y un después. Siguiendo a Kaës (1979) “la experiencia de la ruptura presupone que la misma ha podido ser sufrida y elaborada como cesación del estado de unión, como el fin de la continuidad y perdida de la continencia” (p. 28).

La relación con esta investigación es que las autoras buscaron investigar cómo se manifiesta el duelo migratorio, lo cual está de la mano con lo que es la influencia que tiene este en la vida de las personas. Díaz-Murgueitio (2019). Proceso de duelo migratorio en extranjeros residentes de la ciudad de Cali. (Trabajo de grado Psicología). Universidad de San Buenaventura Colombia, Facultad de Psicología, Cali

Este estudio tuvo un diseño cualitativo-hermenéutico. Se seleccionaron cuatro participantes los cuales son inmigrantes y residen en la ciudad de Cali. Se utilizó como técnica de recolección de datos una entrevista semiestructurada. Se encontró que cada inmigrante realizó un proceso migratorio particular ya que esto dependía del contexto, de las condiciones socioculturales del país de origen y del país de acogida. La relación con esta investigación es que en este estudio se buscó saber el proceso y como cada persona reacciona al duelo migratorio.

### Sustento teórico

#### Duelo

González Calvo (2005) expone que

"Los logros y las pérdidas son inherentes al ser humano, igual que lo es la vida y la muerte. Nuestras vidas están jalonadas de incorporaciones y también de desapariciones. El hombre en toda su historia se ha visto abocado a afrontar procesos de pérdidas significativas" (p. 58)

Por su parte, Kübler-Ross (1969) plantea que existen 5 etapas por las que se pasan cuando existe un proceso de duelo, las cuales son:

- Negación: La negación consiste en el rechazo consciente o inconsciente de los hechos o la realidad de la situación. Este mecanismo de defensa busca amortiguar el shock que produce la nueva realidad para sólo dejar entrar en nosotros el dolor que estamos preparados para soportar. Se trata de una respuesta temporal que nos paraliza y nos hace escondernos de los hechos. Si bien la negación es una parte normal del proceso de duelo es importante destacar que si el doliente perdura durante mucho tiempo en ella puede llegar a ser perjudicial ya que al no aceptar lo que les ha ocurrido, no son capaces de enfrentar esta pérdida y seguir adelante.

- Ira: Si bien los sentimientos de enojo estarán presentes con distinta intensidad durante todo el proceso de duelo, es en esta etapa donde la ira toma el protagonismo dirigiéndose este enojo a la perdida. Se siente un resentimiento hacia la persona que nos ha dejado causando un immense dolor en nosotros, pero este enojo se vive con culpa haciéndonos sentir más enojados aún.

- Negociación: En secreto el doliente busca hacer un trato con Dios u otro poder superior para que su ser querido regrese a cambio de un estilo de vida reformado. Este mecanismo de defensa para protegerse de la dolorosa realidad no suele ofrecer una solución sostenible en el tiempo y puede conducir al remordimiento y la culpa interfiriendo con la curación. Esta fase del duelo suele ser la más breve de todas las etapas ya que se trata del último esfuerzo para encontrar

alguna manera de aliviar el dolor por lo que supone un trabajo agotador para la mente y el cuerpo al tener que lidiar con pensamientos y fantasías que no coinciden con la realidad actual.

- Depresión: Se siente tristeza, miedo e incertidumbre ante lo que vendrá. Sentimos que nos preocupamos mucho por cosas que no tienen demasiada importancia mientras que levantarse cada día de la cama se siente como una tarea realmente complicada. Estos sentimientos muestran que el doliente ha comenzado a aceptar la situación. En esta etapa la atención del doliente se vuelve al presente surgiendo sentimientos de vacío y profundo dolor.

- Aceptación: El doliente llega a un acuerdo con este acontecimiento trágico gracias a la experiencia de la depresión. Esta etapa no significa que estamos de acuerdo la pérdida. Este proceso nos permite reflexionar sobre el sentido de la vida así como lo que queremos de la vida a partir de ahora. Esta etapa consiste en aceptar la realidad de que nuestro ser querido se ha ido por lo que debemos comprender que esta nueva realidad que vivimos sin él será nuestra realidad permanente de ahora en adelante.

### Duelo migratorio

González Calvo. (2005) El duelo migratorio tiene componentes que pueden favorecer su cronicidad. Las especialmente difíciles condiciones sociales dan lugar a duelos complicados que favorecen la aparición de trastornos

J. Bowlby (1988), desde la perspectiva de la elaboración psicológica de los procesos de duelo, hace referencia a cuatro etapas que, aplicadas a la migración, consideramos que se expresarían de la siguiente manera:

- Negación: no se puede aceptar la realidad del cambio, y el individuo no la quiere ver.

- Resistencia: hay protesta y queja ante el esfuerzo que supone la adaptación. Ante las dificultades y los retos a los que se enfrenta, surge la queja, tal como señalábamos en el apartado anterior.
- Aceptación: la persona se instala ya a fondo en la nueva situación
- Restitución: es la reconciliación afectiva con lo que se ha dejado atrás y con la nueva situación. Se acepta lo bueno y lo menos bueno o malo.

### Características del duelo migratorio

- Es un duelo parcial, recurrente y múltiple. Es un duelo parcial en tanto que el “objeto” de la pérdida no desaparece como tal y para siempre, sino que existe la posibilidad del reencuentro. Al contrario de lo que ocurre con el Duelo Total en el que el “objeto” de la pérdida desaparece para siempre y no hay posibilidad de que vuelva, no hay opción al reencuentro.
- Se vive en la ambivalencia continua. Es posible que el inmigrante vaya desarrollando su proyecto migratorio, los logros, los éxitos parciales resultan reconfortantes, no obstante, en ocasiones producen emociones contradictorias: alegría-tristeza; logros-desesperanza; ausencia-presencia; esto favorece el llamado “duelo perpetuo” (Falicov, 2002)
- El duelo migratorio es transgeneracional. La nostalgia por los seres queridos se transformó en una parte central de “mi cultura familiar. Nunca supe muy bien quién formaba parte de la familia, o dónde estaba realmente mi hogar.

### Dinámica Familiar

De acuerdo a Gallego (2011) La familia es un conjunto de personas que están unidas por vínculos de afectividad mutua, mediada por reglas, normas y prácticas de comportamiento, ésta tiene la responsabilidad social de acompañar a todos sus miembros en el proceso de socialización primario para que puedan ingresar con éxito a la socialización secundaria.

De igual manera el autor antes citado define la dinámica familiar: como los encuentros entre las subjetividades, encuentros mediados por una serie de normas,

reglas, límites, jerarquías y roles, entre otros, que regulan la convivencia y permite que el funcionamiento de la vida familiar se desarrolle armónicamente. Para ello, es indispensable que cada integrante de la familia conozca e interiorice su rol dentro del núcleo familiar, lo que facilita en gran medida su adaptación a la dinámica interna de su grupo.

### Conclusiones

El duelo migratorio es un tema que en los últimos años ha incrementado notoriamente, y como se trata de un duelo si el individuo no pasa por todas las etapas necesarias planteadas por Bowlby (1988), y no termina aceptando el cambio drástico en su vida, puede traer repercusiones muy graves y significativas para el individuo y para todo los que lo rodeas, por esto, es un tema de suma importancia.

En la actualidad no existen muchas investigaciones sobre este tema y por eso el interés de realizar esta investigación, para poder dar la información pertinente referente a este tema. Se puede observar que si existe un efecto significativo en la vida cotidiana de los familiares o personas que se quedan en este país, a esto se tiene que tener muy en cuenta y buscar la ayuda necesaria si se observa que no se puede manejar correctamente está perdida, para que este sentimiento de malestar no se intensifique y genere consecuencias más negativas.

### Referencias

- Bowlby, J. (1988) A secure base. New York: Basic Books
- Díaz-Murgueitio, L. (2019). Proceso de duelo migratorio en extranjeros residentes de la ciudad de Cali. Colombia.
- Falicov, C (2002). Migración, pérdida ambigua, y rituales. Argentina.
- Galego A. (2011) Recuperación crítica de los conceptos de familia, dinámica familiar y sus características. Colombia
- González Calvo V. (2005) El Duelo Migratorio. Sevilla. España
- Inzunza y Videla (2014) Manifestación Del Duelo Migratorio En Niños Y Niñas Inmigrantes Peruanos Residentes En Santiago De Chile. Chile.
- Kübler-Ross, E. (1969) On Death and Dying

# EL LOCUS DE CONTROL PREDOMINANTE EN LAS PERSONAS AFECTADAS POR LA DIÁSPORA VENEZOLANA Y SU RELACIÓN CON LA INDEFENSIÓN APRENDIDA

Iraima Martínez de Rodríguez<sup>3</sup>

## Resumen

La situación social, política y económica que ha confrontado la población venezolana en el transcurso del siglo XXI, se ha convertido en un espacio abundante de temas de investigación científica. Entre las consecuencias más visibles derivadas de esta situación se encuentra el fenómeno migratorio denominado Diáspora Venezolana, la cual se define para esta investigación como la dispersión, por diversos lugares del mundo, de parte del pueblo o comunidad humana venezolana por razones sociales, políticos y económicos. El presente ensayo tiene como propósito presentar las bases para una investigación desde la psicología experimental que busca determinar la relación existente entre el tipo de Locus de Control predominante en las personas afectadas por la Diáspora Venezolana y la Indefensión aprendida. Entendiendo como Locus de Control (LC) al constructo que se usa en psicología para referirse a la percepción que tiene una persona sobre las causas de lo que pasa en su vida; es la manera en que percibe una persona si el origen de su propio comportamiento es interno o externo a ella. Asimismo, la indefensión aprendida (IA) es un constructo psicológico en el cual, el organismo que es expuesto a situaciones aversivas incontrolables, aprende que sus respuestas son independientes de las consecuencias, que haga lo que haga, no va a cambiar la situación, por lo que deja de responder. La propuesta de investigación se basa en la metodología de investigación cuantitativa y la modalidad experimental será a través de un diseño cuasiexperimental.

**Descriptores:** Diáspora Venezolana, Locus de control, Indefensión aprendida, psicología experimental.

---

<sup>3</sup> Psicólogo egresado de la Universidad Bicentenaria de Aragua. [iravi12@gmail.com](mailto:iravi12@gmail.com)

### Introducción

La situación social, política y económica que vive el pueblo venezolano en todo el transcurso del siglo XXI se ha convertido en un espacio abundante de temas de investigación científica. Entre las problemáticas más visible que confronta la población de Venezuela se encuentra el fenómeno migratorio, el cual se ha definido como diáspora la cual es definida por la Real Academia Española (RAE) como un grupo humano que abandonan su lugar de origen. La Diáspora como constructo complejo, por las distintas aristas que lo promueven, impacta en Venezuela a nivel local, desde la familia y se hace extensivo a nivel mundial. Para esta investigación se define diáspora como: Dispersión de parte del pueblo o comunidad humana venezolana por razones sociales, políticas y económicas, por diversos lugares del mundo.

En Venezuela según Páez (2015), el auge del fenómeno migratorio se produce a partir del año 2000, en los últimos 15 años se ha producido el 90% del proceso migratorio, antes había gente que se había ido del país, gente que se había ido a vivir a Europa o a Estados Unidos, era un hecho marginal, pero no tenía carácter de fenómeno migratorio. El fenómeno migratorio ha venido aumentando particularmente en los últimos 6 años, se ha producido una nueva oleada de emigración.

Las razones por las que se produce el fenómeno migratorio son según las encuestas y Focus Group, entrevistas a profundidad y talleres de trabajo realizadas a los venezolanos, la inseguridad jurídica y personal. También se encuentra está la inseguridad personal, que tiene que ver con el nivel de homicidios que en el período de estos últimos 15 años se aproxima a los 200 mil, muy cercanas a las que ha producido la guerra en Siria cuyo número se calcula en 240 mil, una impunidad que se aproxima al 97% y 98%. Esto está relacionado con homicidios, secuestros, violaciones y diversas agresiones que sufre la ciudadanía.

El tema económico y la escasez de alimentos, artículos de primera necesidad y medicinas, el deterioro del salario, la inflación, que impiden adquirir bienes como

un vehículo o una vivienda, son otra de las razones de la emigración. Al final, todo se concentra en un solo motivo: El sistema político venezolano y el modelo económico. Un socialismo que supone la eliminación de la propiedad privada como las empresas, y todo el proceso de estatización de las empresas que se ha venido haciendo en Venezuela.

Según, Páez (2015), los problemas económicos de inflación; escasez de dólares y de moneda local, Bolívares en efectivo, bienes y servicios; desempleo y la informalidad que Venezuela está padeciendo en los actuales momentos no tendrían razón de ser si no fuese por la insistencia reiterada del gobierno nacional en tomar medidas contrarias y contraproducentes a las posibilidades de desarrollo sostenido que permiten los recursos naturales, el capital y el talento humano con los que cuenta el país.

Ante este panorama surge la inquietud de realizar una investigación desde, el enfoque de la psicología experimental, con un diseño cuasiexperimental que busca dar respuesta a las siguientes interrogantes:

¿Qué relación existe entre el locus de control y la indefensión aprendida?

¿Cuál es el tipo de Locus de control preponderante en las personas que han emigrado en la diáspora venezolana?

¿Qué relación existe entre la indefensión aprendida y las personas que han emigrado en la diáspora venezolana?

¿Cómo se relacionan el tipo de locus de control y la indefensión aprendida con las personas que han emigrado en la diáspora venezolana?

Con la presente investigación se aspira: Contribuir desde el punto de vista teórico al planteamiento necesario de todas las estrategias que promuevan profundizar en el estudio del aspecto psicológico de la Diáspora Venezolana; desde el punto de vista metodológico, busca la construcción de un modelo emergente sobre la relación entre el tipo de Locus de control y la Indefensión Aprendida

preponderante en la Diáspora Venezolana. Que surja desde las interacciones, vivencias, opiniones y conductas de los actores inmersos en la problemática social objeto de este estudio; que pudiera servir, por una parte, como orientación en la definición de estrategias y políticas para la atención de la población afectada a nivel nacional e internacional.

Por otra parte, se pretende reforzar con aportes teóricos a la psicología de la Diáspora a nivel nacional e internacional con el fin de desarrollar intervenciones pertinentes con miras a la atención de los grupos humanos involucrados y el aporte de la psicología para la comprensión y modificación de las actitudes, conductas y cogniciones asociadas con las emigraciones producto de crisis políticas, sociales, económicas y humanitarias a nivel mundial. Este estudio puede servir de referencia a otras investigaciones y despertar desde sus conclusiones y recomendaciones inquietudes para futuras investigaciones inherentes al campo de la psicología y a otras ciencias.

### **Metodología**

Según el nivel de profundización en el objeto de estudio, la presente Investigación será exploratoria de campo. Este tipo de investigación se centra en analizar e investigar aspectos concretos de la realidad que aún no han sido analizados en profundidad. Básicamente se trata de una exploración o primer acercamiento que permite que investigaciones posteriores puedan dirigirse a un análisis de la temática tratada.

Con estos estudios exploratorios la investigación está dirigida a lograr el esclarecimiento y delimitación del problema de estudio por no estar científicamente bien definidos. Es a partir de los resultados de esta investigación que se podrá proyectar investigaciones que aporten conocimientos más sólidos sobre el problema en cuestión. Este tipo de estudios se sustenta en una profunda revisión de la bibliografía y en los criterios de expertos.

Según el tipo de datos empleados la investigación será cuantitativa porque se basa en el estudio y análisis de la realidad a través de diferentes procedimientos basados en la medición. Permite un mayor nivel de control e inferencia que otros tipos de investigación, siendo posible realizar experimentos y obtener explicaciones contrastadas a partir de hipótesis. Los resultados de esta investigación se basan en la estadística y son generalizables.

Según el grado de manipulación de las variables se ubica en la investigación cuasi-experimental. Porque la investigación cuasi-experimental se asemeja a la experimental en el hecho de que se pretende manipular una o varias variables concretas, con la diferencia de que no se posee un control total sobre todas las variables, como por ejemplo aspectos vinculados al tipo de muestra que se presenta al experimento.

Según el tipo de inferencia se ubica en la investigación tipo de método deductivo. Este tipo de investigación se basa en el estudio de la realidad y la búsqueda de verificación o falsación de unas premisas básicas a comprobar. A partir de la ley general se considera que ocurrirá en una situación particular.

A continuación, se presentan las definiciones de las variables del estudio, la sustentación teórica de las mismas, los antecedentes de estudio, los aspectos metodológicos que guiaran la investigación y finalmente las conclusiones.

### **Antecedentes**

Galindo y Ardila (2012), realizaron un estudio descriptivo acerca de la autoeficacia, el locus de control y la indefensión aprendida, denominada Papel Del Locus De Control, La Autoeficacia Y La Indefensión Aprendida. En la misma **se** plantean la hipótesis de que existe un gran nivel de desesperanza en personas de nivel socioeconómico (NSE) bajo. Los participantes en esta investigación fueron treinta personas de NSE 1 y 2, de acuerdo con el Sisben (sistema de clasificación

de Colombia), en localidades de Bogotá (Bosa, San Cristóbal y Suba) y en los municipios cercanos de Anolaima y La Mesa (Cundinamarca).

Se aplicaron dos escalas: autoeficacia general (de Baessler y Schwarzer) y locus de control (de Rotter); se realizaron entrevistas semiestructuradas a los participantes en sus contextos de vivienda, previo contacto con líderes comunitarios de la zona y establecimiento de confianza con la familia.

Los resultados mostraron consistencia con las investigaciones en otros contextos, en cuanto a locus de control y autoeficacia. Además, se encontró un nivel alto de desesperanza en sus verbalizaciones. Se establecieron otras categorías importantes como la dinámica familiar, la percepción del tiempo y la planeación que son discutidas a la luz de la literatura científica y las estrategias y políticas actuales de superación de la pobreza en el mundo.

Entre tanto, Bernabé, Malmierca y Marcos (2009), realizaron una investigación denominada Indefensión Aprendida en Sujetos Humanos y su Inmunización. Influencia del Estilo Atribucional y de los Programas de Reforzamiento. Esta investigación trató de analizar el papel de los programas de reforzamiento y las dimensiones atribucionales en la inmunización contra la indefensión aprendida. Para ello, los sujetos recibieron pre tratamientos en los que se combinaban tareas controlables al 100%-50% y en las que los fracasos se atribuían a dimensiones externas-específicas, internas-globales, o bien a ninguna dimensión. Los resultados obtenidos indican que el mayor efecto de inmunización contra la indefensión se consigue con la utilización de programas de reforzamiento parcial combinados con atribuciones externas y específicas durante la fase de pre tratamiento.

Por otra parte, los resultados muestran que el efecto inmunizador del entrenamiento parcial anterior, en una tarea que contiene varios fracasos consecutivos antes de cada éxito, se incrementa cuando los sujetos atribuyen los fracasos en la fase de indefensión a causas externas específicas.

Los resultados obtenidos enriquecen las conclusiones de otros estudios que investigan los parámetros atribucionales que facilitan la inmunización contra la indefensión aprendida, aportando el sustrato conductual base en el que se integran y del que parten las expectativas de incontrolabilidad. El conocimiento del efecto de estas expectativas, consecuencia de la praxis conductual concreta, y su relación con los patrones moduladores atribucionales resulta pues de máximo interés en el ámbito de la inmunización contra la indefensión aprendida.

Por su parte Sansuste Santalla (2016), llevó a cabo una investigación con el objetivo principal de evaluar la relación entre la Dependencia Emocional y La Desesperanza Aprendida en mujeres víctimas de violencia intrafamiliar que reportaron sus denuncias ante las autoridades competentes de la ciudad de la Paz en Bolivia. La investigación de tipo correlacional transversal, con un diseño no experimental descriptivo, donde la muestra estuvo constituida por 25 mujeres en edades de 25 a 35 años y que han tenido por lo menos un报告 de violencia intrafamiliar.

Para el análisis de las variables de investigación se utilizaron dos instrumentos: El cuestionario de Dependencia Emocional que evalúa nivel de dependencia Emocional y la escala de Desesperanza de Beck que evalúa nivel de desesperanza. Por los resultados estadísticos obtenidos del coeficiente de correlación de Sperman pudo concluir que existe una relación directa positiva entre las variables dependencia emocional y desesperanza aprendida ya que se presentan un nivel alto de correlación.

Bajo los hallazgos y las conclusiones obtenidas de esta investigación el autor plantea como recomendaciones, estrategias de intervención y prevención para situaciones de violencia intrafamiliar hacia mujeres, basados en el fortalecimiento de las habilidades emocionales, y autoestima para evitar la ocurrencia de los fenómenos de dependencia emocional y desesperanza aprendida.

### **Variable independiente.**

**Locus de control (LC) de Rotter.** Locus de control (LC) es un constructo que se usa en psicología para referirse a la percepción que tiene una persona sobre las causas de lo que pasa en su vida. Es la manera en que percibe una persona si el origen de su propio comportamiento es interno o externo a ella. Es el grado en que un sujeto percibe el origen de eventos y de su propio comportamiento de manera interna o externa a él. La variable LC que tiene gran relevancia como factor predictivo de otras variables actitudinales, afectivo y comportamentales

El locus de control es una variable de la personalidad, relativamente estable, que representa la atribución que una persona lleva a cabo sobre si el esfuerzo que realiza es o no contingente a su conducta. Existen dos extremos del continuo: locus de control interno y locus de control externo. El Locus de control (LC) ha sido refinado por Delroy L. Paulhus este autor analiza su presencia en tres áreas principales de la vida: los logros personales, las relaciones interpersonales y el mundo socio-político.

### **Teoría del aprendizaje social.**

Rotter (1966) cita en Visdómine-Lozano y Luciano (2005), en su teoría del aprendizaje social, describe cuatro tipos de variables que intervienen en la adquisición de habilidades y conocimiento: a) el potencial para llevar a cabo una conducta, b) las expectativas de reforzamiento, c) el valor del reforzamiento y d) la situación psicológica. Esta teoría sostiene que el potencial para que una persona lleve a cabo una conducta determinada en una situación específica depende de su expectativa sobre las consecuencias que tendrá la conducta y del valor que tienen esas consecuencias para la persona en ese determinado contexto.

Según la Rotter, la conducta humana tiene lugar con una continua interacción entre los determinantes cognitivos, conductuales y ambientales. Por lo tanto, la percepción de control o no control que una persona tiene sobre los eventos que ocurren a su alrededor, son importantes para el curso de su propia vida. Se afirma

entonces que, la conducta de las personas podría predecirse desde la noción de sus expectativas sobre su propia conducta y los resultados a consecuencia de ella (Durán-Aponte y Pujol, 2013); así pues, para la teoría del aprendizaje social, las expectativas tienen un rol importante y se distinguen los siguientes tipos: las expectativas generalizadas para el éxito, las expectativas generalizadas de confianza interpersonal y las expectativas generalizadas de control del refuerzo (Rotter, 1966).

### Teoría de la atribución

La teoría de la atribución es una teoría de la psicología social desarrollada fundamentalmente por el psicólogo Heider en su obra de 1958. La Psicología de las Relaciones Interpersonales. Heider la definió como un método para evaluar cómo la gente percibe su propio comportamiento y el de los demás. La teoría de la atribución de Heider trata de analizar cómo explicamos el comportamiento de las personas, y los acontecimientos de la vida, que en psicología social recibe el nombre de proceso atributivo.

Para Heide, tendemos a atribuir la conducta de los demás a una de entre dos causas posibles: una causa interna (rasgos de personalidad, inteligencia, motivación, etc.,) o una causa externa (suerte, situación, acciones de terceras personas.). La *Atribución causal* consiste en la interpretación que el individuo realiza respecto a los elementos que tienen en cierto grado de responsabilidad sobre el resultado de una acción cognitiva-conductual.

*Causa externa/interna.* Causa externa: son todos aquellos factores (contexto socio-cultural, familiar...) que atribuimos a una acción concreta, siendo éstos ajenos al sujeto. Causa interna: son todos aquellos factores (destreza, habilidades y motivacionales) que atribuimos a una acción concreta, siendo pertenecientes al sujeto.

### Dimensiones de la variable Locus de Control:

*Locus de control interno:* Percepción del sujeto que los eventos ocurren principalmente como efecto de sus propias acciones, es decir la percepción que él

mismo controla su vida. Tal persona valora positivamente el esfuerzo, la habilidad y responsabilidad personal. Los sujetos con locus de control interno tendrían la expectativa de que los resultados que logran son contingentes u ocasionados por sus conductas o por sus características personales, lo que hace que se perciban como capaces de influir en su propio destino, de transformar una situación desfavorable, o de incrementar su probabilidad de éxito (Sagone y De Caroli, 2014). La percepción de control sobre la situación aumenta la motivación para enfrentarla, de esta manera se espera que las personas con un locus de control interno se sientan más comprometidas, y actúen de forma más activa ante la situación.

*Causa interna:* Factor, agente o fuerza interior. Los factores internos caen dentro del propio control del individuo (locus de control interno). Es más probable que se atribuyan estas causas, en condiciones en las que el consenso y la diferenciación son bajas, es decir, el individuo no reacciona ante estímulos determinados de acuerdo con la mayoría y no responde del mismo modo ante distintas situaciones o estímulos, pero si responde del mismo modo ante un estímulo determinado en distintas situaciones, es decir, la consistencia es alta.

*Locus de control externo:* Percepción del sujeto que los eventos ocurren como resultado del azar, el destino, la suerte o el poder y decisiones de otros. Así, el LC externo es la percepción de que los eventos no tienen relación con el propio desempeño, es decir que los eventos no pueden ser controlados por esfuerzo y dedicación propios. El locus de control es externo cuando el éxito o el fracaso de la tarea son ajenos al sujeto, se deben a causas externas como podría ser la dificultad de la actividad realizada.

Tales personas se caracterizan por atribuir méritos y responsabilidades principalmente a otra. Mientras que las personas con un locus de control externo apreciarían que los resultados de sus conductas obedecen a factores ajenos a su control, como la suerte, el destino o la participación de otras personas, no reconociendo en ellas mismas la capacidad de afectar el curso de los eventos y de influir mediante sus acciones en el control de las contingencias de refuerzo que

seguirán a su comportamiento (Durán-Aponte y Pujol, 2013; Rotter, 1966; Salvador y Mayoral, 2011).

**Causa externa:** Factor, agente o fuerza exterior. Los factores salen fuera del control del individuo (locus de control externo). La conducta del individuo se atribuye a causas externas en donde el consenso, la consistencia y la diferenciación son elevadas, es decir, el individuo reacciona a un estímulo determinado de acuerdo con la mayoría, reacciona al mismo estímulo en diferentes situaciones y responde del mismo modo a distintos estímulos o situaciones.

En conclusión, cuando un evento no es completamente contingente con la conducta de las personas, es atribuido a causas externas como la suerte, el destino o el poder de otros. A esto se le llama locus de control externo. En cambio, cuando las personas perciben la presencia del evento como contingente a su propia conducta, estos eventos son asociados a un control interno.

### Variable dependiente.

**Indefensión aprendida (IA):** se refiere a la condición de un ser humano, que ha aprendido a comportarse pasivamente, sin poder hacer nada y que no responde a pesar de que existen oportunidades para ayudarse a sí mismo, evitando las circunstancias desagradables o mediante la obtención de recompensas positivas.

**Tabla 1 - Definiciones de Indefensión Aprendida (IA)**

Autor	Definición
Miller y Seligman (1975)	"la interferencia con el aprendizaje de escape / evitación, producido en una variedad de situaciones con diferentes tipos de eventos aversivos incontrolables, y en una amplia variedad de especies" (p. 228).
Hiroto (1975)	"la interferencia con las respuestas instrumentales siguientes a eventos aversivos ineludibles" (p. 311)

Raps, Paterson y Seligman (1982)	Tras la introducción del concepto de indefensión en individuos hospitalizados, lo definen como "una reacción a la pérdida de control que conlleva déficits a nivel cognitivo, motivacional, y emocionales a raíz de la expectativa de que las respuestas y los resultados son independientes entre sí "(p. 1036).
----------------------------------	---

### Referentes Teóricos del constructo Indefensión Aprendida (IA).

La indefensión aprendida (IA) es un constructo psicológico en el cual, el organismo que es expuesto a situaciones aversivas incontrolables, aprende que sus respuestas son independientes de las consecuencias, que haga lo que haga, no va a cambiar la situación, por lo que deja de responder. Este aprendizaje lleva al desarrollo de la expectativa de que en el futuro tampoco habrá relación de contingencia entre las acciones y las consecuencias (Seligman, 1975).

Por consiguiente, la indefensión aprendida produce un rápido deterioro que impide responder de forma adaptativa a una situación traumática o iniciar respuestas voluntarias para ejercer control sobre los acontecimientos; incluso dificulta a la persona aprender que su respuesta ha sido eficaz, aun cuando realmente lo haya sido.

La primera formulación sobre indefensión aprendida surgió en 1966 de la mano de Seligman y un año más tarde de la de Maier y Seligman. La indefensión aprendida La teoría de indefensión aprendida se relaciona diversas enfermedades mentales resultantes de la percepción de ausencia de control sobre el resultado de una situación.

A aquellos organismos que han sido ineficaces o menos sensibles para determinar las consecuencias de su comportamiento se dicen que han adquirido indefensión aprendida. Más concretamente, Seligman explicó el fenómeno en términos de una percepción de no contingencia entre posibles conductas de evasión y sus nulas consecuencias: haga lo que hágala persona siempre obtendrá el mismo resultado negativo. La consecuencia más directa del proceso es la inacción o pérdida de toda respuesta de afrontamiento. Este es el principio de su Teoría de la

Indefensión Aprendida. Finalmente, la teoría de la indefensión aprendida queda constituida por tres componentes esenciales (Peterson, Maier y Seligman, 1993): la contingencia, la cognición y el comportamiento. Contingencia, se refiere a la relación objetiva entre la acción de un individuo y los resultados derivados de la experiencia.

La contingencia se puede describir en dos constructos: controlabilidad y falta de control. El constructor de controlabilidad se define cuando las acciones del individuo producen de forma fiable los resultados. La falta de control se refiere a la relación aleatoria entre las acciones y los resultados. Cognición se refiere a la forma en que la persona percibe, explica y extrae la contingencia (John-Langba, 2004).

El proceso de la cognición se compone de varias etapas en las que la persona primero comprende la contingencia. Subsiguientemente, la persona explica lo que es, y, por último, utiliza su percepción y explicación para formar una expectativa sobre el futuro. Si se experimenta una falla que la persona cree que es causada por inanidad, entonces se espera la insuficiencia de nuevo, cuando el individuo se encuentra en situaciones que requieren de inteligencia (Peterson, Maier, y Seligman, 1993).

El comportamiento hace referencia a las consecuencias observables de la no contingencia y las cogniciones del individuo al respecto (John-Langba, 2004). Considerando esto, por definición, los estudios de indefensión aprendida miden la pasividad frente la actividad de un individuo en una situación diferente de aquella en la que se encontró por primera vez la incontrolabilidad.

### **Teórica relacional entre las Variables Locus de Control e Indefensión Aprendida**

El modelo de indefensión aprendida sostiene que existen otras posibles consecuencias de las expectativas de la persona sobre la futura indefensión: el retraso cognitivo, el Locus de control externo, la baja autoestima, la pérdida de la agresión, los cambios inmunológicos y las enfermedades físicas (Peterson, Maier, y Seligman, 1993). Por lo tanto, un caso evidente y claro de la indefensión aprendida

debe tener los tres componentes: la no-contingencia entre las acciones de la persona y los resultados, la expectativa de que el resultado no va a estar condicionada en el futuro, y el comportamiento pasivo (Peterson, Maier, y Seligman, 1993).

La indefensión aprendida es un concepto muy utilizado en psicología clínica. Diversos estudios entre los que destaca el realizado por Marín Leal (2007), los sujetos con IA puntúan más bajo en la Escala de Locus de Control de Rotter. Es decir, que las propensas a IA tienden hacia el locus de control externo. Por su parte Seligman (1999) concluye que los efectos de la indefensión aprendida serán más o menos severos en función del estilo atribucional que tenga la persona en relación con las causas atribuibles a la no contingencia.

Así, los efectos serán mayores si se tiende a pensar que la no contingencia es debida a factores estables o de carácter global, mientras que los efectos serán menores o transitorios si uno tiende a atribuir el fenómeno a factores inestables o de carácter más específico. La estabilidad y la especificidad, junto a la importancia atribuida al efecto o factores de personalidad como el *locus de control* explicarían diferentes síntomas de indefensión entre diferentes personas ante una misma situación vital.

Según Moena Merino (S/F), la indefensión aprendida propuesta por Seligman (1975) es otra teoría que se relaciona con el locus de control (Rotter, 1990). En este concepto se destaca la importancia del control percibido por el sujeto sobre su conducta y los resultados ocasionados por ésta. Seligman (1975) propone que las personas al ser sometidas a situaciones donde su conducta no guarda relación directa con los resultados esperados, independientemente que sean positivos o negativos, desarrollan estados anímicos depresivo, una actitud pasiva y frustración.

Debido a la ausencia en la contingencia entre lo que hacen y lo que obtienen del medio ambiente. Como resultado se desarrolla según el autor, un estado de “indefensión aprendida”, producto de repetidos fracasos en el intento de obtener un

mínimo de control en una determinada situación. Esto a su vez disminuye la motivación del sujeto a responder ante el medio ambiente, generando una orientación cognitiva negativa que impide el aprendizaje de respuestas adecuadas ante una situación, aún después de que ésta se ha convertido en controlable.

La importancia de esta teoría, radica en la noción de expectativas generalizadas de control sobre los acontecimientos del medio ambiente, que es desarrollada ampliamente por Rotter (1966) en su teoría del locus de control. Seligman (1975) describe que la indefensión aprendida producida por la falta de control en una situación específica, puede generalizarse a otras situaciones similares y convertirse en una creencia permanente, configurando un rasgo de personalidad. La similitud de esta teoría con el locus de control es muy estrecha, ya que ambas logran complementarse mutuamente. Sin embargo, Rotter (1966) delimita el concepto en percepciones de control internas y externas al sujeto, y la teoría de Seligman puede considerarse como una consecuencia de la percepción externa de control.

### Conclusiones

Como se ha planteado en el tema de estudio de la presente investigación esta relacionado con el constructo Locus de control predominante en las personas afectadas por la diáspora venezolana y su relación con la indefensión aprendida. En este sentido esta investigación se encuentra circunscrita al área de estudio de la psicología, específicamente en la: psicología social, psicología clínica y la inteligencia emocional. Se espera concretar esta investigación con el propósito de contribuir con un estudio científico que sirva de base para el desarrollo de programas preventivos y de asistencia a las poblaciones vulnerables ante la denominada Diáspora Venezolana y futuras problemáticas que confronten este mismo fenómeno social. .

### Referencias

Bernabé Y., Malmierca J. y Marcos J. L., (2009) Indefensión Aprendida en Sujetos Humanos y su Inmunización. Influencia del Estilo Atribucional y de los Programas de Reforzamiento. Revista

## EL DOLOR INVISIBLE: SALUD MENTAL EN LA VENEZUELA DEL SIGLO XXI

---

- Latinoamericana de Psicología, vol. 24, núm. 3, pp. 301-321. Fundación Universitaria Konrad Lorenz. Bogotá, Colombia. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/805/80524305.pdf>
- De Vicente, F. y Díaz-Becarcino, C. (2005). Efecto de la dominancia diádica sobre la indefensión aprendida. *Psicothema*. Disponible en: <http://www.psicothema.es/pdf/3102.pdf>
- Diccionario de la Real Academia Española (RAE). Disponible en: <http://dle.rae.es/?id=DfgcpYr>
- Docampo, M., (2002). Influencia del estilo atribucional interno-externo en la indefensión aprendida y en su inmunización. *Revista de Psicología General y Aplicada*, 2002,55(2), 151-160. Universidad de Coruña. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=274671>.
- Durán-Aponte E. y Pujol L., (2013). Escala atribucional de motivación de logro general. Adaptación y análisis de sus propiedades psicométricas, *Estudios Pedagógicos*, XXXIX (1), 83-97. Disponible en: [http://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0718-07052013000100005&script=sci\\_abstract&tlang=e](http://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0718-07052013000100005&script=sci_abstract&tlang=e).
- Galindo, O. Y Ardila R., (2012), Psicología y pobreza papel del locus de control, la autoeficacia y la indefensión aprendida Avances en psicología Latinoamericana Vol. 30, Nº. 2, 2012, págs. 301-407. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4457731>
- Marín Leal, L., (2007). Construcción y validación de un instrumento de evaluación de locus de control aplicado a pacientes obesos que buscan tratamiento médico convencional y tratamiento quirúrgico para bajar de peso. Memoria para Optar al Título De Psicólogo. Universidad de chile. Disponible en: <http://repositorio.uchile.cl/handle/2250/106596>
- Moena Merino, J. (S/F). Construcción y Validación de una Escala de Locus de Control Dirigida a Escolares de Enseñanza Media. Tesis para optar al título de psicólogo. Universidad del BÍO-BÍO-Chile. Disponible en: [http://repobib.ubiobio.cl/jspui/bitstream/123456789/328/1/Moena%20Merino\\_Jacob%20I..pdf](http://repobib.ubiobio.cl/jspui/bitstream/123456789/328/1/Moena%20Merino_Jacob%20I..pdf)
- Páez, T., (2015). La voz de la diáspora venezolana. España: Editorial: Los Libros de la Catarata
- Rotter, J. B., (1966). Generalized expectancies for internal versus external control of reinforcement Psychological Monographs: General and Applied, 80(1). Disponible en: <http://psycnet.apa.org/record/2011-19211-001>.
- Sagone E. y De Caroli, M., (2014). Locus of Control and Academic Self-efficacy in niversity Students: The Effects of Self-concepts. Disponible en: [https://www.researchgate.net/publication/270847900\\_Locus\\_of\\_Control\\_and\\_Academic\\_Self-efficacy\\_in\\_University\\_Students\\_The\\_Effects\\_of\\_Self-concepts](https://www.researchgate.net/publication/270847900_Locus_of_Control_and_Academic_Self-efficacy_in_University_Students_The_Effects_of_Self-concepts)
- Sansuste Santalla, J. (2016). Dependencia Emocional y Desesperanza Aprendida en Mujeres Víctimas de Violencia Intrafamiliar. Tesis de Grado Universidad de La Paz. Bolivia. Disponible en: <https://repositorio.umsa.bo/bitstream/handle/123456789/6967/TESIS%20DE%20GRADO%20-%20JOSE%20SANSUSTE%20SANTALLA.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Visdómíne-Lozano C. y Luciano C., (2005) Locus de control y autorregulación conductual: revisiones conceptual y experimental. International Journal of Clinical and Health Psychology - Vol. 6, N.<sup>o</sup> 3, pp. 729-751. Asociación Española de Psicología Conductual Universidad de Almería, España. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/337/33760313.pdf>
- William Miller R. y Seligman M. (1975). Depression and Learned Helplessness in Man. *Journal of Abnormal Psychology* 1975, Vol. 84, No. 3, 228-238. University of Pennsylvania. Disponible en: <https://pdfs.semanticscholar.org/2c74/5146c275e0697087d9fe2ab52571fbdc8505.pdf>

# ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO DE LAS EMOCIONES DE UN INMIGRANTE VENEZOLANO

Osvair Braga<sup>4</sup>

## Resumen

Estrategias de Afrontamiento de las emociones de un inmigrante Venezolano, cuyos propósitos de investigación son Conocer en que consiste la inteligencia emocional, Descubrir Teoría de estrategias de Afrontamiento de lazarus y Folkman que es útil para el inmigrante venezolano, Revelar investigaciones enfocadas en el estudio emocional de la migración venezolana, Desvelar una opción de intervención psicológica para inmigrantes venezolanos, Teoría de controles de las emociones de Goleman (1995), Teoría de estrategias de Afrontamiento de lazarus y Folkman (1986), esta investigación está orientada en la metodología cualitativa, el método es el hermenéutico, su diseño es documental, la técnica empleada el análisis de contenidos y también se usara como instrumento de recolección de datos, los hallazgos encontrados: La teoría de controles de las emociones de Goleman (1995) consiste en tener la capacidad de comprender las emociones propias y como se regulan y de identificarse y conocer las ajenas en el tiempo actual que nos enfrentamos a situaciones altamente estresantes como las migraciones donde el individuo debe a ser frente a desafíos que ponen a prueba sus capacidades y desencadenan un cumulo de emociones que son difíciles de sobrellevar es allí que las Teoría de estrategias de Afrontamiento de lazarus y Folkman son útiles para los migrantes pues son la brújula para la soluciones a los problemas, una opción de intervención psicológica: Activación conductual y organización del tiempo, Técnicas de relajación, tratar de modificar directamente los aspectos fisiológicos como fomento de la expresión emocional a través de técnicas narrativas como cartas, fotos etc.

**Descriptores:** Emociones, afrontamiento, migración, estrategias.

---

<sup>4</sup>Psicólogo egresado de la Universidad Bicentenaria de Aragua. [osvairbraga@hotmail.com](mailto:osvairbraga@hotmail.com)

## Introducción

Los movimientos migratorios son desplazamientos que realiza una persona o un grupo de ellas desde su lugar de origen así otro sitio puede ser internos si el cambio se produce dentro de las fronteras del país y son internacionales si se realizan hacia otra nación, de forma temporal o permanente, estos tienen ciertos o componentes que Mora (2018) expone:

Podemos distinguir dos componentes principales dependiendo de si el sujeto va a un lugar o sale de él. Así cuando el individuo abandona su lugar de origen se contabiliza como emigrante, mientras que cuando llega al lugar de destino se le considera como inmigrante. Existe un tercer componente dentro de las migraciones, que se produce cuando individuos emigrados vuelven pasado un tiempo a su lugar de origen, denominándoles retornados(p. 9).

Por lo tanto, el ciclo migratorio es bastante complejo consta de la partida del migrante de su país, en algunos casos tránsito de un país a otro, la entrada al país de destino y el tan anhelado retorno, ese es el plan de la mayoría de los inmigrantes anqué muchos se van para no volver esto por distintas causas.

Entonces una de las principales motivaciones para emigrar radica en buscar mejores oportunidades económicas, pero está claro que el móvil puede ser multifactorial, Venezuela sufre hoy una de la crisis migratoria más grande de América latina Mora (2018) detalla “La migración sin precedentes de Venezuela es el desplazamiento de personas vulnerables más numeroso y más rápido del mundo después de la crisis siria y no tiene precedentes en la historia de la región” (p. 4).

En tal sentido el inmigrante venezolano debe a ser frente a una multitud de desafíos que trastocan no solo su salud física si no su estado mental muchas son las emociones que experimenta en su paso a la adaptación de su nuevo estatus. Por otro lado, la migración no es un hecho nuevo en absoluto desde hace mucho tiempo el hombre se ha visto en la necesidad migrar de un lugar a otro en buscas de una mejor calidad de vida como comenta Mora (2018):

La emigración es tan antigua como la misma humanidad. Los fenómenos

migratorios han acompañado siempre el desarrollo de nuestras sociedades en mayor o menor medida, sobretodo en momentos de crisis económica. Tomar la decisión de hacer las maletas y buscar nuevas oportunidades es una de las decisiones de mayor profundidad psicológica que podemos tomar en nuestra vida (p. 7).

Ahora bien los países foco de grandes migraciones son aquellos que ofrecen a los recién llegados una mejor gama de oportunidades de desarrollo Estados Unidos es uno de los países con mayor cantidad de inmigrantes y que se han convertido en una gran fuerza laboral muchos son los latinos que residen allí y que viven en busca del sueño americano se estima que son ya un sector importante de la población más sin embargo son muchos los obstáculos que enfrentan allí como la barrera del idioma, la discriminación de distinta índole, la xenofobia entre otras mucho se ha hablado de cómo apoyar el flujo migratorio y mucho se ha estudiado sobre como ciertas emociones que viven los migrantes repercuten en su diario vivir.

Canadá es otro país receptor de inmigrantes y gran parte de Europa muchos de estos países requieren de migrantes calificados es decir profesionales así como de personal que sostenga la mano de obra de la economía dentro de los campos, industrias y de más sectores, las políticas migratorias son tema de debate constante en estos gobiernos quienes buscan con ellas crear un control en dicho proceso, el escrutinio por el que deben pasar los migrantes no es sencillo y se han desarrollado estudios psicológicos que busca orientar a los inmigrantes a palear los embates psicológicos de este proceso.

En América latina también se ha agudizado el fenómeno migratorio es esta región la que principalmente está recibiendo la diáspora venezolana países como Chile donde se dirigió una buena parte del recurso profesional del país, Perú, Ecuador, Brasil, en menor medida México, Argentina, Uruguay y otros países, pero es Colombia el mayor receptor a tal punto que ya se encuentra saturado de venezolanos.

Por lo que es lamentable recalcar que actualmente es Venezuela el mayor emisor de migraciones en Latinoamérica y este movimiento migratorio es el foco de

múltiples estudios la mayoría dirigidos a cómo afectará a la economía de la región pocos se enfocan en las vivencias del migrante venezolano sus dificultades, esperanzas y sueños para el futuro, Mora (2018) explica:

¿Qué se siente emigrar? Emigrar es que te quiten un pedacito de tu alma, sentir como si una parte de ti pertenecería a otro sitio. Es dejar ir a las personas que amas, saber que unas se quedarán contigo en la distancia y otras se disiparán tras los pasos del tiempo (p. 12).

Lo anteriormente expuesto nos da una idea clara de que tomar las maletas y salir es solo el primer paso y que el estigma social, cultural y psicológico al que son sometidos los migrantes venezolanos no son sencillos y muchas son las emociones que experimenta depresión, ansiedad, maltrato y muchas veces o posee las herramientas adecuadas para ello.

Finalmente se presentan las siguientes interrogantes ¿en qué consiste la inteligencia emocional?, ¿en qué consiste las estrategias de afrontamiento que le pueden ser útil a un inmigrante?, ¿hay investigaciones enfocadas en el estudio emocional de la migración venezolana? ¿Qué alternativa existe para la intervención psicológica de un inmigrante venezolano?

Propósitos de la investigación: 1) Conocer en que consiste la inteligencia emocional, 2) Descubrir Teoría de estrategias de Afrontamiento de Lazarus y Folkman que, es útil para el inmigrante venezolano, 3) Revelar investigaciones enfocadas en el estudio emocional la migración venezolana, 4) Desarrollar una opción de intervención psicológica para inmigrantes venezolanos.

Importancia: El valor de esta investigación radica en el hecho de que existe una carencia de estudios sobre el tema de estrategias de afrontamiento de las emociones de un inmigrante venezolano por tal motivo se precisa su desarrollo, en lo práctico permitirá conocer como unos de los aspectos más importantes de la cotidianidad venezolana como es el movimiento migratorio y como se enfrentan los migrantes a esa emociones que experimentan en dicho estatus, se pretende crear una base teórica que será referencia o consulta de futuras líneas investigaciones.

### Metodología

Esta investigación estuvo orientada en la metodología cualitativa Monje (2016) la define “Es una investigación flexible a partir de información cualitativa es decir aquella que no se puede medir, y por lo tanto no precisara de un manejo estadístico, ya que su estructura se orientada más al proceso que a la obtención de resultados” (pg 109).

El método: Es el hermenéutico que se fundamenta principalmente en la observación resultante de la interpretación. La hermenéutica se orienta hacia la identificación de los significados ocultos de las cosas, interpretado de la mejor manera las palabras, los escritos, los gestos, al igual que cualquier acto u obra humana, pero sin perder su singularidad en el contexto de lo que forma parte. Es una investigación de diseño documental que según Arias (2012) es:

Un proceso basado en la búsqueda, recuperación, análisis, crítica e interpretación de datos secundarios, es decir, los obtenidos y registrados por otros investigadores en fuentes documentales: impresas, audiovisuales o electrónicas. Como en toda investigación, el propósito de este diseño es el aporte de nuevos conocimientos (p. 27).

Técnica: Es el análisis de contenidos y también se usará como instrumento de recolección de datos Terán (2019) amplia:

Hoy se refiere a un conjunto de métodos, procedimientos e instrumentos de análisis de documentos que pone énfasis en el sentido del texto. Establece dos grados de complejidad, descriptivo e inferencial, y recurre a técnicas de análisis tanto cuantitativas como cualitativas. Distingue tres tipos de análisis: sintáctico (se interesa por la morfología del texto, permitiendo la búsqueda y recuento de palabras y caracteres), semántico (busca el sentido de las palabras y el análisis de los temas y categorías propuestas), y pragmático (pretende descubrir las circunstancias en las que la comunicación tiene lugar).es una técnica de investigación para la descripción objetiva sistemática del contenido teórico con el fin de interpretarlos (p. 18).

La teoría de controles de las emociones de Goleman (1995) consiste en tener la capacidad de comprender las emociones propias y como se regulan y de identificarse y conocer las ajenas lo que es una herramienta valiosísima en el tiempo

actual que nos enfrentamos a situaciones altamente estresantes como las migraciones donde el individuo debe a ser frente a desafíos que ponen a prueba sus capacidades y desencadenan un cumulo de emociones que son difíciles de sobrellevar es allí que las Teoría de estrategias de Afrontamiento de Lazarus y Folkman son útiles para los migrantes pues son la brújula en la construcción de soluciones a los problemas de todo índole.

### Revisión Teórica

La presente investigación se estructuró de la siguiente forma: Se presentó la Teoría de controles de las emociones de Goleman sus componentes, la Teoría de estrategias de Afrontamiento de Lazarus y Folkman que es útil para los inmigrantes venezolanos y la escala de Modos de Afrontamiento de Folkman y Lazarus.

Teoría de controles de las emociones de Goleman (1995): La Inteligencia Emocional es la capacidad de entender las emociones ajenas, comprender las nuestras propias y gestionar nuestros estados sentimentales. Cualidades como la empatía, el control emocional, la motivación o las habilidades sociales forman parte de un espectro de capacidades comprendidas dentro del nicho de la Inteligencia Emocional. Componentes:

*Autoconciencia emocional:* Pradas (2018) la define "es ser consciente de nuestros estados de ánimo, y los pensamientos que tenemos acerca de esos estados de ánimo" (p. 8).

*Autorregulación emocional:* La habilidad para controlar las conductas basadas en impulsos emocionales y, de este modo, adaptarnos mejor a las dinámicas sociales. *Motivación:* Concentrar nuestros esfuerzos a lograr una meta o un objetivo. *Empatía:* Es la capacidad de entender los estados emocionales de otros. En línea con esto Pradas (2018) opina:

Esa capacidad nos permite no solo obtener información sobre aquellos que tenemos en frente. Sino que, además, nos ayuda a establecer vínculos más fuertes, lazos sociales y afectivos más profundos. Además, reconocer las emociones y los sentimientos de los demás es el primer

paso para comprender e identificarnos con las personas que los expresan. (pg 9).

Habilidades sociales: Capacidad para mantener buenas relaciones con las demás personas. Sabater (2018) comenta "Todas esas dinámicas comportamentales potencian o limitan nuestra capacidad para disfrutar o no de nuestras relaciones. " (p. 12).

Teoría de estrategias de Afrontamiento de Lazarus y Folkman (1986): Vázquez (2017) argumenta que son:

Las estrategias de afrontamiento (coping, en inglés). Su objetivo es precisamente analizar cómo se enfrenta la gente ante elementos estresantes determinados: enfermedades crónicas, estrésores cotidianos como un fuerte ritmo de trabajo o sucesos vitales estresantes como la pérdida del puesto de trabajo o un diagnóstico de infertilidad (p. 426).

Escala de Modos de Afrontamiento de Folkman y Lazarus (1985): Es un instrumento que evalúa una completa serie de pensamientos y acciones que se efectúan para manejar una situación estresante, cubre al menos ocho estrategias diferentes (las dos primeras más centradas en la solución del problema, las cinco siguientes en la regulación emocional, mientras que la última se focaliza en ambas áreas):

1. Confrontación: intentos de solucionar directamente la situación mediante acciones directas, agresivas, o potencialmente arriesgadas.
2. Planificación: pensar y desarrollar estrategias para solucionar el problema.
3. Distanciamiento: intentos de apartarse del problema, no pensar en él, o evitar que le afecte a uno.
4. Autocontrol: esfuerzos para controlar los propios sentimientos y respuestas emocionales.
5. Aceptación de responsabilidad: reconocer el papel que uno haya tenido en el origen o mantenimiento del problema.
6. Escape-evitación: empleo de un pensamiento irreal improductivo (p. ej.,

«Ojalá hubiese desaparecido esta situación») o de estrategias como comer, beber, usar drogas o tomar medicamentos.

7. Reevaluación positiva: percibir los posibles aspectos positivos que tenga o haya tenido la situación estresante.

8. Búsqueda de apoyo social: acudir a otras personas (amigos, familiares).

La inteligencia emocional demuestra que el hecho de poseer un coeficiente intelectual alto no significa que eso te llevará al éxito que más bien mantener una actitud positiva y saber reconocer nuestras emociones, regalarlas e identificarse y entender las ajenas os lleva no solo a un nivel adecuado de salud mental, sino que también aun desarrollo social superior que nos permitirá encontrarnos más cerca de nuestros objetivos.

El campo de aplicación de la IE es infinito en nuestra vida laboral, personal, social es una habilidad psicológica tan importante donde la clave está en ser inteligente emocionalmente de forma interpersonal es decir con los otros y ser inteligente emocionalmente de forma intrapersonal es decir consigo mismo es una premisa sencilla está comprobado que muchas personas no poseen una inteligencia emocional alta y que ante situaciones estresantes como por ejemplo emigrar no tienen las herramientas que se necesitan para salir adelante no poseen estrategias de afrontamiento adecuadas esta teoría nos habla de los recursos de los que nos valemos para para afrontar los desafíos de la vida y de podemos carecer de ellos.

En tal sentido, frente al desafío de emigrar que tienen hoy muchos venezolanos donde les persigue la ansiedad, la depresión, el maltrato el verse orientados por teorías como estas sería muy útil ser consciente de que el manejar bien sus emociones y empatizar con las demás personas oriundas de la región geográfica o país que han elegido como su nuevo hogar le ayudara a adaptarse a su nuevo medio y sobre todo tener conocimiento de cómo utilizar la teoría del afrontamiento, la escala propuesta por Folkman y Lazarus por lo que es estos momentos de crisis como es el estado migratorio es que les será de forma inmediata

más útil que la inteligencia emocional, con el pasar del tiempo podrá desarrollar ambas e mira de su crecimiento personal y social.

Biondo (2015) en la universidad central de Venezuela presento una tesis de grado titulada Estrés, Ansiedad y Depresión asociado a emigrantes venezolanos residentes en España en ella se pretendía describir los niveles de estrés, ansiedad y depresión asociados a la condición de emigrantes y un grupo de venezolanos residenciados en España. Para ello se llevó a cabo una investigación no experimental de tipo descriptiva, transversal, a través de un estudio de campo, donde se trabajó con 30 venezolanos que vivían desde hace un año en España, seleccionado a través de un muestreo intencional no probabilístico.

Para la recolección de datos se usó una entrevista semiestructurada, el inventario de personalidad de Minesotta, la escala Barcelona de Estrés en Inmigrante (BISS), el análisis de datos fue mixto, relacionando datos cuantitativos y cualitativos. Los resultados indican que los participantes se encontraban muy estresados por razones asociadas a su condición de inmigrantes en un país extranjero, así como la tendencia a la negación de dicho estrés. No mostraban signos de ansiedad o depresión significativos.

Aunque de manera expresa manifestaron sentirse relajados y no discriminados, durante su discurso mostraban incongruencias que luego fueron confirmadas a través de métodos más estructurados y sistemáticos dejando a relucir que los sujetos habían experimentado situaciones en las cuales habían percibido discriminación y que esto les generaba niveles considerables de estrés, dado que las principales defensas utilizadas por los participantes eran la represión, la proyección y el desplazamiento se intuye que a través de esos medios lograba sortear aquellas situaciones.

Entonces Biondo estructuró su investigación con base a un grupo de inmigrantes venezolanos con miras a observar cuan estresados ansiosos o deprimidos pudiesen sentirse con respecto a su condición migratoria cuando una

persona llega a un país nuevo tiene que intentar adaptarse rápidamente, en su mente está la idea de que deben encontrarse en mejor situación de la que estaban en su país de forma rápida. Es precisamente esa búsqueda de un futuro mejor la que los ha movido a emigrar en primer lugar, así que cuando las cosas no ocurren al ritmo que tenían pensado y planificado y se encuentran con contratiempos inesperados el estrés les golpea, esta investigación también se enfoca en la diáspora migratoria venezolana y como este grupo en específico enfrenta las emociones como las descritas anteriormente por Biondo.

Torres (2018) desarrollo una investigación llamada El Síndrome de Ulises en una muestra de inmigrantes venezolanos en ecuador, en la universidad católica de ecuador como tesis de grado que buscaba identificar el estado actual del síndrome de Ulises o estrés crónico por migración en una muestra de inmigrantes venezolanos en Ecuador. La investigación posee un paradigma positivista, metodología no experimental, de tipo cuantitativo, de alcance exploratorio y descriptivo de corte transversal, basado en el método general de la investigación que corresponde al método científico aplicado a las ciencias sociales y con método específico descriptivo del fenómeno a estudiar. En muestra, participaron 70 inmigrantes venezolanos, un 61,42% fue de sexo masculino y un 38,57% de sexo femenino, todos mayores de 18 años y fueron evaluados con la Escala de Ulises.

Se encontró que la media general de la muestra  $\bar{X}=43,22$  se encuentra por debajo del punto de corte (96,00), debido a esto presenta la suficiente sintomatología para que se constituya el síndrome en sí. El Síndrome de Ulises se presenta en la muestra en nivel leve (21,4%), moderado (67,1%) y extremo (11,4%). La realización del estudio de la incidencia de riesgo de desarrollar el síndrome de Ulises en una muestra de inmigrantes mediante la aplicación de la Escala de Ulises, se observa que el grupo de entrevistados se encuentran por debajo del punto de corte como resultado, se indica que no existe un nivel de riesgo, Finalmente, se evidenciaron limitaciones en esta investigación como el tamaño de muestra

reducido debido al difícil acceso a la población y el corto tiempo de la recolección de información lo que se tomara en cuenta para futuras investigaciones.

El Síndrome de Ulises es un trastorno psicológico que puede desarrollarse en el inmigrante, el trasladarse desde su lugar de origen implica esfuerzo, cambios, retos y posiblemente obstáculos, los cuales colaboran con el estrés crónico del inmigrante o síndrome de Ulises, evidenciándose síntomas como el sentimiento de pérdida de identidad, miedo al fracaso, ansiedad que pueden paralizar y llevar a la depresión. Las expectativas que les hicieron tomar el camino de emigrar se ven cada vez más lejanas y hace que los individuos se aíslen, haciendo cada vez más difícil que el inmigrante se integre a su nueva sociedad, nuevamente podemos observar que son las emociones negativas con las que debe lidiar el inmigrante las verdaderas causas etiológicas por las que se desencadena el síndrome y es la clara relación con la presente investigación.

Torres (2019) en la Universidad Nacional de Chimborazo presentó una tesis de grado sobre Migración Venezolana en Riobamba: proceso de asimilación y adaptación de los migrantes venezolanos a la ciudad de Riobamba. Una de las razones para llevar a cabo este trabajo fue analizar el proceso de adaptación y asimilación de la migración venezolana en la ciudad de Riobamba, el trabajo de investigación tiene un enfoque cualitativo, por ello se utilizó las siguientes técnicas de recolección de información: entrevistas (semiestructuradas), como instrumento la guía de entrevistas y el método biográfico a partir de las entrevistas, a fin de extraer elementos importantes de los entrevistado se realizó un estudio bibliográfico sobre el tema, mediante revisión académica de distintos autores y en fuentes primarias y secundarias.

Los resultados con respecto al tema principal que es la adaptación y la asimilación; se obtuvo como resultado que la mitad de los entrevistados han adoptado cambios culturales para integrarse mejor en la sociedad mientras que la otra mitad dicen no haberse adoptado cambios. Es más, los que dijeron haber adoptado cambios, dicen haberlo hecho en la forma de vestir, alimentación y en la

forma de hablar como “veci, siga nomas, ñaño, canguil, chifles, y con respecto a la vestimenta manifiestan haberlo hecho porque vienen de zonas tropicales y en cambio el clima de Riobamba es muy fría y por consecuente han tenido que cambiar la forma de vestir, de un lugar frio y por ello no han visto en la necesidad de un cambio en la forma de vestir. Si bien por otra parte la mayoría de los entrevistados manifestaron su deseo de radicarse en la ciudad de Riobamba.

Todo inmigrante experimenta en su nuevo lugar de asentamiento o residencia fenómenos como la aculturación que es un proceso mediante el cual una personas o más adquieren una nueva cultura o algún aspecto resaltante de la misma que ahora integraran a su vida cuestiones como estas son las que estudio Torres y que son si se quiere un signo positivo de que su proceso adaptativo está llevándose satisfactoriamente es un proceso complejo, gradual y dinámico que trata de la trasmisión cultural pero que no sustituye o anula la identidad de origen en este caso la venezolana las personas tienen la posibilidad de manejar sus emociones conocer y tratar de identificarse con las de las personas pertenecientes a este nuevo país y desarrollar sus estrategias de afrontamiento que es el tema central de la investigación en curso, y así asimilarse a esta nueva realidad.

### Conclusión

Por mucho tiempo las emociones fueron consideradas por la ciencia basada en el racionamiento lógico como un obstáculo que nublaba nuestro juicio cabal y que no eran apreciables para obtener conocimientos pero el descubrimiento de la inteligencia emocional abrió una nueva perspectiva de cómo se aprecian las emociones científicamente y ahora son muchas las investigaciones orientadas en este campo los antecedentes presentados en esta investigación estaban enfocados en el estudio emocional de la migración venezolana desde diferentes puntos de vista.

Biondo (2015) estudio directamente la incidencia del estrés, la depresión y la ansiedad, Torres (2018) exploró como el estrés crónico es el detonante de una

condición psicológica llama Síndrome de Ulises y Torres (2019) investigó como los venezolanos enfrentan todas estas emociones de salir fuera de su país y adaptarse viviendo otros fenómenos como la aculturación.

Los inmigrantes emocionalmente afectados deben ser tratados psicológicamente una opción de intervención es la siguiente: Activación conductual y organización del tiempo, Técnicas de relajación, tratar de modificar directamente los aspectos fisiológicos como fomento de la expresión emocional a través de técnicas narrativas como cartas, fotos etc.

### Referencias

- Biondo M, (2015). Estrés, Ansiedad y Depresión asociado a emigrantes venezolanos residentes en España. Disponible en: <http://saber.ucv.ve/handle/10872/19849>, consultado 2020 Julio 2.
- Mora D, (2018). ¿Qué se siente emigrar? Anécdotas de una emigrante venezolana. Disponible en: <https://steemit.com/spanish/@psychocolors/que-se-siente-emigrar-anecdotas-de-una-emigrante-venezolana>, consultado 2020 Julio 3.
- Pradas C, (2018). Teoría de la Inteligencia Emocional de Daniel Goleman: resumen y test. Disponible en: <https://www.psicologia-online.com/teoria-de-la-inteligencia-emocional-de-daniel-goleman-resumen-y-test-3905.html#:~:text=Goleman%20afirma%20que%20el%20Coeficiente,del%20%C3%A9xito%20en%20la%20vida.&text=En%20resumen%2C%20la%20teor%C3%ADA%20de,la%20clave%20del%20%C3%A9xito%20personal>, consultado 2020 Julio 2.
- Sabater V, (2018). Teoría de la inteligencia emocional. Disponible en: <https://lamenteesmaravillosa.com/daniel-goleman-teoria-la-inteligencia-emocional/>, consultado 2020 Julio 3.
- Torres K, (2018). El Síndrome de Ulises en una muestra de inmigrantes venezolanos en ecuador. Disponible en: <https://repositorio.pucesa.edu.ec/bitstream/123456789/2901/1/77066.pdf>, consultado 2020 Julio 6.
- Torres Y, (2019). Migración Venezolana en Riobamba: proceso de asimilación y adaptación de los migrantes Venezolanos a la ciudad de Riobamba. Disponible en: [https://www.researchgate.net/publication/332159168\\_Migracion\\_venezolana\\_en\\_Riobamba\\_proceso\\_de\\_asimilacion\\_y\\_adaptacion\\_de\\_los\\_migrantes\\_venezolanos\\_a\\_la\\_ciudad\\_de\\_Riobamba\\_Ecuador](https://www.researchgate.net/publication/332159168_Migracion_venezolana_en_Riobamba_proceso_de_asimilacion_y_adaptacion_de_los_migrantes_venezolanos_a_la_ciudad_de_Riobamba_Ecuador), consultado 2020 Julio 10.
- Vázquez M, (2017). Estrategias de afrontamiento. Disponible en: [http://www.psicosocial.net/historico/index.php?option=com\\_docman&view=download&alias=94-estrategias-de-afrontamiento&category\\_slug=trauma-duelo-y-culpa&Itemid=100225](http://www.psicosocial.net/historico/index.php?option=com_docman&view=download&alias=94-estrategias-de-afrontamiento&category_slug=trauma-duelo-y-culpa&Itemid=100225), consultado 2020 Julio 2.

# SITUACIÓN ACTUAL DE LA EDUCACIÓN EN VENEZUELA Y SU INFLUENCIA EN LOS ESTUDIANTES

Reibezki Josefín Ramírez Castillo<sup>5</sup>

## Resumen

Emerger ideas que contextualicen la calidad educativa en contraste con la realidad actual en Venezuela deja ver posturas que confluyen entre ideales y el raigambre político, dado el momento socio histórico y económico que se ha trazado en la dinámica venezolana. En este sentido, el presente artículo tiene como finalidad exponer los componentes que han demarcado la calidad educativa en Venezuela, así como los aspectos y líneas estrategias que se han ejecutado a fin de promover las mejoras en este ámbito y que pueden ser contrastadas con la realidad social, ello, en correspondencia con los cambios de paradigmas que van desde el positivismo, pos positivismo y tras complejidad.

**Descriptores:** Calidad vs realidad, educación, paradigmas.

---

<sup>5</sup> Psicólogo egresado de la Universidad Bicentenaria de Aragua. [yosecrisramirez@gmail.com](mailto:yosecrisramirez@gmail.com)

### Introducción

La educación, en cualquiera de sus manifestaciones, no ha sido ni será nunca neutra, más aún en el contexto actual, en el contexto de la globalización, del debate postmoderno y de las propuestas alternativas o adversas, de nuevas formas de organización de la sociedad, en el cuestionamiento de lo que ha sido las consecuencias de las ciencias frente al exaltamiento de la revolución informática, concretamente frente a los cambios que vienen ocurriendo en nuestro país donde se intenta replantear un nuevo tipo de sociedad y se ha dado inicio a un número importante de propuestas educativas, se hace imprescindible el abordaje de la educación desde la perspectiva filosófica y sociopolítica.

Antes de entrar en rigor, vale mencionar los postulados de Giroux (2003), quien, en su crítica del pensamiento positivista, deja ver como la Escuela de Fráncfort pone de relieve los mecanismos específicos de control ideológico que impregnan la conciencia y las prácticas de las sociedades capitalistas avanzadas.

El positivismo encuentra en la sociedad el instrumento para la realización (y convalidación) de sus conceptos: la armonía entre la teoría y la práctica, la verdad y los hechos. El pensamiento dialéctico, como forma de crítica, sostiene que hay un lazo entre conocimiento, poder y dominación. El autor considera que el pensamiento dialéctico se vuelve negativo en sí mismo. Su función consiste en quebrar la autoconfianza y el autoconformismo del sentido común, socavar la siniestra fe en el poder y el lenguaje de los hechos, demostrar que la falta de libertad está a tal extremo en el núcleo de las cosas, que el desarrollo de sus contradicciones internas conduce necesariamente al cambio cualitativo.

Dentro de las escuelas, el discurso produce y legitima configuraciones de tiempo, espacio y narrativa, y ubica en una perspectiva de privilegio a determinadas versiones de la ideología, el comportamiento y la representación de la vida cotidiana. Si docentes y alumnos trabajan en condiciones de hacinamiento, carecen de tiempo para trabajar colectivamente de una manera creativa o se ven

obstaculizados por reglas que los privan de poder, será preciso entender y abordar esas circunstancias como parte de la dinámica de la reforma y la lucha. No cabe duda que el positivismo, trajo en el siglo XX una serie de transformaciones ideológicas en un país que ansiaba adentrarse en el nuevo siglo (XXI) de cambios y libertad democrática.

### Antecedentes

En Venezuela, dadas las premisas y pilares del gobierno bolivariano se pone de manifiesto la construcción de una democracia social, no representativa sino participativa y protagónica, de una economía socialista, no de competencia sino de solidaridad. Por su parte, Pineda (2014), en su artículo “La calidad educativa en el contexto de la sociedad venezolana actual”, allí expone una descripción ideológica de las bases que sustentan las posturas gubernamentales, resumiendo que: ...No debe resultarnos extraño que el Estado docente imponga un currículum expresado... con grandes pensadores del siglo: XIX (Locke y Rousseau), XX (James Dewey y Jean Piaget, Pablo Freire, Luis Beltrán Prieto Figueroa, Edgar Morín, entre otros), estos últimos plantean una educación no liberal sino Liberadora que responda a la misión que se plantee el Estado (s/p)

En dado caso, hablar de calidad educativa en Venezuela, deviene de la consulta nacional realizada en el año 2013, en donde se involucraron a más de 6 millones de estudiantes y unos 300.000 docentes, comunidades, madres, padres y representantes. La misma hizo referencia no solo sobre el currículo, sino también en cuanto a la labor docente y la vinculación entre toda la comunidad educativa. Según los resultados de ésta, son los docentes quienes deben inducir los cambios conjuntamente con las comunidades, a partir de su propia realidad, buscar soluciones por ellos mismos.

De allí que, la visión comunitaria se impone en el que hacer educativo a objeto de que se genere un cambio paradigmático en la cultura del venezolano, que pasa por superar la cultura rentista y desplazar el paradigma del capital (positivista) por

la del trabajo, formando ciudadanas y ciudadanos productivos con capacidad de ejercer la democracia como un hecho del día a día y no solo como un hecho electoral.

Por otro lado, según el Informe Integrado de la Consulta Nacional por la Calidad Educativa (2014), incluyó dentro de las 100 principales recomendaciones “La escuela pública, incluyente y de calidad”, en donde se especifican acciones como: **1.** Adelantar un censo de niños, niñas y adolescentes que se encuentren fuera del sistema educativo... a fin de reconocer los principales factores que influyen en ello y acompañar su proceso de inclusión educativa. **2.** Diseñar un programa de acompañamiento para el desempeño escolar, destinado a estudiantes que reúnan un conjunto de factores académicos precipitantes del abandono escolar en educación primaria y media, con especial atención a quienes se encuentran en el tránsito entre niveles y modalidades...

**3.** Fortalecer las políticas dirigidas a profundizar la inclusión, tales como las misiones educativas... como la distribución de Canamitas y de textos escolares; y la construcción progresiva de planteles educativos. **4.** Ampliar la cobertura de educación inicial en las zonas rurales construyendo (y dotando) **5.** Diseñar criterios para la distribución territorial de las y los docentes en los centros educativos que garantice su inclusión en estos espacios, especialmente en las áreas rurales.

El proceso de consulta por la calidad educativa puso en evidencia la necesidad de una educación articulada con las políticas gubernamentales en la búsqueda del modelo de país que se quiere construir, caracterizándose por la transmisión de formas de actuar democrática, basada en la pedagogía del aprendizaje significativo, donde se enseñe y se aprenda en y desde la libertad, que genere calidad de vida con visión de país a partir de los objetivos planteados en el Plan de la Patria, desde la pedagogía del amor, el ejemplo y la curiosidad.

Contrario a estas opiniones, Rodríguez en su tesis doctoral “Aproximación a un modelo teórico de participación social que fortalezca la calidad de vida desde el

contexto de la educación venezolana”, (2014) en la Universidad de Córdoba – España, percibe una educación desapropiada, inerte frente a la dinámica de la vida, un bien inalcanzable, con una lejanía de los saberes significativos para la producción cultural de la vida; una pedagogía desafectada de las necesidades del desarrollo humano sustentable con aprendizajes cotidianos devaluados socialmente.

En este contexto, debería hacer propio el conocimiento de la realidad que ofrece estas prácticas informales cotidianas, capitalizar esta experiencia, como base de una reflexión interna, permitiéndose así lograr observar prácticas educativas desde novedosos escenarios. Retomando las ideas de Pineda (Ob. Cit.), es importante indicar que el modelo educativo responde a “El nuevo modelo económico y social que se construye en el contexto global como respuesta a la crisis del modelo cognitivo instrumental instituido en la Constitución de la República de Venezuela (1999), sus Leyes y el surgimiento de un nuevo modelo de organización social basado en una democracia participativa que trata de instaurarse desde la educación, la participación comunitaria y el estamento jurídico” (Resultados de la Consulta por la Calidad Educativa, 2013).

### Revisión Teórica

La sociedad que está edificándose parte entonces de una nueva visión global que impone nuevas verdades o hegemonía de unas visiones sobre otras. (postpositivista - transcomplejo). Desde otra perspectiva, en Venezuela más del 80% del personal docente es egresado de las universidades públicas y privadas. Sin embargo, es importante señalar que los datos suministrados por las puntuaciones obtenidas en los test nacionales e internacionales ponen de manifiesto que en la mayoría de las regiones en desarrollo el aprovechamiento escolar es insuficiente y Venezuela no escapa de esa realidad.

Al revisar el Índice de Desarrollo de la Educación para Todos (IDE, 2011) para el período 1998 – 2010, afirma que Venezuela ha alcanzado cinco de los seis

objetivos de l'EPT, colocándose en la posición 74 en el índice medio y probando que la política educativa del gobierno ha tenido grandes aciertos en realizar progresos rápidos hacia el logro de la EPT. Vale señalar que lo anterior es posible porque ha ido de la mano con la ejecución de políticas dirigidas a disminuir la pobreza de los sectores más sensibles, de tal manera que las grandes misiones van de la mano con la política educativa.

En este marco de ideas, la puesta en marcha del modelo educativo venezolano se ha implementado a partir de los siguientes: (1999), el Proyecto Educativo Nacional, (2004) la discusión curricular - Las líneas curriculares, (2009) debate para la discusión de la Ley Orgánica de la Educación y su aprobación, (2013) Debate sobre los Consejos educativos - Resolución 058 sobre la participación de la familia y los consejos comunales (comunidad) en la gestión escolar, (2014) Organización Bolivariana de Familias, (2017) Programa Nacional de Formación de Directores y Supervisores.

Desde otro marco de referencias, pero sin dejar de lado la razón de las ideas imperantes, cabe resaltar como ya se ha dicho en innumerables documentos, la educación es la base fundamental en cualquier proceso de transformación del individuo en la sociedad, es la fórmula precisa de cambios complejos y de aplicación de estrategias de investigación transdisciplinar. Desde esta visión, la educación, junto al trabajo, constituye uno de los medios primarios para obtener una mejor calidad de vida en nuestro entorno que debe ser vista como un todo, pero a su vez parte de un mundo representado por la complejidad, por invariables cambios, la incertidumbre, lo caótico, el cual no puede ser descubierto, ni su problema resuelto desde la óptica del pensamiento clásico que ha sostenido la ciencia hasta nuestros días.

Esta teoría sobre la educación transcompleja propone una transformación del sistema educativo, que considere esencialmente la aplicación en un contexto complejo y transdisciplinar, es decir, proponer lineamientos que permitan responder al reduccionismo, aplicado desde su origen al nivel de educación primaria

venezolana, donde se enseña apartar los objetos de su entorno, a separar las disciplinas más que a reconocer sus apoyos, a desunir los problemas más que a vincularlos e integrarlos.

A razón de esto, Villegas y Schavino (2012) reflexionan acerca de “la educación desde una visión transcompleja, la cual es asumida como una nueva cosmovisión de complementariedad, donde múltiples visiones se integran para construir propuestas pedagógicas, didácticas y curriculares que fortalezcan la posibilidad de desarrollar seres autónomos” (pág. 55); es decir, que sean libres de pensamientos, reflexivos, creativos, críticos, que puedan establecer mediante diálogos de saberes, reciprocidades argumentativas y propositivos de aportes y no de imposiciones.

Siguiendo las ideas transcomplejas de Morín (2000), en la búsqueda de la calidad educativa en Venezuela en donde se vislumbra un pensamiento pedagógico que abre caminos hacia el pensamiento complejo, potenciando la reflexión, aportando nuevas miradas y nuevas formas de comprender la educación. Su visión del mundo, de la sociedad y del ser humano como fenómenos complejos, nos está conduciendo hacia una nueva forma de entender la educación del siglo XXI. Reflexiona que la educación se convierte en la fuerza del futuro, porque se considera uno de los instrumentos más poderosos para realizar el cambio.

Los siete saberes a la educación del Futuro, es una obra publicada por la UNESCO, que expresa las ideas de este filosofo en la esencia misma de la educación del futuro, presentadas en siete principios clave que él estima necesarios para el debate internacional sobre la forma de reorientar la educación hacia el desarrollo sostenible. Muchos estos de estos saberes, han sido tomado dentro de las premisas u objetivos del proyecto educativo venezolano, en miras a la calidad educativa, puesto que en la actualidad la sociedad necesita ciudadanos (as) pensantes, activos, reflexivos, competitivos, emprendedores y racionales, capaces de implicarse en la formación de la comunidad.

Para ello, deben ejercitarse pensamientos complejos y no dogmáticos, capaces de ver más allá de los entornos abiertos a cualquier posibilidad y arriesgados a tener un pensamiento crítico, creativo y cuidadoso. Investigar a través de la inteligencia la capacidad de asombro, de imaginación de interés por lo desconocido. En consecuencia de ello, la educación actual debería tener una estrategia o forma de pensamiento que induzca al conocimiento del conocimiento, a la búsqueda de una verdad mediante la actividad de autoobservación, de una autocritica inseparable de la crítica misma, un proceso reflexivo inseparable de un proceso objetivo, el concepto de la práctica, el caos y el orden y como parte primordial el vínculo entre el sujeto y el objeto para que esto suceda en conjunto con la única finalidad de preparar un futuro prometedor y sólido ante la globalización.

Muy particularmente, a pesar de los esfuerzos y directrices emanadas por el Ministerio del Poder Popular para la Educación desde el año 2007, aún se conservan rasgos positivistas, esencialmente en las ideas de los docentes y su resistencia al cambio. Si bien, ha llegado el tiempo de la reflexión y autocritica profunda por parte del docente, y esto lo conlleve a poseicionarse una nueva forma de enseñar, educar y aprender, sustituyendo los viejos paradigmas y concepciones mecanicistas que detuvieron la evolución y el desarrollo del proceso educativo, con miras a una transformación del conocimiento a través del buen uso de medios pedagógicos para atender a los y las estudiantes.

Desde esta perspectiva y teniendo como inicio la motivación del aprendizaje; así como una redimensión del pensamiento para la resignificación de su praxis educativa, situación que está muy presente en el docente postmoderno, puesto que este se encuentra transformando la práctica enclaustrada en espacios de formación abierta y emancipada que conduce a sus estudiantes a ser ciudadanos proactivos y sustentables de su propio desarrollo personal y social. Sin embargo, es evidente que en algunos docentes existen otras concepciones educativas, o paradigmas que están fuertemente arraigadas en ellos, limitando los avances logrados durante la formación, ya que los mismos se manifiestan en la etapa de transferencia de los

aprendizajes, es decir, en la práctica docente, donde se distorsiona un poco por la visión mecanicista que algunos presentan.

Así como el acompañamiento de una escasa tolerancia ante la frustración al no poder manejar las disciplinas grupales y no poder cumplir con sus propias expectativas como buen maestro, situación que propicia que su rendimiento como educador novedoso disminuya. Asimismo, existen épocas durante el ciclo educativo, donde este asume un fatalismo latente de sus concepciones, luchando internamente y convirtiéndose en dilemas que él mismo debe aclarar, orillándolo a introducir cambios drásticos en su rutina establecida provocándole incertidumbres frecuentes, exigiéndole al docente, mayores niveles de procesamiento de información y conocimiento.

Lo planteado tiene sus dificultades para ejecutarse e institucionalizarse, pero estas serán atenuadas si el docente asume el compromiso de una educación socio-constructiva, permanente, continua y sostenida. Según las necesidades y posibilidades para afrontar estos retos propios de la dinámica social, en correspondencia con el estado del conocimiento; aquí la problemática epistemológica, ontológica, teleológica, de la transformación de la praxis se despliega implícitamente desde la nueva sociedad del conocimiento, tiene múltiples implicaciones en su realización e interpretación y ejecución; en la búsqueda de la calidad educativa. Desde esa postura pedagógica desde el ser, hacer y convivir que se adapte a los acelerados avances de la ciencia y la tecnología incrementando la posibilidad de que cada uno sea participe de la sociedad, y alcance el desarrollo pleno de su personalidad en los distintos ámbitos de su vida.

### Conclusiones

El docente debe situarse en los términos de la reflexión para lograr un cambio de actitud de su práctica educativa, que asuma la idea de que debe contar con una praxis adecuada al contexto, actualizar sus conocimientos en función de la realidad, al pensamiento y la posición epistemológica de la que se apropie en su modo de

vida, promover una pedagogía expresada en el ejemplo y la curiosidad dibuja un escenario novedoso, que vislumbra la educación Venezolana como un horizonte de posibilidades para construcción de hombres y mujeres con raigambre humanístico, reflexivo y valorativo.

Sin embargo, la calidad educativa no se detiene solamente en los alcances y logros del proceso de enseñanza aprendizaje, sino también en el bienestar de las y los estudiantes, así como de los actores participes en dicha la labor, es decir, los maestros, sin embargo las circunstancias adversas que aquejan la cotidianidad de los docentes se ve golpeada en su calidad de vida, el sueldo y los beneficios, aunado a factores relacionados con la praxis como: compra de material didáctico, adecuación de los espacios, ya que en muchas instituciones son ellos los encargados de pintar, limpiar y organizar las aulas de clases, mecanismos legales que limitan el nivel de exigencia docente y esfuerzo por parte de los estudiantes así como las instituciones.

Ello, pone en detrimento su motivación y actuación. Precisando, en este andar investigativo se espera que se generen nuevos esquemas de conocimiento desde una visión transcompleja, en donde el estudiante puedan convertirse en partícipe, actor y gestor de su propio aprendizaje, el docente deberá considerar sus diferencias y la diversidad existente, los estilos de aprendizaje, captar sus potencialidades y aprovecharlas, reconocer las desigualdades, subsanar sus deficiencias con adaptaciones curriculares viables, respetando los niveles de autonomía e independencia y procurando el trabajo cooperativo, reflexivo y crítico.

### Referencias

- Bonilla, L. (2014) Calidad de la Educación: ideas para seguir transformando la educación. Documento en línea. Disponible en: <http://otrasvoceseneducacion.org/archivos/527> (Consulta: julio 22, 2019 a las 11:29 pm)
- Giroux, H. (2003) Pedagogía y política de la esperanza: Teoría, cultura y enseñanza. Educación Agenda Educativa. Amorrortu editores. Madrid - España Ministerio del Poder Popular para la Educación. (2007).

Diseño Curricular del Sistema Educativo Bolivariano. Caracas. Ministerio del Poder Popular para la Educación (2013). Currículo Nacional Bolivariano. Caracas. Ministerio del Poder Popular para la Educación (2014). Informe Integrado de la Consulta Nacional por la Calidad Educativa. Caracas.

Morín (2000). "La educación es la fuerza del futuro. Morín, E. (2010). La Mente Bien Ordenada. España: Editorial Seix Barral. Movimientos de Renovación Pedagógica: Historia y Presente. "Paulo Freire" y la Pedagogía del Oprimido. <http://movimientosrenovacionpedagogica.wikispaces.com>

Pineda, M. (2014) Investigación alternativa de la Sociedad: La calidad educativa en el contexto de la sociedad venezolana actual. Documento en Línea. Disponible en: <https://ias.blogcindario.com/2014/05/00039-lacalidad-educativa-en-el-contexto-de-la-sociedad-venezolana-actual.html> UNESCO (1999).

Morín. E. Los 7 Saberes Necesarios para la Educación del Futuro. UNESCO (2011) Índice de Desarrollo de la Educación para Todos (IDET) [http://www.unesco.org/new/fileadmin/MULTIMEDIA/HQ/ED/pdf/gmr2011ef\\_a-development-index-es.pdf](http://www.unesco.org/new/fileadmin/MULTIMEDIA/HQ/ED/pdf/gmr2011ef_a-development-index-es.pdf)

Villegas, C., y Schavino, N. (2012). La Transcomplejidad: Una Nueva Visión del Conocimiento. Segunda Edición. San Juan de los Morros, Venezuela: Editorial Redit

# VIVENCIAS PSICOEMOCIONALES DEL DUELO MIGRATORIO

Sánchez Carmen<sup>6</sup>

## Resumen

La migración, puede tener una serie de ventajas y beneficios, y aunque sea considerada más una solución que un problema, las condiciones que van ligadas a ello resulten ser positivas o negativas, dependiendo siempre de la circunstancias y nivel económico de la persona, siempre hay un sentimiento de pérdida ligado al proceso de ambos, el que se va y el que se queda. Lo que intento es hacer evidente y mostrar de manera cualitativa y tras el método fenomenológico los procesos en los cuales se habla de pérdida, el duelo y el proceso ligado a éste. A ese sentimiento de dolor, producto de las pérdidas durante la migración, es lo que conocemos como duelo migratorio. Cabe destacar, que no solamente el que emigra es el que pasa por un duelo, los que se quedan, familiares y amigos, también viven uno, porque pierden la presencia de un ser querido, aunque sigan en contacto con él a través de llamadas y redes sociales. El sentimiento de pérdida en lo que es la cotidianidad y la inmediatez de contacto, hace que se cree un vacío, lo que hace un poco más duro la asimilación, tanto por las circunstancias en que se dé esta separación, la relación que se tenía con el emigrante, el rol que ocupaba en la familia, la certeza de si lo volverán a ver, de si es definitiva la separación, de si va a haber una reestructuración familiar, lo que hace que el individuo transite las fases de manera natural o dolorosa.

**Descriptores:** Duelo, migración, vivencia, psiquis, familia

---

<sup>6</sup> Psicólogo egresado de la Universidad Bicentenaria de Aragua. krmn\_sanchez@hotmail.com

### Introducción

Las expresiones de conciencia que señalan el impacto generado en la familia, denotan cambios bruscos que implican bloqueo ante la situación. Además, devela incertidumbre, angustia, tristeza, depresión; repercusión que incide en el entorno familiar, estas reacciones pueden ser muy variadas según las características individuales, familiares y sociales.

De aquí la relevancia que los profesionales se formen en el manejo de competencias para comunicar y generar estrategias que puedan ayudar a la familia a conseguir el equilibrio deseado según sus estructuras, y ante las vivencias una sana afrontación de la nueva vida y realidad existente sea en su país o en otro lugar, donde la cultura, los modismos, el dialecto y el ritmo de vida marcaran nuevas exigencias para su existencia y armonía con los demás.

Después de este gran impacto y desorientación inicial, muchos de los miembros de la familia se pueden sentir que ya no son los mismos, dentro del sistema, cambiando sus estados emocionales por sentimientos de culpa, rabia o interpretaciones que pueden manifestarse en castigo, soledad o aislamiento provocando la separación o depresiones graves trayendo consigo la afectación de todo el núcleo familiar, además de las implicaciones con las que inciden en las otras culturas desde una mirada fenomenológica.

Tras esta realidad que algunas personas consideran intangible y ajena a la propia, muchos ya la hemos vivido. No es de estimar a gran escala que en cada núcleo familiar de este país hay una familia que lo padece, así como en la misma situación es reciproca la información de los amigos y llegados que reciben a un individuo extranjero, muchas veces desconocido, modificando espacios, comidas, horarios y adaptándose a culturas que en el fondo han tenido que ser ambivalentes al sujeto generando confusión y muchas veces desequilibrios emocionales según sus estructuras mentales con las que sus egos transitan volviéndose vulnerables.

Achotegui (2008) da un ejemplo muy claro al respecto: el caso de los 100 millones de negros que emigraron a Estados Unidos como esclavos; de los cuales 60 millones murieron en el viaje o víctimas de la explotación y de los que quedaron, decenas de generaciones continúan, en parte, tratando de integrarse a una sociedad que no es la suya.

Según la Organización Internacional para las Migraciones OIM, 25000 inmigrantes han muerto en el Mar Mediterráneo los últimos 20 años. Según la Red Fronteriza por los Derechos Humanos RFDH, unos 500 migrantes mueren al año en la frontera México-Estados Unidos. Dando lugar a cambios en la identidad. Identidad como el conjunto de rasgos propios de una persona, producto de las circunstancias vividas, de su historia familiar y del ambiente donde vive, es la identidad quien nos define, quienes somos, es muy difícil borrar cada arraigo que nos caracteriza y nos vincula, esta esencia con la que nos identificamos llamada identidad es lo que como duelo migratorio hace base en la actitud y sentir del individuo, afectando o equilibrando un proceso de desprendimiento con características muy particulares

No queda de más preguntarnos por las diferentes percepciones, creencias y comprensiones, que procesos como es la separación física, pueden traer a nuestras mentes. No sólo desde una perspectiva teórica, sino también desde una perspectiva experiencial. Al analizar la evolución del fenómeno migratorio en Venezuela observamos que es multifactorial, por historia, ancestros, situación político, socio económico enfrentándonos a una realidad fenomenológica, acercarnos a las percepciones que tienen algunos inmigrantes venezolanos, sobre sus huidas, sus separaciones, sus miradas psicoemocionales a las que llaman perspectivas de cambio en su familia y entorno, desde ese nivel emocional y sus estructuras mentales como se encuadran las familias, como compensan sus vacíos, comprender sus motivaciones, y su percepción sobre la transición y su retorno es una simple mirada al mundo emocional de cada individuo en un proceso de cambio físico y emocional.

Siendo transgeneracional, es decir que el duelo que hagan los padres afectará a sus hijos. Dependerá de la actitud de los padres frente al país que les acoge, la actitud que tengan los hijos frente al mismo; y dependerá de si el país supo o no acogerlos, para que lleguen a integrarse. Muchos hijos de inmigrantes no se sienten ni del país en el que viven ahora, así hayan nacido ahí, ni del país que dejaron sus padres se sienten incompletos.

Para el núcleo familiar es un proceso que puede culminar en éxito o en patología, ya que cuestiona los recursos y estrategias de adaptación de cada uno y moviliza emociones ambiguas puede resultar el más simple de los duelos, pero conlleva una serie de circunstancias que pueden hacer que se complique y trastoque todas las áreas de la vida de una persona. Esta experiencia de cambio obliga a la persona a trabajar en dos direcciones: la adaptación a lo nuevo y desconocido y la elaboración del duelo. Cada proceso de duelo es diferente, y el logro de estos objetivos se verá influenciado por características personales. A veces ocurre que se produce una “pseudointegración”, de cara a la sociedad la persona está perfectamente integrada, sin embargo, en su privacidad encontramos mucho sufrimiento.

La pertinencia de este proyecto radica en la importancia de establecer cómo estos procesos de duelo, separación y más allá de su carácter doloroso, pueden dejarnos enseñanzas académicas y enseñanzas para la vida. Desde la propuesta interpretativa podremos dilucidar como son las vivencias psicoemocionales del duelo migratorio enmarcado en factores de vulnerabilidad en vida de la persona, se logra comprender que el duelo migratorio es un proceso muy peculiar ya que se dan en una serie de fases y no siempre se sigue un orden específico.

Concebir que el duelo migratorio en un entorno familiar e individual es fundamental para las síntesis de quien lo siente, y de quien lo comparte, como se expresa que durante la migración se dejan atrás muchas cosas, desde el ámbito emocional, el impacto que muchos de los miembros de familia pueden sentir que ya no son los mismos, dentro del sistema, cambiando sus estados emocionales por

sentimientos de culpa, rabia o interpretaciones que pueden manifestarse en castigo, soledad o aislamiento provocando la separación o depresiones graves trayendo consigo la afectación de todo el núcleo familiar, además de las implicaciones con las que inciden en las otras culturas desde una mirada integradora.

El número de familias que han sido afectadas por la incidencia de una mayor movilidad residencial en éstos últimos años ha sido considerado como de gran impacto en la sociedad y en especial en el fragmentamiento del núcleo familiar, con la controversia de factores políticos, económico, sociales, y educativos, todos ellos sumidos a la estimulación emocional y pensamientos reiterativos afectando sus estados de convivencia y salud mental.

Al no entender la forma o manera de relacionarse y sobrellevar un duelo, sea simple o complicado se observan familias que se han tenido que acostumbrar o adaptar a una ausencia entendiendo que tal vez ya no volverán a encontrarse y como de manera importante conviven bajo esa ausencia de una manera saludable y desde que perspectiva son generadores de una tranquilidad emocional y como continúan sus vidas bajo esa ausencia sin hacer cierres emocionales.

### Metodología

En este planteamiento la podemos evidenciar como documental describiendo un proceso inductivo que va lo de particular a lo general, con observaciones no estructuradas y revisión de documentos. Se utilizó en el proyecto un tipo de investigación cualitativa, en donde el análisis y la interpretación para llegar a comprensiones significativas sobre las vivencias de los participantes en torno a los procesos duelo. La investigación cualitativa según Hernández, Fernández Baptista (2007) utiliza la recolección de datos sin medición numérica para descubrir o afinar preguntas de investigación con el proceso de interpretación, con características importantes al existir un investigador que plantea un problema para indagar, pero no lleva un proceso tan definido como en la investigación cuantitativa, la idea

principal es examinar el mundo social y a partir de este genere una teoría o problema de investigación a partir de lo que observa.

### Antecedentes

Gil (2017), quien realizó la: "Propuesta de su tesis doctoral "El duelo en una sociedad globalizada: estudio comparativo de la experiencia del duelo de diferentes culturas en Mallorca". En este trabajo se manejaron teorías sobre el duelo, el aprendizaje significativo, así como algunas estrategias. Esta investigación pone en evidencia la importancia del vínculo en el duelo. Y como es en ese plano vincular donde el duelo suele complicarse.

Pichon-Riviere (1980) definió El término "vínculo" como la forma en que una persona se relaciona con las demás, estableciendo una estructura relacional entre ambos comunicantes que va a ser única entre ellos dos. Dicha estructura marca la manera en que se va a interactuar, estableciendo que pautas comunicativas y que conductas son aceptables y adaptativas en el contexto de la vinculación. El vínculo no se refiere únicamente a un componente emocional, sino que incorpora tanto esfera emocional como la cognitiva y la conductual, modificándose mediante la interacción todos estos aspectos. La estructura resultante es dinámica y fluida, variando y viéndose afectada por la retroalimentación que la conducta de uno produce en el otro

Akhtar (1999) dice que, en el proceso de duelo, el sujeto es vulnerable a una división entre su Yo junto con las representaciones en lo libidinal y agresivo, por la tierra de origen y de acogida, además afirma que en todas las migraciones se manifestarán traumas y dentro de una lectura psicoanalítica se lo reconocerá como un proceso de restauración y alteraciones patológicas. Mientras más defensas de adaptación imponga el sujeto, las regresiones serán más frecuentes. En este proceso la ciudad de origen es idealizada y la nueva es devaluada, sin embargo, estos objetos idealizados y devaluados podrían cambiar de lugar, ya que puede

revivirse cierto conflicto edípico, en la niñez los objetos en general eran madre y padre, acá serán los dos lugares.

Couto (2013) se refiere a este tema con el término de Exilización de la Migración. Plantea que el duelo patológico tiene que ver con el trauma psíquico, lo describe como eventos ya sean psíquicos, familiares, culturales, económicos que se transforman en una amenaza para el sujeto y manifiesta angustia. Indica que, en el enfoque psicoanalítico, el trauma es comparado como un trauma.

Como señalan varios autores, cuando el duelo se bloquea, en las familias el tiempo se detiene, las relaciones se hacen rígidas, se cierran, dificultando la capacidad de establecer lazos de apego con otros, se utilizan negaciones o huidas. Aunque partimos de la hipótesis de que existe una Continuidad Vincular entre las generaciones, es decir unos padres se vincularan con sus hijos según el modelo de vinculación establecido con sus progenitores, hay circunstancias a lo largo de la vida hechos traumáticos, que llevan a cambios en el modelo vincular dando lugar a veces a una Discontinuidad entre las generaciones, así como los conflictos emocionales y conductuales observables.

Otra visión y de manera comunicacional como patrón de suma importancia es el apoyo para el equilibrio de la familia, y de la intervención a la comunidad y sociedad queda el abordaje de familias quebrantadas y la herida de los miembros que se quedan haciendo en ellos tensión por la partida de un individuo o varios miembros del sistema, las emociones que ellos demuestren, pudiera conllevar a la ruptura o conflictos familiares, o todo lo contrario la resiliencia, que será propia en cada individuo y esto dependerá de los procesos afectivos y cognitivos que se manejen en el sistema dependiendo de la etapa en el ciclo de vida en que se encuentran siendo niños o adolescentes se presentara comportamientos diferentes y variables acordes a su estado, la expresión del sentir y en la capacidad de entender, controlar o modificar los estados emocionales, son elementos importantes para el manejo de las etapas presentes en el duelo migratorio.

Son numerosos los esquemas familiares que se dan, debido a que se pueden encontrar inmersos en dos o más ciclos simultáneamente y esto ocasionaría que cada integrante de la familia transite su Duelo de manera individual. Así mismo el apego y la representación de los roles que determinan la historia y figura para el abordaje que requerirá de manera específica el individuo.

Se presentará bajo las expresiones que tiene lugar a una serie de etapas y fases del duelo las cuales posee diferentes intensidades, que influyen a nivel de respuestas en los individuos, y su entorno, como son, la resistencia en la que se ponen en marcha los mecanismos de defensa, a nivel consciente e inconsciente afectando la comunicación, la adaptación con la importancia que se tiene a los procesos cognitivos que son inseparables y estructuran dificultades propias en escenarios de duelos en distintas etapas de la vida, que condicionan un despliegue en todos los niveles de contención emocional.

### **El duelo Migratorio y su repercusión en el entorno familiar**

En la presente investigación se tomó en cuenta el duelo migratorio y su repercusión en la familia entendiendo como es la reorganización de la personalidad y la reelaboración de conexiones para su adaptación a los cambios en el núcleo familiar, según Achutegui (2008) caracteriza el duelo por ser parcial, recurrente donde están vinculados a efectos infantiles, dando cambios a la identidad que pueden implicar regresiones, en función a todos los recursos que puede presentar un individuo este mismo autor establece que los duelos pueden ser simples o complicados, y pueden llevar a conductas desadaptativas e inadecuadas.

Según las etapas por las que estén atravesando donde cada uno de los miembros podrá sufrir ante la nueva configuración familiar, generando , ansiedad, estrés emocional, rabia, desesperanza, angustia, como lo afirma Fálicov (2008) se pueden ver sumergidos en pérdidas ambiguas siendo cílicos estos procesos de duelo en su constante desencadenador de sentimientos con un afrontamiento

emocional y otro racional al que se desafían por un nuevo equilibrio instaurado por la ausencia y que supone un cambio en sus dinámicas.

El impacto del duelo no solo afecta de manera personal y privada en la persona concreta, sino que repercute en su dinámica de pareja y familiar, así como en buena parte de las actividades que éste tiene que llevar a cabo. Muchas emociones se pueden revelar con frecuencia tanto en el individuo que se marcha, como en quien se queda, presentando sentimientos que persisten en los momentos de duelos y en el duelo migratorio no se escapa a esta situación bien sea tristeza como un sentimiento que con mayor frecuencia se encuentra en el deudo al momento de recordar el proceso por el que pasa encontrando comportamientos como llanto, aislamiento, indefensión, soledad. Como mecanismos de defensa en la interrelación familiar.

La rabia muestra reacciones secundarias a la angustia, al expresarse muchas veces en algunos individuos en agresión, alteridad a nivel cognitivo con hiperactividad a la realización de exceso de trabajo y frustración ante los objetivos deseados, maltrato verbal y psicológico por parte del doliente hacia su familia o entorno, provocando conflictos y sentimientos de culpa. La ansiedad que proviene de no saber cómo enfrentar el futuro, negándose a la realidad y a no enfrentar las perdidas desplazando el objeto en otras situaciones de su quehacer vivencial.

### **Características particulares que condicionan al individuo a manejar saludablemente el duelo.**

La existencia humana, aunque siga un hilo de continuidad, es discontinua, con las sucesivas etapas, sus finales, transformaciones y momentos. Según Gurméndez (2020) "percibimos la invariabilidad de nuestro ser en el seno de la inconstancia y las transformaciones continuas..." vivir implica pasar por una sucesión de duelos; la evolución da tiempo al yo, a la elaboración de las pérdidas y al restablecimiento de los momentos transitorios de trastorno de la identidad.

Se puede decir con toda certeza que cada pérdida supone un duelo y que la intensidad del duelo no dependerá de la naturaleza del objeto-sujeto perdido, sino del significado, del valor que se le atribuye, es decir, de la inversión afectiva que se ha tenido en el objeto-persona que se ha perdido.

Tanto mayor dolor generará cuanto mayor sea el apego. El involucramiento familiar estará inmerso en la cohesión que la familia mantenga identificándose con la lealtad familiar existente si para el grupo familiar es bastante desarticulado y no mantienen relaciones y un soporte mutuo en sus dinámicas, cumpleaños, navidades, se dará de una manera natural y sin complicaciones la separación, observaremos la dependencia y apego emocional de manera muy diferente ante el duelo migratorio.

En este estadio podemos identificar los límites de manera físico y emocional pues juegan de manera imperativa un papel importante en las actitudes de las personas y familia. Definirán en gran parte el respeto a los pensamientos y sentimientos de cada miembro de la familia y su nueva experiencia haciéndola más manejable y respetuosa a su salud emocional y al sistema vinculado. Así mismo la vinculación con los amigos y sus relaciones sociales marcaran de manera importante la valoración emocional con sus creencias y estilos para el manejo de su estadía fuera de País. La permeabilidad es esa adaptabilidad con el que la persona se ha manejado en su entorno social, su autonomía y capacidad de respuesta ante los conflictos, lo llevará a la ósmosis de otros grupos en los momentos de crisis que se le presenten sintiendo en si la confianza, seguridad y la resiliencia con la que manejara todas sus situaciones.

La comunicación y su libertad de expresión serán habilidades constantes para la empatía con sus semejantes, son pilares para la congruencia, la consistencia de sus mensajes, el respeto a su persona, familia y sentimientos con los que se confrontará, serán actitudes que ayudarán a cualquier individuo al manejo saludable de un duelo o separación.

A modo de interpretación podemos evidenciar que los procesos de duelos y en especial el duelo migratorio confronta y se presenta en todas las familias venezolanas donde pueden darse vestigios de comportamientos inadecuadas cuando no se han propuesto la orientación o la psicoeducación en el área, considerando apropiados comportamientos por separación, despedidas, dando la importancia a carencias de otras índoless dejando de un lado las emocionales y las etapas por las que transitan, sin asumir que conllevan hasta dos duelos al mismo tiempo desencadenado escenarios de pronósticos alterados, cambios de roles en donde no se están preparados para afrontar situaciones adversas dejándolos a la toma de decisiones que enmarcaran posibles culpas y sentimientos adversos u oposicionistas al sentir cotidiano.

En acuerdo a muchas de las teorías y estructuras que se establecen en los duelos migratorios por especialistas y autores reconocidos como tizón, achogeti y teorías psicoanalíticas desde el rompimiento en etapas infantiles, teorías propuestas por Freud y lacan, donde se abordan las diferentes estructuras psíquicas y comportamientos que llevan análisis y conductas desde personas que se confrontan sin saberlo con síntomas neuróticos, histéricos ,obsesivos y psicóticos que desde esta premisa se pueden comportar ambivalentes, sumisos o agresivos.

### Conclusión

La investigación que sirve de base al presente documento demostró que en la medida que transcurre el tiempo, los migrantes van siendo parte integral de la nueva cultura. Factores importantes como la edad, familia, parejas, cohesión, comunicación, creencias, apegos, son vitales dentro del proceso para que sea exitoso, además de mostrar que una vez cumplidas las fases que presenta el Duelo, el proceso de reestructuración del sistema Familiar tiene lugar de forma exitosa. Se hace vital la socialización, la interacción interpersonal con el entorno en todo su contexto.

Los seres humanos presentan una alta versatilidad, construyéndose permanentemente, manejando sus propios mundos internos y externos expresados por el reconocido Freud se refiriéndose a la importancia que se hace por la ambivalencia entre el amor y odio al reforzar o crear vínculos que ya existían desde la infancia, generando la identificación de estructuras complejas desde la neurosis, obsesión y psicosis pudiendo generar hostilidad en el mismo individuo siendo impermeable al entorno, el conocer acerca de los procesos de duelo que conlleva la migración, permite el reconocimiento de emociones vivenciales, y hacer indispensable que la familia migrante dentro de su proceso se reconozca a los que va a estar sometido, es sumamente importante para su aceptación y futura elección a un proceso emocional al que se puede sumergir de manera consciente o inconsciente afectándose lo menos posible y encontrando vías de solución a su presente.

### Referencias

- Achotegui, J. (2008) Migración y crisis: el síndrome del inmigrante con estrés crónico y múltiple (síndrome de Ulises). AVANCES En Salud Mental Relacional.
- Calvillo Ríos, C. A., Vargas Nájera, V. M, Náñez Juárez, A. P. España Montoya, D. y Martínez Río, C. *Fenomenología de la migración y género. retos para la psicología* Zacatecas. México artículo Alternativas cubanas en Psicología / vol.7, no.20. Recuperado desde <file:///C:/Users/vaio/Downloads/07-fenomenologia-migracion-cacalvillo-vmvargas-et-all2.pdf>
- Gil Baquero Jordi, (2017) El duelo en una sociedad globalizada: estudio comparativo de la experiencia del duelo de diferentes culturas en mallorca Tesis Doctoral Programa de doctorado en Cognición y Evolución Humana Disponible en <https://www.tesisenred.net/bitstream/handle/10803/565414/tjgb1de1.pdf?sequence=1&isAllo wed=y>
- González Calvo, V. (2005). El duelo Migratorio.*Trabajo Social No. 7 p. 77-97.* Sevilla España. Recuperado de [file:///C:/Users/vaio/Downloads/Dialnet-ElDueloMigratorio-4391745%20\(2\).pdf](file:///C:/Users/vaio/Downloads/Dialnet-ElDueloMigratorio-4391745%20(2).pdf)
- Sánchez Haro, A. V. (2015). *Protocolo de apoyo psicológico a inmigrantes: San Sebastián.* Recuperado de [file:///C:/Users/vaio/Downloads/TESIS\\_S%C3%81NCHEZ %20HARO ANALIA%20DEL%20VALLE.pdf](file:///C:/Users/vaio/Downloads/TESIS_S%C3%81NCHEZ %20HARO ANALIA%20DEL%20VALLE.pdf)
- Vásquez Rocca, Adolfo Sartre: *teoría fenomenológica de las emociones, existencialismo y conciencia posicional del mundo* Nómadas. Critical Journal of Social and Juridical Sciences, vol. 36, núm. 4, 2012 Euro-Mediterranean University Institute Roma, Italia Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=18126450012>

# ANALISIS DE LAS HISTERIAS COLECTIVAS COMO ACTITUD PREDOMINANTE EN LOS VENEZOLANOS ANTE LA POLÍTICA DE ESTADO

Mary del Carmen Guevara Palacios<sup>7</sup>

## Resumen

Este trabajo de Investigación tiene como propósito determinar las causas de la actitud del venezolano, que han contribuido a tener esos mapas mentales tan bajos de energía. Esta investigación surgió en consideración a la actitud que actualmente independientemente del nivel social presentan los venezolanos ante las diferentes decisiones políticas, sociales, económicas, culturales que emite el Estado venezolano para afrontar la situación del país. El trabajo se realizó enmarcado en un análisis de las actitudes de los diferentes colectivos sociales independientemente de su estrato, condición, nivel o agremiación. De acuerdo al objetivo planteado, el nivel de la investigación que se seleccionó fue el explicativo – interpretativo, dado que el estudio se basó en la búsqueda e interpretación de los datos aportados por los colectivos estudiados. Para realizar la investigación se apoyó en dos enfoques teóricos: El Enfoque de Rodríguez Gabriela. 2007. De la participación a la protesta política y el Enfoque Barroso, M. (1987). Autoestima: Ecología o Catástrofe. Caracas, Venezuela. Editorial Galac. La intervención se planteó en tres sesiones donde se identificaron las emociones, se ubicaron las políticas que generan mayor impacto y se registraron las emociones según el estrato social. La conclusión más importante es que la actitud del venezolano no está sujeta a sus decisiones sino a lo que le arroja el entorno político, social y económico, siendo siempre un instrumento de quienes tienen el poder.

**Descriptores:** Actitud, Colectiva, venezolanos, Estado, Decisiones.

---

<sup>7</sup> Psicólogo egresado de la Universidad Bicentenaria de Aragua. [mguevara.1222@gmail.com](mailto:mguevara.1222@gmail.com)

### Introducción

A través del presente trabajo, realizado en la Universidad Bicentenaria de Aragua, en la materia Investigación Básica, se desarrolla una investigación relacionada con las histerias colectivas como actitud predominante en los venezolanos ante la política de Estado

Esta investigación es del tipo cualitativa, en la cual se parten de variables psicológicas tales como: la conciencia de sí mismo en el venezolano; los roles trabajador-padre-hijo como experiencia familiar; los tipos de contextos del venezolano que influyen en su actitud; y la autoestima del venezolano. El objetivo de esta investigación fue analizar las causas de la actitud del venezolano, que han contribuido a tener esos mapas mentales tan bajos de energía.

Los movimientos colectivos contemporáneos ya no pueden definirse y explicarse con esquemas de carácter reactivo, de tipo estímulo-respuesta, sino como contestación a una crisis con el intento de reconstrucción del sistema, donde ya no es posible seguir explicando y entendiendo este tipo de movimientos en términos de estructura, ya que esta línea no aporta casi nada a su entendimiento y no explica cambios de comportamiento, actitudes, acciones y motivaciones (Sader, 1990), lo cual es un tema de interés trascendental de la psicología social.

Ahora bien, según Rodríguez (2007), Los movimientos colectivos contemporáneos ya no pueden definirse y explicarse con esquemas de carácter reactivo, de tipo estímulo-respuesta, sino como contestación a una crisis con el intento de reconstrucción del sistema, donde ya no es posible seguir explicando y entendiendo este tipo de movimientos en términos de estructura, ya que esta línea no aporta casi nada a su entendimiento y no explica cambios de comportamiento, actitudes, acciones y motivaciones, lo cual es un tema de interés trascendental de la psicología social.

En Venezuela se presenta una situación un poco sui generis en cuanto a la actitud del venezolano ante las políticas del Estado, según Barroso, M. (1987), caracterizada por lo siguiente:

- El venezolano en un 80 %, independientemente de su estrato social, carece de una conciencia definida de sí mismo como persona.
- El marginal de nuestra sociedad es un destriangulado, sin arraigo ni identidad propia.
- El venezolano no tiene tiempo, no vive su tiempo, no lo disfruta, no lo usa en beneficio propio. Lo mata, hablando paja, cayéndose a palos, echando vaina. Pocos ratos son los que pasa consigo mismo, atendiéndose y queriéndose a sí mismo.
- Pocos quieren ajustarse a la responsabilidad que impone el contexto en pareja.
- Cuando aparecen los hijos, la pareja desaparece, los padres se responsabilizan y comienza el contexto familiar y las grandes contradicciones del venezolano. Partidos políticos que han destruido la esencia de la democracia, ajenos a la conciencia social nacional.
- Gobiernos que decretan, pero no gobiernan.
- Una oposición que amenaza, pero no dificulta.
- 80% de los venezolanos abandonados, sin conciencia de sí, no contextos definidos, resignados, marginales sin objetivos ni esperanzas.

Toda esta situación ha traído como consecuencia una situación de histeria colectiva, que aún no se ha manifestado en su máxima expresión, del ciudadano venezolano, que de mantenerse puede llevar al mismo a seguir tomando decisiones erradas que sencillamente lo seguirán manteniendo al margen del desarrollo y crecimiento económico. En este sentido se plantea la necesidad de determinar las causas de la actitud del venezolano, que han contribuido a tener esos mapas mentales tan bajos de energía.

La importancia de esta investigación radica en que a través de las manifestaciones pacíficas ejercemos el derecho a la libertad de expresión y exigimos el cumplimiento de los derechos. A través de estos actos se expresa en público, de manera individual o colectiva, y por medios no violentos, la insatisfacción, desacuerdo o indignación con hechos o situaciones que les afecten directamente o perjudiquen el interés público, exigiendo soluciones o cambios en el marco de una sociedad libre y democrática.

Los Estados deben adoptar medidas para promover, mantener y fortalecer el pluralismo, la tolerancia y una actitud abierta con respecto a la disensión en la sociedad, y deben respetar y proteger por igual a los que expresan opiniones divergentes, impopulares o disidentes.

### **Metodología**

El paradigma seleccionado para esta investigación es el “Paradigma Cualitativo” siendo el más adecuado para el estudio de la experiencia diaria del venezolano, además permite revelar lo trascendental y la implementación de las políticas para transmitir esa conciencia colectiva.

Esta investigación responde a un trabajo de campo, en el cual se dedica tiempo a analizar la información recolectada diariamente, para tomar conciencia de los posibles errores de indagación antes de volver al escenario. Posteriormente el trabajo de campo, se desarrolla el análisis de los datos, en el cual se contempla la reducción de los datos, en la que se seleccionan y reordenan aquellos fragmentos que se consideran pertinentes para la investigación.

Esta investigación se especifica como no experimental debido a que en ningún momento se pretendió manipular las condiciones en las que existen las familias estudiadas ni los procesos considerados para así ver su efecto sobre otras variables y observar fenómenos tal como se dan en su contexto natural, para después analizarlo.

En este estudio se realizó un análisis de los valores transmitidos por los grupos entrevistados. De acuerdo al objetivo planteado, el nivel de la investigación que se seleccionó fue el explicativo – interpretativo, dado que el estudio se basara en la comprensión e interpretación de los datos aportados por los grupos entrevistados. Se utilizó la observación participante que se entiende como la descripción sistemática de eventos, comportamientos y artefactos en el escenario social elegido para ser estudiado. A su vez se utilizará el instrumento como la entrevista estructurada, la encuesta y los sistemas Tics.

### Antecedentes

A continuación, se presentan tres antecedentes de la investigación, que guardan relación con el tema en estudio y aportan ideas a la investigación.

a. Mendoza, (2018). Autoestima en una muestra de estudiantes de psicología de la Universidad Central de Venezuela. Tesis de pregrado. Universidad Central de Venezuela. Caracas. Trabajo especial de grado presentado ante la Universidad Central de Venezuela para optar al título de Licenciatura en Psicología- 2018.

El propósito de esta investigación fue identificar los niveles de Autoestima general y por áreas (personal, académica/laboral, social y familiar), presentes en una muestra de 234 estudiantes de Psicología de la Universidad Central de Venezuela, divididos en género (50% femenino y 50% masculino) y ciclo académico (46,6% básico y 53,4% aplicado), seleccionados mediante un muestreo no probabilístico y de tipo intencional. Para ello se contó con un diseño no experimental, cuantitativo-descriptivo de corte transversal y se utilizó el Inventory de Autoestima de Coopersmith (Forma C para adultos). Se encontró tanto en la muestra total como en las muestras parciales, por género y ciclo académico, que el mayor porcentaje posee un nivel medio de Autoestima, seguido por quienes tiene un nivel alto.

En cuanto a las muestras parciales con respecto a las áreas de autoestima, la mayoría, nuevamente, se ubicó entre los niveles medio y alto, observándose

diferencias significativas solo entre género y la Autoestima experimentada en el área personal, a favor de las mujeres. Esta investigación nos permite comparar la metodología de levantamiento de información para medir los niveles de autoestima, situación que se aplicar al tipo de investigación que estamos realizando.

**b.** Orlyns y Adán (2015). Un periplo de la disrupción a la convivencia en el contexto del sistema educativo bolivariano. Tesis de pregrado. Universidad Nacional Experimental Simón Rodríguez. Araure. El propósito de la presente investigación fue desarrollar acciones que permitieron construir un camino hacia la Cultura de Paz, partiendo de la disminución de la Disrupción mediante el fortalecimiento de la Convivencia Escolar en los estudiantes de Educación Media General de la UEN “Píritu”, ubicada en Píritu Municipio Esteller Estado Portuguesa.

Los informantes claves se conformaron por cuatro (04) estudiantes y dos (02) docentes del cuarto año “C” por ser esta sección la que presentó mayor índice de conflictos en el aula. En los primeros se empleó como criterio principal de selección que expusieran conductas disruptivas y no disruptivas; por su parte, los segundos que impartieran clases en el año y sección seleccionada y que mostrasen deseos por ser partícipes en la investigación.

Se enmarcó dentro del Paradigma Sociocrítico de la Investigación Cualitativa, con la Investigación Acción como método, cuyo proceso permitió abordar la situación problemática surgida de la diagnosis, para posteriormente planificar acciones y abordar el problema detectado, el cual se denominó Plan Disminución de la Disrupción y Fortalecimiento de la Convivencia Escolar para promover espacios de Paz (DISCONPAZ), asimismo, se ejecutaron y evaluaron las acciones emprendidas, con las cuales se logró un cambio de la situación problema. Las técnicas de recolección de la información fueron la observación participante, entrevista semiestructurada y grupos de discusión.

Como técnica de análisis se empleó la categorización; para la validación se utilizó la triangulación y la fiabilidad fue interna y externa. Al aplicar el DISCONPAZ

se apreció la disminución de actitudes disruptivas en el estudiantado, haciéndose más partícipes, tolerantes y responsables, asimismo, las interrelaciones entre ellos y con el resto de la comunidad escolar son más respetuosas y afectivas, lo cual constituyó un significativo avance para consolidar una Cultura de Paz en el Contexto del Sistema Educativo Bolivariano. Andrea Esta investigación nos ayudó a construir los elementos que nos permitan medir esos niveles de disruptión en la población de estudio de la investigación.

c. Cuervo, y Hurtado (2016). Análisis de la participación social en el marco de las protestas y manifestaciones sociopolíticas en el estado Carabobo. Tesis de pregrado. Universidad de Carabobo. Bárbula. Trabajo de Grado presentado para optar al título de Licenciado en Estudios Políticos. El objetivo de esta investigación fue analizar la participación social en el marco de las protestas y manifestaciones en el contexto de lo socio-político en el estado Carabobo. Se realizó una investigación cualitativa, de campo. Se tomó como muestra dos Municipios, que a su vez mediante la entrevista a concejales representantes de los ciudadanos se constituyó un dato cualitativo en un momento o contexto determinado, dado que fue considerado para el estudio.

Para desarrollar la investigación se tomarán en cuenta dos enfoques teóricos, a partir de los cuales se desarrollará el enfoque bajo el cual se focalizará la investigación.

### Revisión Teórica

Este apartado muestra los enfoques teóricos trabajados de acuerdo con la temática planteada. En ese sentido se describen aspectos que explican cómo entender la actitud del colectivo venezolano frente a las decisiones del Estado venezolano.

#### Enfoque de la estructura social del pueblo venezolano

Este enfoque se encuentra orientado en describir que la protesta del venezolano está en función de la competitividad política según el estrato social

(Oquendo Gonzales, 2007). En él, se permite ver algunos elementos distintivos de la misma. Primero, en Venezuela se observa desde finales de la década de 1990 un incremento sustancial de la protesta el cual se agrupado en dos ciclos claramente identificables: uno que va desde 1990 hasta 1994 y otro que se extiende entre 1998 hasta 2006 [año del último registro]. Segundo, la representación de la pobreza en términos públicos permite ver cómo ésta ha sido vista como creciente fundamentalmente entre las formas de protesta no convencional.

Tercero, a pesar de lo anterior, diferentes fuentes señalan que la protesta no constituye la opción política de participación más aceptada por los venezolanos. Cuarto, existe una relación directa y significativa entre la variación de las protestas y variables como porcentaje de población de carácter urbano y logro educativo mientras existe correlación inversa y significativa con la variable distribución del ingreso. Quinto, existe una relación inversamente proporcional entre gasto social y protestas, lo que podría señalar que el primero es utilizado como instrumento de contención de las segundas. Finalmente, las protestas están asociadas moderadamente con la competitividad de la participación política.

### **Enfoque sobre la autoestima del venezolano**

De acuerdo a Barroso, (1987) El venezolano es un ser sin contexto, sin conciencia, sin autoestima; si nos ubicamos en el presente y tratamos de ver en todas las direcciones de uno mismo: adentro, afuera, a la derecha y a la izquierda, toda la intimidad del venezolano ha quedado afectada, aunque la única verdadera medicina que nos pudiera curar todas nuestras heridas- la que no aplicamos - es la autoestima con el aprecio y la valoración de mí mismo, y del otro, de donde florecerá el contacto, la presencia, la credibilidad y todo lo demás que conlleva la autoestima como proceso.

La autoestima son muchos procesos: biológicos, psicológicos, neurológicos, educativos, sociales, familiares que necesitamos tomar en cuenta porque son los

procesos que crean y movilizan energía, y la distribuyen, y son el poder interior, la fuerza, la determinación, el coraje y la pasión de vivir.

Autoestima no es la imagen, ni es el contenido de lo que se tiene o se hace sino los procesos de arraigo, de identidad y las definiciones personales, y la vinculación con el otro y el desempeño con excelencia. Lo bueno desde 1989 al 2009 ha sido que se siente un nuevo despertar de una conciencia fortalecida con el derecho a ser lo que queremos ser. Y esto es ya un avance. Pero temo que, aunque el venezolano quisiera salir del hueco y busque regresar al camino, no existe el apoyo ni público, ni privado para que lo logre. Hay mucha juventud descontenta y rebelde y metida hasta los tuétanos en la droga y en la violencia buscando algo diferente con el peligro que nunca decida qué quiere hacer como generación de relevo.

Hay muchos oportunistas de oficio, y jalabolas amenazando con destruir los valores y la esencia de un país que ha tenido grandes intelectuales y académicos y profesionales, pero estamos a punto de enterrar nuestros mejores sueños por dejarnos seducir con los cantos de sirena del consumismo. Ha habido intentos sin objetivos, propósitos sin recursos, recursos que van a parar a grupos sin conciencia.

La autoestima nos obliga a salir de la comodidad, a atizar nuestra conciencia y a aprender a defender lo que somos y queremos. Afortunadamente todavía tenemos interioridad para identificar nuestras necesidades y darnos cuenta de las paradojas que nos atrapan entre incongruencias y contradicciones convirtiéndonos en víctimas de nosotros mismos. Este libro es para eso, para reafirmarnos como personas y como venezolanos a carta cabal.

### Aporte

Para dirigir el desarrollo de la investigación se tomó en cuenta los aspectos siguientes de ambos enfoques: Del enfoque de Rodríguez (2007), se analizó la actitud del venezolano frente a las negociaciones planteadas por el estado

ante las demandas realizadas. Este enfoque toma en cuenta la participación y la toma de conciencia por parte del colectivo para poder discernir ante el Estado.

En este sentido, al reconocer de las variables a.) La actitud del venezolano ante las situaciones que tiene que enfrentar a diario en el país; b.) El contexto del venezolano como persona, como pareja, como trabajador, como ser humano; C.) La autoestima del venezolano frente a la situación política del país. Implican razones fundamentales que determinan o desencadenen los problemas de comportamiento venezolano.

Del enfoque de Marrero partimos de un individuo carente de valores, de identidad, de fe, de autodeterminación, de vitalidad ante la situación real del país, producto de un innumerable conjunto de creencias subsumidas en el imaginario venezolano que le impide una toma de decisiones que le permita determinar su destino, como persona, como trabajador, como ser humano. De este enfoque tomaremos en cuenta los tipos de relaciones que existen en los venezolanos antes y después de los eventos políticos que han experimentado desequilibrios y que puedan generar diversos tipos de conductas en el venezolano.

Es importante entender que esta investigación se encuentra en el contexto de lo público, especialmente desde la perspectiva de la valoración de la acción ciudadana en el reclamo de sus derechos y la alineación de estos con los principios democráticos; la investigación procura un sendero que indique la búsqueda del conocimiento desde un esquema inductivo, generando nuevas posiciones y premisas a partir del discurso de los actores políticos, en la que se parte desde lo particular a lo general en pequeños pasos, más bien que en grandes movimientos. El aporte de esta investigación radica en la posición del investigador de ubicarse desde la acera del estado, analizando el discurso político y su influencia en los grupos.

### Propuesta aplicable

Sesiones	Objetivo general	Objetivo específico	Contenido	Actividad	Recursos
3	Analizar las bases de la histeria colectiva como conducta predominante en el venezolano	Identificar las diferentes emociones que siente el venezolano ante las medidas tomadas por el ejecutivo nacional	<ul style="list-style-type: none"> <li>Levantamiento de la información sobre las diferentes emociones que siente el venezolano</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Entrevista grupal e individual</li> <li>- Encuesta</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Internet (Video Chat)</li> <li>• Folletos</li> <li>• Interacción con las personas</li> </ul>
		Indicar cual política o acción de ejecutivo causa mayor agravio al comportamiento del venezolano	<ul style="list-style-type: none"> <li>Levantamiento de información sobre las políticas o acciones que causan mayor impacto en el venezolano.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Concepción, planificación y recolección de información.</li> <li>-Entrevista</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Internet (twitter)</li> <li>• Prensa</li> <li>• Las personas</li> <li>• Gacetas</li> </ul>
		Registrar las diferentes emociones de acuerdo a los estratos sociales	Creación de una base de datos donde se evidencie el nivel de afectación tomando en cuenta el nivel social.	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Carga de la información requerida para el levantamiento de datos.</li> <li>-levantamiento de las estadísticas de casos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Excel</li> <li>• Sistemas informáticos</li> <li>• Interacción con las personas.</li> </ul>

### Conclusiones

1. Con base a los enfoques planteados:
  - a. Del enfoque de Rodríguez (2007) se analizó la actitud del venezolano frente a las negociaciones planteadas por el estado ante las demandas realizadas. Este enfoque toma en cuenta la participación y la toma de conciencia por parte del colectivo para poder discernir ante el Estado.

b. Del enfoque de Marrero partimos de un individuo carente de valores, de identidad, de fe, de autodeterminación, de vitalidad ante la situación real del país, producto de un innumerable conjunto de creencias subsumidas en el imaginario venezolano que le impide una toma de decisiones que le permita determinar su destino, como persona, como trabajador, como ser humano.

c. En este sentido al reconocer de las variables a.) La actitud del venezolano ante las situaciones que tiene que enfrentar a diario en el país; b.) El contexto del venezolano como persona, como pareja, como trabajador, como ser humano; C.) La autoestima del venezolano frente a la situación política del país. Implican razones fundamentales que determinan o desencadenen los problemas de comportamiento venezolano.

**2.** En este sentido se tomaron como referencias los antecedentes de las investigaciones antes mencionadas, ya que permiten tener los elementos necesarios que apoyen esta investigación, para conocer las características de los colectivos de ciudadanos, así como los tipos de relación Ciudadano-Estado.

**3.** Tomando en cuenta las variables de investigación y el objetivo de investigación planteado la propuesta de intervención consistiría en realizar la intervención en tres fases:

- a. Levantamiento de la información sobre las diferentes emociones que siente el venezolano
- b. Levantamiento de información sobre las políticas o acciones que causan mayor impacto en el venezolano.
- c. Creación de una base de datos donde se evidencie el nivel de afectación tomando en cuenta el nivel social.

### Referencias

- Barroso, M. (1987). Autoestima: Ecología o Catástrofe. Caracas, Venezuela. Editorial Galac
- Cuervo, J. y Hurtado C. (2016). Análisis de la participación social en el marco de las protestas y manifestaciones sociopolíticas en el estado Carabobo. Tesis de pregrado. Universidad de Carabobo. Bárbula

Mendoza, A. (2018). Autoestima en una muestra de estudiantes de psicología de la Universidad Central de Venezuela. Tesis de pregrado. Universidad Central de Venezuela. Caracas

Orlyns C, A. (2015). Un periplo de la disruptión a la convivencia en el contexto del sistema educativo bolivariano. Tesis de pregrado. Universidad Nacional Experimental Simón Rodríguez. Araure

Rodríguez, G. 2007. De la participación a la protesta política. México. Disponible: [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1405-14352007000300004](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1405-14352007000300004).

# EFEKTOS PSICOLÓGICOS AL INDIVIDUO POR LAS CONDICIONES SOCIOECONÓMICAS EN CRISIS VENEZOLANA

Luis Miguel Gassia G<sup>8</sup>

## Resumen

La Venezuela actual es un país golpeado por una tremenda crisis, que aunque a algunos no les guste, ha sido provocada por el factor político, que cerró una economía la cual a pesar que seguía siendo un país rentista, era bien productiva y dinámica; todo esto forma parte de un análisis de la Psicología política para explicar la incidencia en el individuo, pero el aspecto económico está fuera de nuestra competencia aunque necesariamente se deben resaltar sus conceptos; en este caso, el presente artículo se enfocará más al análisis de cómo resulta afectado el individuo psicológicamente con toda esta grave situación. El país perdió su brújula, no tiene orientación, está dirigido hacia la nada y eso afecta a toda la población afectando con algún tipo trastorno mental en algunos individuos que en circunstancias normales no existirían. El país simplemente se mantiene a flote gracias a una inmensa riqueza que todavía es explotada pero muy mal distribuida, donde no se atiende el confort y bienestar de sus ciudadanos con la adecuada prestación de los bienes y servicios fundamentales, causando un inmenso sufrimiento psicosocial. El daño psicológico es inminente, por cuanto en otras épocas existía la posibilidad de progresar a través del estudio y el trabajo; hoy en día el sentimiento de frustración, impotencia y el estrés traen unas graves consecuencias psicológicas a cada individuo en esta crisis.

**Descriptores:** Frustración, sufrimiento psicosocial, estrés, daño psicológico.

---

<sup>8</sup> Psicólogo egresado de la Universidad Bicentenaria de Aragua. [lmgassia@gmail.com](mailto:lmgassia@gmail.com)

## Introducción

En la psicología el medio juega un papel muy importante en el individuo; una gran parte de los trastornos y problemas psicológicos que padecen los individuos son ocasionados por el medio en el que crece, en el que convive, en la sociedad donde se desarrolla y en las circunstancias que le toca vivir. En el presente análisis se deben manejar una serie de variables psicológicas en las cuales y donde además existe un gran desbalance debido a los niveles de insatisfacción que puede padecer cada individuo.

Necesariamente se debe analizar de manera cualitativa a través de las narraciones de las distintas situaciones y padecimientos, por otro lado, el análisis cuantitativo con el que podemos graficar y lo crítico que puede ser toda esta narrativa. Es difícil representar en un país que se resiente de algunos años de una ilusión de prosperidad que no existía, pero donde todo estaba subsidiado y mostrar el punto de partida de la verdadera pesadilla, para poder definir en qué momento comienzan a ser utilizadas de manera crítica nuestras variables: Auge y caída a una crisis.

## Metodología

El presente estudio se basó en las experiencias observadas en Venezuela, las experiencias vividas, entrevistas, lecturas y diferentes medios de comunicación que con información de la situación que se vive en el país.

Aunque muchos especulan que la Venezuela de hoy en día tiene 20 años de sufrimientos, de alguna manera se podría decir que esa afirmación no es del todo cierta; el país desde finales del Siglo XX se iniciaba en una nueva etapa de rebeldía colectiva e irreverente, pero donde ciertamente las cosas iban a cambiar porque se instalaba el populismo a controlar sus destinos.

Pero aún no se iniciaban los traumas procedentes de la política, apenas unos forcejeos entre quienes apoyaban al populismo y contra quienes lo adversaban. Fue el inicio de una época de una ficticia bonanza, cuando el país nadaba en los precios

más altos que el petróleo había tenido en toda la historia. El venezolano promedio se daba el lujo de viajar alrededor del mundo a través de los subsidios obtenidos del populismo y de donde todos los venezolanos de alguna manera u otra golpeaban aquella piñata.

Sin embargo, comenzaron a aparecer los resentimientos sociales, se dividía no solo la sociedad, sino también la familia producto de las diferencias por las preferencias políticas y donde una dirigencia de ambas partes, contribuía a que fuera peor debido a un discurso agresivo donde se descalificaba mutuamente cada bando y cada sector social. Comenzaron a aparecer unos resentimientos traducidos en intolerancia, discriminación social, enfrentamientos colectivos; las tensiones entre los individuos fueron creciendo, a partir de allí la política como se había conocido dejó ser para convertirse en un enfrentamiento ideológico.

### **Antecedentes**

La crisis económica iniciada a principios de los años 80, cuando comienza la caída de la Venezuela Saudita; las crisis económicas de finales de esa misma década, la época del “Caracazo”, la crisis política de principios de los 90, con los intentos de golpe de estado y destitución de Carlos Andrés Pérez. Sin embargo, para finales de los 90 e inicio del siglo XX, Hugo Chávez Frías gana las elecciones de diciembre de 1998 y se convierte presidente en medio de un discurso populista; inicialmente cargado de simbolismos, sin una corriente ideológica definida, acompañado con los que habían desertado de las organizaciones políticas tradicionales.

Para el año 1999 el discurso político espanta mucha inversión nacional y privada, además de mantenerse bajos los precios del petróleo, para agravar la situación ocurre en diciembre la llamada tragedia de Vargas, una catástrofe natural. Pero el país tiene un buen resurgimiento hasta llegar a otro momento de estrés y enfrentamiento político, los años 2002 y 2003, el golpe de estado a Chávez y el paro petrolero. A pesar de esto, el país repunta y los precios del petróleo se disparan a

los niveles que nunca se habían visto a partir del año 2004; de allí como se mencionaba en la introducción, se comenzó a vivir de un espejismo de bonanza, porque en realidad, las bases del país no estaban sólidas; un aparato productivo sin inversión, amenazado, estatizado y en muchos casos en huida no serían suficientes para sostener al país.

Era más económico importar a través de un dólar subsidiado que producir en el país, así como algunos de los ciudadanos aprovechaban esos subsidios en viajes y en capitalizar divisas extranjeras. Esto sin mencionar la tremenda corrupción que se había desatado, en gran parte porque el gobierno a partir del 2005 dominaría todos los poderes públicos del estado; el desvío de recursos que debían ser destinados a servicios a la infraestructura los cuales eran desviados a cuentas personales en el exterior a través de empresas fantasma.

El mismo Chávez comenzó a padecer las consecuencias de la caída de los precios del petróleo en el 2008, la economía se resentía; pero ya le había dado hacia un tiempo una connotación ideológica completamente marxista a su gobierno, y con eso en lugar de generar confianza a los inversionistas los terminó de ahuyentar con la estatización continuada de empresas y otras propiedades.

Tras el anuncio de su enfermedad, Chávez deja a los suyos encargados del gobierno y estos tras su deceso, recurren a diferentes maniobras e interpretaciones de la Constitución Nacional para validar unas atípicas elecciones y continuar en el poder. Eso va ocurriendo al tiempo que se van derrumbando nuevamente los precios del petróleo a niveles que no habían llegado en muchos años.

El nuevo gobierno opta por desmantelar la estructura subsidios de divisas, ya que el estado es el único que percibe divisas a través de sus exportaciones petroleras y con ellos pueden tener control absoluto de todo lo que necesite importar, pero con estas medidas se inicia una escalada vertiginosa de aumento de bienes y servicios constante. A partir del año 2015 la inflación se convierte en el mal más grave del país, un aumento constante de los precios y donde los sueldos y

salarios se van quedando cortos para cumplir sus presupuestos familiares; por otro lado, quienes viven de comisiones y honorarios se ven en la obligación de aumentar constantemente sus precios; también desaparecen productos de los inventarios para ser revendidos a fechas posteriores a sabiendas que estarán más costosos.

Todo esto afectando gravemente a la sociedad que no recibe una respuesta de cuándo esto podrá detenerse y la única salida que se ve es la política; pero tampoco, allí se ve un gobierno respaldado solamente por la fuerza, sin apoyo de mayoritario de toda la población y eso va causando una gran inestabilidad social. Gobierno, por un lado, para agravar la situación comienza a realizar aumentos cada cierto del salario mínimo, acelerando los procesos inflacionarios; por el otro lado iniciando el reparto de alimentos a sectores de la población a través de afiliaciones políticas para hacer a la población más dependiente al gobierno.

Sin duda alguna que a través del presente artículo se espera mostrar una realidad que es conocida, que seguramente cada quien le da un análisis de lo que se vive, solo que aquí se espera ahondar más del porqué se vive y el verdadero origen de lo que potenció toda esta situación.

**Los efectos Psicológicos Frustración:** Todo lo anteriormente expuesto sirve de antesala para llegar a las consecuencias de todo eso; comenzemos con nuestra primera variable psicológica, la frustración. Cómo se podría sentir un individuo que después de haberse preparado en su área de experiencia, avanzado, pasando por diferentes cargos con muchos años cumpliendo sus horarios de trabajo, cumpliendo responsablemente cada, día, semana, mes año, repetidamente esperando para llegar a la etapa donde solo pueda ver sus hijos ya encaminados, teniendo sus propios hijos, sus hogares; con tiempo ahora para sí mismo y compartir con sus nietos, etc.

Esta misma persona, ahora, su pensión no compite ni siquiera con un sueldo mínimo, sus hijos deben vivir en su mismo hogar donde crecieron porque no existe la posibilidad que puedan adquirir por sí mismos una vivienda porque los sueldos

no lo permiten. Es decir, los años dorados que esperaban tener se desvanecieron repentinamente, todo lo que se suponía que les fue descontado por años para tener una pensión digna se esfumó y ahora, ni siquiera puede optar en seguir trabajando porque también está muy viejo para la sociedad y como él ya hay muchos necesitando un empleo.

Se ha demostrado que la frustración genera efectos emocionales, conductuales, neuroendocrinos y fisiológicos similares a una reacción de dolor, como los que provocan la presentación o anticipación de los estímulos aversivos (Gray, 1987). El concepto de frustración se define como el sentimiento que se genera en un individuo cuando no puede satisfacer un deseo planteado. Ante este tipo de situaciones, la persona suele reaccionar a nivel emocional con expresiones de ira, de ansiedad o disforia, principalmente.

Considerando como un aspecto inherente a la vida humana el hecho de asumir la imposibilidad de lograr todo aquello que uno desea y en el momento en que se anhela, el punto clave reside en la capacidad de gestionar y aceptar esta discrepancia entre lo ideal y lo real. Así, el origen de la problemática no se encuentra en las situaciones externas en sí mismas, sino en la forma en la que el individuo las afronta. Se entiende, desde esta perspectiva, que la frustración se compone tanto de una situación real ocurrida como de la vivencia a nivel emocional elaborada a partir de dicha situación. Esta definición se supone que debería aplicarse por un tiempo determinado, pero la situación ya lo ha convertido en algo donde no hay señas que finalice, y es cuando ese sentimiento de frustración causa daños psicológicos al individuo.

### Revisión Teórica

Basándose en la relación entre dos constructos que están íntimamente relacionados como lo son la Motivación y la Frustración. La motivación se origina en cualquier momento de la vida del individuo, en cualquier etapa, y en todas es de mucha importancia para su crecimiento emocional y personal. Existe un resultado

opuesto, que, en su defecto, puede ocasionar severos daños psicológicos y emocionales al individuo, pero si cuenta con la capacidad para identificar los errores cometidos, estos daños podrían ser leves y pasajeros, pero en el caso de una situación que como la explicada anterioridad, que es prolongada y sin que se vislumbre una mejoría en la misma, seguramente ha sido no solo el detonante para muchos daños psicológicos sino para otras patologías.

El estrés: Ursin y Eriksen (2004) aseguran que el individuo puede evaluar una situación como irrelevante, benigna o estresante frente a la cual pueden verla como algo dañino, amenazante o desafiante apelando a la posibilidad de generar un aprendizaje de ello. Por ende, el grado de conflicto que le genere esa situación dependerá de la valoración subjetiva de dicho estímulo. En una primera instancia se llega a una fase de alarma o respuesta inicial frente al estímulo que puede devendir en una fase de adaptación o resistencia en donde se puede generar un correcto equilibrio homeostático y no caer en un estado patológico. La respuesta inicial frente a un estresor puede ser beneficioso dependiendo de la evaluación cognitiva que se realice al respecto.

La posibilidad de enfrentar un estímulo desafiante se vuelve patológico cuando se llega a una fase denominada de agotamiento, donde la exposición al estresor se prolonga y se incrementa la susceptibilidad a desarrollar enfermedades asociadas. La emigración Toda esta situación ha causado un daño psicosocial muy grande a cada individuo; de alguna u otra manera, la mayoría han sido afectados por todos; en otras épocas atrás era muy difícil encontrar un venezolano en el exterior a no ser que estuviera realizando estudios en los diferentes niveles de la educación.

La Venezuela de esos años de apogeo, por el contrario, recibía a los inmigrantes de todas partes del mundo, sin discriminar su raza, religión o nacionalidad. De allí se define otra variable que sería la decepción, por ver cómo los venezolanos son ahora recibidos en algunos países.

Quienes se han ido, se sienten expulsados por la situación de crisis, por el miedo a caminar por las calles, por el miedo a la inseguridad, pero también por la negativa de vivir en condiciones precarias, con la sensación que les fue robada una parte de su vida; la deficiencia en los servicios, sin capacidad de ahorros, sin posibilidades de progresar a través de la profesión o del trabajo e incluso la posibilidad de soñar con una situación mejor.

Las metas de vida, todos los objetivos, todos cambiaron. Se ha generado un agotamiento de lo que implica vivir en un país que colapsa. Y quienes están afuera, de alguna manera también están ahogados de nostalgia, de dolor y sufrimiento por las separaciones, y por ver a los que dejaron en esta situación. Quienes siguen continúan conectados y sufren con lo demás las vicisitudes del país.

### Conclusión

En definitiva, la crisis venezolana ha afectado psicológicamente al individuo; sin embargo, todo el proceso de deterioro continúa, no se ha detenido, aún no aparece el momento adecuado para sanar porque en medio de toda esa lamentable situación, todos los días surgen situaciones nuevas y se renuevan todas las situaciones que generan un nuevo tipo de estrés, una nueva angustia, una nueva frustración, una nueva decepción, sin que al parecer existan momentos para satisfacciones individuales o colectivas.

Muy distante para poder aplicar la motivación de la pirámide Maslow. La crisis no solamente afecta psicológicamente al individuo, va ascendiendo hacia la familia y afectando a cada uno de su entorno familiar, generando los respectivos choques caracterizados por las actitudes con los que cada quien percibe lo que ocurre.

Además, un factor que se incrementa es el miedo que muchas veces llega al terror, por el deterioro social y la inseguridad con la que se vive el día a día; el pánico de ser víctima de la inseguridad o algún miembro de la familia, no solo por simples robos de bienes materiales, sino por el riesgo grande de perder la vida en esos lamentables eventos y en los cuales ya hay una inmensa cantidad de víctimas. No

es fácil obtener cifras estadísticas de cada uno de estos constructos mencionados y que son apenas una parte de todas las consecuencias de una grave crisis.

Cada evento llega muy rápido y los individuos también están en constante cambio adaptándose a cada nueva situación, e incluso, no terminan de asimilar un evento cuando ya viene otro. Para tal fin sería necesario realizar un profundo trabajo de campo y con un equipo multidisciplinario que permita medir realmente cómo ha sido afectado y transformado el venezolano del siglo XXI en relación a su estabilidad emocional y psicosocial.

De aquí que el presente artículo es un análisis de observaciones del comportamiento de los individuos y cómo han venido siendo afectados por la crisis en la que se sumergió el país, tomando como base los datos estadísticos que arroja la situación económica, en la cual destaca una sociedad que se ha ido anarquizando, perdiendo el orden y su seguridad.

### Referencias

- El Ucabista. (2017, 8 de mayo). ¿Cómo ayudarse psicológicamente en tiempos de tensión y crisis? El Ucabista. <https://elucabista.com/2017/05/08/ayudarse-psicologicamentetiempos-tension-crisis/>
- Gray, J. A. (s. f.). *The Psychology of Fear and Stress* (2nd ed.). Cambridge University Press.
- Sufrimiento psicosocial del siglo XXI: Venezuela y la Revolución. (2018). 3(1).[http://www.scielo.org.bo/scielo.php?pid=S2223-30322018000100009&script=sci\\_arttext](http://www.scielo.org.bo/scielo.php?pid=S2223-30322018000100009&script=sci_arttext)
- Amsel, A. (2007). Teoría de la Frustración y aprendizaje disposicional. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 39(3). [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0120-05342007000300024](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0120-05342007000300024)
- Ursin, H., & Eriksen, H. (s. f.). The cognitive activation theory of stress. [Documento del] Departamento de Psicología Biológica y Médica, Universidad de Bergen.
- Vergara, C. (s. f.). Las consecuencias negativas del estrés en la educación Avatar. Actualidad en Psicología. <https://www.actualidadenpsicologia.com/estres-y-educacion/>

# IMPACTO EN LA VIDA EMOCIONAL DE LOS NIÑOS POR AUSENCIA DE UNO DE LOS PADRES QUE DECIDIÓ EMIGRAR

Magalys Mercedes Fernández Blanco<sup>9</sup>

## Resumen

El Impacto en la vida emocional de los niños por ausencia de uno de los padres que decide emigrar, es un estudio de tipo investigación documental cualitativa y argumentativa basada en la Teoría Familiar Sistémica de Murray Bowen y la Teoría del Psicoanálisis y el Sentimiento de Culpa y en las revisiones de estudios realizados recientemente. Con la finalidad de conocer cómo se impacta la vida emocional de los niño/niña(s), por la ausencia de uno de los padres que decide emigrar, así como describir las formas de afrontamiento en momentos de cambios dentro del núcleo familiar, siendo esto de gran importancia para preservar la salud mental del niño y generar propuestas de intervención para abordar tal situación. Por lo que se concluye que es necesario la intervención del estado con políticas públicas, en conjunto con organizaciones nacionales e internacionales relacionadas con la protección de los niños, tales como LOPNNA, UNICEF, ONG que promuevan a través de programas de intervención multidisciplinaria la atención integral de la población infantil abandonada, además de dar orientación a la familia como un todo.

**Descriptores:** Emociones, Niños vulnerables, Comportamientos, Migración, Familia

---

<sup>9</sup> Psicólogo egresado de la Universidad Bicentenaria de Aragua. maggyfervd@hotmail.com

### Introducción

La travesía en el proceso de investigación requiere del conocimiento y revisión actualizada del tema a estudiar, ubicándolo en el contexto del conocimiento del cómo, dónde y quienes intervienen en el proceso de investigación. El presente estudio que se desarrolla a continuación está enfocado en investigar el fenómeno de la migración particularmente en Venezuela en donde este fenómeno se ha incrementado en los últimos cinco años, por ser una situación de pertinencia social y psicológica es necesario conocer cuáles son sus efectos en los núcleos familiares

La repercusión de este fenómeno en la vida de los niños/niñas que quedan generalmente a cuidados de unos de los padres o de otro familiar, pretendiendo conocer en este estudio más de cerca las variables psicológicas como el impacto emocional, el comportamiento y el rendimiento académico del niño que por ausencia de alguno de los padres que decide migrar en búsqueda de mejores condiciones laborales, para así identificar cuáles son los efectos psicológicos que pudieran estar afectando a los niños/niñas.

Siendo evidente el incremento masivo y desmesurado de migraciones de venezolanos, cada vez mayor, observándose cambios en las estructuras familiares. Este tipo de estudio está enmarcado en el tipo de método de investigación cualitativa documental argumentativa basada en la revisión de estudios realizados recientemente.

Las migraciones humanas han existido desde tiempos antiguos, las sagradas escrituras dan constancia de las migraciones como por ejemplo de los hebreos a Egipto, hechos ocurridos por la búsqueda de mejores condiciones de vida, la explotación de nuevas tierras y el requerimiento de manos de obra.

Los movimientos migratorios a nivel mundial se han dado por diferentes motivos religiosos, guerras, catástrofes naturales, situaciones políticas, el hambre y el desempleo, siendo una situación bien compleja por la diversidad de motivos que mueven a las personas y sociedades a desplazarse a diferentes lugares

traspasando fronteras, movidas en búsqueda de bienestar económico, psicológicos y de salud. Los países Latinoamericanos no escapan del fenómeno migratorio en donde en la actualidad se registran movimientos migratorios a grandes escalas ocasionada por las amenazas y dificultades en las que son expuestas sus sociedades, abandonando sus lugares de origen en búsqueda de mejoras en sus condiciones de vida y salud.

Las migraciones representan un fenómeno que ocasiona crisis en la sociedad y más para quienes viven esas experiencias en carne propia de faltas de recursos económicos debido al desempleo, escases de alimentos, medicamentos, el funcionamiento de medios de transporte adecuados y todas las condiciones que contribuyen con el bienestar y salud en general de la vida de un ser humano, ante esta ruda situación que afecta los núcleos familiares de nuestro país en general, se ha convertido en algo común que uno de los padres decida emigrar y el otro se quede a cargo de los hijos o en el caso de madres solteras por ser cabeza de hogar deciden marcharse dejando a sus hijos a cargo de otros parientes, abuelos, tíos.

En Venezuela este fenómeno comenzó hace ya 18 años, en el 2002/2003 con el paro petrolero, las familias en búsqueda de mejores condiciones labores comenzaron a desplazarse a otros países, principalmente a países vecinos, debido a las amenazas e inestabilidad laboral, la hiperinflación de la economía, siendo en estos últimos tiempos mayor el éxodo de venezolanos que salen del país, abandonando sus hogares por la escasez de productos alimenticios y medicamentos.

Tal es el caso, que es un común denominador en las familias venezolanas donde un integrante de la familia decide emigrar, de la familia Hernández constituida por ambos padres y su hija Fabiana de 8 años de edad, María madre de profesión ingeniero de 50 años quien se quedó desempleada de su último trabajo en el que laboraba como personal contratado por tiempo limitado. Al igual que su esposo (Francisco) el cual a raíz de esta situación, en vista de la escasez y oportunidades de un buen empleo, que le ofrezca un salario digno para cubrir las necesidades

básica de su familia, esté decide migrar y contactarse con familiares que hacía un tiempo habían migrado a Colombia, abandonando a su familia solo con la esperanza de búsqueda de mejores condiciones económicas y de suplir el sustento de la familia que deja atrás, siendo este un caso conocido a través de familiares de amigos cercanos, quienes manifiestan que pasado los cuatro meses de la partida del esposo, María decide ir tras el esposo, dejando a su hija a cargo de una tía.

Conocer cómo se impacta en la vida emocional de los niños(as) por la ausencia de uno de los padres que decide emigrar, así como describir las formas de afrontamiento en momentos de cambios dentro del núcleo familiar. Es importante conocer el impacto emocional que sufren los niños/niñas cuando se encuentran ante cambios en el núcleo familiar al ver como uno de sus progenitores migra en búsqueda de una mejor calidad de vida para él y su familia, originado esto por las demandas y desafíos que representa la situación económica en Venezuela.

Siendo la migración una decisión común en estos últimos 5 años de cualquier persona cuya única esperanza está centrada en buscar en el país que migra empleo para poder cubrir las necesidades de su grupo familiar, debiendo dejar los hijos al cuidado de su pareja o de otro familiar (cuando la familia es monoparental ), teniendo los hijos que abandonar su casa para vivir con otros familiares, o quedar en su casa con uno de sus padres, es entonces vital para la salud mental del niño conocer que emociones se pudieran estar generando en su vida y generar propuestas de intervención para abordar tal situación.

Esta investigación se abordó con una revisión bibliográfica de las teorías que tratan tanto la Sistémica Familiar de Murray Bowen como el psicoanálisis de Freud en el desarrollo emocional del niño, y una discusión de ambas teorías para hacer relaciones, comparaciones que permitan fijar una posición referente al tema.

### Metodología

Este artículo se basó en una investigación de tipo documental y argumentativa, ya que se revisan la Teoría Familiar Sistémica de Murray Bowen (Victoria Harrison,

2015) y la Teoría del Psicoanálisis y el Sentimiento de Culpa. Winnicott (1958), que sustentan el tema en cuestión y se discuten sus elementos en común y se comparan para fijar una posición referente a la temática de conocer cómo se impacta en la vida emocional de los niños(a)s la ausencia de uno de los padres que decide emigrar, así como describir las formas de afrontamiento en momentos de cambios dentro del núcleo familiar.

También se realizó una revisión bibliográfica de estudios o artículos que hayan tratado el tema con una antigüedad no mayor a 5 años, de manera que se puedan utilizar las investigaciones de otros autores más recientes y por ende se tengan a mano datos e informaciones actualizadas sobre el mismo, en este estudio se citarán tres trabajos investigativos y para cada uno se describirá la metodología utilizada.

Los resultados y conclusiones a la que llegaron y su relación con el tema del presente estudio, para luego emitir conclusiones basadas en la apreciación de las teorías con el propósito del estudio, la relación de estas apreciaciones con referencia a los antecedentes presentados y finalmente relacionar dichas apreciaciones con la propuesta de intervención psicológica que permita reducir o mitigar las variables psicológicas planteadas sobre el impacto emocional, el comportamiento y el rendimiento académico de los niño/niña(s) por la ausencia de alguno de los padres.

### **Antecedentes**

- Rina Mazuera Arias, Neida Albornoz Arias, Akever Karina Santafé Rojas (2018). La Separación de la Familia en la migración venezolana. Grupo de investigación: Altos Estudios de Frontera (ALEF), Universidad Simón Bolívar, Barranquilla y Cúcuta, Colombia.

Estudio de campo hecho en abril/mayo de 2018 en oficina Migración Colombia, Municipio Villa del Rosario, Norte de Santander, se usó el muestreo no probabilístico aplicados a venezolano, muestra de 14.578 padres. En los que se encontró que el

54.3% de los padres manifestaron tener entre uno, cuatro o más hijos, el 64.43% migraron sin sus hijos, son dejándolos a cuidado de otros familiares.

Concluyendo que, entre las consecuencias psicosociales de la separación de los padres de los niños, se tienen el alto índice de ansiedad, inseguridad, desanimo, sensación de vacío, debido a la vivencia de apego-desapego, situación que demandara atención e intervención psicológica (López-Pozo, 2009).

### **Teoría familiar sistémica de Murray Bowen (Harrison, 2015)**

Murray Bowen (1913-1990) desarrolló una teoría sistémica natural acerca del funcionamiento humano basada en el estudio de la familia. A lo largo de la evolución, la familia humana ha desarrollado distintos grados de conexión emocional entre los parientes que la conforman, de tal manera que la biología y el comportamiento de cada individuo están regulados por patrones de reacción y patrones de relación que transcinden las generaciones. Estas reacciones automáticas determinan la asignación de la energía hacia los distintos aspectos de la vida como son la supervivencia del organismo individual, las relaciones familiares, la reproducción, el desarrollo cerebral y el aprendizaje.

La regulación del metabolismo individual, la fisiología y la psicología, están gobernados por la proporción entre el grado de estabilidad y de estrés existente en el sistema relacional y por la intensidad de la fusión emocional o nivel de diferenciación del “sí mismo”. “Fusión emocional” es un término que Bowen desarrolló para captar el grado en que los miembros de una familia están “pegados” o conectados entre sí. Esta interdependencia se manifiesta en el hecho de que la reactividad de uno de los miembros se registra también en los demás miembros. A mayor fusión entre emoción e intelecto, más se funde el individuo con las personas en su entorno y menos capacidad tiene para tener un control consciente de su propia vida (Bowen 1978; 305).

En la teoría de Bowen la ansiedad está definida como la reacción emocional ante el peligro, real o imaginario. Cuando las circunstancias amenazan la estabilidad

del individuo, sus relaciones o a personas importantes para éste, las reacciones de ansiedad dirigen la energía disponible hacia alimentar los esfuerzos para lidiar con tales amenazas. La ansiedad se refleja de múltiples maneras: en reacciones fisiológicas y bioquímicas, en cambios en la actividad cerebral (por ej. percepción, pensamiento y sensación) y en comportamientos y patrones relacionales.

### **Teoría del psicoanálisis y el sentimiento de culpa**

Winnicott (1958), se refiere a la manera como se gesta el Superyó en el individuo, partiendo de la base conceptual de Freud (1923). Para Winnicott (1958), Freud (1923) se refería al Ello en relación con los impulsos instintivos o pulsiones, y al Yo como la parte del ser que se relaciona con el medio ambiente que rodea al sujeto. El proceso por el cual el infante adquiere el superyó es gradual y paulatino, de esta manera va adquiriendo fuerzas para aumentar la capacidad controladora de sí mismo.

Así el niño en un primer momento introyecta la figura paterna a quien al mismo tiempo teme y respeta, y por esto lleva dentro de sí esas fuerzas controladoras basadas en lo que percibe y aprehende del padre. Esta figura paterna que acepta mental y emocionalmente resulta ser “sumamente subjetiva” y matizada por otras figuras paternas con las que también se relaciona el niño.

En las primeras etapas del desarrollo el papel del padre tiene vital importancia, ya que de acuerdo al apoyo emocional y material que brinde a la madre ella puede hacerse cargo del niño y sostenerlo adecuadamente, posterior a esto llega la relación directa con su hijo. Incluso en las siguientes etapas, como en la edad escolar, puede volverse más importante para el infante su relación con el padre. Como se puede observar, Winnicott (1960) no hace a un lado al padre, sino que por el contrario lo incluye acompañando las funciones maternas, como ambiente suficiente para el sano desarrollo y crecimiento del pequeño.

La presencia del padre entonces implicaría una compañía permanente a la madre y un apoyo a la diádica madre – hijo que permitiría la confianza necesaria para

que el individuo logre un desarrollo satisfactorio. En esa vía seguimos insistiendo en las múltiples posturas respecto a la presencia del padre del bebé y del niño en su desarrollo y que, según lo anterior, puede explicar las conductas adultas conflictivas, al ser el modelo de la relación parental, el modelo a seguir en las futuras relaciones objétales.

### Discusión de las teorías

El desequilibrio en el funcionamiento familiar cuando un miembro principal decide emigrar afecta la unidad de ésta tal como la teoría sistémica de Murray Bowen del funcionamiento familiar lo plantea, ya que la familia queda afectada en su unidad emocional por la ausencia de la conexión entre sus miembros en donde el comportamiento de cada uno de sus integrantes se ve afectado y regulado por patrones de reacción y de relación.

Así, la vida emocional de los niños queda impactada por la ausencia de uno de los padres y por las experiencias emocionales que vivirá éste, dado que el hecho que el niño a pesar de que queda a cuidado de la madre o en otros casos de otros familiares de igual forma su emocionalidad se ve afectada por la ausencia de sus figuras parentales primarias, por lo que se requiere del establecimiento de estrategias y formas de afrontar estas situaciones dentro del núcleo familiar y sus consecuencias en el comportamiento del niño/niña.

La participación y presencia de ambos padres en la crianza y formación en la vida de los niños son de vital importancia para el desarrollo y crecimiento del niño, para su desarrollo y formación saludable y psicológica, dado que es en la etapa de la infancia cuando el niño según las teorías psicoanalíticas de Freud (teorías de apego) el niño desarrolla su personalidad en la interacción íntima con ambos padres ya que en la proximidad e interacción que tiene con ambos progenitores su estructura psíquica y emocional se va formando, y las experiencias que vive con sus progenitores contribuyen con su saludable desarrollo social y emocional, siendo estos primeros vínculos de apego con los padres los que determinaran sus enlaces

afectivos de amor, cariño, desarrollo de su independencia y autonomía y personalidad y reafirmación de su yo, de igual manera lo confirma Winnicott cuando expresa que el hombre debe formar parte de una diada junto a la madre y ser parte del apoyo para el crecimiento saludable de los hijos.

### Aspectos Teóricos

La migración sin los hijos trae graves consecuencias, los niños dejan de contar con el cuidado diario y el afecto cotidiano de sus padres. La situación es peor, cuando quien emigra es la madre, pues tiene una mayor influencia en el desarrollo emocional del hijo (Liwska, s.f., López, 2011).

La relación con esta investigación es que los más afectados y vulnerables son los niños, quienes sufren las consecuencias de ausencia de uno de sus padres e incluso en el caso de las familias monoparentales el niño se encuentra en desafíos aún mayores, este tipo de situación que vive el niño atentan contra su salud mental y bienestar psicológico en general.

- En Venezuela (MAPANI VENEZUELA), (2019). Salud Mental y Apoyo Psicosocial en la Población Infanto-Juvenil de 0 a 18 años Estado Lara. Estudio de campo hecho en Junio/Julio 2019, en muestra de 35 niños/niñas en edades de 0 a 18 años, se usó los métodos de observación, entrevistas, medición de riesgo y batería de test proyectivos para niños HTP y familia.

En éste se encontró que el 11,4% de los niños/niñas manifiestan ansiedad con signos de estrés, un 5,7% con problemas de conductas y bajo rendimiento escolar. Concluyendo que los niños manifiestan ansiedad y estrés, así como problemas de conducta y bajo rendimiento escolar. La correspondencia con el tema que se presenta es la emigración de los padres, impacta de manera drástica la salud emocional de los niños, generando manifestaciones de cambios de conductas y bajo rendimiento académico.

- El estudio realizado a 170 colegios de Fe y Alegría (2018). Reportan "niños dejados atrás" por padres que emigran. 25 /8/ 2018. Se trató de una Investigación

documental tipo descriptiva y argumentativa. El estudio reportó 4.444 casos de niños/niñas, dejándolos a cargo de otros familiares o vecinos. Dejando en estado de vulnerabilidad emocional y psicosocial a una gran población de niños en edad escolar. Su relación con el tema se centra en la ausencia de padres que genera en los niños cambios comportamentales y sentimientos de desolación, tristeza y desamparo.

### Conclusiones

La migración crea cambios en las estructuras familiares, de un sistema familiar nuclear pasa a un status de familia monoparental, cambiando de manera drástica las formas de ser de la familia, constituyendo para el núcleo en general una fragmentación y ruptura del sistema relacional y de apoyo emocional, en donde los más afectados psicológicamente son los niños/niñas, quienes sufren y viven en carne propia las carencias y ausencia de los afectos de uno de sus padres o incluso la ausencia de ambos padres.

Cuando uno de los integrantes del núcleo familiar deciden emigrar o ambos padres se van ocurre una separación y desintegración del núcleo familiar y los hijos quedan desamparados, despertándose emociones de miedo, tristeza, desolación y confusión, la ausencia de las principales figuras de afecto y apego desencadenan en los niños/niñas reacciones emocionales y comportamentales, evidenciándose conductas de tipo disruptivas, que afectan su desenvolvimiento emocional y social con los otros, limitando su desempeño académico.

Se conoce a través de los estudios revisados como nuestros niños/niñas venezolanos son dejados a cuidados de tíos, hermanos mayores, abuelos e incluso vecinos, debido a la crisis y falta de recursos económicos que azota a una sociedad entera, los padres deciden partir con esperanza puesta en la búsqueda de una mejor calidad de vida y de recursos económicos para suplir las necesidades básicas de la familia que dejó, los hijos crecen con extraños, llenos de vacíos e incertidumbres, creándose un problema de tipo social en donde se reportan en las

escuelas casos de niños con niveles altos de ansiedad, desánimo y tristeza, niveles de agresividad y bajo desempeño académico.

A tal efecto, se hace la intervención del Estado con políticas públicas en conjunto con organizaciones nacionales e internacionales relacionadas con la protección de los niños tales como LOPNNA, UNICEF, ONG que promuevan a través de programas de intervención multidisciplinaria la atención integral de la población infantil abandonada, además de la orientación a las familias como un todo.

### Referencias

- Harrison, V. 2015. Los Síntomas Entendidos desde la Teoría de Bowen y la Perspectiva de los Sistemas Naturales: Un lente más amplio <https://www.csnsf.org/wp-content/uploads/2015/09/Un-lente-ma%CC%81s-amplio-edicion-M.pdf>
- Madres y Padres Por Los Niños En Venezuela (MAPANI VENEZUELA), (2019). Salud Mental y Apoyo Psicosocial en la Población Infanto-Juvenil de 0 a 18 años que acuden a Psicología en Mapani Vzla, Estado Lara en los meses de junio-julio 2019.
- Mazuera Arias, Rina; Albornoz Arias, M.; Akever Karina Santafé Rojas (2018). La Separación de la Familia en la migración venezolana, Capítulo de libro producto del proyecto de investigación: Análisis de las dinámicas subyacentes de la transfrontericidad en el contexto del Norte de Santander y Estado Táchira. Grupo de investigación: Altos Estudios de Frontera (ALEF), Universidad Simón Bolívar, Barranquilla y Cúcuta, Colombia.
- Red de Colegios Fe y Alegría (2018). Colegios venezolanos reportan "niños dejados atrás" por padres que emigran. La Opinión-Actualidad- Venezuela- 25 de agosto de 2018
- Rodríguez Martínez, N. los efectos de la ausencia paterna en el vínculo con la madre y la pareja Pontificia Universidad Javeriana Facultad de Psicología, Maestría en Psicología Clínica Bogotá, noviembre de 2010

# PROGRAMA PSICOEDUCATIVO PARA EL PROMOVER TECNICAS DE AFRONTAMIENTO ANTE LA CRISIS ECONOMICA EN LOS TRABAJADORES DE LA UNIVERSIDAD BICENTENARIA DE ARAGUA

Valentina Censullo Aime Hamid <sup>10</sup>

## Introducción

En los últimos años Venezuela ha atravesado situaciones bastante difíciles y muy dolorosas para la mayoría de sus habitantes, bien se sabe que cada uno de los venezolanos, tanto fuera como dentro del país, se encuentra padeciendo de manera distinta algo que les afecta, sea en lo económico, salud o social, no está de más decir que la situación por la que atraviesa el país está difícil, donde la economía se va deteriorando gradualmente, los valores se han perdido poco a poco, y las familias se han desunido o dividido.

A inicios del 2013 Venezuela, los problemas políticos y económicos llevaron a crisis financieras, escasez de productos básicos y medicinas, aumento de desempleo por el cierre de las empresas privadas, y para el 2015 la migración masiva, entre otras situaciones derivadas de una mala organización. La situación del país por supuesto que hace efecto en sus habitantes de todas las edades y

---

<sup>10</sup> Psicólogos egresados de la Universidad Bicentenaria de Aragua

clases sociales, pero más que todo de las personas que poseen más de 18 años, siendo estos los que laboran ocho horas al día para llevar pan a la mesa de sus casas. La desmotivación, desesperanza, fatiga, el estrés, la frustración y desesperación son algunas de las emociones por las que pasa el trabajador venezolano, ya que su sueldo mínimo no le permite cubrir las necesidades básicas de su familia como las personales.

Los trabajadores de la Universidad Bicentenaria de Aragua, ubicada en San Joaquín de Turmero en Aragua, cumplen con las características necesarias para participar en esta investigación, puesto que en su mayoría son profesionales que reciben al menos sueldo minimo y en otros casos un poco más, son padres de familia, las cabeceras del hogar y hacen uso del transporte público, escenarios que depende de una adquisición económica para mantenerlos, y como todo ser humano, sus reacciones ante la crisis no son iguales, por ello se busca en este estudio la identificación de los estilos de afrontamiento que utilizan estos trabajadores para hacer frente la crisis y así otorgarle estrategias o herramientas que le garanticen una adecuada respuesta que beneficie su salud mental.

A través de este proyecto se busca promover el emprendimiento en estos tiempos de crisis con creencia al dicho *“En tiempos de crisis unos van llorando y otros vendiendo pañuelos”*. El propósito de la investigadora, es hacer ver que en Venezuela, aun se puede hacer vida, y se debe aprovechar las crisis como un momento de cambio y aprendizaje, donde no importa que tan mal sea la situación, siempre ha de existir un lado positivo, y que con los conocimientos y herramientas necesarias se puede lograr.

### **Descripción de la Realidad**

Desde años remotos las crisis a nivel socioeconómico en un país se han presentado en diferentes escalas y años, han sido muy pocos los países que se han salvado de sufrir una crisis económica hasta la fecha, las crisis ocasionan cambios significativos en la vida cotidiana de los ciudadanos, y aunque la palabra crisis no

es considera como negativa, sino más bien, es un término utilizado para describir un cambio radical en cualquier ámbito sea bueno o malo, la mayoría de las personas relacionan esta palabra como algo negativo, y por ende los efectos que se producen a nivel psicológico en el ser humano depende de cómo es su reacción ante la situación problema.

En la década de los 80 Japón pasó por un exceso comercial, el cual fue tomado por los bancos de adquisición de tierra y acciones, lo que ocasiono que los precios se elevaran de manera extraordinaria. Asimismo, el mercado inmobiliario hizo crecer al mercado de valores y a su vez este provocó el crecimiento de los activos inmobiliarios. A este periodo se le denominó como la “burbuja financiera”, considerándose como una de las más grandes subidas económicas, aumentando 9% anual la masa monetaria.

Este periodo no solo afectó a Japón, sino que traspasó países debido a la gran inflación del momento, la economía de España fue una de las afectadas, en el año 1993 el desempleo creció a un 24%, para finales de ese año la cantidad de desempleados equivalía a más de 3 millones de habitantes, además de la caída de los beneficios y los cierres o problemas de inversión de las empresas privadas y públicas, y por su puesto el incremento de 68% del Producto Interno Bruto y un déficit del conjunto de las administraciones públicas superior al 7% del PIB.

Del otro lado del mundo, en América Latina para los año 70 el país en crisis fue México, su crisis fue debido al deterioro del modelo de sustitución de importaciones, que llegó a ser limitado para responder a las circunstancias económicas internacionales, por ende el presidente a cargo aplicó reformas para hacer frente a los estragos de la crisis, el objetivo era disminuir el endeudamiento externo y promover la exportación de las principales manufactureras, a pesar de ello, las empresas no vieron los resultados que esperaban, lo que provocó que comenzaran a sacar a sus capitales del país, para prevenir su ida, el gobierno pidió muchos préstamos en el extranjero iniciando un gran endeudamiento con el exterior.

Asimismo, el salario de los mexicanos se vio afectado, donde no obtuvo incrementos en varios meses, ocasionando huelgas en las que se exigía el incremento del mismo. La clase empresarial mexicana expuso que las huelgas, eran un factor que producían y promovían la violencia. Lo mismo ocurre en Cuba, en realidad, desde hace varios años, donde un salario no alcanza siquiera para cubrir un 15% de las necesidades básicas de cualquier ser humano.

En los últimos años, Venezuela se ha visto afectada por numerosas adversidades de toda índole, destacando la política y por supuesto la socioeconómica. Tan solo en el año 2018 hubo alrededor de más de cinco mil protestas por parte de los trabajadores defendiendo sus derechos. La crisis económica, ha sido parte de la violación a las conquistas laborales, desconocimiento de los contratos colectivos, pérdida del poder adquisitivo del salario, persecuciones, despidos, desmantelamiento del sector productivo y criminalización de las protestas fueron las principales causas de conflictividad laboral.

En el presente año 2019 se estima que la inflación llegue al incremento del 10.000.000% de continuar a cargo la administración económica del presidente Nicolás Maduro. De acuerdo con el Diario NTN 24H, desde los primeros meses del año no se han tomado los correctivos adecuados para proteger el salario del trabajador, desacelerar la inflación, estimular el aparato productivo y animar las inversiones locales y extranjeras, con miras a garantizar el crecimiento sostenido de la economía, la generación de plazas de trabajo de calidad e igualdad de oportunidades para todos los ciudadanos.

Cada trabajador necesita al menos 98.1 salarios mínimos para acceder a la canasta alimentaria, y este factor es transversal a la crítica situación laboral en la que vive el venezolano. El hambre, los escases y la salud están afectando al desempeño del trabajador. En algunas ocasiones, los trabajadores optan por no asistir al trabajo debido a que sale más barato no salir de casa, ya que el pasaje del transporte consume la mayor parte del sueldo. Los medios (periódicos y redes

sociales) se han llenado de reportes de paros en el metro de Caracas o en la petrolera estatal por la falta de trabajadores que, dada la escasez de sus salarios, no se molestan en acudir a sus puestos. Las empresas privadas se quejan de no encontrar mano de obra suficiente para cubrir la jornada laboral, lo que agrava el estancamiento en las pocas líneas de ensamblaje que siguen funcionando.

Douglas Barrios (2018), un economista venezolano, realizó un estudio en la Universidad de Harvard, donde señaló que, en 2012, antes de que el país entrara en recesión, el salario mínimo mensual era de 300 dólares estaba a la par que el de otras naciones de la región y era suficiente para pagar la renta y alimentar a una familia. Pero esto ha cambiado drásticamente desde entonces, dijo apuntando que un trabajador tarda dos semanas en ganar lo suficiente para comprar dos libras (cerca de un kilo) de leche en polvo.

Los problemas ocasionados por la inflación económica afecta el vivir de los ciudadanos, en los dos casos anteriormente mencionados se hace referencia a los desempleos o el problema de sostenibilidad de las empresas, sin embargo, de manera más detallada, se puede decir que no solo las personas se encuentran en desempleo, sino que a falta de un ingreso monetario, la adquisición de los productos básicos para el buen vivir se vuelven difíciles de adquirir, como por ejemplo, una canasta alimentaria básica, el pago de los servicios e incluso la higiene personal. Lo cual ha incidido en la productividad del país, ya que los venezolanos en busca de una calidad de vida digna han tenido la necesidad de pasar las fronteras.

Siendo la migración una manera de afrontar la situación desde la actitud de ese venezolano, así como los demás habitantes que aún siguen en el país, con las mismas metas y fuerzas que poseen los que emigran. Tanto la migración como la estadía requiere de mucha voluntad del individuo, porque en ambas ocasiones se presentan riesgos, adversidades y cambios con las que se debe lidiar, y no todas las personas reaccionan de la misma forma, a ello se le conoce como los estilos de afrontamiento, que no es más que una respuesta adaptativa a la situación que se considera estresante o amenazante.

En el estado Aragua ,en el centro del país, la situación país también hace efecto, los trabajadores de la casa de estudio Universidad Bicentenaria de Aragua, se encuentran afectados, ya que la escases no es solo de alimentos o efectivo, sino como menciono anteriormente de empleados, la falta de trabajadores dentro de la institución hace que los presentes se sobre carguen de tareas, pero sin obtener un salario óptimo por sus funciones, por ende se crea un ambiente laboral bastante complejo, debido a las diversas carencias que la misma presenta.

Las respuestas de los trabajadores del área administrativa son variadas, desde bajo rendimiento en el puesto de labor, evitación, ira, desesperación, frustración o en cambio aceptación y resiliencia, es de curiosidad de la investigadora si un programa dirigido a los trabajos a utilizar adecuadas técnicas según los resultados obtenidos en sus estilos de afrontamiento ayudara a mejorar el ambiente laboral, por ende, se plantea la siguiente pregunta:

¿Se puede aprender a sobrellevar las adversidades que implica una situación país con asistencia terapéutica? En busca de una respuesta a la interrogante, la presente investigación se enfoca en el propósito general de promover técnicas de afrontamientos ante la crisis económica en los trabajadores del área administrativa de la Universidad Bicentenaria de Aragua. Estableciéndose como propósitos específicos, identificar la problemática social, económica y laboral de los trabajadores de la UBA, impartir talleres donde se promuevan técnicas de afrontamiento y practicar dinámicas destinada a mejorar el ambiente laboral de los trabajadores del área administrativa de la Universidad Bicentenaria de Aragua.

El estudio se justifica puesto que las técnicas de afrontamiento, como su propio nombre lo señalan, ayudan al ser humano a afrontar aquellas situaciones que considera amenazante o de estrés, y en una situación de crisis que está en constante cambio y no precisamente para algo positivo, la salud mental de las personas está tendiendo de un hilo, ya que, si no posee las herramientas adecuadas para sobrellevar el problema, su actitud o comportamiento.

Ante tal situación, puede llegar a causarle malestar en su vivir diario, ya no solo será la crisis monetaria de un país, sino su salud y bienestar que estará en juego, y que en situaciones extremas pueden ocasionar trastornos del ánimo o suicidios, por ende se considera importante la ejecución de este estudio con la finalidad de recolectar la información necesaria de parte de los trabajadores en el área administrativa de la UBA y que en base a sus experiencias y respuestas se fomenten técnicas apropiadas de afrontamiento, que a corto plazo le permitan al trabajador adaptarse y saber manejarse en diversas situaciones sin afectar su bienestar mental y su puesto laboral.

### Metodología

La presente investigación se encuentra enmarcada dentro de un diseño no experimental en la modalidad proyecto factible y sustentado en una revisión bibliográfica, debido a que los datos fueron extraídos del contacto directo con la realidad, es decir, desde el lugar donde ocurre el fenómeno. El diseño y tipo de investigación ha sido soportada dentro de la línea de investigación relacionada con la Estado, Sociedad y Desarrollo; y Psicología y Salud, pertenecientes a la Universidad Bicentenaria de Aragua y la Escuela de Psicología.

Se toma como modalidad el Proyecto Factible debido a la situación que presenta la muestra en estudio, y se tiene con finalidad la solución de dicho problema, siendo este tipo de investigación útil e innovador puesto que se busca proponer estrategias de acción que sean de alto impacto en pro a la situación para las que fueron creadas, además de que este tipo de investigación es adaptable a cualquier tipo de fenómeno.

Para obtener información sobre la problemática que se presenta en los trabajadores del área administrativa de la UBA, se aplicó el Cuestionario Censullo G. (2019) el cual consta de seis preguntas relacionados con la crisis económica que se evidencia en el país, las cuales son de respuesta múltiple, sus ítems se suman y se lleva al análisis.

Consiste en una adaptación al español del Inventory de Estrategias de Afrontamiento de Cano, Rodríguez y García (2006) cuya versión inglesa es de Tobin, Holroyd, Reynolds y Wigal (1989). En la versión original, Tobin y cols. (1989) encuentran 72 ítems y la adaptación que realizaron los autores mencionados se queda con 40 ítems. Tiene una estructura jerárquica compuesta por ocho estrategias. La persona comienza por describir de manera detallada la situación estresante; después, contesta cada ítem según una escala tipo Likert de cinco puntos que define la frecuencia de lo que hizo en la situación descrita. En cuanto a la confiabilidad el mismo obtuvo un coeficiente de alfa de Cronbach de 0,66 lo cual se considera altamente confiable.

### Antecedentes

Pérez y Molina (2011), realizaron un programa denominado “Estrategias de afrontamiento: un programa de entrenamiento para paramédicos de la Cruz Roja”, como requisito de grado para optar por el título de Licenciados en Psicología, el cual se basó en la aplicabilidad de las estrategias de afrontamiento utilizadas por un grupo de once técnicos en emergencias médicas (TEM) de la Cruz Roja Costarricense.

Para la evaluación de la variable se hizo un análisis integrativo por medio de la triangulación de datos obtenidos en entrevistas y observaciones realizadas durante y posterior a las emergencias tomando como categorías de estudio las situaciones de emergencia y las estrategias de afrontamiento. Desde el enfoque teórico de la crisis, los hallazgos del diagnóstico mostraron afectadas todas las áreas conductuales, afectivas, somáticas, interpersonales y cognoscitivas, así como el área espiritual. Los factores desencadenantes del estrés en los TEM remitieron más a aspectos contextuales que rodearon a las situaciones atendidas, que a las mismas situaciones de emergencia.

Por otro lado, Bermúdez (2016) llevó a cabo una investigación para optar al título de Licenciado en Psicología. Mención Clínica, denominada: “Estrategias de

afrontamiento y sentido de vida en pacientes adultos que son atendidos en el servicio de Oncología en el Hospital Central de Maracay". Trabajó con una muestra de 36 pacientes adultos entre 45 y 75 años de edad.

Se aplicaron los instrumentos, SOCAMRE (Bustos 2014) y el Inventario de Estrategias de Afrontamiento (Tobin y otros, 1989. Adaptación por Cano y otros, 2006). Portando una metodología basada en una investigación no experimental, de campo, con un nivel de investigación descriptiva correlacional. Los resultados obtenidos en esta investigación arrojaron como conclusión que los sujetos que tienen estrategias de afrontamiento desadaptativas poseen un sentido de vida desfavorable.

Finalmente, en la investigación realizada por Roche (2016) denominada "Programa de Arte Terapia para fomentar el Afrontamiento Adaptativo ante el Diagnóstico de Autismo en Padres de niños autistas ubicado en Turmero, Estado Aragua" para optar al título de Licenciada en Psicología. Mención Clínica, en la Universidad Bicentenaria de Aragua. Su metodología, se desarrolló en un proyecto factible sustentado en una Investigación de campo, con un diseño no experimental. La población estuvo conformada por cien (100) padres de niños autistas con una muestra de treinta (30) personas.

Los instrumentos empleados para recolectar los datos fueron: Encuesta Sociodemográfica, Inventario de Estrategias de Afrontamiento (Tobin, Holroyd, Reynolds y Kigal, 1989; Adaptación Cano, Rodríguez y García, 2006), y el Cuestionario para Evaluar la Necesidad de un Programa de Arte Terapia.

Los resultados arrojaron que la muestra carecía de Estrategias de Afrontamiento Adaptativos en referencia a los indicadores Resolución de Problemas, Reestructuración Cognitiva, Apoyo Social y Expresión Emocional, mientras que las Estrategias de Afrontamiento predominantes son la Evitación de Problemas y Retirada Social, las cuales son formas desadaptativas de afrontamiento centrados en la emoción y el problema.

Los trabajos anteriormente mencionados se consideran importantes antecedentes para el programa de estrategias psicoeducativas a realizar, debido a que aportan contenido teórico y metodológico, y además sirve como referencia respecto al instrumento utilizado por cuanto abordan fines comunes y han permitido obtener los resultados esperados.

### Revisión Teórica

#### Estilos de Afrontamiento

Los estilos de afrontamiento son aquellas predisposiciones personales para hacer frente a diversas situaciones y son los que determinarán el uso de ciertas estrategias de afrontamiento, así como su estabilidad temporal y situacional. Según Lazarus y Folkman (1986), el afrontamiento está enfocado tanto hacia el problema como hacia la emoción.

En el primer caso, se refiere a que el individuo procederá a definir el problema y buscará alternativas para solucionarlo y de esta manera modificará la realidad o situación en la que se encuentra, y en el segundo caso, se refiere a la disminución del trastorno emocional. Adicionalmente, se ha propuesto la existencia de otro tipo de afrontamiento enfocado hacia la percepción o evitativo (Flores, 1999). Por lo que estos autores propusieron dos estilos de afrontamiento:

##### 1. Estilos de afrontamiento enfocados en el problema.

- Afrontamiento activo, es decir, actuar con el fin de solucionar el problema.
- La planificación, cómo elaborar una estrategia
- La supresión de actividades competentes, es decir, dejar de hacer otras actividades con el fin de concentrarse en el problema
- La postergación del afrontamiento, cómo esperar el momento adecuado para actuar
- La búsqueda de apoyo social por motivos instrumentales, es decir, buscar el consejo de los demás, alguna opinión o información relevante, etc.

### 2. Estilos de afrontamiento enfocados en la emoción.

- Búsqueda de apoyo social por motivos emocionales, es decir, buscar apoyo moral
- Reinterpretación positiva y crecimiento, es decir, ver el lado positivo o bueno del problema
- Aceptación, como aceptar y asumir el problema
- Acudir a la religión; y negación, es decir, negar que exista el problema.

En este sentido, cada individuo presenta diferencias sobre la forma de afrontar la situación, de acuerdo con sus creencias, habilidades de interactuar con los demás, valores y capacidades. De este uso personal de las estrategias nacen los estilos de afrontamiento, que son la forma relativamente estable que las personas tienen de enfrentarse a situaciones estresantes. Fernández-Abascal y Palmero (1999) plantearon tres dimensiones básicas que permiten clasificar los posibles estilos de afrontamiento:

**1.** El método empleado en el afrontamiento. Podemos encontrar el estilo activo, aquellos en los que se movilizan esfuerzos para los distintos tipos de solución; estilo pasivo, aquellos que se basan en no intervenir sobre la situación y esperar a que cambien las condiciones; y estilo de evitación, que consiste en intentar evitar o huir de la situación y/o sus consecuencias.

**2.** La focalización del afrontamiento. Se puede distinguir el estilo dirigido al problema, con el cual se busca alterar las condiciones responsables de la amenaza; estilo dirigido a la respuesta emocional generada por la situación; y estilo dirigido a modificar la evaluación inicial de la situación, es decir, a la reevaluación del conflicto.

**3.** La actividad movilizada. Podemos diferenciar el estilo cognitivo, cuyos principales esfuerzos son de análisis, búsqueda de alternativas, anticipación de consecuencias... y el estilo conductual, formado por comportamientos que activa o pasivamente buscan adaptarse a la situación.

### Estrategias de Afrontamiento

Inicialmente, haciendo referencia al término afrontamiento, Bulbena y Colaboradores (2000), lo definen de modo general como a la “serie de pensamientos y acciones que capacitan a las personas para manejar situaciones difíciles”. En el mismo orden de ideas, según Fernández - Abascal y Palmero (1999) las estrategias de afrontamiento son una preparación para la acción, que se moviliza para evitar los daños del estresor. Por lo tanto, el afrontamiento es un conjunto de esfuerzos tanto cognitivos como comportamentales, constantemente cambiantes, que se desarrollan para manejar las demandas específicas externas e internas, que son evaluadas como excedentes o desbordantes de los recursos del individuo.

De manera un poco más específica, adentrando al tema de las estrategias de afrontamiento, estas son conocidas como aquellas que, de alguna u otra manera se encuentra inmersa en la vida de los sujetos para hacerle frente a aquellas situaciones que generen malestar. Estas son múltiples, pero, sin embargo, no siempre su uso es positivo, aunque tengan éxito en eliminar el estresor, dado que pueden generar fatiga, sobre generalización y efectos secundarios.

Fernández-Abascal (1997) identificó 18 estrategias: reevaluación positiva, reacción depresiva, negación, planificación, conformismo, desconexión cognitiva, desarrollo personal, control emocional, distanciamiento, supresión de actividades distractoras, refrenar el afrontamiento, evitar el afrontamiento, resolver el problema, apoyo social emocional y respuesta paliativa. Por ende, en este caso, las estrategias serán eficaces en tanto permitan a la persona superar y resolver con éxitos los problemas o situaciones estresantes, generando un aprendizaje en la persona para poder recurrir a esta habilidad en otro momento en que el problema o situación vuelva a ocurrir.

A propósito de esto, las estrategias de afrontamiento pueden ser, según Giordano y Everly (1986) citado en Gandica, (2012) adaptativas o desadaptativas, las estrategias adaptativas reducen el estrés y promueven la salud a largo plazo,

las desadaptativas reducen el estrés a corto plazo, pero presentan como consecuencia el desgaste la salud a largo plazo, entendiendo el tipo de estrategia utilizada por el individuo, se puede comprender el nivel de afectación directamente relacionado a la salud. Algunas estrategias de afrontamiento negativas son el aislamiento o el consumo de drogas, los cuales son fenómeno de gran impacto social, en consecuencia, resulta importante determinar los estilos de afrontamiento de las personas que se encuentran ante una situación emocional estresante. Según Lazarus y Folkman (1985), las estrategias de Afrontamiento son:

1. La confrontación: intentos de solución del problema de manera directa y que implican cierta agresividad, acciones y respuestas directas ante la situación que implican aceptación de riesgos.
2. El distanciamiento: esfuerzos cognitivos para desentenderse y minimizar el significado de la situación
3. El autocontrol: esfuerzos para regular los propios sentimientos y conductas
4. La búsqueda del apoyo social: esfuerzos para conseguir ayuda informativa y apoyo social
5. La aceptación de la responsabilidad: conocimiento del propio papel en la situación e intentos de poner las cosas en orden, asumiendo la responsabilidad
6. El escape- evitación: esfuerzos y acciones para evitar o escapar del problema, evitar el afrontarlo
7. La planificación de la resolución del problema: esfuerzos deliberados para cambiar la situación, acompañados de análisis para resolver el problema
8. La valoración positiva: esfuerzos para buscar lo positivo a la situación centrándonos en el crecimiento personal.

Es sabido que las personas no actúan siempre de la misma manera ante la misma o distinta situación, por ello tener un amplio abanico de posibilidades y estrategias permitirá a la persona tener un mejor desempeño y desenvolvimiento

social; evitando o disminuyendo las posibilidades de sufrir trastornos físicos y/o psicológicos como consecuencia de la crisis. Las misma son entendidas como recursos psicológicos que el sujeto pone en marcha para hacer frente a situaciones estresantes, y no siempre garantizan el éxito, sirven para generar, evitar o disminuir conflictos en los seres humanos, atribuyéndoles beneficios personales y contribuyendo a su fortalecimiento.

### Propuesta aplicable

#### Conclusiones del diagnóstico

Se dio inicio al conocimiento contextual y al acercamiento de la problemática en sí; y de esa manera se realizó un cuestionario para conocer la condición emocional y socioeconómica de los trabajadores. Para así poder estructurar las preguntas a utilizar en la entrevista. Dicha entrevista consta de 6 preguntas, las cuales se les realizaron a 4 trabajadores del área administrativa que fueron tomados al azar.

Por consiguiente, las respuestas de los trabajadores coincidieron mayormente con la incrementación de la crisis a partir del 2012 hasta el presente, donde los costos se han elevado, no son de fácil acceso los medicamentos y los alimentos debido al alto costo de la vida. Del mismo modo dicen mantener un buen clima laboral como también argumentan que su área laboral no ha sido afectada como consecuencia de la crisis. Como también manifiestan a la familia como contexto más afectado debido a la emigración de gran parte de ella.

Con base a los resultados obtenidos a través del instrumento de evaluación administrado antes del tratamiento cognitivo-conductual y luego del mismo, se observa una evolución positiva en las dimensiones de afrontamiento de los participantes, así como una disminución de los niveles de tensión y ansiedad. Dentro del entorno familiar y laboral, los participantes manifestaron que están más comprensibles, aumentando el nivel de comunicación y tolerancia. Asimismo, son capaces de identificar los pensamientos automáticos negativos y de llevar a cabo

una reestructuración cognitiva adaptativa basada en el afrontamiento de las adversidades.

### Objetivos de la propuesta

- **Objetivo general:**

Desarrollar un programa para promover técnicas de afrontamientos ante la crisis económica en los trabajadores del área administrativa de la Universidad Bicentenaria de Aragua.

- **Objetivos específicos:**

- Identificar la problemática social, económica y laboral en los trabajadores del área administrativa de la Universidad Bicentenaria de Aragua (UBA).
- Impartir talleres donde se promuevan técnicas de afrontamiento en los trabajadores del área administrativa de la universidad Bicentenaria de Aragua (UBA).
- Practicar dinámicas grupales destinadas a un mejor ambiente laboral para los trabajadores del área administrativa de la Universidad Bicentenaria de Aragua (UBA).
- Contribuir a elevar y mantener un buen nivel de eficiencia individual y reconocimiento selectivo.

### Fundamentación de la propuesta

Este programa se encuentra fundamentado en Pérez y Molina (2011), Estrategias de afrontamiento: un programa de entrenamiento para paramédicos de la Cruz Roja. Donde este se basa en la aplicabilidad de las estrategias de afrontamiento utilizadas por un grupo de once técnicos en emergencias médicas (TEM) de la Cruz Roja Costarricense. Donde se hizo un análisis integrativo por medio de la triangulación de datos obtenidos en entrevistas y observaciones realizadas durante y posterior a las emergencias tomando como categorías de estudio las situaciones de emergencia y las estrategias de afrontamiento.

Desde el enfoque teórico de la crisis, los hallazgos del diagnóstico mostraron afectadas todas las áreas conductuales, afectivas, somáticas, interpersonales y cognoscitivas, así como el área espiritual. Los factores desencadenantes del estrés en los TEM remitieron más a aspectos contextuales que rodearon a las situaciones atendidas, que a las mismas situaciones de emergencia.

ESTRUCTURA DE LA PROPUESTA				
Sesión	Objetivos	Contenido Programático	Actividades	Recursos
1	Identificar la problemática social, económica y laboral en los trabajadores de la UBA	-Realización de preguntas abiertas pertinentes al tema. - ¿Qué es el afrontamiento? - Conocer tipos de afrontamiento de adversidades en los trabajadores.	-Presentar al equipo e introducir el tema a trabajar. -Realizar encuestas. -Impartir tips para manejo de adversidades.	Hojas Blancas Impresiones Lápices
2	Impartir talleres donde se promuevan técnicas de afrontamiento en los trabajadores del área administrativa de la Universidad Bicentenaria de Aragua.	Conversaciones para manejar la depresión, ansiedad, estrés	-Charla Motivacional. -Conversatorio acerca de riesgos que producen estas emociones. -Reestructuración Cognitiva.	Video Beam. Laptop Lápices Refrigerio
3	Practicar dinámicas grupales destinadas a un mejor ambiente laboral para los trabajadores del área administrativa de la Universidad Bicentenaria de Aragua.	-Mejora de la calidad de relaciones interpersonales y de comunicación. -Conferencia con respecto a la inteligencia emocional	-Taller destinado al crecimiento personal -Entrenamiento en afrontamiento de circunstancia Político-Social. -Feedback -Asignación para el día a día, autoinstrucciones.	Video Beam Laptop Lápices
4	Contribuir a elevar y mantener un buen nivel de eficiencia individual y reconocimiento selectivo.	-Promoción de hábitos saludables para la autorregulación. -Mejora del bienestar psicológico.	-Dinámicas. -Motivación para alcanzar la meta. -Planificación. -Aclaración de dudas.	Video Beam Colores Hoja

Las estrategias de afrontamiento, a pesar de ser funcionales, no resultaron ser las más saludables. Con base en los resultados, se elaboró y aplicó un programa de intervención psicológico para la promoción y puesta en práctica de nuevas estrategias de afrontamiento y una adecuada transvaloración de pensamientos, emociones y conductas. La investigación muestra la necesidad de potenciar la salud de manera integral de la población a través de las áreas de autocuidado, habilidades sociales, expresión de sentimientos y manejo del estrés, además hace necesario superar, a nivel institucional, la falta de comunicación y conocimiento entre los TEM y la Unidad de Soporte Psicológico.

Ese y otros trabajos se consideran importantes antecedentes para el programa de estrategias psicoeducativas realizado, por cuanto abordan fines comunes y han permitido obtener los resultados esperados.

### **Factibilidad de la propuesta**

- Línea de Investigación: Psicología y Salud.
- Línea Institucional: Estado, Sociedad y Desarrollo.

El presente programa está diseñado para ser aplicado y de beneficio para esta casa de estudio. Específicamente para los trabajadores del departamento de Administración., donde cada día se hace cuesta arriba mantener en condiciones óptimas la salud mental debido a la situación socioeconómica que vive el país. Es por tal motivo que se exhorta a la participación directa de la escuela de Psicología para con los empleados de la Universidad Bicentenaria de Aragua con el propósito de que su salud mental no se vea afectada por las circunstancias.

Del mismo modo, el programa puede ser orientado y adaptado para otros departamentos, con la finalidad de que los trabajadores fortalezcan las capacidades tales como la planificación, la actitud positiva y la resiliencia para afrontar situaciones adversas. La factibilidad del programa aplicable se encuentra al alcance del equipo debido a que no son necesarios muchos elementos para la aplicación del mismo, teniendo en cuenta que los recursos a utilizar son de acceso frecuente

para los participantes tratantes a llevar a cabo el programa. Del mismo modo el equipo cuenta con la asesoría pertinente de superiores quienes brindan las tutorías concernientes al proyecto y cuentan con la accesibilidad a los espacios para que sea posible y se concreten los objetivos del programa.

### Referencias

- Bermúdez, E (2016) “Estrategias de afrontamiento y sentido de vida en pacientes adultos que son atendidos en el servicio de Oncología en el Hospital Central de Maracay. Estado Aragua”
- Bulbena y col (2000) Medición clínica en psiquiatría y psicología. Barcelona: Elsevier.
- Fernández, E (1997). Estilos y estrategias de Afrontamiento. Madrid, España. Editorial Pirámide.
- Lazarus, R. y Folkman, S. (1985). “El Concepto de Afrontamiento” en Estrés y Procesos Cognitivos. España. Ediciones Martínez Roca, S.A
- Roche, D (2016) “Programa de Arte Terapia para fomentar el Afrontamiento Adaptativo ante el Diagnóstico de Autismo en Padres de niños que asisten al centro de atención integral para personas autistas ubicado en Turmero- Estado Aragua”
- Tobin, Holroyd, Reynolds & Kigal (1989) Inventario de Estrategias de Afrontamiento.

# PERCEPCIONES SOBRE LA MIGRACION VENEZOLANA: CAUSAS, ESPAÑA COMO DESTINO, EXPECTATIVAS DE RETORNO

Valentina C. Rondón<sup>11</sup>

## Introducción

La migración es un fenómeno consustancial a la humanidad que ha transformado civilizaciones, ha redefinido fronteras, ha contribuido con avances tecnológicos que acarrean beneficios y desarrollo a los individuos. A pesar de tratarse de un fenómeno “individual” y “voluntario”, la movilidad de grupos humanos representa un proceso de cambio intenso, en el que la búsqueda de la mejora genera una pérdida importante que debe procesarse a nivel emocional, en palabras de Achotegui “Emigrar se está convirtiendo hoy para millones de personas en un proceso que posee unos niveles de estrés tan intensos que llegan a superar la capacidad de adaptación de los seres humanos” (2008: 1).

Venezuela, que fue un país de recepción de inmigrantes durante los siglos XIX y XX, en las tres últimas décadas presenta un drástico cambio de patrón migratorio, motivado por una crisis nacional que incluye un cambio en el modelo político, un desequilibrio económico que se ha ido incluso “institucionalizando” durante los últimos años, y una descomposición social inédita para la historia republicana de Venezuela, según cifras extraoficiales existen más de un millón quinientos mil venezolanos en el exterior, lo que representa el 5% de la población nacional (De la Vega & Vargas, 2014). Son varias las razones que motivan la realización de este

---

<sup>11</sup> Psicólogo egresado de la Universidad Bicentenaria de Aragua

trabajo, la primera como venezolanos inmigrantes en España se trata de una realidad que nos atañe directamente, no solo en lo individual, sino en la necesidad de comprender cómo se reconfigurará el panorama nacional en Venezuela y la venezolanidad en general.

La segunda, siendo España nuestro país de acogida y dada la enorme vinculación entre ambas naciones, consideramos que este trabajo puede contribuir a la comprensión del tema. Finalmente, la tercera razón es que en Venezuela no existen datos actualizados que permitan realizar análisis estadísticos del proceso migratorio venezolano, por lo que sé cree que la suma de miradas desde el exterior puede cubrir el vacío de información y aportar vías para su estudio.

### Metódica

Este trabajo es un estudio exploratorio de orientación cualitativa, basado en un análisis bibliográfico de fuentes secundarias: publicaciones, artículos de revista, libros, para entender y profundizar el proceso migratorio venezolano y la situación socioeconómica en Venezuela. En la parte empírica del estudio se presenta la consulta a 20 inmigrantes venezolanos cuya selección se realizó a través de un muestreo no aleatorio, conocido como bola de nieve, en el que “la selección se produce de acuerdo con la temática pero es realizada por los participantes en función de ser los conocedores de los rasgos de los otros participantes” (Oscar 2007: 36) y como criterio de selección de los informantes, estos debían ser inmigrantes venezolanos con más de dos años de residencia en España y estar dispuestos a contar su historia.

Durante el año 2015 se realizaron entrevistas en profundidad, dado que se quería explorar y conocer los sentimientos, las vivencias, y motivaciones sobre el tema de la inmigración de los entrevistados, a través de una relación de diálogo, con intensidad variable y espontánea. Los informantes expresaron con sus palabras las perspectivas sobre el proceso migratorio, en función de las siguientes dimensiones:

Trayectoria migratoria: las motivaciones para emigrar de Venezuela; porqué se eligió España como destino y el tiempo de residencia en este país; el apoyo de familiares, amigos u otras redes; y cómo fue el proceso de acogida en destino. Educación, formación y situación laboral: conocer el nivel de formación que tienen los entrevistados, y a qué se dedican actualmente, cuál es su situación laboral actual. Participación en redes: grado de vinculación que se tiene con redes en origen y destino, y la influencia de las redes sobre la decisión de emigrar. Situación socioeconómica venezolana: percepciones sobre la situación socioeconómica en Venezuela. Retorno: conocer si se plantearía retornar, cuáles serían los motivos, y en qué condiciones.

### Caracterización de la realidad

Desde el siglo XX hasta la actualidad, ha habido hitos importantes en el proceso migratorio venezolano, entre los cuales resaltan el iniciado en 1920, el de 1938, la dictadura de Pérez Jiménez (1948- 1958), el período democrático contemporáneo (1960-1980) hasta 1983 cuando se presenta un giro en el proceso migratorio.

En 1920, durante el gobierno de Juan Vicente Gómez, aumenta el protagonismo del país en la escena internacional debido al inicio formal de la actividad petrolera, ya que comienzan a realizarse actividades de exploración y explotación enmarcados en una política petrolera del Estado, lo cual generó un cambio en el comportamiento demográfico de la población tanto interna como externamente. En estos años se establecen las primeras compañías extranjeras que impulsaron la llegada masiva de inmigrantes al país.

Estos cambios en el sector productivo, originan también un movimiento migratorio desde las zonas rurales, fomentando la necesidad de un mayor desarrollo urbano, el cual se va a materializar en los años siguientes. Este período se cierra con la Ley de Extranjeros del 3 de agosto de 1937 (Area, Guánchez, & Sainz, 2001).

En 1938 el gobierno de Eleazar López Contreras, diseña y activas políticas en áreas como la educación, la salud y la inmigración.

En el marco del llamado plan Trienal se crea por decreto el Instituto Técnico de Inmigración y Colonización, con el que se pretende estimular la economía a través de la inmigración, haciendo una distribución de latifundios tanto a agricultores venezolanos como a extranjeros. (Bautista Urbaneja, 2002).

Durante el período 1948-1958, en Venezuela se da un flujo migratorio extraordinario, ya que en la dictadura del General Marcos Pérez Jiménez se minimizaron los requisitos para el ingreso al país, debido a la política de puertas abiertas aplicada por esta administración. En la década de 1960 el censo muestra que alrededor del 15% de la población en Venezuela era inmigrante, principalmente oriundos de España, Portugal, Italia, también de origen libanés, sirio y judío. (Páez, 2015).

En las décadas posteriores, Venezuela recibe inmigrantes provenientes de Latinoamérica y el Caribe: Colombia, Argentina, Perú, Chile, Ecuador y Cuba. Sus principales motivos correspondían a las duras condiciones económicas de todos esos países; a la huida de las férreas dictaduras en Cuba, Argentina, Chile; así como también, de la guerrilla en Colombia y los grupos armados en Perú. Violencia, autoritarismo, regímenes dictatoriales, guerrilla, desigualdad, pobreza e inflación aquejaban a estas sociedades cuya solución al problema era emigrar. (Páez, 2015). En la década de 1973 a 1983 se incrementa el flujo migratorio desde la región andina, ya que suben los precios del petróleo a partir de los años 70, implicando mayores recursos para el Estado y para la inversión en los sectores productivos del país.

Esta situación de bonanza que experimentaba Venezuela estimuló la inmigración de recursos humanos cualificados (Pellegrino, 2003). Sin embargo, a partir de los años 80 Venezuela da un giro importante en sus pautas migratorias, el país vive una crisis política y económica que propició un impacto negativo sobre los

movimientos migratorios provenientes del exterior, inicia el retorno de algunos extranjeros residenciados en Venezuela, y posteriormente se impulsa la emigración de venezolanos, afectados por los efectos de la recesión económica y descomposición social, la cual se incrementa en la década siguiente.

Hasta ese momento, la emigración internacional venezolana se reducía a viajes de estudios con retorno y algunos casos esporádicos que tienen que ver con la casuística individual, pero que son desestimables desde el punto de vista estadístico. Desde 1983 hasta 1998 podemos diferenciar cuatro momentos puntuales de incremento importante en la emigración internacional en Venezuela. El primero, el viernes 18 de febrero de 1983, conocido como el “viernes negro”, el bolívar sufrió una abrupta devaluación frente al dólar estadounidense, producto de las políticas económicas impuestas por el presidente Luis Herrera Campins.

La cotización libre del bolívar frente al dólar que se había mantenido en Bs. 4,30 durante 20 años, en esa oportunidad se devalúa a 7,50 bolívares por dólar. A partir del viernes negro, la política monetaria en Venezuela ha estado signada por altas tasas de interés, devaluaciones, un alto índice de inflación, controles de cambio, y contradictoriamente, fuga de divisas. El segundo momento, se produce en el año 1989 con “el Caracazo”, ocurrido los días 27 y 28 de febrero, en el segundo gobierno de Carlos Andrés Pérez, como reacción al programa de ajustes económicos.

Para dicho año, cuando en Venezuela se pierde la estabilidad económica, social y política, se incrementa el retorno de españoles a su país, situación incentivada también por las expectativas de la reciente adhesión de España a la Unión Europea (González, 2005). Un tercer hito importante ocurre en 1994 con el llamado “Crash financiero”, la intervención y cierre de algunos bancos durante el segundo gobierno de Rafael Caldera, lo cual promovió la desconfianza sobre el futuro de Venezuela, e impulsó a muchos venezolanos a emigrar y resguardar sus capitales, así como también hijos de antiguos inmigrantes europeos, a solicitar su pasaporte europeo.

El cuarto momento, muy superior a las anteriores olas migratorias ocurre al poco tiempo de asumir la presidencia Hugo Chávez Frías. Este período es de particular interés para este trabajo, tanto por la intensidad del fenómeno migratorio como por sus características. Tras casi dos siglos de ser un país receptor de inmigrantes, con algunos períodos de emigración puntual de venezolanos motivados por el exilio u otras razones, como ya hemos visto, se presenta un éxodo sin precedentes y esto ha ocurrido en el contexto de mayor volumen de ingresos que ha percibido el país a lo largo de toda su historia (Páez, 2015).

En palabras de Guardia (2007) “La emigración era un fenómeno que se presentaba de manera muy esporádica pues los venezolanos consideraban que su nivel de vida a futuro no estaba en riesgo” (p.190). Esta afirmación cambió completamente gracias al “nuevo” escenario político y socioeconómico que presentaba Venezuela en este cuarto momento, donde una intensa conflictividad política y social se transfiere a la vida cotidiana. “El hecho de no visualizar oportunidades de desarrollo individual y la inseguridad personal se han convertido en las razones más frecuentes de la emigración venezolana” (Freitez, 2011: 28).

Para efectos de la investigación, es importante describir el escenario venezolano durante el período en el cual se ha incrementado significativamente el movimiento migratorio de venezolanos a España, para así comprender las respuestas que ofrecen los sujetos de estudio en la conformación de su realidad y motivación migratoria. Desde 1999, Venezuela ha estado sumida en un proceso convulsivo, en un conflictivo acontecer político que reinó a partir de ese año, cuando Hugo Chávez llega al poder a través de elecciones.

Los primeros pasos políticos de Chávez ya mostraban contundentes intenciones de cambio, uno de ellos fue cuando planteó reformar la Constitución de la República a través de una Asamblea Nacional Constituyente (ANC). Entre abril de 1999 y el 15 de diciembre del año 2000, se constituyó la ANC, se elaboró la propuesta, se sometió a referéndum y se aprobó la nueva constitución. La misma

fue aprobada por el 72% de los votos válidos, contra 28% votos nulos, y una abstención del 56%.

Uno de los conflictos que se crea con esta nueva constitución es la ausencia de consenso entre las fuerzas políticas y una acción de gobierno que no busca consenso entre fuerzas de oposición, sino que se orienta a instaurar el poder de un sector político, dejando sin posibilidad de existencia a otros sectores que puedan unir fuerzas en función del interés nacional (Bautista Urbaneja, 2007). Ejemplo de ello es la reforma constitucional propuesta en 2007 que fue rechazada en un referéndum nacional el 2 de diciembre de ese año, pero que igualmente ha sido implementada a través de leyes y decretos con rango de Ley y por los definidos como Planes de la Patria a los cuales se les ha dado carácter legal supra constitucional.

En Venezuela se ha presentado un aumento en el índice de precariedad laboral, entre los años 1997 y 2008 la cantidad de trabajadores con un empleo precario se ha incrementado en 61%, de 0,35 a 0,42 en el índice respectivo, es decir, de 4,5 a 7,3 millones de ciudadanos tienen menor calidad en sus trabajos (Zúñiga, 2011). Según las cifras oficiales la tasa de desempleo entre septiembre y octubre de 2015 es del 6,7%<sup>16</sup>, pero hay que tomar en cuenta que para las organizaciones oficiales venezolanas un ciudadano que lava coches esporádicamente o está en un semáforo limpiando vidrios, o vendiendo en la calle forma parte del sector productivo de la economía informal, y por lo tanto se contabiliza como trabajador. Si se considera el desempleo como la masa poblacional con edad para la actividad laboral, que no cotiza a la seguridad social, la estimación de la tasa de desempleo aumenta considerablemente.

### Aspectos conceptuales

Cuando se habla de migraciones internacionales, es inevitable entrar en un espacio complejo, lleno de distintas vías que pretenden conseguir una definición y explicación concreta sobre los procesos migratorios y sus aspectos vitales. Las

migraciones internacionales son fenómenos sociales multidimensionales, tan poliédricos y multifacéticos, tan diversos en su composición, tan volátiles en sus dinámicas, tan complejos en sus causas y efectos en origen y destino, que han terminado por despertar el interés de diversos especialistas, de diversas disciplinas y de distintas corrientes de interpretación teórica (Fernández, 2013: 2).

No hay fórmula que dé un resultado exacto, sigue siendo difícil encontrar un concepto único para los estudios migratorios (Castles, 2010) No se dispone de un marco conceptual común que dibuje un escenario homogéneo para la formulación de preguntas de investigación que encuentren la totalidad de la explicación de por qué se movilizan las personas, por qué se desarrolla de una u otra manera el proceso que va implícito en la movilidad humana, y sus respectivas consecuencias.

En este sentido, entre todas las aristas incluidas en el estudio de las migraciones, se debe poner énfasis tanto en la conducta del individuo como en el entorno del cual es parte. El núcleo del que depende o la motivación principal por la que se origina la movilidad humana podría resumirse en una premisa: “mejorar la vida presente” (Malgesini, 2012) Existen teorías que intentan dar explicación sobre los motivos de este fenómeno, abordando distintas perspectivas. Entre ellas se presenta la de Ravenstein, el cual desarrolla la teoría “pushpull”, que aporta 12 principios de los que mencionaremos algunos: La principal causa de las migraciones son las disparidades económicas y el móvil económico predomina entre los motivos de las migraciones.

Los migrantes que se desplazan a distancias largas generalmente van con preferencia a uno de los grandes centros del comercio o de la industria. Las migraciones se producen escalonadamente. El proceso de dispersión es inverso al de absorción y exhibe características similares. Cada corriente migratoria produce una contracorriente compensadora. La mayoría de los migrantes son adultos. Sus postulados son de fines del siglo XIX, pretendían explicar los desplazamientos humanos masivos de europeos hacia el Nuevo Mundo (Australia, Estados Unidos, Canadá, Argentina, Venezuela, entre otros). Los llamados factores de expulsión, no

son otra cosa que las razones que empujaban a los individuos a dejar sus lugares de origen, en ese caso la crisis y la situación económica negativa que imperaba en el sur de Europa, lo cual sólo garantizaba pobreza y escasas posibilidades de vivir dignamente.

Por otro lado, la teoría de las redes migratorias también ayuda a entender este fenómeno, nos permite comprender, dentro de esta concepción contemporánea, la importancia de las redes familiares y de amistad, tanto de la migración interna, como de la internacional. Estos lazos interpersonales conectan migrantes, ex migrantes y no migrantes, en origen y destino. Animán a la migración circular y a reducir los riesgos de la migración (Tilly & Brown, 1967).

En este sentido, es preciso destacar que el venezolano no tiene cultura migratoria, por lo que ha estado desprovisto de experiencia y redes bien formadas que apoyen su proceso de acogida, en comparación a otros colectivos de inmigrantes latinoamericanos como el boliviano, ecuatoriano o peruano, por ejemplo. A los migrantes, con su anhelo de volver al país de origen, los acompañará frecuentemente el mito del retorno, sobre todo en la primera fase de su estancia en el exterior (Varona & Daolio, 1995) a menor distancia recorrida con la migración, mayor frecuencia en los casos de retorno; a mayor duración de la estancia de los emigrantes en el lugar de destino, menor probabilidad de retorno; y la alteración del equilibrio económico entre los lugares de origen y destino afecta al volumen de la migración de retorno (Bovenkerk, 1974:8, cit. en Castillo, 1997: 29).

Esta visión de la teoría económica sobre la decisión del retorno presenta grandes limitaciones porque deja a un lado factores no económicos, como los sentimientos del emigrante y las relaciones familiares que implican un potencial emocional determinante en la decisión de retorno. Por ejemplo, la teoría neoclásica indica que el retorno es monolítico y homogéneo, lo limita a necesidades salariales y laborales (Varona & Daolio, 1995). Según la teoría de las redes sociales, la decisión de retorno depende de los vínculos económicos y sociales que hayan

creado los migrantes y la posibilidad de desarrollo en el país de origen (Cassarino, 2000).

### Conclusión

Con este trabajo se ha hecho un acercamiento a la situación de Venezuela en alguno de sus elementos fundamentales, aportando datos para la comprensión y reflexión de su posible incidencia en el fenómeno migratorio venezolano. El estudio logró conocer las percepciones de inmigrantes venezolanos en España, en base a distintas dimensiones: Trayectoria migratoria; Educación; formación y situación laboral; Participación en redes; Situación socioeconómica en Venezuela; y Retorno, de las cuales se obtuvieron interesantes hallazgos que ratifican la nueva realidad migratoria. El análisis de las percepciones recogidas confirma que el grave deterioro del país constituye un motivo más que suficiente para la migración, lo que se confirma en los acontecimientos que van sucediendo a diario en Venezuela.

El proceso migratorio venezolano presenta un cambio de patrón indiscutible. Durante el siglo XX Venezuela se consolida como un país receptor de inmigrantes provenientes de Europa y América Latina, en su mayoría. Durante ese período, hubo algunos movimientos de emigración que respondían a situaciones políticas y económicas puntuales. A principios del siglo XXI la emigración venezolana empieza a configurarse como una nueva realidad en la historia contemporánea de Venezuela. Hoy, transcurridos 16 años del cambio de siglo, con el 5% de la población venezolana convertida en inmigrantes, se confirma este cambio de patrón migratorio. Dicho fenómeno exige una nueva forma de mirar nuestro futuro como nación, ya que los migrantes venezolanos siguen capacitándose en el exterior, aportando sus conocimientos y profesionalismo en empresas extranjeras, lo cual produce efectos positivos a largo plazo en una posible reconstrucción de Venezuela.

### Referencias

Achotegui, J. (2008): Migración y crisis: el síndrome del inmigrante con estrés crónico y múltiple (síndrome de Ulises). AVANCES En Salud Mental Relacional, 7(1).

Area, L., Guánchez, A., & Sainz, J. (2001): Las Migraciones Internacionales en la Legislación Venezolana. Cronología y Documentación (1830- 2000). Caracas, Instituto de Altos Estudios Diplomáticos Pedro Gual, Ministerio de Relaciones Exteriores.

Baiza, R. (2009): Del golpe de estado al Socialismo Bolivariano: primer período de transición del comunismo o de la construcción del socialismo. In Seminario Conflictos de Significados y Valoración de la Democracia en Venezuela. Caracas, Centro Gumilla y el Instituto Latinoamericano de Investigaciones Sociales (ILDIS).

Bautista, D. (2002): La política venezolana desde 1899 hasta 1958. Caracas: Universidad Católica Andrés Bello.

Canova, A., & Herrera-orellana, L. (2014): El TSJ al servicio de la Revolución. Caracas, Editorial Galipán.

Castillo, J. (1997): Teorías de la migración de retorno. In A. Izquierdo

# ASISTENCIA TECNOLÓGICA PARA RETOMAR LA CONEXIÓN COMUNICACIONAL EN FAMILIAS CON MIEMBROS QUE HAN REALIZADO EMPRENDIMIENTO MIGRATORIO

Thais Del Valle Belo Hernández<sup>12</sup>

## Introducción

De acuerdo con la Agencia de la ONU para los Refugiados (ACNUR) y la Organización Internacional para las Migraciones (OIM), son más de cuatro millones los migrantes y refugiados venezolanos hasta 2020. En más de 90 países se hallan situados los conciudadanos cuya decisión de irse de su país natal los ha llevado a interrumpir sus carreras, pero, sobre todo, sus relaciones familiares y afectuosas.

Motivos asociados con pobreza, hiperinflación, escasez de artículos de primera necesidad, carencia de servicios públicos e incoherentes políticas de gobierno hicieron que muchos venezolanos cruzaran las fronteras y se establecieran en otras naciones tras la búsqueda de nuevas oportunidades para ellos y su núcleo familiar. Países como Colombia (más de 1,3 millones), Perú (768.000), Chile (288.000), Ecuador (263.000). Argentina (130.000) y Brasil (168.000) han sido los principales receptores en Latinoamérica, aunque también se han considerado también México, Bolivia y Panamá con menor número de migrantes.

---

<sup>12</sup> Psicólogo egresado de la Universidad Bicentenaria de Aragua. [thaisbelo.uba@gmail.com](mailto:thaisbelo.uba@gmail.com)

La consecuencia más significativa es el éxodo masivo padres y madres, hijos, hermanos, tíos, abuelos, familias enteras y, la ausencia que cada uno deja en su hogar. Tras ello, el impacto emocional es significativo y trascendental, al punto de que, de no tratarse, podría originar una gran depresión y desencadenar otro tipo de trastornos y/o alteraciones. Hasta ahora, se conocen las consecuencias psicológicas en niños de padres separados por abandono durante la primera etapa de su vida, por ausencia de padre o madre por fallecimiento, entre otros, pero no a profundidad por separaciones forzadas de este tipo, es decir, a causa de la migración, pues los estudios se han destinado a valorar otros temas de igual interés. Se trata de un fenómeno social reciente que apenas comienza a profundizarse en Venezuela y está a sufrir la debacle.

Cada familia, a su manera, ha establecido sus mecanismos de comunicación para tratar, al menos, de cubrir sus necesidades físicas, emocionales y afectivas, sin embargo, no siempre es posible. Tal parece que durante fechas importantes (cumpleaños, aniversarios, Navidad o Año Nuevo) las llamadas, las fotos o los mensajes compartidos a través de las redes sociales no son suficientes. Esto, por supuesto, en aquellas familias que cuentan con los medios precisos para mantener este tipo de contactos y que se ven limitadas por las constantes fallas eléctricas o del servicio de internet; hay otras que no tienen teléfonos inteligentes ni computadoras, o desconocen su uso, lo que coarta, aún más, la posibilidad de estar cerca de los suyos.

De esta realidad surge la idea de emprender una investigación de tipo cualitativa, ya que se pretende dejar un conocimiento distinto y complementario acerca del tema y sentar bases para futuros estudios. El propósito es enfatizar en aspectos individuales la experiencia humana y capturar las similitudes de los casos, describiendo cada situación, interpretando sus diferencias y contribuyendo al entendimiento de la realidad planteada. Pese a que contempla variables que no pueden ser determinadas y agrupadas con facilidad, es posible hacer una

clasificación y explicar el comportamiento que impacta en las emociones del individuo para dar la debida asistencia psicológica usando la tecnología.

Como objetivo general se establece el siguiente: detallar un plan de trabajo con asistencia tecnológica para retomar la conexión comunicacional en familias con miembros que han realizado emprendimiento migratorio; para alcanzarlo se establecen tres objetivos específicos: identificar los conflictos generados cuando no se da la comunicación y la frecuencia con que esto ocurre, mencionar las causas que generan situaciones de estrés o angustia en los miembros de la familia para poder guiar la explicación de la razón de las decisiones tomadas y organizar encuentros familiares y establecer comunicación con miembros migrantes para observar su interrelación.

El tema cada día toma más importancia como resultado de la salida masiva de venezolanos del país, principalmente porque la familia es la más vulnerable, pero sobre todo por la transformación que el hecho esconde. Las promesas que encierra la decisión “nos vemos pronto”, “dentro de poco volveremos a estar juntos”, “yo vendré cada dos años”, entre otras frases igual de irreales, pierden aún más sentido cuando la comunicación deja de ser constante y esto a generar emociones intermitentes. Por esta razón es que la migración se ve destinada a catapultar cambios en las familias que se estaban produciendo o que comenzaban a aparecer.

A continuación, se presenta concretamente la fase teórica, que sustenta el tema desarrollado. Artículos de prensa, reportajes, estudios sociológicos, entrevistas y testimonios aportan datos relevantes que vale la pena destacar para comprender la situación migratoria actual.

### Metodología

Para esta investigación cualitativa se hará un estudio descriptivo que permita conocer una situación que ocurre en condiciones naturales. No se considerarán hipótesis causales sino la descripción y distribución de variables presentes en el fenómeno mencionado. Para ello se desarrollarán los datos fundamentados en el diseño fenomenológico que, de acuerdo con Hernández Sampieri (2014) “describen

experiencias comunes y distintas y las categorías que se presentan frecuentemente en las experiencias". Se basa en responder preguntas sobre la esencia de las experiencias, es decir, "lo que varias personas experimentan en común respecto a un fenómeno o proceso".

Las técnicas de recolección de información serán entrevistas a migrantes y sus familiares más allegados. Interesa la experiencia de cada uno para determinar cuáles son las secuelas del proceso migratorio vivido y cómo ha impactado en sus familiares, así como lo que les impide estar en comunicación constante. Igualmente, se usará la entrevista, la cual estará dirigida a psicólogos y sociólogos que hayan trabajado el tema los últimos cinco años, pues probablemente manejen datos y estadísticas que sumen a esta investigación.

La propuesta de intervención psicológica en este caso, conociendo someramente las secuelas del proceso, se basaría en la escucha activa: el migrante necesita ser escuchado al desahogarse y esta habilidad es fundamental para iniciar la alianza terapéutica. Se incluye la psicoterapia, para conseguir empatía entre las partes y asegurar que todas hablen el mismo idioma, es decir, tengan conocimiento de la situación real.

Específicamente se difundirá un plan de trabajo con asistencia tecnológica para retomar la conexión comunicacional en familias con miembros que han realizado emprendimiento migratorio, basado en las técnicas indicadas, el cual se alcanzará identificando los conflictos generados cuando no se da la comunicación y la frecuencia con que esto ocurre, mencionando las causas que generan situaciones de estrés o angustia en los miembros de la familia para poder guiar la explicación de la razón de las decisiones tomadas y organizando encuentros y estrategias familiares y establecer comunicación con miembros migrantes para observar su interrelación.

Son necesarias la intervención y la asistencia psicológica a través de centros de apoyo que no solo ofrezcan ayuda al migrante y su familia en el país receptor sino en el país emisor, esto para que los mismos problemas de salud mental no

sean transferidos al resto y causen un verdadero problema de salud pública. La importancia de la creación de una red de asistencia tecnológica es minimizar las secuelas del proceso migratorio y evitar traumas durante y después de la toma de decisiones asociadas al tema.

Lo primero que debe ocurrir es que las autoridades sanitarias, en conjunto con el departamento de migración, tomen medidas sobre el caso, evalúen las causas y brinden verdaderas oportunidades al venezolano que le permitan permanecer en su país y desistir de la idea de abandonar su familia y sus pertenencias. El venezolano, particularmente, estaba acostumbrado a ser receptor de inmigrantes que llegaban de todos los países a iniciar una nueva vida hasta constituirse como tal en este país que ofrecía múltiples oportunidades y que siempre ha tendido la mano al extranjero. Hoy en día, causante de muchos desequilibrios emocionales, en la xenofobia, fenómeno que acecha al criollo en países como Perú y Ecuador, principalmente, donde el venezolano es señalado y agredido.

### **Antecedentes**

Investigaciones amplias y de gran trascendencia acerca del tema no han sido publicadas, lo que no quiere decir que no se hayan hecho. Sobre todo las universidades con escuelas de Psicología y Psiquiatría son las que lideran estos estudios que sientan base para futuras exploraciones científicas y académicas.

No obstante, de acuerdo con cifras obtenidas de la Red Internacional de Migración y Desarrollo (2008) con respecto a la migración internacional desde México, “el número de migrantes hacia Estados Unidos entre 1995 y 2000 fue de 66.790 siendo el 79.3% hombres y el 23.7% mujeres lo que constituye el 4.09% de migrantes respecto al total nacional; se trata de un estudio iniciado para conocer algunas consecuencias psicológicas en niños y adolescentes en el que se hallaron las siguientes: conducta externalizada, depresión y ansiedad.

Asimismo, un diario nicaragüense publicó en 2013 los resultados de un estudio realizado por la organización Nicas Migrantes que refleja que el estrés, el dolor de cabeza, la depresión y la violencia intrafamiliar están relacionados y tienen su origen

en familias cuyos miembros han migrado. La reseña atribuye estos padecimientos a preocupación por separación familiar, cambio de jefatura en el hogar, poca comunicación entre los familiares, nuevos roles dentro de la familia y falta de cariño.

Es oportuno destacar que la costumbre del venezolano ha sido recibir inmigrantes a lo largo de la historia: colombianos, italianos, libaneses, peruanos, españoles, portugueses, entre otros. Todos venían a Venezuela. El porcentaje de venezolanos que se iba del país era muy bajo. Este nuevo fenómeno tiene sus raíces en el gobierno actual, por lo que todo lo que acontece es prácticamente nuevo. Desde los años 70, Venezuela fue receptor de colombianos, por ejemplo, que huían del conflicto armado o que buscaban oportunidades económicas. Hoy muchos colombianos se quejan por la llegada masiva de venezolanos a su territorio.

Expertos aseguran que este fenómeno migratorio se ha convertido en uno de los principales factores de división familiar en el país durante los últimos 15 años, pues registros antiguos no reseñan características similares del tema.

Si bien el contenido de este artículo no da a conocer los resultados de una investigación empírica, sí compila la revisión teórica de estudios realizados en distintos países con respecto a la migración y su impacto en las familias, principalmente es el ámbito psicológico. La migración, considerada el fenómeno psicosocial más importante en los últimos diez años en Venezuela, requiere investigar la complejidad de los distintos factores presentes tanto en la sociedad de origen como en la sociedad receptora y ello amerita la comparación con otras naciones donde este proceso sí es más común.

Los investigadores del proyecto FAMILIFE investigaron sobre la vida de los migrantes y sus familiares tanto en Europa como en su país de origen. La coordinadora del proyecto, Helga A.G. de Valk, tomó como ejemplo los patrones de divorcio, indicó que “el divorcio en Turquía es ahora mucho más común que en la década anterior. No obstante, este fenómeno varía notablemente en función de la región y de la magnitud del cambio en el comportamiento demográfico relativo a las relaciones al que uno esté expuesto”. Atribuyó al factor cultural, entre otros, la forma

como se empiezan a descomponer los lazos familiares, lo que hace que varíen las consecuencias psicológicas.

Otro estudio que aborda someramente el tema, pues se enfoca en el sufrimiento psicológico y malestar emocional en las personas migrantes sin hogar, señala que los datos más sólidos acerca de la relación entre salud mental y personas sin hogar a nivel internacional, sitúan la prevalencia de los trastornos graves entre el 25% y el 35%. La investigación añade que “los enfoques actuales enfatizan en la situación social que vive la persona y en el estrés como posibles desencadenantes de problemáticas de salud mental”.

En la mayoría de los casos revisados, mencionan el Síndrome de Ulises (síndrome del inmigrante con estrés crónico y múltiple), “que relaciona el estrés con las condiciones de vida en las que se tienen que desenvolver las personas (soledad, fracaso migratorio, lucha por la supervivencia y miedo)”. Ante la ausencia de una red de apoyo social y psicológico, es posible abordar los casos a través de la asistencia tecnológica, especialmente cuando es el espacio físico el detonante de la tristeza y la depresión. Ya conocidos los motivos que desencadenan situaciones de separación familiar, es posible elaborar un plan que permita la conexión comunicacional entre el migrante y sus seres queridos y disminuya el impacto emocional a causa de la distancia.

### **Difundir un plan de trabajo con asistencia tecnológica para retomar la conexión comunicacional en familias con miembros que han realizado emprendimiento migratorio.**

Identificar los conflictos generados cuando no se da la comunicación y la frecuencia con que esto ocurre.

Terapia Familiar Sistémica

Entender las necesidades de cada miembro de la familia y aprovechar los puntos fuertes para impulsar los cambios

Se requiere la presencia de los familiares más cercanos al migrante. Además de lápices, hojas en blanco y fotografías

120 minutos de terapia. Narración de hechos, juegos familiares

Mencionar las causas que generan situaciones de estrés o angustia en los miembros de la familia para poder guiar la explicación de la razón de las decisiones tomadas.

Psicoeducación familiar

Reforzar roles y crear redes sociales que sirvan de apoyo emocional, pese a la distancia

Se requiere la presencia de los familiares más cercanos al migrante. Computadoras, teléfonos inteligentes, conexión a internet o línea telefónica fija.

120 minutos de terapia. Interacción individual del terapeuta con cada miembro de la familia afectado, o los más vulnerables.

Organizar encuentros y estrategias familiares y establecer comunicación con miembros migrantes para observar su interrelación.

Terapia Grupal

Retirar la atención a las emociones negativas, evitar conflictos, reducir el estrés, motivar la comunicación amena.

Se requiere la presencia de los familiares más cercanos al migrante. Además un espacio cómodo para conversar e interactuar.

120 minutos de terapia. Análisis grupal, rompecabezas, ejercicios de construcción de confianza

Se detalla en la propuesta de intervención psicológica: Los movimientos migratorios que se vienen dando en Venezuela desde hace unos años, sin duda, han dejado secuelas no solo en el migrante sino en sus familias y, por ende, ha originado cambios desde todo punto de vista. Las repercusiones han sido psicológicas, sociales, culturales y económicas y es así como en cada sistema las características varían. El proceso adaptativo de los millones de personas que han dejado el país es complejo y el de sus familiares también, por eso la insistencia en crear redes de apoyo para dar asistencia adecuada a quienes lo necesiten usando los medios tecnológicos disponibles. La razón y la justificación están en las distintas investigaciones que se han realizado y que han asomado el impacto en la salud mental del migrante y la aparición de diferentes trastornos emocionales.

### Revisión Teórica

#### **Las emociones mal controladas conducen a la separación**

El estudio de los procesos migratorios ha tomado una perspectiva socio-psicológica que resulta imprescindible para comprender la complejidad y la dimensión que tiene para cualquier persona abandonar su país, cultura, modo de vida, sus amigos y su familia y todo lo que tuvo significado. La comunicación constante es el salvoconducto para quienes tuvieron la valentía de emigrar, ya que son los que llevan el peso de la responsabilidad sobre sus hombros. La única forma que tienen para estar cerca de los suyos y recordarles que están presentes pese a la distancia es mediante la tecnología: redes sociales, teléfonos celulares, videollamadas; sin embargo, el proceso interno, que abarca lo sentimental y emocional, debe, igualmente, ser muy bien tratado, para evitar que pierda sentido en enlace con medios de apoyo.

Los diferentes estudios que se han hecho sobre los efectos de la migración de un familiar en los niños y adolescentes que quedan en el país de origen, concluyen que las secuelas son tanto psicológicas como físicas. En Venezuela esto último ya se evidencia, lo que ha traído como consecuencia los siguientes resultados: el 67%

de las personas que tienen familiares migrantes, consultadas para un estudio, sufre de estrés, 58% de depresión, 39% de dolores de cabeza y un 5% de violencia intrafamiliar. Este escenario permite establecer la realidad existente en el país y plantea el reto de descubrir los cambios que se han originado en la estructura familiar y que ameritan asistencia psicológica.

Expertos aseguran que este fenómeno migratorio se ha convertido en uno de los principales factores de división familiar durante los últimos 15 años, pues registros antiguos no reseñan características similares del tema. Venezuela está por encima de Afganistán, Myanmar, Somalia y Sudán del Sur en cuanto a los índices más altos de desplazamiento en todo el mundo, de acuerdo con estudios publicados desde la Oficina de Naciones Unidas para los Refugiados (Acnur).

Los psicólogos aseguran que son procesos complejos los que envuelven tanto al inmigrante como a sus familias porque trae consigo una serie de fenómenos que requieren ser tratados: abandono, orfandad emocional, vacío existencial, carencias afectivas y divorcios, sobre todo porque se convierten en problemáticas que parecen no tener otra solución que la separación de las partes. El que emigra debe hacer una movilización de sus recursos psicológicos para preservar su identidad y quizás este cambio no lo entiendan sus familiares, por lo que la terapia conjunta para entender cada proceso es necesaria.

Además, hay que destacar los sentimientos que rebotan en la persona que migra cuando, después de un proceso de negación, debe aceptar que la decisión trae consigo metas trazadas y que no puede dejarse llevar por la sensación de culpa de haber dejado a los suyos. En medio de este trance, padece de soledad, atraviesa diferencias culturales, arrastra el estrés por conseguir pronto un trabajo y lucha con la ansiedad por la separación de los suyos. Todos estos síntomas se engloban en lo que los investigadores llaman "Síndrome de Ulises".

Aunque cada inmigrante tiene un motivo particular para abandonar su país, la más común termina siendo mejorar las condiciones económicas y el deseo de encontrarse y vivir nuevamente con sus familiares y amigos establecidos

previamente en el país receptor, al menos así lo reseñan distintas encuestas encontradas en la web y publicadas en periódicos digitales. Este escenario es un punto a favor de la intervención psicológica oportuna, porque teóricamente hay cómo sustentar lo que experimentan el ser humano “que deja” y “que es dejado”

### Referencias

- ACNUR, (2019). Refugiados y migrantes de Venezuela superan los cuatro millones.  
UNHCR ACNUR. Estados Unidos. Recuperado en <https://n9.cl/nxb6b>
- Hernández, F. (2007). Los efectos psicológicos de la migración. España. Recuperado en [http://www.infocop.es/view\\_article.asp?id=1557](http://www.infocop.es/view_article.asp?id=1557)
- Lara, R. (2013). El impacto de la migración en la familia. El Nuevo Diario. Nicaragua. Recuperado en <https://cutt.ly/nt3VUMc>
- Navarro, M. (2014). Sufrimiento psicológico y malestar emocional en las personas migrantes sin hogar. Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría. España. Recuperado en <https://cutt.ly/vt3BYWn>
- Orozco, A. (2013). Migración y estrés aculturativo: una perspectiva teórica sobre aspectos psicológicos y sociales presentes en los migrantes latinos en Estados Unidos. Universidad Nacional Autónoma de México. México. Recuperado en <https://cutt.ly/Ct3VX8p>
- S/A. (2019). La migración y sus efectos en la familia. Servicio de Información Comunitario sobre Investigación y Desarrollo (CORDIS). Comisión Europea, proyecto FAMILIFE. Europa central. Recuperado en <https://cutt.ly/bt3Blgl>
- Vásquez, V. (2010). La migración de los padres de familia y su incidencia en la pérdida de año de los estudiantes. Universidad Tecnológica Equinocial. Ecuador. Recuperado en <https://cutt.ly/4t3BDVh>
- Zabala, J. et al. (2008). Migración: algunas consecuencias psicológicas en niños y adolescentes de dos municipios del Estado de Zacatecas. Revista Investigación Científica. México. Recuperado en <https://cutt.ly/Jt3VbUz>

# INTERVENCIÓN DE APOYO PSICOEMOCIONAL A DOCENTES EN CRISIS HUMANITARIAS

Wilson Reyes<sup>13</sup>

## Introducción

Desde el final de la Guerra Fría se habla de un tipo de crisis humanitaria, conocida como emergencia humanitaria compleja (emergencia política compleja). Este nombre fue dado a finales de los años 80 por las Naciones Unidas para describir el carácter diferenciado de las grandes crisis que han surgido desde entonces. Son causadas por la combinación de diversos factores como lo son el desmoronamiento de la economía formal y de las estructuras estatales, los conflictos civiles, las hambrunas, las crisis sanitarias y el éxodo de la población.

Se les da el calificativo de “complejas” por la diversidad de sus causas, que se encuentran en la interrelación de diversos factores políticos, económicos y socioculturales; por el carácter omnicomprensivo de su impacto, que afecta gravemente a todos los órdenes de la vida, con un fuerte efecto destructivo y desestructurador; y por último, por la consiguiente necesidad de que la respuesta internacional se base en un mandato múltiple, que permita actuar en varios frentes, como son la acción humanitaria, la diplomacia de alto nivel, o incluso el uso de la fuerza armada para el mantenimiento de la paz.

Actualmente en Venezuela se vive una crisis que describe las características de una emergencia humanitaria compleja como lo son, el debilitamiento y fragmentación del Estado, el hundimiento de la economía formal y el auge de la

---

<sup>13</sup> Psicólogo egresado de la Universidad Bicentenaria de Aragua

economía informal articulada mediante redes clandestinas, ocasionando escases de alimentos, de medicamentos, de productos de primera necesidad, la pérdida del valor monetario, el incremento de la inflación, etc.

El conflicto civil-político, con implicaciones internacionales, alentado por la exacerbación identitaria política y por diversos factores. La hambruna, como proceso de incremento de la desnutrición, la pobreza y las epidemias, ocasionado por los altos costo de vida o mecanismo de despojo de los sectores vulnerables. El éxodo y las migraciones forzadas ocasionadas por la necesidad de buscar mejor calidad de vida, de ayuda, lo que origina oleadas de refugiados en otros países, separación de seres queridos, abandono de puesto de trabajo, debido a la descompensación monetaria en los trabajadores y la búsqueda de una mejor opción para reinventarse y subsistir a la crisis económica que se vive.

Todas estas circunstancias impactan emocionalmente a la población, incrementando los signos de sufrimiento psicológico ocasionando, aflicción, miedo, depresión, ansiedad, tristeza, rabia, desasosiego, estrés, etc.; que pueden llevarlos hasta la muerte o al suicidio por no saber autogestionar sus emociones en situación de crisis. Por tales razones es bueno comprender por qué es importante que los individuos en estas circunstancias aprendan a conocer sus propias emociones y las logren controlar y puedan tener la capacidad, para gestionar el estrés y sus emociones indeseables, para automotivarse y así poder persistir en la persecución de objetivos frente a las dificultades del entorno, etc.; y finalmente logren adaptarse al entorno con eficacia, agilidad para conseguir su supervivencia y mantenimiento como especie y su reinserción social.

La compleja crisis humanitaria en Venezuela afronta consecuencias dramáticas en el componente Docente. Según la Comisión de Los Derechos Humanos (DHH) de la Organización de Naciones Unidas (ONU) Venezuela vive una crisis humanitaria donde más del 85% de insumos básicos están escasos. Razón por la cual sectores de educación (docentes) están viviendo la crisis en sus planteles, a lo que se une la descompensación monetaria y de incentivos laborales,

los cuales son parte de los principales motivos del impacto emocional que los docentes viven en estas situaciones, es por ello que es necesaria una intervención psicoemocional para apoyar a este gremio, brindándoles alternativas y herramientas de empoderamiento que les permitan coexistir en esta realidad en la que se encuentran.

En estos últimos años la Unicef viene trabajando en alianza con los colegios a través de un personal multidisciplinario en la intervención psicoemocional del gremio docente ofreciéndoles alternativas y herramientas de empoderamiento. Esta intervención psicoemocional brindada por este grupo multidisciplinario está basada en tres teorías relevantes, como lo es la teoría de la Logoterapia de Viktor Frankl que consiste en una psicoterapia que propone que la voluntad de sentido es la motivación primaria del ser humano, la cual se centra en el significado de la existencia humana, así como en la búsqueda de dicho sentido por parte del individuo.

Esta psicoterapia es aplicada a través de la creación de un programa de intervención, el cual es puesto en práctica a través de aplicaciones que se puedan utilizar como por ejemplo el WhatsApp, Telegram, etc. El proceso de intervención busca establecer un sentido y significado a ese momento en el cual el docente entra en la institución y se logra cuando los docentes reúnen en una sola palabra, eso que para ellos tuvo significado para estar presente en ese lugar, con el objetivo de lograr su permanencia en su labor y que para ellos tenga un sentido existencial con respecto al estar presente en su vocación y en lo que están haciendo actualmente; apelando a este sentido o significado que toma esa palabra con la ayuda de una aplicación en el teléfono, puedan ver esa sola palabra y logren recordar los motivos que los mantiene allí, como ese primer encuentro, esa primera motivación que ellos tuvieron para lograr estar allí.

Otra teoría relevante es la de Inteligencia Emocional de Daniel Goleman, la cual explica que el éxito de una persona no depende en un 100% de su coeficiente intelectual, sino que lo más importante, es el nivel de inteligencia emocional. Con esta

teoría como basamento de esta intervención psicoemocional para los docentes en estas circunstancias, busca es tener ese conocimiento consciente con respecto a la parte racional y cognitiva que tienen que ver con la información o la formación de esos elementos que tienen que ver con la biología del cerebro y de conocer cada una de las emociones, etc.

Para ello se ha ido trabajando a través de infografías, con mensajes o con tips que tengan que ver con conocer las emociones, con imágenes muy divertidas que expresen lo que se quiere que las personas conozcan como, por ejemplo, los neurotrasmisores, toda esa parte bioeléctrica y funcional del cerebro y las emociones; para que las personas tomen de esa información y puedan empoderarse y puedan decidir qué emoción manejar y como gestionarla de la mejor manera. Las herramientas utilizadas para llevar a cabo este tipo de intervención son el Telegram, Facebook, etc.

Y por último tenemos la teoría de Michael Rutter el cual define resiliencia como la resistencia relativa al riesgo psicosocial, sin necesariamente esperar un resultado positivo, sino más bien enfocado en la forma o proceso en que la persona enfrenta el riesgo. Este aspecto es fundamental en este trabajo de intervención para el docente el cual se ha puesto en práctica a través del diseño de un plan de empoderamiento dirigido a los docentes para que trabajen con los alumnos desde su sistema nervioso central, periférico y somático desde el punto de vista de la resiliencia, para ver como aprendimos lo que aprendimos, ya que es un proceso de metacognición para tener presente las fortalezas resilientes que son naturales y que vienen desde la formación en el vientre de la madre.

Con la puesta en práctica de estas tres teorías de manera conjunta para lograr incluirlo en este programa de intervención enfocadas en la inteligencia artificial se han utilizado para su reproducción los medios electrónicos tradicionales como WhatsApp, Telegram, Facebook para interactuar a distancia con los docentes que estén en zonas aisladas, Instagram para publicación de imágenes, canciones

Youtube, además modelos de participación de los docentes por reuniones por video conferencia con aplicaciones como Zoom o Skype.

### Conclusión

Este trabajo pretendió comprender la autogestión de emociones de los docentes en circunstancias de emergencia humanitaria compleja, para así saber la importancia que tiene que el individuo sepa autogestionar sus emociones de forma positiva en situaciones de crisis y cómo esto disminuye los efectos dañinos sobre este gremio en estas circunstancias.

### Referencias

- Fernández, V. (2015). Evaluación de la salud laboral docente: estudio psicométrico del cuestionario de salud docente. Universitat Ramon Llull
- García, M; Gil, J y Valero, M (2007). Psicología y desastres: Aspectos psicosociales. Castelló de la plata. Universitat Jaume-I
- OCIOGUNE (2012). El ocio transformador, resignificaciones y tendencias del ocio en tiempos de crisis. Bilbao. Cátedra Grupo Santander Ocio y Conocimiento.
- Organización Panamericana de la Salud (2006). Guía práctica de salud mental en desastres. Washington, D.C. OPS.
- Pérez, I. (2015). Regulación Emocional y Experiencias Positivas: un camino hacia la felicidad. Barcelona. Universitat de Barcelona.
- Reyes, M. (2015). Regulación emocional en usuarios con trastorno de ansiedad generalizada. México
- Sanz, S. (2003). Estrategias de afrontamiento del Impacto emocional y sus efectos en Trabajadores de emergencias. Universidad Nacional de Rosario. Facultad de Psicología.



UNIVERSIDAD  
BICENTENARIA