

CRISI ECONÒMICA O MANCA DE CONFIANÇA

Efectes psicològics de la crisi econòmica (Conferència donada en la Escola Universitaria de Sabadell- UAB)

Avui dia hi ha éssers humans que es troben en un estat crític degut a la situació econòmica que ens toca viure.

Mentre l'economia era molt favorable per a la majoria, això donava grans possibilitats de consumir tot allò que es volia, inclòs més del que la pròpia economia li permetia a cadascun. Les entitats financeres donaven tot tipus de facilitats sense haver-se de preocupar per les possibles conseqüències dels deutes adquirits.

Quan fa uns mesos el sistema econòmic va començar a fer fallida, comencen a caure sectors econòmics molt importants en el nostre país i les economies familiars es veuen amenaçades. Les persones comencen a perdre confiança en el sistema i, de retruc, en sí mateixos ja que es depèn massa d'ell per manca d'autonomia. Comencen els malestars: inseguretat, estat d'ansietat i angoixa, depressió, etc., degut a la por de no poder afrontar els pagaments o de perdre la feina.

Davant d'això és important assumir, de forma **responsable**, els efectes de la crisi i actuar en conseqüència per aconseguir seguretat i confiança en un mateix. Quan dic de forma responsable em refereixo que la persona ha d'assumir la responsabilitat dels seus actes. Responsabilitat vol dir que quan fem una cosa ens atenem a les conseqüències i responen davant de qui sigui d'allò que em fet. Això cada vegada es dona menys i provoca seriosos problemes.

Confiança: En sociologia i psicologia social, és la creença en que una persona o grup serà capaç i desitjarà actuar de manera adequada en una determinada situació. La confiança es veurà més o menys reforçada en funció de les accions.

Podem parlar de certes actituds que afavoreixen l'enfrontament de la crisi positivament i que són generadores de confiança, i d'altres que són negatives i que produeixen efectes no desitjats.

Actituds positives:

- * Responsabilitat.
- * Seguretat en les pròpies decisions.
- * Autonomia e independència que augmenten la confiança.
- * Baixa dependència de l'entorn social.
- * Pertànyer a xarxes o grups socials.

Actituds negatives:

- * Inseguretat.
- * Indecisió.
- * Desmotivació.
- * Baixa autoestima.
- * Dependència de l'entorn.
- * Esperar que ens solucionin els problemes.

Hi ha el que es podria anomenar els factors psicològics de la crisi que tenen a veure amb el malestar i la por que pot provocar una situació d'inestabilitat. Si es parla de depressió econòmica i fem un símil amb el ésser humà trobem que, per alguna raó, en certes persones aquesta situació provoca incertesa i falta de seguretat. Lògicament, hi ha una base psicològica de l'individu que està afectada i, això, afavoreix el que puguin sorgir problemes o trastorns psicològics lleus, mai parlarem de estats greus si de base no hi ha un trastorn anterior que rebrota.

La situació entre la població és de molta dependència i qualsevol situació que pugui provocar inestabilitat fa que la gent se senti insegura i això pot

provocar un malestar que es transforma en problemes psicològics: ansietat, depressió, angoixa.

Aquests problemes psicològics encara que no són molt greus provoquen molt malestar que desequilibra la estabilitat del subjecte i això dona situacions traumàtiques que poden derivar en ansietat, estrès elevat, atacs d'angoixa, estat depressiu, insomni, falta de gana, desmotivació, etc. És cert que hi ha persones que davant d'aquesta situació aconseguen treure forces i superar les dificultats, però hi ha les que no. Les xarxes socials poden ser de gran ajuda sempre que l'individu es vegi recolzat afectiva i emocionalment. Hem de tenir en conte que en la societat actual la família ha passat de ser extensa, on l'individu es veia reforçat i tenia ajuda davant dels problemes, és a les famílies nuclears on hi ha una disminució dels lligams familiars i es generen situacions d'aïllament.

Això es veu agreujat en els casos de pares separats ja que en parelles amb poc recursos, si no hi ha un recolzament familiar suficient, és fa molt difícil la subsistència.

Quan es parla de **psicosi davant la crisi** podem dir que es relaciona la crisi amb situacions anormals, que és produeix pànic als esdeveniments. Sempre es considera que té relació a fenòmens poc reals, que les persones es deixen influir per una sèrie de fets que fan una reacció en cadena entre la població, però que ne el fons no es tan greu l'origen. Si parlem de psicosi des del punt de vista psicològic o psiquiàtric estem davant d'un trastorn mental que port esdevenir greu on alguns dels indicadors de la malaltia són les al·lucinacions, els deliris, la sensació de incompletut o de desintegració del propi cos. Aquests element podrien tenir certa similitud amb l'efecte de qualsevol esdeveniment catastròfic o traumàtic. Això es pot produir pel fet que la gent tem que pot desaparèixer el coixí que el podia sostenir en cas de caiguda, el que seria més convenient seria que l'individu tingui eines per enfrontar-se a qualsevol dificultat i sentir-se capaç de superar-la

Per tenir confiança l'individu ha de confiar en si mateix i en el sistema. Quan aquesta confiança en el sistema falla es dona una situació d'inseguretat i de por a afrontar de forma autònoma els problemes. Això pot donar-se per varies circumstàncies i hem d'analitzar alguns aspectes socials de vital importància que són: la **societat del benestar** i la **societat de consum**. La primera ens garanteix la nostra seguretat i el benestar social i econòmic a canvi de assumir uns compromisos socials amb la nostra cultura. La segona ens empeny a consumir.

La societat ens dona moltes facilitats per a consumir, genera tota una sèrie de mecanismes que ens fa que certs productes siguin bàsics, ens fan creure que si no estem a la última no som ningú. Hi ha un exemple que és molt il·lustratiu i és el del *cotxe últim model*: quan anem al concessionari a comprar un cotxe ens donen tota una sèrie de detalls sobre las ultimes millores tecnològiques que han incorporat al vehicle, i quan ja l'hem comprat, després de donar-nos totes les facilitats per pagar-ho, i anem tant contents amb el nostre cotxe nou trobem que es llança un nou model més actualitzat que el nostre i això ens produeix insatisfacció i frustració.

Com ja he dit abans ens deixem atrapar pel sistema que ens diu que podem tenir tot el que volem, el problema ve quan ens hem endeutat per sobre de les nostres possibilitats. Si hi ha bonança econòmica es probable que podem fer hores extra a la feina per assumir el pagament, però si es capgira la situació, com en la situació actual, no es poden incrementar el ingressos i, a les hores, es té un problema que derivarà en estrès i, fins i tot, malaltia.

L'endeutament de algunes famílies ha fet que ara que no es pot fer front degut simplement a que les hipoteques han pujat i algunes persones no poden pagar, els bancs han deixat de donar facilitat, pel fet de l'augment de la morositat i, això, a provocat que algunes persones han deixat el pis en mans del banc. Aquest fet fa que el mercat immobiliari es satura. L'estat, ha pres algunes mesures econòmiques, però el ciutadà que es troba amb dificultats no veu una solució immediata, la qual cosa, fa que perdi tota la

confiança, generant-li un estat depressiu i de desànim fort. No podem parlar d'una depressió greu però sí de cert malestar.

Quan la situació es publica als mitjans de comunicació, amb certs trets d'alarma social, fa que el que veu que en el seu entorn les coses venen maldades perdi la confiança i comenci a deixar d'invertir els seus diners i a mostrar por davant de noves possibles inversions.

Un altre fet és la **globalització** que ha contribuït negativament en alguns casos, com el cas de descentralització o trasllat d'empreses.

Actualment s'han donat uns fets que podem considerar significatius, és el fet de que entre el joves universitaris s'han produït fa poc dies uns fets terribles, no se si tenen raó o simplement és la manifestació d'un malestar que ens avisa que alguna cosa està passant.

Cites de Freud en la obra "El malestar en la cultura".

- *¿Qué es lo que los seres humanos quieren de su vida? Conseguir la felicidad, la dicha y mantenerla. Este es el programa del principio del placer. Si una situación de felicidad perdura solo se obtiene un ligero bienestar.*
- *Al sustituir el poder del individuo por el de la comunidad, sus miembros limitan sus posibilidades de satisfacción.*
- *La humanidad ha de buscar un equilibrio entre las demandas individuales y las exigencias culturales de la masa.*
- *La convivencia del ser humano se debe a la compulsión al trabajo y al poder del amor.*
- *F. Schiller dijo que hambre y amor tenían cohesionada la fábrica del mundo.*

Andrés Fernández
Psicòleg clínic Membre de l'IPB(Institut per a la Clínica Psico-Social Barcelona)

Sabadell, 2 d'abril de 2009