

## EMPLEO

## La tristeza entra en casa

Según el psicólogo Roger Puigdecenet, de Psigma, cuando el miembro de una pareja está en paro traslada al ámbito conyugal su tristeza y cansancio provocando una mayor conflictividad con la pareja y los hijos.

### LOS EFECTOS DE LA CRISIS

# La familia también sufre

El entorno de las personas en paro padece más ansiedad que los propios desempleados



Las madres con hijos en situación de desempleo son quienes más sufren ansiedad al ver frustradas las expectativas laborales de su familia

ROB LEWINE / TETRA IMAGES RF / GETTY IMAGES

#### Nuria Peláez

Con cerca de 6 millones de parados, la crisis social sería ya insostenible en España si no fuese por la red de apoyo informal que suponen las familias. Pero un estudio de la Obra Social La Caixa lo advertía ya hace meses: las familias españolas, que en los primeros años de crisis habían ejercido un papel amortiguador en el apoyo a sus miembros en paro, se encuentran al límite económico. Desde un punto de vista psicológico, algunas también han llegado al límite: según la Asociación Española de Psiquiatría Privada (ASEPP), los familiares de personas en paro padecen más ansiedad que los propios desempleados, especialmente las madres con hijos sin empleo, que sufren este problema entre dos y tres veces más que el padre.

“El cerebro humano prioriza: si no se tiene para dar de comer a los hijos, difícilmente se padecerá una crisis de ansiedad, pues se tienen cuestiones más primarias que atender. Así, los familiares de aquellas personas

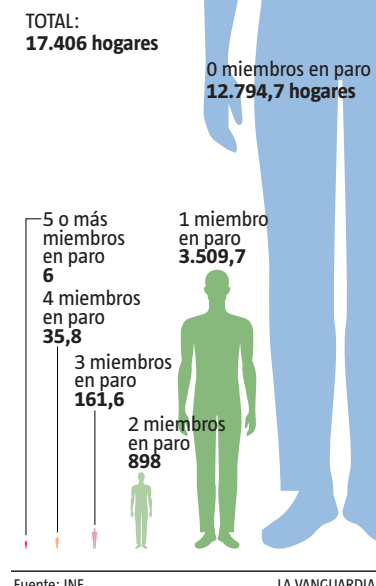
que están en paro tienden a padecer más ansiedad que los propios desempleados”, argumenta el doctor José Antonio López Rodríguez, vicepresidente de la ASEPP.

Según Amelia García Moltó, profesora de la Universidad Complutense de Madrid y directora del Magister en Terapia Familiar y de Pareja para Profesionales de la Salud, las familias pueden atravesar por distintos tipos de crisis y una de ellas es la “crisis asociada a desgracias inesperadas” como la pérdida del empleo. “El trabajo es un elemento central en la vida de las personas -recuerda García Moltó-. Su pérdida afectará negativamente a la persona y al sistema familiar al cual pertenece, sobre todo en una situación de altas tasas de desempleo como existe en la actualidad, con pocas posibilidades de encontrar una nueva ocupación remunerada”. La respuesta de la familia ante esta situación dependerá, explica García Moltó, “de que sea un grupo familiar funcional, estructurado, flexible ante los cambios y demandas de cada momento, que permita dar una respuesta asertiva, de apoyo y no demoledora”. Así, según esta experta las mejo-

## Las madres con hijos sin empleo son las más afectadas: entre dos y tres veces más que los padres

### Más parados en las familias

| Cifras en miles de hogares |



res maneras de afrontar la situación serán emitidas por “personas y grupos familiares con un desarrollo personal y social deseable, fruto de un sistema educativo que potencie personas y grupos capaces de afrontar y de resolver problemas”. Si esto no es así, apunta, las consecuencias del desempleo “pueden ser lamentables: pérdida de identidad personal, depresión, disminución de la autoestima, pérdida de autoridad ante los hijos, pérdida de interés ante la pareja, conflictos, sobrecarga económica y emocional”.

El nivel de angustia que sufre una persona afectada por una situación de desempleo, o con un familiar en esta situación, depende de varios factores, entre ellos sus rasgos de personalidad, los recursos psicológicos de los que dispone y el apoyo de su entorno. “La persona que sufre el problema en primera persona puede sufrir un proceso de negación y tiende a interiorizar su temor para no hacer sufrir a los demás: en cambio, las personas de su entorno exteriorizan abiertamente sus miedos”, destaca Roger Puigdecenet, psicólogo de Psigma. Por otro lado, tal como recuerda

Puigdecenet, el propio afectado “no tiene la necesidad de preocuparse por su entorno porque espera que sean ellos quienes le ayuden, mientras que sus familiares, en cambio, sufren una doble preocupación: el mismo miedo que el propio afectado y, además, su angustia por querer ayudarlo y no conseguirlo”.

Cuando el parado es el miembro de una pareja, la situación afecta a la relación conyugal. Según el psicólogo de Psigma, “se traslada hacia casa el cansancio y la tristeza y provoca pocas ganas de comunicarse, de hacer planes juntos e incluso los pacientes comentan que se reduce la frecuencia de las relaciones sexuales”. Además, la preocupación del cónyuge que está en paro hace que esté más irritable y aumentan las discusiones con la pareja y los hijos. Cuando son los hijos quienes sufren la situación de desempleo, “los padres sufren una frustración en sus expectativas y lo traducen en una sobreprotección”. En este caso, señala Puigdecenet, es habitual que los padres sufran más que los propios hijos “porque los jóvenes siempre tienen más ilusión y esperanza” para sobrellevar la situación.