



Universidad de Valladolid



GRADO EN RELACIONES LABORALES Y RECURSOS HUMANOS.

TRABAJO FIN DE GRADO:

LA CRISIS ECONÓMICA
EN LA VIDA DE LOS
TRABAJADORES Y
TRABAJADORAS DE
CASTILLA Y LEÓN.

ALUMNA: MARÍA DE LA VIUDA MÉNDEZ.

TUTORA: FÁTIMA CRUZ SOUZA.

FACULTAD DE CIENCIAS DEL TRABAJO.

JULIO 2013.

“LA CRISIS ECONÓMICA EN LA VIDA DE LOS TRABAJADORES Y TRABAJADORAS DE CASTILLA Y LEÓN”.

INDICE.

1.- <u>INTRODUCCIÓN</u>	3
2.- <u>IMPORTANCIA DE LA TEMÁTICA ELEGIDA</u>	5
3.- <u>VINCULACIÓN CON LAS COMPETENCIAS DE LA PROFESIÓN DEL GRADUADO EN RELACIONES LABORALES Y RECURSOS HUMANOS</u> ...	7
4.- <u>FUNDAMENTACIÓN TEORICA</u>	9
Aspectos fundamentales de la crisis económica	9
4.1. Repercusiones en la salud mental y física y su incidencia en el ámbito laboral	12
4.2.- Bienestar personal y relaciones familiares en situaciones de crisis económica.....	16
4.3.- Apoyo social y relaciones sociales en situaciones de inestabilidad laboral y desempleo	19
4.4.- Deterioro de la calidad de vida	20
5.- <u>PLAN DE TRABAJO</u>	25
5.1.- Metodología	25
5.2.- Participantes	25
5.3.- Instrumentos	28
5.3.1.- Entrevistas en profundidad	28
5.3.2- Grupo de discusión	29
6.- <u>ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS</u>	32
6.1.- Repercusiones en salud física y mental	32
6.2.- Repercusiones en el ámbito personal.....	37
6.3.- Repercusiones en el ámbito familiar	40
6.4.- Repercusiones en la vida y apoyo social	41
6.5.- Repercusiones en la calidad de vida	43
7.- <u>CONCLUSIONES</u>	46
8.- <u>BIBLIOGRAFÍA Y WEBGRAFÍA</u>	49

“LA CRISIS ECONÓMICA EN LA VIDA DE LOS TRABAJADORES Y TRABAJADORAS DE CASTILLA Y LEÓN”.

1. INTRODUCCIÓN:

El presente trabajo se centra, en cómo la crisis económica que atravesamos, no solo refleja una caída en la rentabilidad de las empresas, sino que, además, los trabajadores y trabajadoras de Castilla y León, están experimentando una situación de sufrimiento personal e inestabilidad familiar y social, que afecta al desempeño en el trabajo, así como un deterioro en su salud mental y física y en su calidad de vida.

En primer lugar, se muestra la importancia de dicha temática, así como la vinculación con las competencias de la profesión del graduado en Relaciones Laborales y Recursos Humanos, las cuales han sido los motivos que me han llevado a la elección del tema del presente trabajo.

En segundo lugar, a partir de una revisión de la literatura científica, se lleva a cabo una fundamentación teórica y ubicación de los antecedentes, de las circunstancias por las que atraviesan los trabajadores y trabajadoras, para conocer más a fondo dichos conceptos que se desarrollaran desde el punto de vista del objeto de estudio, en el análisis de la investigación.

Para conocer en que ámbitos y de qué manera, está incidiendo la crisis económica en los trabajadores y trabajadoras de Castilla y León, se ha optado por una investigación cualitativa, como una estrategia para comprender la realidad social con sus detalles y matices, a través de entrevistas en profundidad y un grupo de discusión, formado por personas en situación de desempleo o inestabilidad laboral que sufren las repercusiones de la crisis en los diferentes ámbitos de sus vidas.

La salud, el bienestar personal, las relaciones familiares y sociales, así como su calidad de vida, son los ámbitos afectados por la situación económica, repercutiendo todos ellos, en el desempeño del trabajo.

La crisis económica incide en la salud, sobre todo en la mental creando problemas de ansiedad, depresión y estrés, así como disminuyendo su bienestar personal, haciéndoles sentir más negativos y pesimistas.

“LA CRISIS ECONÓMICA EN LA VIDA DE LOS TRABAJADORES Y TRABAJADORAS DE CASTILLA Y LEÓN”.

Las relaciones familiares y sociales como consecuencia de la inestabilidad en el empleo, también sufren cambios, sobre todo, irritabilidad entre sus miembros, rupturas familiares y aislamiento con las redes sociales y de apoyo.

Como consecuencia de la disminución de los ingresos principalmente, la calidad de vida de los ciudadanos y ciudadanas también ha cambiando, produciéndose un deterioro de la misma.

Y por último repercusiones en el ámbito laboral, desde dos puntos de vista, en primer lugar porque la situación personal, familiar y social afecta en el desempeño del trabajo, y en segundo lugar, se da el proceso inverso, ya que la situación empresarial acarrea una serie de circunstancias que repercuten en los diferentes ámbitos de sus vidas.

“LA CRISIS ECONÓMICA EN LA VIDA DE LOS TRABAJADORES Y TRABAJADORAS DE CASTILLA Y LEÓN”.

2. RELEVANCIA DE LA TEMATICA ELEGIDA:

La importancia del tema radica, en que situaciones y circunstancias actuales e inevitables, dada la situación de crisis económica, están incidiendo notablemente en los ciudadanos y ciudadanas, ocasionando malestar, sufrimiento e incluso problemas de salud mental y salud física, exigiendo a menudo reestructuraciones en todos los ámbitos de sus vidas, que les impide desempeñar adecuadamente las actividades cotidianas, incluyendo las tareas del ámbito laboral.

Esta situación está empeorando el bienestar personal y provocando reestructuraciones en el ámbito familiar como consecuencia de la disminución de ingresos principalmente y produciendo problemas en las relaciones de sus miembros, al igual que ocurre con la vida social.

Estos ámbitos afectados repercuten también en el ámbito laboral, ocasionando a los trabajadores y trabajadoras estados de incertidumbre e inseguridad, como consecuencia no solo de estas circunstancias, sino también provocados por la ausencia de empleo y por los cambios que están llevando a cabo las empresas en el contexto de la crisis económica.

En conclusión, todos estos efectos que provoca la situación económica en la vida de los ciudadanos y ciudadanas, son de gran importancia analizar desde el colectivo de los trabajadores y trabajadoras de Castilla y León, ya que constituye una realidad en todos los ámbitos de sus vidas y en especial en el laboral, considerándole el más importante desde el punto de vista de la Dirección de Recursos Humanos.

El presente estudio de investigación es importante en este contexto, ya que la crisis económica, es una circunstancia actual e inevitable que está incidiendo en diferentes aspectos, y se ha considerado relevante investigarla desde el objeto de estudio de los trabajadores y trabajadoras de Castilla y León, por varios motivos, como el hecho de ser la Comunidad Autónoma en la que me encuentro y tener mayor accesibilidad a los participantes de la investigación y

“LA CRISIS ECONÓMICA EN LA VIDA DE LOS TRABAJADORES Y TRABAJADORAS DE CASTILLA Y LEÓN”.

en relación con los trabajadores y trabajadoras, por ser una de las partes más importantes que gestionar en el desarrollo de mi carrera profesional.

Se considera de gran importancia estudiar esta temática, como consecuencia de que estas repercusiones en los diferentes aspectos de sus vidas, afectan al ámbito laboral de manera directa e indirecta, y el profesional de las Relaciones Laborales y los Recursos Humanos, debe conocer los cambios que en el desempeño del trabajo se producen en estos periodos, para anticiparse a las situaciones de los trabajadores y trabajadoras, y que no traiga consigo una bajada de producción desde el punto de vista empresarial, y así como que no produzca cambios en la forma de llevar a cabo el trabajo, su capacidad de iniciativa y comunicación, lo cual les haga perder su empleo.

“LA CRISIS ECONÓMICA EN LA VIDA DE LOS TRABAJADORES Y TRABAJADORAS DE CASTILLA Y LEÓN”.

3. VINCULACIÓN CON LAS COMPETENCIAS DE LA PROFESIÓN DEL GRADUADO EN RELACIONES LABORALES Y RECURSOS HUMANOS¹:

El trabajo está directamente relacionado con las competencias de la profesión del graduado en Relaciones Laborales y Recursos Humanos, ya que los conceptos, que abarca dicho tema, como la relación que entre ellos existe, deben ser conocidos, por este tipo de profesionales para su gestión, ya que de forma integrada son dos **perspectivas de la profesión, la psicología del trabajo y la economía.**

Una de nuestras competencias es la **gestión de las Relaciones Laborales del mercado de trabajo**, actualmente afectado por la crisis económica, por lo que sí considero que debemos **conocer la complejidad y el carácter dinámico de los cambios**, que el fenómeno produce. En cualquier crisis económica, no solo debemos aplicar lo referente a **conocimientos teóricos y prácticos** adquiridos, como los cambios **en el marco regulador de las Relaciones Laborales, de la seguridad social y de la protección social**, sino también cómo afecta a los propios trabajadores y trabajadoras en diferentes ámbitos, ya que inciden directamente en el desempeño del trabajo, nivel de atención, concentración y capacidad en la toma de decisiones, y se deben conocer para una adecuada aplicación de técnicas y toma de decisiones, así como su asesoramiento laboral, en lo que a **Dirección de Recursos Humanos**, se refiere.

El análisis de las repercusiones de la crisis económica en la vida de los trabajadores y trabajadoras, se ha llevado a cabo desde un punto de vista de la **psicología del trabajo y la salud laboral**, considerándolo una competencia cada vez de mayor importancia en la profesión del graduado en Relaciones Laborales y Recursos Humanos, debido al complejo y cambiante mercado laboral en el que nos encontramos.

¹ COMPETENCIAS OFICIALES DE GRADO EN RELACIONES LABORALES Y RECURSOS HUMANOS. WWW.UVA.ES

“LA CRISIS ECONÓMICA EN LA VIDA DE LOS TRABAJADORES Y TRABAJADORAS DE CASTILLA Y LEÓN”.

El estudio aquí desarrollado, se ha llevado a cabo a través de una investigación cualitativa, ya que las **técnicas de investigación social** comprenden una competencia más del grado en Relaciones Laborales y Recursos Humanos.

“LA CRISIS ECONÓMICA EN LA VIDA DE LOS TRABAJADORES Y TRABAJADORAS DE CASTILLA Y LEÓN”.

4. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA:

La actual crisis económica en España, tuvo su origen en marzo de 2007, tras una fase de expansión ininterrumpida desde 1992. El hundimiento de los activos hipotecarios en agosto de aquel año, afectó a muchos bancos en Estados Unidos y Europa, produciendo un impacto sobre los mercados financieros, desapareciendo en gran medida la banca de inversión y produciendo una situación de cierto paralelismo con la crisis de 1929. La situación económica actual es considerada, en muchos casos, una crisis de los países desarrollados, ya que afecta fundamentalmente a los países más ricos del mundo. (Villar, 2009).

Según Villar (2009) en el caso de España, los principales factores causantes de esta crisis son, los altos precios de las materias primas, debido a una elevada inflación planetaria, la sobrevalorización del producto, crisis alimentaria mundial y energética, la amenaza de una recesión en todo el mundo, así como una crisis crediticia, hipotecaria y de confianza de mercados. En el año 2008, la economía española empezó a generar un significativo crecimiento del desempleo. Un gran número de empresas en el citado año presentaron expedientes de regulación de empleo y numerosas constructoras dieron suspensión de pagos, ya que el sector de la construcción, es uno de los más perjudicados por la crisis debido al fin del “boom inmobiliario” y a la posterior caída de las ventas.

Según la EPA en el año 2012 España, terminó con una tasa de desempleo del 26%. El PIB español del cuarto trimestre del citado año se redujo 0,7% con respecto al trimestre anterior y 1,8% con respecto al último trimestre de 2011. Algunos de los motivos para que el paro haya aumentado más en España que en otros países de Europa, pueden ser el incremento de la población activa o la excesiva rigidez laboral.

En el primer trimestre del año 2013 según la Encuesta de población activa, la ocupación baja en 322.300 personas, hasta un total de 16.634.700. La tasa de variación trimestral del empleo es del -1,90% y la tasa anual del -4,58%. La

“LA CRISIS ECONÓMICA EN LA VIDA DE LOS TRABAJADORES Y TRABAJADORAS DE CASTILLA Y LEÓN”.

ocupación disminuye en 71.400 personas en el empleo público y en 251.000 en el empleo privado. El número de trabajadores independientes o empresarios sin asalariados aumenta este trimestre en 22.100, mientras que el total de trabajadores por cuenta propia desciende en 9.900. El total de asalariados con contrato indefinido baja en 118.400 y el de asalariados con contrato temporal lo hace en 194.400. La ocupación desciende en 170.500 personas en los Servicios, en 66.800 en la Industria, en 60.900 en la Agricultura y en 24.200 en la Construcción.

Las comunidades autónomas en las que más desciende la ocupación respecto al trimestre anterior son Andalucía (57.100 ocupados menos), Cataluña (35.700) y Aragón (35.200). Illes Balears es la única comunidad con tasa anual de la ocupación positiva (0,37%). Extremadura (-2,12%), Comunitat Valenciana (-2,64%) y Canarias (-2,70%) tienen las tasas negativas más moderadas. Por su parte, los mayores descensos del empleo se dan en Castilla-La Mancha (-7,36%), Región de Murcia (-6,60%) y Cantabria (-6,21%).

El número de parados crece en 237.400 personas y alcanza la cifra de 6.202.700. La tasa de paro se incrementa 1,14 puntos, hasta el 27,16%. Los incrementos del paro afectan prácticamente a todas las comunidades autónomas. Las mayores subidas respecto al trimestre anterior se observan en Andalucía (31.100 parados más), Comunitat Valenciana (27.400) e Illes Balears (24.900).

Según esta Encuesta de Población activa con fecha de 25 de Abril de 2013, se muestra claramente que el número de parados y paradas tanto del empleo público, como privado, con contratos indefinidos como temporales, independientemente al sector que pertenezcan es cada vez mayor, por lo que cada vez más trabajadores y trabajadoras sufren las repercusiones en los diferentes aspectos de sus vidas, por estas circunstancias de desempleo e inestabilidad laboral.

En el caso de Castilla y León, el aumento de las cifras del paro pone de manifiesto la gravedad de las alteraciones económicas y las dificultades

“LA CRISIS ECONÓMICA EN LA VIDA DE LOS TRABAJADORES Y TRABAJADORAS DE CASTILLA Y LEÓN”.

crecientes de muchas familias para atender a sus necesidades básicas, (Martínez Barroso, 2012).

Debido a la citada crisis económica, no solo se está produciendo problemas en la rentabilidad de las empresas, sino que también los ciudadanos y ciudadanas, están viendo afectadas sus vidas en diferentes ámbitos, a partir de circunstancias y situaciones llenas de malestar y sufrimiento, en las cuales, en relación con los trabajadores/as de Castilla y León, se centra el objeto de este estudio.

Según la Asociación Española de Neuropsiquiatría (AEN), 2011, los trabajadores y trabajadoras están sufriendo las repercusiones de la crisis económicas en la salud mental y física, en el bienestar personal, en sus relaciones familiares y sociales, en la calidad de vida, así como en el ámbito y desempeño laboral.

Repercusiones de la crisis económica en la salud física y mental, produciéndose un incremento de la mayoría de enfermedades, con especial relevancia en los problemas de salud mental. Repercusiones en al ámbito personal y familiar, ya que la reducción del poder adquisitivo, se acompaña de problemas no solo, en el ámbito del acceso a los alimentos, el cual acarrea situaciones de desnutrición u obesidad, sino también, incrementando el número de separaciones, rupturas familiares y aumento de la violencia doméstica. Así mismo, también identifica la AEN repercusiones en el ámbito social y de apoyo, debido a que el aumento de personas en situación de desempleo, viviendas precarias, ciudadanos y ciudadanas viviendo en la calle, hace que desaparezcan en muchos casos, sus redes de apoyo, así como el hecho de que sean personas con más riesgo de sufrir enfermedades infecciosas, drogodependencias, concurrencias de problemas mentales graves y adicciones.

Las repercusiones en el trabajo, ocurren como consecuencia de que el sufrimiento que acarrea la situación de inestabilidad laboral por la que atravesamos, repercute en la forma de desempeñar adecuadamente el trabajo,

“LA CRISIS ECONÓMICA EN LA VIDA DE LOS TRABAJADORES Y TRABAJADORAS DE CASTILLA Y LEÓN”.

y mediante obstáculos a la hora de encontrar un empleo, (AEN, 2011). Por último, son indicadas las repercusiones en la calidad de vida, ya que el 25% de los españoles consideran que su condición de vida ha empeorado, debido sobre todo a que sus ingresos económicos son menores y a que su salud se ha deteriorado en los últimos años.

En conclusión, la crisis económica ha producido repercusiones en los ámbitos más importantes de la vida de los trabajadores y trabajadoras de Castilla y León, con reestructuraciones en todos ellos, siendo inevitables, dada la situación actual.

4.1. REPERCUSIONES EN LA SALUD MENTAL Y SALUD FÍSICA, Y SU INCIDENCIA EN EL ÁMBITO LABORAL.

Según la Organización Mundial de la Salud (2011), la salud mental es un “estado de bienestar, en el cual el individuo es consciente de sus propias capacidades, puede afrontar las tensiones normales de la vida, puede trabajar de forma productiva y fructífera y es capaz de hacer una contribución a su comunidad” y la salud física se define como “la capacidad que el cuerpo humano tiene para satisfacer las exigencias que son impuestas por la vida cotidiana”. Dicha forma física, es un estado del cuerpo que al mismo tiempo se vincula con los estados mentales; ambos combinados nos ayudan a desarrollar una vida dinámica y positiva.

La relación entre la salud física y mental, es mostrada tanto por la Plataforma Europea para la Salud Mental, reunida en Europa el 20 de octubre de 2009, formada por asociaciones, pacientes y familiares, políticos, economistas de la salud y profesionales sanitarios especialistas en salud mental y otras enfermedades, como por la Organización Mundial de la Salud, estableciendo en el 2010, el tema del Día Mundial de la salud, con el lema “la integración de la salud mental en la global”, dada la importancia de su relación.

Algunos de los ejemplos de esta relación, según destaca la OMS en el informe de la Universidad de Desarrollo de Santiago de Chile en el año 2011, es el

“LA CRISIS ECONÓMICA EN LA VIDA DE LOS TRABAJADORES Y TRABAJADORAS DE CASTILLA Y LEÓN”.

hecho de cómo, problemas de salud mental y ánimos depresivos, inician una cadena de eventos adversos en el funcionamiento endocrino e inmune, creando mayor susceptibilidad a una gama de enfermedades físicas. Como señalan Florezano y Dussailant (2011), los pacientes con problemas de salud mental, tienen más riesgo de contraer VIH/SIDA, tuberculosis, mayor probabilidad de desarrollar problemas médicos tales como diabetes, cardiopatías, enfermedades respiratorias, así como los que tienen problemas de salud mental severos, tienen tendencia a comenzar una cardiopatía coronaria antes de los 55 años de edad.

Así mismo, los especialistas advierten que también se da proceso inverso, ya que los pacientes con enfermedades físicas, tienen mayor riesgo de padecer deterioro en la salud mental. El 52% de los pacientes con enfermedades cardiovasculares presentaron síntomas depresivos, y entre ellos, el 30% cumplían con los criterios para trastorno depresivo mayor, así como la diabetes y la hipertensión arterial co-existen frecuentemente con la depresión y la demencia. Además, según la base de datos de OPHI, Oxford Poverty and Human Development Initiative, de la Universidad de Oxford, es más feliz una persona que goza de buena salud (Florezano y Dussailant, 2011).

El significado de salud mental y física, como la relación existente entre ambas, es de gran importancia para el presente estudio, ya que no solo afectan al ámbito personal, familiar y social, no permitiéndoles llevar a los trabajadores y trabajadoras una vida fructífera para desempeñar las actividades cotidianas, sino también al ámbito laboral para desempeñar adecuadamente las competencias del puesto de trabajo, en ambos casos muy relacionadas con la calidad de vida y su bienestar personal.

En el ámbito laboral con lo que se refiere al impacto de crisis económica en la salud, tiene mucha repercusión sobre todo en la mental, produciéndose la denominada por Yodofsky, Hales y Ferguson (1991), “psicosis del trabajo” un problema mental mayor de origen orgánico o emocional en el que la capacidad de la persona para pensar, responder emocionalmente, recordar, comunicar...

“LA CRISIS ECONÓMICA EN LA VIDA DE LOS TRABAJADORES Y TRABAJADORAS DE CASTILLA Y LEÓN”.

está alterada para satisfacer las necesidades de la vida y las actividades laborales. ”Según Jorgense (1987), las personas con este tipo de situaciones tienen problemas para conservar un empleo estable, porque su estado anímico, las repercusiones en el trabajo tanto internas, por ser los cambios llevados a cabo por la Dirección empresarial, como externas, por los problemas familiares o sociales, no les permite desempeñar adecuadamente el trabajo, y hace que sean despedidos.

Las personas que sufren activamente un estado psicótico suelen tener dificultades y problemas para un desempeño normal del trabajo (Kaplan y Sadock, 1995). Algunos de los factores en el trabajo que causan problemas mentales, pueden ser conflictos de funciones, discriminación, sobrecarga de trabajo, puntualidad, absentismo... Aunque el estrés parece que desempeña uno de los papeles fundamentales en estas manifestaciones (Hurrell, Murphy y Levi, 2000).

Una vez que un trabajador tiene algún tipo de problema de salud mental y se incorpora al trabajo, las organizaciones, suelen dejar en manos de los médicos, la decisión de si puede ocupar o no su anterior puesto de trabajo siguiendo una serie de criterios, características del puesto, y la situación del trabajador, ya que en algunos casos cuando el problema ha sido causado por las funciones que el puesto requería, es derivado a otro puesto con características diferentes. (Himmerstein y Pransky, 1988).

Una enfermedad mental, frecuente en los lugares de trabajo es la depresión, la cual supone una carga tanto para los trabajadores y trabajadoras, como para los centros de trabajo. Según el Manual de Diagnóstico y Estadístico de Trastornos Mentales, aunque todo el mundo en algún momento de su vida está triste o “deprimido”, para hablar de un episodio de depresión mayor, se debe cumplir varios criterios que señalan Hurrell, Murphy y Levi(2000), como síntomas presentes durante más de dos semanas, que representen cambios en sus conductas, disminución o desinterés en prácticamente todas las actividades del día, aumento o pérdida significativa de peso, insomnio o hipersomnio, agitación o retraso psicomotores, falta o pérdida de energía,

“LA CRISIS ECONÓMICA EN LA VIDA DE LOS TRABAJADORES Y TRABAJADORAS DE CASTILLA Y LEÓN”.

sentimientos con carácter de inutilidad, disminuye la capacidad de pensar e ideas de muerte y suicidio.

Autores como Hurrell, Murphy y Levi (2000), consideran que algunos problemas que pueden dar lugar a la depresión, son el problema de pérdida o riesgo de pérdida de empleo, así como los recortes de plantilla, fusiones, cambio de tareas a realizar.

Para entender mejor ese problema, puede ser útil e interesante, la investigación del “desamparo aprendido”, en animales que fueron sometidos a corrientes eléctricas de las cuales no podían escapar. Éstos cuando observaron que sus intentos eran inútiles, desarrollaron una conducta pasiva y depresiva. Una similitud con la situación actual de nuestros trabajadores, puede darse en la medida en que sienten una pérdida de control sobre sus actividades y planes a largo plazo. Hurrell, Murphy y Levi (2000). Otro tipo más de problema de salud mental en los trabajadores y trabajadoras es la ansiedad, el cual según Beaton (1995), cada vez tiene mayor prevalencia en el centro de trabajo. Los recortes, los despidos y los rumores, entre otros, contribuyen a crear una ansiedad relacionada con el trabajo. (Zachary y Ortega, 1993). La expresión ansiedad relacionada con el trabajo implica situaciones, tareas, demandas laborales o factores profesionales estresantes.

Karasek y Theorell (1990), señalaban que los trabajadores, que desempeñan funciones autónomas son más propensos a sufrir este problema, porque la responsabilidad depende de ellos, al contrario de cuando depende de un supervisor.

Según Braverman (1992), existe un tipo de estrés postraumático, cuando un trabajador experimenta, la presencia de un acontecimiento/os, que supuso una amenaza para la vida y la integración física y respondió con miedo y horror.

Freudenberger, (1975) señaló que el estrés supone una interacción entre la persona y el ambiente de trabajo, planteando al individuo una demanda, obstáculo, exigencias u oportunidad de comportamiento y respuesta consiguiente. Un componente importante, son las experiencias vividas, los

“LA CRISIS ECONÓMICA EN LA VIDA DE LOS TRABAJADORES Y TRABAJADORAS DE CASTILLA Y LEÓN”.

éxitos o los fracasos, que reducen o aumentan los niveles de estrés experimentados.

El estrés, es otro de los problemas que sufren los trabajadores y trabajadoras de Castilla y León y todos los ciudadanos en general, forma parte de nuestras vidas tanto desde el punto de vista clínico, como laboral. Los continuos cambios de las empresas y la situación actual, incentiva mucho a ello, y el problema del estrés como cita Ovejero (2006), “no es estar sometido en ciertas ocasiones a estrés, sino que la situación perdure en el tiempo o que no tengamos recursos para hacerle frente”(p.164).

El estrés laboral “es un problema de adaptación al entorno laboral, produciendo angustia y sensación de indefensión” (Buendía, 1998), y como la Organización Mundial de la salud señala provoca efectos físicos y psíquicos en quienes lo padecen.

Por lo tanto es muy importante conocer en el objeto de estudio, cómo es la ansiedad y la depresión relacionada con el trabajo y la inestabilidad laboral, así como el estrés, que pueden sufrir los trabajadores y trabajadoras en el contexto de esta situación económica, ya que afecta de forma negativa a su salud física, psicológica y organizacional, teniendo gran importancia el papel de los Recursos Humanos en el devenir de una organización.

4.2. BIENESTAR PERSONAL Y RELACIONES FAMILIARES EN SITUACIONES DE CRISIS ECONÓMICAS.

Desde los tiempos más remotos, pensadores, poetas y científicos han intentado reflexionar y postular principios de diversa índole acerca del bienestar y la felicidad del ser humano. Uno de los componentes fundamentales es la satisfacción personal con la vida, añadiendo aspectos cualitativos como desarrollo económico y calidad de vida. (Viniégras y Gonzalez Benitez, 2000).

El estudio del bienestar humano, es un tema muy complejo donde intervienen factores objetivos y subjetivos. El bienestar subjetivo se manifiesta en todas las

“LA CRISIS ECONÓMICA EN LA VIDA DE LOS TRABAJADORES Y TRABAJADORAS DE CASTILLA Y LEÓN”.

esferas de la actividad humana, cuando un individuo se siente bien, es más productivo y más sociable.

Autores como Warr, (1990), consideran el bienestar subjetivo como una parte integrante de la calidad de vida, que tiene un carácter temporal y plurideterminado. Defendiendo la medición del bienestar mediante sus diferentes componentes, o sea, la satisfacción por áreas más que mediante una medición única del bienestar subjetivo, mientras que otros proponen una valoración global.

Para Lawton, (1972), es una valoración cognitiva, como la evaluación de la congruencia entre las metas deseadas y las obtenidas en la vida. Suhe y Shigehiro, (1997), brindan una concepción más integradora del bienestar subjetivo, considerándolo como la evaluación que hacen las personas de su vida, que incluye tanto juicios cognitivos como reacciones afectivas (estados de ánimo y emociones).

Según Viniegras y Gonzalez Benitez, (2000), el bienestar psicológico es un constructo, que expresa el sentir positivo y el pensar constructivo del ser humano, acerca de sí mismo y que se relaciona con aspectos físico, psíquico y social. Aunque los autores señalan también que las diferencias socios demográficos, pueden producir diferentes niveles de bienestar y salud, y formas de encontrar el bienestar psicológico.

Con respecto a los trabajadores y trabajadoras de Castilla y León, es necesario investigar cómo es su bienestar psicosocial actual, considerando el contexto de malestar que se está viviendo, y qué problemas acarrea esta inestabilidad emocional en el ámbito familiar, social y laboral, ya que uno de los principales problemas que provoca la actual situación económica es el desempleo. El cual como muestra, Ovejero (2006), “no solo está relacionado desde el punto de vista material con la disminución de ingresos, sino también desde el punto de vista psicosociológico, con problemas de identidad, reducción de autoestima... y cuanto más se prolonga estas situaciones los sentimientos de indefensión, impotencia y baja autoestima, cada vez son mayores, dificultando el acceso a un nuevo empleo, y aumentando la actitud negativa hacia su búsqueda.”

También es importante conocer en el objeto de estudio, si el hecho de tener un buen bienestar psicológico les hace más sociables y productivos en el ámbito

“LA CRISIS ECONÓMICA EN LA VIDA DE LOS TRABAJADORES Y TRABAJADORAS DE CASTILLA Y LEÓN”.

laboral, ya que en estas circunstancias esta situación personal se ve deteriorada y por lo tanto repercutida.

Como consecuencia de que el estado físico y psíquico del trabajador o la trabajadora repercute en la forma de realizar el trabajo, es de gran importancia la satisfacción o la motivación personal. Tras la crisis del taylorismo y del fordismo, donde los pilares importantes eran la productividad de la empresa y el rendimiento de los trabajadores, se comenzó a fomentar medidas para la satisfacción laboral, por la importancia de ser felices en el trabajo, y porque la satisfacción aumenta el rendimiento y la producción. Han sido numerosas dependiendo de la época, las medidas que se han llevado a cabo para la satisfacción de los empleados, incentivos y relaciones interpersonales entre otras. (Ovejero, 2006).

Pero es un concepto muy complicado de medir y de definir, ya que depende de numerosos factores y las relaciones entre ellos, así como una estrecha interrelación entre factores personales y situacionales.

Las experiencias vividas por la crisis económica y lo que ello conlleva, también están muy relacionadas con el ámbito familiar. Los seres humanos son seres sociales y la familia, es el entorno, más cercano y que se ve afectado muy directamente por las circunstancias que atravesamos, por lo tanto, es para el individuo un valor de alto significado y compromiso personal y social, fuente de amor y bienestar, pero por el contrario también puede ser una fuente de estrés e insatisfacción, constituyendo la primera red de apoyo social. (Louro, 2003).

Con respecto al ámbito familiar, es importante conocer, de qué manera la situación económica y laboral afecta a este ámbito, en los trabajadores y trabajadoras de Castilla y León, desde varios puntos de vista, situación económica de la familia y cambios en las relaciones de la propia familia, así como en otros círculos de amistades, pudiendo crear un aislamiento social.

“LA CRISIS ECONÓMICA EN LA VIDA DE LOS TRABAJADORES Y TRABAJADORAS DE CASTILLA Y LEÓN”.

4.3. APOYO SOCIAL Y RELACIONES SOCIALES EN SITUACIONES DE INESTABILIDAD ECONÓMICA Y DESEMPLEO.

Según Lin, Dean y Ensel (1986), definen el apoyo social como “las provisiones instrumentales y/o expresivas, reales y percibidas, aportadas por la comunidad, redes sociales y amigos íntimos”.

Según Barrón y Sánchez Moreno (2000) existen dos efectos del apoyo social que dieron lugar a las perspectivas que se conocen como:

- Del efecto directo: “definiendo que el apoyo social tiene efectos sobre la salud y el bienestar, independientemente del estrés” (Garrido y Álvaro, 1993; Lu y Hsieh, 1997). Establecen “una relación directa entre apoyo social y bienestar, manteniendo que la integración en una red de vínculos interpersonales, que otorgan al individuo un sentido de pertenencia y seguridad, proporcionando información y recursos, y permite el reconocimiento o la propia valía por parte de los demás, incrementando la autoestima”. (Barrón, 1996, Cohen y Wills, 1985, Cohen et al., (2000).
- Del efecto de amortiguación: establece que el apoyo social, es esencialmente un moderador de otros factores que influyen en el bienestar, acontecimientos estresantes, (Gore y Aseltine, 1995). Además, muestra que el apoyo social actúa de manera indirecta, protegiendo al individuo, de los efectos negativos que otras variables tienen sobre la salud y el bienestar, principalmente en situaciones de estrés. (Gracia, Herrero y Musitu, 1995, 2002, Rodríguez, 2001).

En un modelo de relación entre estructura social y salud mental, intervienen factores sociales y factores ambientales, producto de la posición socioeconómica de las personas. Según autores como Pearlin (1989) y Tuner, Wheaton y Lloyd (1995), las experiencias estresantes no ocurren en un vacío, sino que se relacionan con la estructura social y con los sistemas de estratificación, tales como la clase social y económica, la raza, el sexo y la edad. Estos sistemas producen una distribución desigual de los recursos, de las oportunidades, y por ello un bajo estatus en cualquiera de ellos puede ser en si mismo origen de condiciones vitales estresantes.

“LA CRISIS ECONÓMICA EN LA VIDA DE LOS TRABAJADORES Y TRABAJADORAS DE CASTILLA Y LEÓN”.

Estos factores (sociales y ambientales), se concretan en diferentes variables, como la autoestima, los niveles de afrontamiento... que pueden derivar en un bienestar psicológico, problemas de salud mental, depresión... (Barrón y Sánchez Moreno, 2000).

Con respecto a las repercusiones de la crisis en el apoyo y relaciones sociales es importante conocer, como definen sus relaciones sociales los trabajadores y trabajadoras de Castilla y León, y cómo influyen en esta situación de malestar y circunstancias estresantes causadas por situaciones de desempleo, recortes y cambios en las empresas al apoyo social y a sus relaciones sociales, por los efectos que pueda tener en el ámbito laboral.

4.4. DETERIORO DE LA CALIDAD DE VIDA.

Como muestra en uno de sus comunicados la Asociación Española de Neuropsiquiatría (2011), los ciudadanos han visto reducida su calidad de vida en un 25%, por las situaciones que está acarreado la crisis, principalmente ocasionada por las reducciones en los ingresos y problemas de salud mental que repercuten en otros ámbitos señalados anteriormente como el bienestar personal, familiar y laboral.

La calidad de vida es definida por la Organización Mundial de la Salud, como la “percepción del individuo de su posición en la vida, en el contexto de la cultura, en el sistema de valores en los que vive, relación con sus objetivos, expectativas, estándares y preocupaciones”.

La frecuencia y la velocidad de los cambios, la inseguridad constante, exceso de información, desempleo, cambios en la estructura familiar y pérdida de motivaciones, son factores estresantes a los que estamos sometidos los seres humanos, y que deterioran nuestra calidad de vida.

Según Guyatt, Feeny y Patrick, (1993), el concepto de calidad de vida no puede ser de ningún modo independiente de las normas culturales, patrones de conducta y expectativas de cada uno, porque dependiendo de los valores y las normas que existan, así como del nivel socioeconómico al que estemos acostumbrados, tendremos unas u otras expectativas de calidad de vida, y lo

“LA CRISIS ECONÓMICA EN LA VIDA DE LOS TRABAJADORES Y TRABAJADORAS DE CASTILLA Y LEÓN”.

que para unos es gozar de una gran calidad de vida, para otros es tener ausencia de ella.

Según Angermeyer y Killian (2000), algunos métodos de evaluación de la calidad de vida, se han desarrollado a través de tres investigaciones:

1. Investigación de la felicidad.
2. Investigación de factores sociales, determinantes sociales y económicos del bienestar.
3. La Organización Mundial de la Salud, fue la pionera en el desarrollo de la calidad de vida relacionada con la salud.

Para la OMS para medir la calidad de vida de una persona, se tiene que tener en cuenta las medidas subjetivas, es decir, recoger la percepción de la persona involucrada, medidas multidimensionales, relevar aspectos de la vida del individuo, en niveles físico, emocional, social e interpersonal.

La OMS, además muestra la importancia de los valores culturales, porque como he mostrado anteriormente, no todos los ciudadanos dependiendo los valores y las normas de conducta que tengan consideran la calidad de vida igual.

Las dimensiones de referencia que tienen en cuenta los ciudadanos para comprobar su calidad de vida serán las siguientes (Schwartzman, 2003):

1. ¿Con quién me comparo? Pautas culturales, sociales, familiares, individuo...
2. ¿En qué momento comparo? Pasado, presente, futuro inmediato, futuro alejado.
3. ¿En qué niveles se experimenta lo que se percibe? Físicos, psicológicos, relacionales, sociales, espirituales...

Minayo y Hartz (2000), señalaron además que el concepto de calidad de vida hay que remitirlo al plano individual, con otras tres marcas de referencia:

1. Histórica: como consecuencia de que cada sociedad, tiene parámetros diferentes de calidad de vida según momentos históricos.

“LA CRISIS ECONÓMICA EN LA VIDA DE LOS TRABAJADORES Y TRABAJADORAS DE CASTILLA Y LEÓN”.

2. Culturales: los distintos pueblos tienen parámetros diferentes, en virtud de sus tradiciones culturales, a partir de las cuales se van construyendo valores y necesidades.
3. Clase social a la que pertenece: ya que las expectativas que uno tiene va en relación con la clase social a la que pertenece.

Es importante señalar que ante los cambios del entorno, para poder mantener nuestra calidad de vida, hay que establecer una brecha en la cual las expectativas y la percepción de la situación actual no sean tan desproporcionadas. (Schwartzman, 2003).

La calidad de vida está relacionada con el bienestar social y según Tuesca Molina (2005), depende de la satisfacción de las necesidades humanas, modos de vida y trabajo. Son elementos indispensables para el desarrollo del individuo y de la población.

La calidad de vida es un aspecto más que los trabajadores y trabajadoras han visto afectado por las repercusiones de la crisis económica, debido a que la inestabilidad en el empleo, la cual trae consigo reducciones en sus ingresos económicos, produce problemas en el ámbito personal, familiar y laboral, en muchos casos con reestructuraciones en estos ámbitos, y ocasionando en muchos casos problemas de salud mental, lo cual acarrea que su esperanza de vida sea considerada peor.

En el ámbito laboral, la calidad de vida laboral como señala Ovejero (2006), tiene diversas definiciones y las podemos englobar en 5 grupos: (pág. 223-224)

1. Entendiéndola como una reacción individual al trabajador, coincidiendo con la satisfacción laboral.
2. Vista desde un enfoque institucional, de forma que la empresa sería un proyecto cooperativo entre dirección y trabajadores.
3. Conjunto de métodos o estrategias para mejorar la calidad de vida del entorno laboral, haciéndolo más productivo y satisfactorio.
4. Como movimiento social.

“LA CRISIS ECONÓMICA EN LA VIDA DE LOS TRABAJADORES Y TRABAJADORAS DE CASTILLA Y LEÓN”.

5. Como una autentica panacea para resolver los problemas laborales y organizacionales.

Todos los ámbitos de vida de los trabajadores y trabajadoras de Castilla y León, anteriormente señalados, se han visto afectados de una u otra manera, por la crisis económica y las circunstancias que ella trae consigo. Quintana y López Valcárcel (2009), diferencian efectos a corto plazo y a largo plazo, directos e indirectos, con consecuencias reversibles e irreversibles.

En muchos casos la mala salud de hoy, puede ser el resultado de las privaciones de la infancia, por lo tanto la precariedad económica y el deterioro del estado de bienestar puede tener repercusiones muy a largo plazo sobre la salud y el bienestar de la población española.

Hay que diferenciar entre los efectos de la salud y el bienestar. No es lo mismo que aumente la mortalidad y se reduzca la esperanza de vida, que descubrir, síntomas menores, como que aumenten las consultas de salud mental, por problemas de ansiedad.

Los efectos a corto plazo, de las crisis económicas en el plano individual, se producen fundamentalmente por tres vías: las migraciones, el desempleo y la renta (empobrecimiento). En el caso de las migraciones puede ser respuesta a la pobreza, causada en ocasiones por una crisis económica. El desempleo provoca exclusión social, estrés, depresión y problemas de salud mental a largo plazo y el efecto renta, depende de la velocidad con la que se produzcan los cambios, provocando a largo plazo cambios en la dieta, en la nutrición y uso de servicios sanitarios. (Quintana y López Valcárcel, 2009).

Estos tres efectos señalados anteriormente, que en la mayoría de los casos producen un detrimento de la salud, pueden traer consigo suicidios, problemas con el alcohol y cambios en el estilo de vida.

Los efectos de la crisis económica en las políticas y contexto institucional, así como la desigualdad de la renta, provocan reducciones presupuestarias en los programas sanitarios, así como recortes en políticas públicas (educación, bienestar e I+D.

“LA CRISIS ECONÓMICA EN LA VIDA DE LOS TRABAJADORES Y TRABAJADORAS DE CASTILLA Y LEÓN”.

Hasta ahora solo se han mostrado los efectos negativos que puede acarrear una crisis económica, pero es cierto que también puede tener efectos positivos, mejorando los estilos de vida y el nivel educativo, aunque los desempleados no lo vean como una satisfacción. Otro efecto positivo puede ser la reducción de la contaminación ambiental, como consecuencia de que la producción industrial es menor y se reducen los accidentes, por la mejora del tráfico en estos períodos. (Quintana y López Valcárcel, 2009).

Una vez estudiados teóricamente los ámbitos de vida que están siendo afectados por los trabajadores y trabajadoras de Castilla y León y viendo como repercute al ámbito laboral, se conocerán en primera persona como están afectando particularmente a los trabajadores y trabajadoras de Castilla y León, conociéndolo a través de un proceso de investigación cualitativa, que se llevará a cabo a través de entrevistas a los propios afectados por la situación y a través de un grupo de discusión formado por un colectivo de estas características.

“LA CRISIS ECONÓMICA EN LA VIDA DE LOS TRABAJADORES Y TRABAJADORAS DE CASTILLA Y LEÓN”.

5. PLAN DE TRABAJO.

5.1. METODOLOGÍA.

En esta investigación se ha optado por una metodología cualitativa², como estrategia de comprensión de la realidad social en sus detalles y matices, que son aquellos aspectos que construyen y mantienen las redes de significaciones y prácticas sociales” (Cruz, 2006, p.132). Así, la metodología cualitativa genera datos descriptivos que permiten interpretar los fenómenos más profundamente y cuyo énfasis recae en las significaciones atribuidas por las personas individualmente a su propia realidad para que ésta adquiera sentido (Bisquerra et al., 2004). El análisis cualitativo persigue una mejor comprensión del caso de estudio y puede caracterizarse por ser: “interpretativo, basado en la experiencia, situacional y más personal” (Stake, 2010; p.31). Así la metodología cualitativa, investiga el por qué y el cómo se tomo una decisión.*

5.2. PARTICIPANTES.

Esta investigación estudia la realidad de los trabajadores y trabajadoras de Castilla y León, por ser la Comunidad Autónoma en la que me encuentro, y cómo la situación económica actual les puede estar afectando en diferentes ámbitos de sus vidas, creando problemas de salud física y mental, repercutiendo en la motivación y satisfacción personal, problemas familiares en muchas ocasiones con reestructuraciones, y cambios en su situación laboral, todo ello afectando a su calidad de vida, y provocando situaciones de malestar, sufrimiento, incertidumbre e inseguridad.

Se ha optado por este tipo de investigación, por considerarla una metodología, con un carácter interpretativo, basado en la experiencia situacional y más personal de los participantes, lo cual considero fundamental para el presente estudio, ya que los resultados obtenidos, serán la suma de las experiencias y

² Considero conveniente aclarar que esta metodología, me ha ayudado a comprender los artículos a los que me he enfrentado para realizar el estudio, así como el análisis de las investigaciones encontradas para la fundamentación teórica, como aclaración para afrontar el asunto.

“LA CRISIS ECONÓMICA EN LA VIDA DE LOS TRABAJADORES Y TRABAJADORAS DE CASTILLA Y LEÓN”.

situaciones personales de los trabajadores y trabajadoras de Castilla y León, en este caso.

Para realizar la investigación se ha contado con la participación de 12 personas divididas en tres grupos:

1. Dos profesionales del ámbito de la salud mental, una del ámbito público y otra del ámbito privado, para poder observar las especificidades existentes en ambos, y conocer de qué forma está afectando la situación económica a los trabajadores y trabajadoras, que acuden por este fenómeno a sus consultas pidiendo ayuda, como consecuencia de los problemas ocasionados a nivel personal, laboral y familiar.
2. Entrevista a los propios afectados, eligiendo a dos personas que actualmente se encuentran desempleadas y a otras dos personas, que mantienen su puesto de trabajo, para observar que especificidades de ambos colectivos, y saber cómo afectan a los diferentes ámbitos de su vida, según la situación laboral, bien por las repercusiones del desempleo, o por el contrario los cambios de las empresas, producidos por la crisis financiera.
3. Y por último, se ha participado en un grupo de discusión, durante 8 semanas, comprendidas entre los meses de Abril, Mayo y Junio, guiada por una psicóloga, con una duración de hora y media cada sesión y formada por 6 personas, con algún tipo de problema de salud mental, ocasionado en la mayoría de los casos por las preocupaciones y situaciones que acarrea la crisis en los diferentes aspectos de su vida cotidiana. Para el objeto de estudio se han anotado todos aquellos aspectos y vivencias personales necesarias, en un cuaderno de campo.

CARACTERÍSTICAS DE LOS PARTICIPANTES:

PARTICIPANTES.	EDAD.	AMBITO/PROFESIÓN.	ETIQUETA.
<u>Psicóloga 1.</u>	37 años.	Psicóloga ámbito público.	<u>PSPU.</u>
<u>Psicóloga 2.</u>	33 años.	Psicóloga ámbito privado.	<u>PSPRI.</u>

“LA CRISIS ECONÓMICA EN LA VIDA DE LOS TRABAJADORES Y TRABAJADORAS DE CASTILLA Y LEÓN”.

<u>Desempleado 1.</u>	30 años.	<u>Entrenador personal.</u> Desempleado de más de dos años. Viviendo en pareja. Sin hijos.	<u>DES1EP.</u> (Desempleado 1. entrenador personal).
<u>Desempleado 2.</u>	34 años.	<u>Jardinero.</u> Desempleados más de dos años. Viviendo con sus padres. Sin hijos.	<u>DES2JAR.</u> (Desempleado 2. Jardinero).
<u>Empleado 1.</u>	28 años.	<u>Educadora Social.</u> Con contrato fijo. Viviendo en pareja. Sin hijos.	<u>EMP1ESO.</u> (Empleado 1. Educadora Social).
<u>Empleado 2.</u>	34 años.	<u>Capataz agrícola.</u> Con contrato fijo. Viviendo en pareja. Sin hijos.	<u>EMP2CAGRI.</u> (Empleado 2. Capataz agrícola).
<u>Participante GD 1.</u>	25 años.	<u>Estudiante.</u> Soltera. Desempleada.	<u>PAR1EST.</u> (Participante 1. Estudiante).
<u>Participante GD 2.</u>	44 años.	<u>Graduada Social.</u> Desempleada desde hace 1 año. Casada. Dos hijos.	<u>PAR2GSO.</u> (Participante 2, graduada social).
<u>Participante GD 3.</u>	30 años.	<u>Ingeniero.</u> Soltero. Desempleado desde hace 6 meses.	<u>PAR3ING.</u> (Participante 3, ingeniero).

“LA CRISIS ECONÓMICA EN LA VIDA DE LOS TRABAJADORES Y TRABAJADORAS DE CASTILLA Y LEÓN”.

<u>Participante GD 4.</u>	60 años.	<u>Jubilada.</u> Ama de casa. Pensión no contributiva.	<u>PAR4JUB.</u> (Participante 4, jubilada).
<u>Participante GD 5.</u>	45 años.	<u>Ama de casa.</u> Casada. Dos hijos.	<u>PAR5ADC.</u> (Participante 5, Ama de casa).
<u>Participante GD 6.</u>	25 años.	<u>Camarera.</u> Soltera. Estudiante. Con contratos por temporadas.	<u>PAR6CAM.</u> (Participante 6, camarera).

5.3. **INSTRUMENTOS.**

La información obtenida ha sido recogida a través de dos instrumentos, las entrevistas en profundidad y un grupo de discusión, para que a través del discurso de los agentes sociales, podamos indagar en cuál es su situación personal en los distintos aspectos de su vida, como consecuencia de la situación actual vivida por ellos.

5.3.1. **ENTREVISTAS EN PROFUNDIDAD.**

Taylor y Bogdan (1987) expresan que las entrevistas en profundidad siguen el modelo de una conversación entre iguales, y no de un intercambio formal de preguntas y respuestas” (p.101) y es, a través de estos encuentros, donde se procura indagar en las perspectivas que los agentes entrevistados tienen de sus propias experiencias y circunstancias (Taylor y Bogdan, 1987). Se ha optado, por la realización de entrevistas en profundidad que permitan a los agentes entrevistados expresar sus experiencias a través de un elemento flexible de diálogo, en la que el entrevistador no se limita únicamente a enunciar cuestiones, sino que aprende en el transcurso de la entrevista a

“LA CRISIS ECONÓMICA EN LA VIDA DE LOS TRABAJADORES Y TRABAJADORAS DE CASTILLA Y LEÓN”.

orientar y formular las preguntas de manera más adecuada. De esta forma mediante el dialogo se pretende profundizar, en las situaciones de sufrimiento, malestar, así como los cambios en los diferentes ámbitos de sus vidas, que se han producido a partir de la crisis financiera y laboral.

Dentro de la metodología cualitativa, se ha optado por la realización de entrevistas semi-estructuradas, con carácter dinámico, más flexible y más abierto (Taylor y Bogdan, 1987), que nos permite reorientar la entrevista para poder profundizar en los puntos de interés que puedan surgir en el desarrollo de la misma.

La selección de agentes a entrevistar la he llevado a cabo a través de colectivos o personas que se ha considerado de interés para el objeto de estudio, las propias personas afectadas, tanto ocupados y ocupadas como parados y paradas, y las personas encargadas de tratar estos casos cuando llegan a ser problemas que afectan a varios ámbitos de sus vidas, ocasionando problemas de salud mental. Se ha considerado de gran importancia conocer los testimonios en primera persona, aunque los agentes sociales, al principio, se encontraban más cohibidos como consecuencia de tener que contestar a preguntas sobre circunstancias y vivencias personales delicadas.

Mediante las entrevistas en profundidad se desea buscar una mayor comprensión de las repercusiones y del sufrimiento, tratando de recoger las percepciones que cada uno de los agentes entrevistados tiene sobre cómo les está afectando la crisis económica a ellos en sus vidas.

5.3.2. GRUPO DE DISCUSIÓN.

Tal como plantea Stake (2010), “existen dos realidades simultáneas y separadas dentro de la actividad humana. Una es la realidad de la experiencia personal y la otra es la realidad del grupo y las realidades sociales” (p.18), planteando una complejidad dentro de la misma realidad: realidad individual y realidad en grupo. Las interacciones que tienen lugar entre los individuos pueden aportar información complementaria a las entrevistas en profundidad,

“LA CRISIS ECONÓMICA EN LA VIDA DE LOS TRABAJADORES Y TRABAJADORAS DE CASTILLA Y LEÓN”.

de modo que se empleará otro instrumento en la recogida de información: el grupo de discusión. Este grupo tuvo lugar durante 8 sesiones guiadas por una psicóloga en el que se pudo recoger información para conocer qué repercusiones y efectos está teniendo la crisis económica en los trabajadores y trabajadoras de Castilla y León.

Además de la información obtenida a través de las entrevistas en profundidad y con el fin de poder contrastar los resultados y permitir la triangulación y validación de los mismos se ha recogido información a través de un grupo de discusión. Tal y como plantea Cruz (2006), “el grupo de discusión es una técnica de recogida de datos de naturaleza cualitativa, que permite recoger información a partir del dialogo entre diferentes personas, en un momento y contextos determinados, sobre el tema que se desea investigar” (p.136).

Kamberelis y Dimitriadis (2007) exponen que “el uso de grupos de discusión ha permitido explorar las características y dinámicas grupales como fuerzas relevantes constitutivas en la construcción de significados y en la práctica de la vida social. Los grupos de discusión también han permitido a los investigadores explorar la naturaleza y los efectos del discurso social de forma tal que no es posible conseguir a través de entrevistas individuales u observaciones” (p. 396). Tal como plantean estos autores, los grupos de discusión pueden considerarse como espacios sociales donde la influencia que puede ejercer el investigador se ve reducida permitiendo el dialogo y la interacción entre los agentes que intervienen.

La información fue anotada, con todo tipo de detalles, para su posterior análisis e interpretación, ya que a la hora de grabarlo pedí permiso a los participantes y se encontraron impedimentos y limitaciones al tratarse de testimonios personales, como ya se ha señalado. La utilización de diferentes instrumentos y recogiendo las opiniones de los distintos miembros del grupo de discusión se busca realizar una triangulación de los datos recogidos para mejorar su clarificación y conseguir una mayor validación, tal como sugieren Taylor y Bogdan, (1987), y se mencionó anteriormente, no se persigue una generalización de resultados, sino una comprensión en profundidad de la

“LA CRISIS ECONÓMICA EN LA VIDA DE LOS TRABAJADORES Y TRABAJADORAS DE CASTILLA Y LEÓN”.

realidad estudiada, por ello se procura abarcar un amplio abanico de las perspectivas que entran en juego.

La triangulación puede llevarse a cabo contrastando datos procedentes de distintas fuentes, de distintos observadores, de distintas teorías, métodos o técnicas (Santos, 1990) y en este caso se optó, por la triangulación metodológica donde se relaciona y contrasta los resultados procedentes de las entrevistas en profundidad con los grupos de discusión.

Santos (1990) habla de la validez interna del estudio, cuando el análisis de los resultados muestra fielmente la realidad del caso estudiado y de la validez externa para referirse a la transferibilidad de los resultados a otros casos, permitiéndose así explicar la realidad en otros contextos. “Si se analiza con criterios rigurosos los fenómenos, si se presenta fundamentalmente la dinámica metodológica es posible abrir el camino de la credibilidad de la evaluación y de la transferibilidad de lo descubierto a otra situación similar” (Santos, 1990, p.173).

Son los actores implicados los que pueden mostrarnos cuales son las principales repercusiones de la crisis económica que influyen en su salud, en su vida personal, familiar, social, laboral y en su calidad de vida.

“LA CRISIS ECONÓMICA EN LA VIDA DE LOS TRABAJADORES Y TRABAJADORAS DE CASTILLA Y LEÓN”.

6. ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS:

El análisis del impacto que está produciendo la situación actual, en diferentes aspectos de los trabajadores y trabajadoras de Castilla y León, se ha llevado a cabo a través de las interpretaciones y testimonios personales observados en la investigación cualitativa, realiza a través de las entrevistas en profundidad y el grupo de discusión.

Se observan los siguientes aspectos:

6.1. REPERCUSIONES EN LA SALUD FÍSICA Y MENTAL.

Como muestran las profesionales de la salud entrevistadas, *“han aumentado el número de pacientes en nuestras consultas con problemas mentales, que derivan en muchos casos, de las repercusiones que en los diferentes ámbitos de sus vidas, ha tenido las circunstancias y los acontecimientos de la crisis económica, sobre todo en el ámbito familiar y laboral”* (PSPC), aunque el número de pacientes ha sido mayor en el servicio de sanidad público que en los servicios privados. *“La consecuencia de ellos es muy lógica, la mayoría de los pacientes, son personas que han perdido su empleo o que sus ingresos son menores, y no pueden pagar una consulta privada, por lo que se decanta por la seguridad social”* (PSPRI).

Se ha observado, tanto por parte de los agentes sociales entrevistados, como por los participantes del grupo de discusión, así como por las profesionales de salud mental, que los problemas de salud mental más frecuentes entre los trabajadores y trabajadoras de Castilla y León, está siendo principalmente la ansiedad, junto con trastornos adaptativos y trastornos del estado de ánimo. La ansiedad es considerada por ellos, como una respuesta emocional o conjunto de respuestas, con efectos físicos y psíquicos, ante una situación de miedo e incertidumbre, como es la actual situación económica, la cual trae consigo la *“inseguridad de perder en empleo”* (EMP1ESO), o *“el miedo a no encontrarlo”* (DES1EP).

Según una de las profesionales del ámbito de la salud mental, en el caso de los desempleados de larga duración, *“he podido observar, que la ansiedad*

“LA CRISIS ECONÓMICA EN LA VIDA DE LOS TRABAJADORES Y TRABAJADORAS DE CASTILLA Y LEÓN”.

producida por el hecho de no tener empleo y lo que ello trae consigo, deriva en muchos casos a un estado de depresión más grave, como consecuencia de que los efectos cada vez son mayores” (PSPRI).

Como muestra, la Organización Mundial de la Salud, así como la Plataforma Europea para la Salud Mental, reunida en Europa el 20 de octubre de 2009, la relación existente entre el estado mental y el estado físico, es una realidad, ya que el colectivo participante del estudio, está teniendo tanto efectos físicos, como psíquicos, como consecuencia de los acontecimientos y circunstancias que están viviendo, como puede ser la pérdida de empleo y la reducción del poder adquisitivo, entre otras.

Estos síntomas físicos y psíquicos son muy diversos, entre los físicos más frecuentes y compartidos por la mayor parte de los participantes, se pueden señalar la falta o el exceso de apetito (hiporexia-hiperexia), insomnio, dolores o tensiones musculares producidas por los nervios y dificultades somáticas (dificultades para respirar). *“Yo cuanto más nerviosa me pongo, más me tiembla la pierna y la mano, de hecho me han hecho pruebas para descartar la posibilidad de que tuviera algo de Parkinson, pero tengo comprobado que me pasa cuando no estoy cómoda con gente por el miedo, cuanto más intento evitarlo más me tiembla, y es que no me atrevo a ir ni a la peluquería” (PAR4JUB), “Yo claro que síntomas físicos y psíquicos de ansiedad, la psicóloga a la que voy ha intentado enseñarme a que los reconozca pero como dependiendo del momento son diferentes, cada vez que tengo uno diferente, me preocupo pensando que es algo malo, por ejemplo tengo comprobado que cuando estoy nerviosa, es más una sensación de nudo en la garganta y cuando me relajo es más dolor en el pecho, pero en ambos casos me preocupo, lo que hace ponerme muchísimo más nerviosa” (PAR6CAM).*

Entre los síntomas menos frecuentes, encontramos el buxismo (habito involuntario de apretar la mandíbula), descuido del aspecto físico, perdida en el control de horarios, sudoración, dolores de estomago, taquicardias y temblores.

“...considero que el buxismo es más frecuente de lo que aparentemente parece, pero el problemas que veo es que en la mayoría de los casos se

“LA CRISIS ECONÓMICA EN LA VIDA DE LOS TRABAJADORES Y TRABAJADORAS DE CASTILLA Y LEÓN”.

produce por la noche cuando están dormidos y no son conscientes, pero yo lo he observado, ya que muchos consideran como efectos físicos los dolores de mandíbula, y es porque por la noche descargan la tensión acumulada por el día, por lo que cada vez son más frecuentes en los pacientes las células de descarga” (PSIPRI).

Con respecto a los efectos psíquicos, pérdida de autoestima, apatía, indefensión, dificultades de concentración, atención, baja expectativa de autoeficacia, dificultades en el rendimiento funcional y pérdida de libido.

Todos los efectos, tanto físicos como psíquicos, son propios del problema mental que padecen, y son de gran importancia, ya que afectan a su ámbito personal, familiar, social, laboral, así como a su calidad de vida, y apenas se muestran diferencias, independientemente de la situación laboral que tengan, pero si con respecto al origen de dichos síntomas, *“ comencé a encontrarme mal, lo que ello trajo consigo problemas en el rendimiento de mi trabajo, cuando comenzaron a haber tantos despidos y la situación de la empresa en la que trabajo empeoro, pensando que podía ser el siguiente en perder el empleo” (EMP2CAGRI), y por el otro lado, “acudí con ansiedad y malestar al médico, cuando ya la situación de no encontrar trabajo, y la pérdida de esperanza por encontrarlo, se manifestó de esta forma, ya que los ingresos, mi situación personal y familiar, incluso la social, se estaba viendo muy, pero que muy ,afectada”.*(DES1EP).

Las psicólogas también afirman la relación de estos problemas de salud mental, con los efectos de la crisis económica, ya que estos, suelen aparecer en momentos de cambios, cuando los pacientes no son capaces de controlar la situación, y en este periodo hay muchas situaciones incontrolables, que no dependen de ellos, como la pérdida del empleo y recortes en las empresas, que trae inseparable la situación personal de frustración y las dificultades de pagos en la vivienda familiar, entre otras, y lo ven como un peligro en sus vidas, que se traduce en la ansiedad, *“ he entrado en un círculo vicioso, porque son miles los problemas que acarrea el no tener empleo”, (DES2JAR).*

“LA CRISIS ECONÓMICA EN LA VIDA DE LOS TRABAJADORES Y TRABAJADORAS DE CASTILLA Y LEÓN”.

Los efectos en la salud física y mental, tienen influencia en otros ámbitos de sus vidas, lo cual no les permite gozar de un estado de bienestar pleno, ni de buena salud física para poder desenvolverse adecuadamente en las actividades cotidianas de la vida y del mercado laboral, ya que como establece la Organización Mundial de la Salud, la combinación de ambos tipos de salud, les permite tener una vida más dinámica y positiva.

Se observa en este estudio que el ámbito laboral, de gran importancia desde el punto de vista de los Recursos Humanos, no solo se ve afectado por las repercusiones en otros aspectos, como bienestar personal, familiar, social y calidad de vida, sino también por el deterioro de las empresas debido a la situación económica que se vive.

Una de las repercusiones más frecuentes en el ámbito laboral, es la ansiedad que produce este malestar e incertidumbre, repercutiendo a la hora de desempeñar el trabajo, ya que les impide, la concentración, la comunicación, la capacidad de recordar, de responder...*“Como va a ser adecuado mi desempeño en el trabajo teniendo mil cosas fuera, que no se me quitan de la cabeza”* (EMP2CAGRI), por ello como indicaba Jorgense(1987), las personas con este problema tienen más dificultad de mantener un empleo estable y llevar a cabo un desempeño normal del trabajo.(Kaplan y Sadock, 1995).

Las situaciones experimentadas por los participantes del estudio más frecuentes, que les están causando problemas en el desempeño del trabajo, son la inestabilidad en el empleo, la incertidumbre por mantenerle, los conflictos de funciones, la sobrecarga del trabajo, puntualidad, absentismo, entre otras,*“¿Cómo no va a causar ansiedad el trabajo, si ahora mismo estoy llevando a cabo el trabajo de una persona que se dedicaba hacer informes, los cuales ahora tengo que hacer yo a parte de mi trabajo, porque ha sido despedida?”* (EMP1ESO).

Una de las psicólogas mostró, como ya se ha señalado, que cuando *“la ansiedad en el trabajo o el desempleo de larga duración afecta a los trabajadores y trabajadoras durante un largo periodo de tiempo, se convierte en*

“LA CRISIS ECONÓMICA EN LA VIDA DE LOS TRABAJADORES Y TRABAJADORAS DE CASTILLA Y LEÓN”.

depresión”, (PSIPRI), que es otra de las enfermedades mentales frecuentes en los lugares de trabajo.

Se ha observado en muchos de los participantes de la investigación que presentan este problema, debido a que cumplen los efectos físicos y psíquicos que muestran Hurrell, Murphy et al. (2000), y que se han señalado en las anteriormente como efectos físicos y psíquicos, y que son sobre todo los agentes que llevan más tiempo sin trabajo, o que cada vez reciben más carga de trabajo por parte de superiores. Además la mayoría de ellos presenta una conducta pasiva, por que no ve soluciones a ninguna de las dos situaciones a un corto/medio plazo.

“Considero que la ansiedad del trabajo es debido a que cada vez tengo más funciones, cada vez recorten más y somos un número en la empresa, en la que no valorar el trabajo excesivo” (EMP1ESO).

También se ha observado, como señalan Karasek y Theorell (1990), que los trabajadores y trabajadoras, que tienen funciones más autónomas y que desempeñan por si solos el trabajo, sufren más ansiedad que los que sus funciones y controles son supervisados por un superior. Estas diferencias se encuentran en el caso de la educadora social entrevistada, en el que ella tiene que llevar a cabo su trabajo sin ningún tipo de supervisión, ya que es la única persona que se encuentra en su turno, y en el caso de la graduada social, que aunque desempleada, afirmaba que el Director de Recursos Humanos del que dependía la encomendaba las tareas a medida que iba finalizando, lo cual no la causaba ansiedad, porque no dependía de ella el elegir a que si y no dar prioridad.

Los participantes del grupo de discusión consideran que el origen de la ansiedad y la depresión se encuentran en el momento en el que el trabajador o la trabajadora experimentan un acontecimiento, como puede ser la situación económica actual y lo que ellos acarrea, que suponga una amenaza para la vida a lo que se responde con miedo y con horror.

“LA CRISIS ECONÓMICA EN LA VIDA DE LOS TRABAJADORES Y TRABAJADORAS DE CASTILLA Y LEÓN”.

6.2. REPERCUSIONES EN EL ÁMBITO PERSONAL.

Como muestran Viniegras y Gonzalez Benitez (2000), uno de los componentes fundamentales del bienestar y la felicidad personal, es la satisfacción con la vida, ligada a aspectos económicos, calidad de vida, entre otros, los cuales están siendo afectados por la crisis económica, lo que hace que el ámbito personal, también haya sufrido cambios.

En este ámbito, el sentimiento que les caracteriza a la mayoría de ellos, es el de frustración e inseguridad, *“no creyendo que la situación va a cambiar”*. (PAR3ING).

La situación de incertidumbre negativa a perder o encontrar empleo, que viven los trabajadores y trabajadoras de Castilla y León, tiene cierta similitud con las personas que sufren trastornos de anorexia, *“por mucho que las digamos que su delgadez es extrema, ellas mismas cada día se ven más fuertes, al igual que los trabajadores y trabajadoras, que aunque se les muestre que la situación económica va a cambiar y tienen que ser positivos a la hora de buscar empleo, cada vez se sienten más frustrados y son más negativos, con pensamientos del tipo, “no valgo para nada”*.(PSPRI).

“Algunos de los trabajadores y trabajadoras, personalmente tienen un ajuste de éxito y hay quien no. Quien no lo tiene, generalmente, vive la pérdida del empleo o esto como una amenaza contra la propia valoración personal.”(PSPU), este dato tiene como pilar fundamental, la importancia que para cada uno de ellos tenga el concepto del trabajo, ya que cuanto más importancia tenga éste para el trabajador o la trabajadora, las consecuencias en su bienestar serán mayores, que si el trabajo cobra menor importancia en su vida.

Tanto en los ocupados como en los parados, la situación laboral actual, está produciendo un deterioro de su bienestar personal, en el primer caso por pensar en que *“no eres imprescindible en la empresa”* (EMP1ESO), y el *“no valgo para nada”* (DES1EP), en el segundo caso, necesitando refuerzos constantes, con sentimientos de frustración por no encontrar trabajo, por ello

“LA CRISIS ECONÓMICA EN LA VIDA DE LOS TRABAJADORES Y TRABAJADORAS DE CASTILLA Y LEÓN”.

que el hecho de tener empleo no signifique gozar de bienestar psicológico. (Ovejero, 2006).

Los sujetos de la investigación, comparten la idea de Viniegras y Gonzalez Benitez (2000), correspondiente a que su bienestar está presente en todas las esferas de su actividad humana, afirmando que *“claro que sentirme bien conmigo mismo, me hace más productivo y sociable en el trabajo y mejora mis relaciones con mi pareja y amigos”* (EMP1ESO).

Si tenemos en cuenta la integración que establece Warr (1990), del bienestar con la calidad de vida, éste también está afectada, como consecuencia de que *“la calidad de vida y mi bienestar están relacionados plenamente, porque como mis ingresos son menores, no puedo hacer cosas como antes, que me permitan tener mejor calidad de vida y me hacían sentirme mejor, me encantaba montar a caballo y no lo he vuelto a hacer”* (EMP2CAGRI).

La valoración cognitiva de (Lawton, 1972), también ha sido afectada ya que debido a las circunstancias, no depende de los trabajadores y trabajadoras del todo la congruencia entre las metas deseadas y las obtenidas en la vida, ya que afirman, *“no es que no haya trabajo de lo mío, es que no hay de nada, debido a la situación, las empresas no crean empleo y es imposible acceder a ello”* (PAR2GSO), por lo tanto no depende de ellos lo que desean y lo que se ofrece actualmente en el mercado laboral.

Así como el hecho de las evaluaciones que hacen de sus vidas, incluyendo estados de ánimo y emociones, en relación con el bienestar como muestra Shigehiro(1997), son mucho más negativas que al inicio de esta situación económica *“por el hecho de saber que no hay trabajo, ni lo va haber en un corto periodo de tiempo”* (PAR3ING), *“yo cada vez estoy más negativo, ya llevo dos mucho en el paro”* (DES2JAR), claro ejemplo de lo que Ovejero(2006) muestra de que *“sentimientos de indefensión, autoestima e impotencia hacia la búsqueda de un nuevo empleo, cada vez son más negativos”*.

“LA CRISIS ECONÓMICA EN LA VIDA DE LOS TRABAJADORES Y TRABAJADORAS DE CASTILLA Y LEÓN”.

Este deterioro del bienestar psicológico señalado, debido a la situación de crisis económica, provoca en muchos casos, problemas familiares, pérdida de amigos” *he engordado muchísimo, porque he dejado de hacer deporte, y no salgo nada porque me siento muy mal conmigo mismo*” (DES1EP), así como derivar en otros problemas como el alcoholismo, “si salgo y bebo es la única forma que encuentro de evadirme del mundo y no pensar en nada, pero es cierto que al día siguiente mi malestar, por gastarme lo que no tengo es mayor” (DES2JAR).

En conclusión, si el bienestar psicológico es considerado un constructo que expresa el sentir positivo y el pensar constructivo acerca de si mismo, relacionados con aspectos físicos y psíquicos, está afectado en todos los conceptos de la definición, como consecuencia de la inseguridad, malestar y sufrimiento de las situaciones de la vida cotidiana, ya que los trabajadores y trabajadoras ya no tienen este sentimiento positivo como anteriormente a la crisis, teniendo actualmente sentimientos de frustración e inseguridad.

En el ámbito laboral, con lo que respecta a su satisfacción personal o motivación en el trabajo, consideran que debido a la situación que viven las empresas, o la realidad de buscar empleo, ésta se convierte en prácticamente “nula”, *“dada la situación lo único que puedo esperar es que me despidan”*(EMP1GSO).

Los empleados entrevistados también consideran que uno de los principales problemas que sufren en el puesto de trabajo es el estrés, como consecuencia principalmente de los cambios en las empresas y *“sobre todo a última hora”* (DES2CAGRI), en lo que se refiere a la organización, cambios en horarios y forma de producción bajo demanda, es decir, situaciones que hacen que provoquen ello constantemente.

Las profesionales de la salud mental consideran que a los trabajadores y trabajadoras de Castilla y León, no les afecta de la misma manera este tipo de problemas en el trabajo, ya que hay que tener en cuenta, factores personales, rasgos característicos, modelos de afrontamiento previos, así como factores protectores, buenas relaciones con familia y pareja, con las redes sociales,

“LA CRISIS ECONÓMICA EN LA VIDA DE LOS TRABAJADORES Y TRABAJADORAS DE CASTILLA Y LEÓN”.

amistades, presencia de intereses previos bien definidos, hábitos adecuados de auto cuidado y buen estado de salud. Así como tener en cuenta la cultura y formación del trabajador, ya que cuanto mayor sean, menor será el riesgo de que el trabajador o la trabajadora sufra alguno de los problemas citados (ansiedad, depresión o estrés) (PSPU Y PSPRI).

6.3. REPERCUSIONES EN EL ÁMBITO FAMILIAR.

La familia es el entorno más cercano y que por lo tanto se ve afectado por las circunstancias que atravesamos. La disminución de los ingresos, la ausencia de empleo en la unidad familiar, trae consigo, una mayor irritabilidad entre sus miembros, discusiones familiares y dificultades de convivencia.

Algunas de las situaciones que llevan a que ello se produzca, son por ejemplo *“descargo en casa toda la tensión, que no descargo en el trabajo por el miedo a ser despedida”*, (EMP1ESO), *“el simple hecho de preguntarme si he echado currículos es motivo de discusión”* (DES1EP).

“Una situación familiar frecuente entre los pacientes, es el hecho de que aumentan las rupturas familiares, en muchos casos, por que el marido desempleado no acepta que la mujer sea la que traiga el dinero a casa” (PSIPRI). Las consecuencias de estas circunstancias, tienen sus antecedentes en los roles de género asignados, que hacen que la socialización de ambos sexos sea diferente. Ambos se diferencian por rasgos, conductas e intereses que la sociedad ha asignado respectivamente, (Matud y Aguilera, 2009). Las diferencias en las atribuciones y roles asignados a cada sexo se extrapolaban a que cada uno pertenezca a mundos diferentes y complementarios, surgiendo los estereotipos de género, (Jayme y Sau, 2004). La masculinidad se asocia al estereotipo dominante y competitivo y la feminidad a la dependencia y afectividad, (Díaz Loving, 2007), por ello que las preocupaciones que la crisis económica provocan en ambos sexos vayan más encaminadas hacia el hombre desde el punto de vista de trabajar y traer el dinero a casa, *“no aguanto que sea mi pareja la que me tenga que dejar dinero, hasta para comprar el pan”* (DES1EP), y las de la mujer desde el aspecto más familiar, cuidado de niños... *“ como no voy a tener preocupaciones si mi marido se queda sin*

“LA CRISIS ECONÓMICA EN LA VIDA DE LOS TRABAJADORES Y TRABAJADORAS DE CASTILLA Y LEÓN”.

trabajo, como vamos a pagar la hipoteca, los gastos que tienen los niños...” (PAR5ADC).

Por otro lado el clima familiar así como las relaciones entre sus miembros también han empeorado, *“todo es motivo de discusión, todos estamos demasiados afectados por la situaciones que tenemos, lo cual hace que a la mínima saltemos, en muchos casos, pagándolo con las personas que más queremos”* (EMP1ESO), *“además debido a los problemas, y preocupaciones que cada uno tenemos en nuestras cabezas también hace que el aislamiento, y que cada uno vaya a lo suyo se haya hecho más distante, antes nos contábamos cosas, veíamos la tele juntos, ahora cada uno de evade en sus cosas, yo creo que en muchos casos para evitar discusiones”* (DES2JAR).

6.4. REPERCUSIONES EN EL APOYO Y REDES SOCIALES.

Definiendo el apoyo social como provisiones instrumentales y/o expresivas, reales y percibidas, aportadas por la comunidad, redes sociales y amigos íntimos, (Lin, Dean y Ensel, 1986), los participantes del grupo de discusión, no consideran a estas redes como un apoyo social, ya que en la mayoría de los casos suelen ocultar los problemas que están sufriendo, por el miedo a preocupar a los parientes de primer grado. Suelen confiar más en gente o colectivos que se encuentran en sus mismas circunstancias. *“En casa de mis padres no saben la gravedad de la situación económica que estamos viviendo, por el miedo a no preocuparles, tampoco saben que he tenido que ir al psicólogo, porque sé que si lo cuento la preocupación para ellos, y para mí de pensar como están ellos, sería mayor”* (PAR6CAM).

La situación económica y laboral actual, ha hecho que sean varios los factores que provocan una disminución de la vida social, uno de ellos es que la pérdida de empleo en muchos casos la ven como algo vergonzoso de lo que *“hay que ocultarse”*, o viven, como se ha señalado, como agobiante la preocupación de los demás, (PSIPU).

Por otro lado, la situación económica de la familia en general, influye en que el aislamiento social sea mayor o menor, dependiendo si alguno de los miembros

“LA CRISIS ECONÓMICA EN LA VIDA DE LOS TRABAJADORES Y TRABAJADORAS DE CASTILLA Y LEÓN”.

de la familia tiene trabajo, si hay hijos, si la persona que trabaja dedica muchísimo tiempo al trabajo, por exceso de carga debido a los recortes en personal y si existe pago de hipoteca. *“No tenemos para pagar todos los gastos de la casa, menos para pagar a los vicios”* (EMP1ESO), *“mi vida social es nula, me paso todo el día encerrado en casa, y separándome de muchas amistades, ya no solo por no tener dinero, sino porque no soporto que sea mi mujer la que me lo de y porque como he descuidado mi aspecto personal tanto, no me siento bien conmigo mismo y me da vergüenza salir”* (DES1EP), por lo que vemos la clara relación en este último caso de los efectos directos, mostrados por Garrido y Álvaro, (1993) y Luy Hsieh, (1997), entre el bienestar personal y las relaciones sociales.

Otro factor que provoca el aislamiento social, son los efectos físicos que tienen en los trabajadores y trabajadoras, como la ansiedad producida por la situación económica actual que mencionaba anteriormente, por el miedo a que esos efectos sean detectados por su círculo social.

Según las teorías del efecto directo y la teoría de la amortiguación, comparten la idea de que el apoyo social, incrementa el nivel de bienestar de las personas expuestas a acontecimientos vitales. Es cierto que cuanto más apoyados se sientan las consecuencias serán menos graves que si no siente ningún tipo de apoyo afectivo. Como señala Ovejero “cuanto mejor funcione una familia, mayor sea su cohesión y cuanto más y mejor integrado esté el individuo en ella, mayor será el apoyo social, que le proporcione y por consiguiente menores las consecuencias negativas del desempleo”, (p. 70), pero la relación de este apoyo en la familia en casos de desempleo, he observado que se lleva a cabo en otros tipos de apoyo social y en otras circunstancias, aunque en muchos casos se evita este apoyo, por el miedo a no preocupar a los parentescos de primer grado

“LA CRISIS ECONÓMICA EN LA VIDA DE LOS TRABAJADORES Y TRABAJADORAS DE CASTILLA Y LEÓN”.

6.5. REPERCUSIONES EN LA CALIDAD DE VIDA.

Se ha observado a través de la investigación llevada a cabo, que los agentes sociales entrevistados han visto reducida su calidad de vida, ya que ha sido inevitable debido a las circunstancias que se han dado y se están dando en diferentes ámbitos de sus vidas considerándola completamente relacionado con los otros ámbitos, personal, familiar social y laboral, los cuales han sido deteriorados y sufriendo reestructuraciones, produciendo un efecto directo en la disminución de esta.

El principal factor que señalan como causante del agravamiento de la calidad de vida es la disminución de los ingresos, como consecuencia de la pérdida de empleo, que acarrea preocupaciones y nulas expectativas, presentes y futuras.

“Mi calidad de vida es peor que cuando tenía trabajo, principalmente porque no tengo ningún tipo de ingreso ya ni ayuda ni nada y que tengo mucho tiempo que pensar, cosa que antes no lo tenía”(DES2JAR).

Algunos factores estresantes como señala Schwartzman (2003), que empeoran la calidad de vida, son la frecuencia y velocidad de los cambios, la inseguridad constante, desempleo, cambios en la estructura familiar y pérdida de motivaciones.

Se ha observado además, afirmando el concepto de calidad de vida que muestra Guyatt, Feeny, Patrick, (1993), que la condición de vida es diferente dependiendo de las normas culturales, patrones de conducta y expectativas que tenga cada uno, así como del nivel socioeconómico. No todos tienen las mismas expectativas de calidad de vida, unos necesitan más y otros menos, para gozar de una plena calidad de vida, aunque en la investigación, todos los participantes, relacionan la misma con la oportunidad de empleo o la seguridad en el mismo. *“Solo pido que me llamen de una entrevista, en dos años ni siquiera me han llamado de ningún sitio”* (DES1EP), *“Si me aseguraran el empleo, por un periodo de tiempo más o menos largo y eliminará de mi cabeza está incertidumbre e inseguridad, mi vida cambiaría, ahora no tengo calidad de vida por el miedo a ser despedida”* (EMP1GS).

“LA CRISIS ECONÓMICA EN LA VIDA DE LOS TRABAJADORES Y TRABAJADORAS DE CASTILLA Y LEÓN”.

Se ha observado la relación de la calidad de vida con el bienestar personal. Cuanto mejor se sienten consigo mismos, consideran que su calidad de vida es mejor, que cuando se encuentran negativos y encerrados en un círculo vicioso llenos de problemas. *“Antes cuando trabajaba me sentía realizado y tenía ganas de hacer cosas fuera de la jornada laboral, ahora no tengo ninguna gana porque todos los días son iguales, me da igual sábados que lunes, antes como trabajaba, el fin de semana era para hacer cosas y descansar, ahora estoy descansado, con todo el tiempo del mundo y sin dinero para hacer nada”* (DES2JAR).

Los trabajadores y trabajadoras de Castilla y León, comparan su calidad de vida, con gente que está mejor y peor que ellos, con épocas anteriores al inicio de esta situación, tanto en síntomas físicos, psíquicos como emocionales, y todo ellos en relación con sus normas y patrones culturales, con gran importancia la clase social a la que pertenecen.

En muchos casos se observa que el problema de que no mantengan su calidad de vida, está relacionada, con que pretende que, a pesar de la disminución de los ingresos, su calidad de vida sea semejante, no estableciendo como señala Schawartzman (2003), una brecha en la cual las expectativas vayan en relación con la situación actual vivida en cada momento. *“El problema es que hemos vivido por encima de nuestras posibilidades”* (PAR2GSO).

Los participantes del estudio también señalan que su calidad de vida, no solo ha empeorado como consecuencia de la disminución de ingresos, sino también porque el agravamiento de la situación ha establecido una estrecha relación con la aparición de problemas mentales en ellos, *“en muchos casos no son conscientes de la gravedad del problema, sí de que algo no funciona bien”*, (PSIPRI), lo cual les impide encontrar trabajo o desempeñar las funciones propias del puesto. *“Los pacientes son conscientes de un sufrimiento, pero lo califican como excesivo para las circunstancias vitales, pero no considero que sea suficiente para reconocer que tiene un problema, no ven como un problema el hecho de sentirse así lo ven como normal, por las circunstancias y problemas que tienen”*.

“LA CRISIS ECONÓMICA EN LA VIDA DE LOS TRABAJADORES Y TRABAJADORAS DE CASTILLA Y LEÓN”.

Tanto en el colectivo de los ocupados como de los parados entrevistados, consideran que el fenómeno económico a reducido su calidad de vida, en el caso del primer señalado, consideran que las circunstancias laborales y la inseguridad de perder el empleo lo cual causa estrés y angustia, ya lo ven como algo que forma parte de sus vidas con lo que hay que convivir, aunque señalan que consideran que es más frecuente en estos períodos de inestabilidad económica. *“El estrés forma parte de mi vida, y más ahora”* (EMP2CAGRI).

En la mayoría de los casos ven la solución a que mejore su calidad de vida, en encontrar un empleo”. (DES1EP).

“LA CRISIS ECONÓMICA EN LA VIDA DE LOS TRABAJADORES Y TRABAJADORAS DE CASTILLA Y LEÓN”.

7. CONCLUSIONES.

A partir del estudio realizado se ha constatado el impacto de la crisis económica, por la que se atraviesa, en los diferentes aspectos de las vidas de los trabajadores y trabajadoras de Castilla y León.

Con respecto a la **salud**, ha tenido incidencia sobre todo en la salud mental de los trabajadores y trabajadoras, produciéndose un aumento de pacientes en las consultas tanto privadas, como públicas, y habiendo sido mayor en estas últimas. Los problemas identificados de salud mental más frecuentes entre ellos, han sido la ansiedad, la depresión, sobre todo en los casos de desempleo prolongado y el estrés, dada las circunstancias de las empresas en el contexto de esta situación de crisis económica.

Existe una estrecha relación entre el deterioro de las condiciones laborales o desempleo prolongado y la salud mental y física, con síntomas en las dos esferas, los más frecuentes en el estado físico son el insomnio, la falta o exceso de apetito, las tensiones musculares y la dificultad para respirar, así como la baja autoestima y la indefensión, en el estado mental. El origen de estos problemas se encuentra cuando los trabajadores y trabajadoras ven peligrar su puesto de trabajo, así como la imposibilidad de encontrar uno nuevo, debido a la situación empresarial, y cuando ellos no pueden controlar ciertas situaciones y cambios en sus vidas, como los que provoca la crisis económica, acompañada de gran incertidumbre e inseguridad.

La salud de los trabajadores y trabajadoras es de gran importancia, influyendo de manera significativa en otros ámbitos de sus vidas, que les impide llevar una vida dinámica y positiva, para desempeñar las funciones cotidianas de la vida de forma fructífera, así como en el desempeño laboral.

En el ámbito personal, las circunstancias económicas, laborales, familiares y sociales repercuten en la existencia de un buen estado de bienestar, debido a que la situación afecta a aspectos como condición económica, calidad de vida y relaciones sociales, creando sentimientos de frustración e inseguridad entre los trabajadores y trabajadoras, diferenciándose su grado en la importancia que

“LA CRISIS ECONÓMICA EN LA VIDA DE LOS TRABAJADORES Y TRABAJADORAS DE CASTILLA Y LEÓN”.

para ellos tenga el trabajo. Por otro lado dependiendo de cómo sea su bienestar les hará sentirse más o menos productivos en el ámbito laboral.

El bienestar y la calidad de vida de los trabajadores y trabajadoras están plenamente relacionados, aunque no existiendo relación entre las metas deseadas y obtenidas, y con una visión más negativa que anteriormente a la situación que se vive, ya que no son conscientes ni estamos acostumbrados adecuar nuestras necesidades, y condiciones de vida a las situaciones vividas en el momento.

Se muestra en los resultados como este deterioro en el bienestar psicológico viene causando problemas familiares, considerándose la familia, el entorno más afectado, produciéndose irritabilidad entre sus miembros, rupturas familiares, así como dificultades en la convivencia, sobre todo por la disminución de ingresos y los problemas de salud mental.

Las relaciones sociales han sido afectadas por la inestabilidad en el empleo y las condiciones económicas, produciéndose un aislamiento social, debido a la pérdida de empleo, la disminución de ingresos, así como el comprometimiento del bienestar personal. Las personas afectadas se apoyan en trabajadores y trabajadoras que se encuentran en sus situaciones y no en la familia, como forma de no ser una preocupación para ellos.

Por lo tanto, como consecuencia de la inseguridad constante y del desempleo, su calidad de vida también ha empeorado, pero de diferentes formas, por la relación con las normas culturales y patrones de conducta de cada trabajador y trabajadora, los cuales se comparan además con otros y con otras épocas. Para mantener esta calidad de vida es importante establecer una estrecha relación entre esta y la situación del momento, ya que unos de los principales motivos de la condición de vida son la disminución de los ingresos y el bienestar personal.

Y por último, todo ello afecta al ámbito laboral, creando malestar, ansiedad, e incertidumbre y empeora la forma de desempeñar e propio trabajo, la concentración, la atención y la comunicación. Los trabajadores presentan

“LA CRISIS ECONÓMICA EN LA VIDA DE LOS TRABAJADORES Y TRABAJADORAS DE CASTILLA Y LEÓN”.

dificultades de mantener un empleo estable o encontrar uno nuevo, disminuyendo su motivación y satisfacción personal y lo que incide manera directa en su bienestar personal, familia, relaciones sociales y calidad de vida. Todo ello, influyendo en mayor o menor, en función de la cultura, la formación o los niveles de afrontamiento, ya que no es lo mismo el quedarse en desempleo para una persona que posee ciertos ingresos económicos con los que poder vivir que el que no los tiene, como no es igual para una persona que tenga formación académica y experiencia profesional , que le permita encontrar más fácilmente un puesto de trabajo que el que no tenga nada y haya sido despedido de la empresa donde haya estado toda la vida sin tener formación de la que valerse para encontrar un nuevo empleo.

“LA CRISIS ECONÓMICA EN LA VIDA DE LOS TRABAJADORES Y TRABAJADORAS DE CASTILLA Y LEÓN”.

8. BIBLIOGRAFÍA.

- ANGERMEYER, M.C., Killian, R. (2000). *Modelos teóricos de calidad de vida en trastornos mentales*. Barcelona: Masson, 19-29.
- BARRÓN, A. y Sánchez Moreno, E. (2000). Estructura social, apoyo social y salud mental. *Psicothema*, 13(1): 17-23.
- BEATON, R. (1995). *Stress symptom factors in fire fighters and medics in organizational risk factors for Job Stress*. Washington: APA Press.
- BISQUERRA, R. (Coord.) (2004). *Metodología de la investigación educativa*. Madrid. La Muralla.
- BRAVERMAN, M. (1992). *Post-trauma crisis intervention in the workplace*. Washington: APA Press.
- COHEN, S. y Wills, T.A. (1985). Stress, social support and the buffering by pothesis a theoreticas analysis. *Psycological Bulletin*, 98, 310, 357.
- CRUZ, F. (2006). Género, psicología y desarrollo rural: la construcción de nuevas identidades. Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación. Madrid.
- DÁVILA, C. y Gonzalez López- Valcárcel, B. (2009). Crisis económica y salud. *Gac Sanit*, 23(4): 261-265.
- DÍAZ Loving, R. (2012). Masculinidad y feminidad. *Persona*, 15: 137-156.
- DIENER, E. Suh, E. y Shigehro, O. (1972). *Recent findings a subjetive well-being Indian journal of dinical psychology*. 15-19.
- FLORENZANO, R. y Dussailant, F. (2011). Indicadores de salud mental y salud física. *Universidad de desarrollo. Santiago de Chile*: 1-25.
- FREUDENBERGER, HJ. y G. Richelson, (1975). *Burnout: How to Beat the High Cost of Sucess*. Ne

“LA CRISIS ECONÓMICA EN LA VIDA DE LOS TRABAJADORES Y TRABAJADORAS DE CASTILLA Y LEÓN”.

- GARRIDO, A. y Álvaro, JL. (1973). Apoyo social y salud mental hipótesis de amortiguación versus hipótesis de los efectos directos en M.F. Martínez. *Psicología Comunitaria*. Madrid: Eudema.
- GORE, S. y Aseltine, R. (1995). Protective processes in adolescence: Matching Stressor with social resources. *American Journal of community psychology*, 23, 301-317.
- GUYATT, G.H., Feency, D.H., y Patrick, D., (1993). Measuring Health- Related Quality of life. *Annals of internal medicine*, vol118 (8):622-629.
- HENERT, F. (1975). The staff burn out syndrome in alternative institutions. *Psycother Theory Res Paract* 12:1.
- HERNANDEZ, S., Pozo, C., Alonso, E. (2003). Apoyo social y bienestar subjetivo en un colectivo de inmigrantes. *Boletín de psicología*. No.80.
- HIMMERSTEIN, JS. Y Pransky, GS. (1988). *Occupational Medicine: Worker Fitness and Risk Evaluations*; Vol 3. Philadelphia: Hanley & Belfus.
- HURREL, J., Murphy, L., Santery, S. y Levi, L. (2000) *Enciclopedia de salud y seguridad en el trabajo*. 5.1: 53-58.
- JORGENSEN, P. (1987). Social course and outcome of de lusalional psychosis. *Acta Psychiatry Scand*; 75:629-634.
- KAMBERELIS, G. & Dimitriadis, G. (2007). Focus Groups: Strategic Articulations of Padagogy, Politics, and Inquiry, pp. 375-402. En: *Collecting and Interpreting Qualitative Materials* (Tercera Edición). Denzin, N. & Lincolin, Y. (Ed.) Sage California. Publications.
- KAPLAN, H. y Sadock, B. (1995). *Coprehensive textbook of Psychiatry*. Baltimore: Williams & Wilkins.
- KARASEK, R. y Theorell. (1990). *Healthy work*. Londres: Basic Works.
- LAWTON, MP. (1972). The dimension of morale. *The power and action of social science*. New York: Behavioral Publications. 144-65.

“LA CRISIS ECONÓMICA EN LA VIDA DE LOS TRABAJADORES Y TRABAJADORAS DE CASTILLA Y LEÓN”.

- LIN, N., Dean, A. y Ensel, W.M. (1986). *Social support, life events and depression*. Nueva York: Academia Press.
- LOURO, I. (2000). La familia en la determinación de la salud. *Rev. Cubana Salud Pública*; 29(1): 48-51.
- LU, L. y Hsieh, Y. (1997). Demographic variables, control, stress, support and health among the elderly. *Journal of health and social Behavior*, 2; 97-106.
- MARTÍN Barroso, MR. (2012). Crisis económica y social en Castilla y León. *Revista jurídica de Castilla y León*, 28: 1-55.
- MATUD, P. y Aguilera, L. (2009). Roles sexual y salud mental en una muestra de población general española. *Salud mental*; 32; 53-58.
- MIYANO, M.C., Hartz, Z.M., Buss, P. (2000). Quality of life and Health: a necessary debate. *Ciencia & Saúde Colective*. Abrasco, Vol 5, 1, 7-18.
- OVEJERO, A. (2006). *La psicología del trabajo en un mundo globalizado*. Madrid: Biblioteca Nueva S.L.
- SANTOS, M.A. (1990). *Hacer visible lo cotidiano*. Madrid. Akal.
- SCHWARTZMAN, L. (2003). Calidad de vida relacionada con la salud, aspectos conceptuales. *Ciencia y enfermería IX*, 2: 9-21.
- STAKE, R. (2010). Qualitative Research. How Things Work, pp 11-35. En: *Qualitative Research. Studying How Things Work*. New York. The Guilford Press.
- TAYLOR, S.J. & Bogdan, R. (1987). Capítulo 4. La entrevista en profundidad, pp.100-132. En: *Introducción a los métodos cualitativos de investigación*. Barcelona. Paidós Básica.
- TUESCA Molina, R. (2005). Calidad de vida. Importancia. *Salud Uninorte*, 20: 76-86.

“LA CRISIS ECONÓMICA EN LA VIDA DE LOS TRABAJADORES Y TRABAJADORAS DE CASTILLA Y LEÓN”.

VICTORIA-Viniegras, C. y Gonzalez Benitez, I. (2000). La categoría bienestar psicológico. Su relación con otras categorías sociales. *Rev. Cub. Med Gen Integr*; 16(6): 586-92.

VILLAR. JM. (2009). Crisis económica actual. Sus orígenes. Características y medidas para salir de la crisis. *Revista de Obras Públicas: Órgano profesional de los ingenieros de caminos, canales y puertos*, nº 3496, 19-44.

WARR, P. (1990). The measurement of wellbeing and other aspects of mental health occup. *Psychol*; 63:193-210.

YODOFSKY, S., Hales, R. y Fergusen, T. (1991). *What you need to know about Psychiatric Drugs*. Nueva York: Grove Weidenfeld.

WEBGRAFÍA.

- Asociación Española de Neuropsiquiatría: www.aen.es
- Instituto Nacional de Estadística: www.ine.es
- Organización Mundial de la Salud: www.who.int/es/
- Universidad de Valladolid.: www.uva.es