



UNIVERSIDAD DE LAS REGIONES AUTÓNOMAS DE LA COSTA CARIBE NICARAGÜENSE

(URACCAN)

Monografía

Consecuencias psicológicas del desempleo en pobladores del barrio
Loma Fresca de la ciudad de Bluefields

Para optar al Título de Licenciatura en Psicología en Contextos Multiculturales

Autora:

Br. Yurielka Exania López Aguinaga

Br. Biurel Jorleth Humphreys Patterson

Tutora:

MSc. Fátima Ondina Gutiérrez Castillo

Bluefields, Nicaragua – 2024

UNIVERSIDAD DE LAS REGIONES AUTÓNOMAS DE LA COSTA CARIBE NICARAGÜENSE

(URACCAN)

Monografía

Consecuencias psicológicas del desempleo en pobladores del barrio
Loma Fresca de la ciudad de Bluefields

Para optar al Título de Licenciatura en Psicología en Contextos Multiculturales

Autora:

Br. Yurielka Exania López Aguinaga

Br. Biurel Jorleth Humphreys Patterson

Tutora:

MSc. Fátima Ondina Gutiérrez Castillo

Bluefields, Nicaragua - 2024

Dedico esta monografía a Dios, porque él es quien guía mi vida y mis pasos donde sea que este, bendiciéndome cada día con mucha fortaleza, anhelo de seguir adelante sin importar las adversidades que se me presenten, por darle la fuerza y motivación a mis padres de llegar junto conmigo hasta el final. Dedicado también a mis padres, hermanos que han sido el motor de mi vida para no rendirme brindándome apoyo económico y emocional para llegar hasta la meta y a mis seres queridos, como mis familiares, amigos que me apoyaron económicamente y motivándome a no rendirme.

YURIELKA EXANIA LOPEZ AGUINAGA

Dedico esta monografía primeramente a Dios por darme la oportunidad de seguir viviendo, a mis padres por su apoyo y amor, a mi familia por estar siempre conmigo, a mi pareja quien estuvo conmigo en los momentos más difíciles de mi vida brindándome ese apoyo y motivación, a mis amigos por hacer que mi vida sea más distinta y a todas esas personas que se han estado como soporte en mi vida.

BIUREL JORLETH JUMPHREYS PATTERSON

AGRADEDECIMIENTOS

A Dios por su gran bendición de darnos fortaleza y sabiduría.

A nuestros padres por su amor y comprensión que siempre nos dan.

A nuestra tutora Fátima Ondina Gutiérrez Castillo por brindarnos sus conocimientos y su tiempo.

A nuestros docentes por su dedicación, paciencia y compartir sus conocimientos.

Índice General

I.	Introducción.....	- 1 -
II.	Objetivos	- 3 -
2.1	Objetivo general	- 3 -
2.2	Objetivos específicos.....	- 3 -
III.	Marco teórico	- 4 -
3.1	Definición de desempleo	- 4 -
3.1.1	Tipo de desempleo	- 4 -
3.1.2	Robert Havighrust: tareas del desarrollo de la juventud.....	- 4 -
3.2	Consecuencias psicológicas del desempleo.....	- 5 -
3.3	Manifestaciones psicológicas ante el desempleo	- 6 -
3.3.1	Síntomas emocionales	- 6 -
3.3.2	Sentimientos de fracaso	- 6 -
3.3.3	Pérdida de motivación	- 6 -
3.3.3.1	Se experimenta la vergüenza	- 6 -
3.3.3.2	Comienza la desesperanza	- 7 -
3.3.4	Ansiedad e irritabilidad	- 7 -
3.4	Fases de la pérdida de empleo.....	- 7 -
3.4.1	Fase 1. El entusiasmo	- 7 -
3.4.2	Fase 2. El estancamiento.	- 8 -
3.4.3	Fase 3. La desgana.....	- 8 -
3.4.4	Fase 4. La resignación total	- 8 -
3.5	Técnicas de afrontamiento para sobrellevar el desempleo.....	- 9 -
3.6	Diferencias entre hombre y mujeres en cuanto a su experiencia relacionada al desempleo.....	- 10 -
IV.	Metodología	- 12 -
4.1	Ubicación del estudio	- 12 -
4.3	Teórico metodológico	- 12 -
4.4	Profundidad de la investigación.....	- 12 -
4.5	Población.....	- 12 -
4.6	Muestra.....	- 12 -
4.7	Lugares y grupos seleccionados	- 13 -

4.8	Unidad de análisis	- 13 -
4.9	Descriptores	- 13 -
4.9.1	Tabla 1. <i>Matriz de descriptores</i>	- 13 -
4.10	Criterio de selección y exclusión Criterios de selección.....	- 15 -
4.10.1	criterios de selección.....	- 15 -
4.10.2	Criterios de exclusión	- 15 -
4.11	Fuentes de información	- 15 -
4.11.1	Primaria:	- 15 -
4.11.2	Secundaria:	- 16 -
4.12	Métodos, técnicas, e instrumentos	- 16 -
4.13	Procesamiento y análisis de datos	- 16 -
4.14	Aspectos éticos	- 16 -
	Se cumplieron los siguientes puntos:	- 16 -
4.15	Validez de instrumentos y datos.....	- 17 -
4.16	Delimitaciones y limitaciones del estudio	- 17 -
V.	Resultado y discusión	- 18 -
5.2.	Manifestaciones psicológicas que sobrellevan hombres y mujeres ante el desempleo.	- 20 -
5.3	Técnicas de afrontamiento que utilizan los pobladores ante el desempleo. -	28 -
5.4	Diferencias entre hombres y mujeres en cuanto a las consecuencias psicológicas.	- 36 -
VI.	Conclusiones.....	- 43 -
VII.	Recomendaciones	- 45 -
VIII.	Lista de referencia.....	- 46 -
IX.	Anexo	- 48 -

Resumen

La pérdida del desempleo suele conducir a la inestabilidad financiera y puede llegar a generar graves consecuencias psicológicas en las personas generándoles estrés, ansiedad, depresión y menor sensación de la auto estima.

Este estudio tiene un enfoque cualitativo de corte transversal, se aplicaron instrumentos (guía de entrevista) a una muestra por conveniencia de 10 pobladores en el barrio Loma Fresca correspondiente al sector número 2 de la ciudad de Bluefields para analizar las consecuencias psicológicas del desempleo durante un periodo de febrero a noviembre del año 2023.

Algunos hallazgos de esta investigación son: los pobladores del barrio Loma Fresca de Bluefields, que poseen conocimientos empíricos sobre las consecuencias psicológicas de la falta de empleo por su experiencia que viven.

Los participantes refirieron que desde que perdieron su empleo se han encontrado con diferentes problemas económico, sociales y emocionales. Han desarrollado pensamientos negativos, y mucha tristeza, a la vez afirmaron que la falta de empleo genera muchas preocupaciones, desesperación, por no contar con un ingreso mensual para poder sostenerse a sí mismos y a su familia esto hace sentir una profunda ansiedad y depresión. Los participantes afirmaron que la estrategia para llevar una situación de desempleo es el apoyo familiar.

Este estudio recomienda buscar estrategias de emprendimiento e innovación. Se sugiere que las futuras investigaciones sean enfocadas a la importancia del cuidado de la salud mental ante el desempleo, proponiendo medidas y recomendaciones para no caer en esta situación.

Palabras claves: consecuencias psicológicas, desempleo, empleo, problemas económicos, problemas emocionales, técnicas de afrontamiento.

Summary

The loss of unemployment usually leads to financial instability and can generate serious psychological consequences for people, generating stress, anxiety, depression, and a lower sense of self-esteem.

This study has a qualitative cross-sectional approach, instruments (interview guide) were applied to a convenience sample of 10 residents in the Loma Fresca neighborhood corresponding to sector number 2 of the city of Bluefields to analyze the psychological consequences of unemployment during a period from February to November 2023.

Some findings of this research are the residents of the Loma Fresca neighborhood of the city of Bluefields, who have empirical knowledge about the concept of the psychological consequences generated by the lack of employment due to their experience.

The participants reported that since they lost their jobs, they have encountered different economic, social and emotional problems. They have developed negative thoughts and a lot of sadness, at the same time they stated that the lack of employment generates many worries, despair, not having a monthly income to be able to support themselves and their family, this makes them feel deep anxiety and depression. The participants stated that the strategy to deal with an unemployment situation is family support.

This study recommends looking for entrepreneurship and innovation strategies. It is suggested that future research be focused on the importance of mental health care in the face of unemployment, proposing measures and recommendations to avoid falling into this situation.

Keywords: psychological consequences, unemployment, employment, economic problems, emotional problems, coping techniques.

I. Introducción

El desempleo es una problemática con apariencia “inicia” ante el bienestar psicológico de las personas que están experimentando esta situación ya que muchas veces no se puede observar de manera física a quien está siendo afectado, pero cabe recalcar que la persona que carece de un salario y su economía se ve afectada pueden llegar a sufrir estrés, ansiedad, depresión, pérdida de recursos psicosociales, sentimientos negativos en general como la desvalorización, desesperanza, irritabilidad y apatía. Por eso, este estudio pretendía analizar las consecuencias psicológicas del desempleo de los pobladores de 25 a 40 años del barrio Loma Fresca de Bluefields.

Existen varios estudios sobre el desempleo y efecto en la salud mental de la población, sin embargo, no se cuenta con información relevante sobre consecuencias psicológicas en Bluefields en relación con el desempleo. Por lo tanto, en este estudio se planteó como problema consecuencias psicológicas del desempleo en los pobladores del barrio Loma Fresca en la misma ciudad, siendo las principales preguntas del estudio las siguientes:

¿Qué conocimientos tienen los pobladores del barrio Loma Fresca sobre consecuencias psicológicas del desempleo?

¿Qué consecuencias psicológicas ha generado la falta de empleo en los pobladores?

¿Qué estrategias de afrontamiento utilizan los pobladores del barrio Loma Fresca ante el desempleo?

Se consultaron dos investigaciones internacionales, propiamente de España, que se detalla a continuación:

En un estudio por Tomás, Gutiérrez y Fernández (2017) concluyeron que, entre los efectos del desempleo en la salud mental, destacan problemas de confianza, depresión y pérdida de recursos psicosociales. También concluye que el apoyo social se puede entender como un recurso psicológico que, atenúa los efectos negativos de los eventos estresantes de la vida. Finalmente, las estrategias de

afrontamiento comprenden el uso de recursos emocionales y cognitivos con el fin de manejar las situaciones que generan estrés.

Según Serrano, Baena y Molins-Correa (2018) el desempleo y la inseguridad laboral tienen efectos negativos sobre la salud, tener altos niveles de inseguridad laboral también se asocian con malestar psicológico y baja satisfacción y autoeficacia.

En el país se consultó una investigación de la Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua (UNAN-Managua) titulada Situación del desempleo en jóvenes universitarios del último año de las carreras de Ciencias Económicas de la FAREM-Estelí, durante el segundo semestre del 2020; concluyeron que afecta mucho a la juventud, donde no logran demostrar y desarrollar sus habilidades y conocimientos adquiridos, generándoles depresiones, discriminaciones y problemas familiares (Blandón, Guillén y López, 2020).

Para ellos el desempleo es un problema ante el bienestar psicológico de las personas ya que al no estar empleado tienen muchos problemas económicos debido a esto refieren sufrir mucho estrés y ansiedad. Es por ello que es importante apoyarse en la familia para así hablar del problema y buscar soluciones y que cuando la situación se agrave es importante buscar apoyo psicosocial para que la situación sea más llevadera.

Este estudio no solo permitió a los pobladores analizar sus consecuencias que han experimentado por este mal social; si no que también les permitió compartir como sufren ante esta experiencia debido a que el desempleo muchos creen que solo afecta el ámbito económico. Las autoras consideran importante crear conciencia sobre la importancia del cuidado del bienestar psicológico para que así la población pueda manejar cualquier situación de la mejor manera posible ya que lo importante es ser siempre personas positivas; mediante algunas técnicas de afrontamiento, emprendimiento e innovación.

Se utilizó las siguientes guías: la entrevista, aplicada a una muestra de 10 pobladores del barrio Loma Fresca de Bluefields, descubrió que, con experiencia, los pobladores de este barrio poseen conocimientos empíricos sobre el desempleo.

II. Objetivos

2.1 Objetivo general

Analizar las consecuencias psicológicas del desempleo en pobladores de 25 a 40 años del barrio Loma Fresca de la ciudad de Bluefields.

2.2 Objetivos específicos

Determinar las manifestaciones psicológicas que sobrellevan hombres y mujeres ante el desempleo.

Identificar las técnicas de afrontamiento que utilizan los pobladores ante el desempleo.

Señalar la diferencia entre hombre y mujeres en cuanto a su experiencia ante el desempleo.

III. Marco teórico

3.1 Definición de desempleo

Desempleo o paro significa falta de empleo (López, 2021). Se trata de un desajuste en el mercado laboral, donde la oferta de trabajo (por parte de los trabajadores) es superior a la demanda de trabajo (por parte de las empresas).

Para Terranova y Chaparro (2018) reconoce que el desempleo como la “desocupación, cesantía o paro, en el mercado de trabajo, como aquella situación del trabajador que carece de empleo y, por tanto, de salario”.

Para calcular la tasa de desempleo de un lugar se toman aquellas personas que estando en edad de trabajar (entre 16 y 65 años) y buscando activamente no encuentran empleo, es decir, lo que se conoce como población activa (López, 2021).

3.1.1 Tipo de desempleo

A continuación, se recoge información de los tipos de desempleo establecidos por (López, 2021) quien consulto en el libro “Principios de economía”. Siendo los siguientes, Desempleo estacional, desempleo friccional, desempleo estructural y desempleo cíclico y coyuntural y desempleo encubierto.

Desempleo friccional: es el ligado al funcionamiento normal del mercado de trabajo y se origina al dejar sus puestos algunos trabajadores para buscar otro mejor. Pues se trata de un desempleo voluntario. Son desempleados friccionales los trabajadores que dejan su empleo para estudiar, para cuidar a sus hijos, y otros.

A partir de este momento se detalla aquella teoría psicológica propia de esta etapa, información que aporta:

3.1.2 Robert Havighrurst: tareas del desarrollo de la juventud

En 1953 describió que existe una serie de periodos en que hay que cumplir determinadas tareas: Elegir una pareja, aprender a vivir con el cónyuge, formar una familia, criar hijos, administrar el hogar, comenzar a trabajar, asumir responsabilidades cívicas, encontrar un grupo afín (Craig y Baucum, 2009).

La principal afirmación de la teoría de Havighust es que el desarrollo es continuo, abarca toda la vida del sujeto y se produce por etapas evolutivas donde una persona avanza de una etapa a la siguiente mediante la resolución satisfactoria de problemas o la realización de determinadas tareas de desarrollo, es decir, cuando las personas cumplen con éxito los cometidos evolutivos de una etapa, sienten orgullo y satisfacción, además también obtienen la aprobación de la sociedad. Este éxito da una base sólida que permite realizar las etapas del desarrollo posteriores (Vergara, 2023).

Por el contrario, si las personas no logran cumplir las tareas de desarrollo de una etapa, pueden sentirse insatisfechas y no recibir la aprobación deseada por parte de la sociedad. Además, una dificultad en una etapa actual puede generar problemas en periodos posteriores, ya que no superar las tareas previas puede causar una experiencia de dificultad en las tareas posteriores (Vergara, 2023).

3.2 Consecuencias psicológicas del desempleo.

Los principales efectos psicológicos del desempleo son la reducción de la autoestima, estrés, ansiedad y sentimientos negativos como la desvalorización, desesperanza, irritabilidad y apatía. De hecho, la salud de las personas desempleadas es más frágil que la de las personas con empleo, teniendo el doble de riesgo de sufrir problemas psicológicos como depresión, trastornos de la ansiedad y psico somatización, además de verse su bienestar psicológica y autoestima reducidos (Montagud, 2020).

Por otra parte, el desempleo puede generar sensación de soledad y falta de aceptación social y de exclusión social, dificulta la necesaria emancipación de los jóvenes, genera una fuerte insatisfacción y frustración social (Arrazola, Galán y Hevia, 2018).

3.3 Manifestaciones psicológicas ante el desempleo

3.3.1 Síntomas emocionales

Estos síntomas emocionales que a continuación se detalla, no se manifiestan al principio del desempleo, sino pasados unos cuantos meses siguiendo todo un proceso que conlleva varias fases propuesto por (Centro médico, 2021).

3.3.2 Sentimientos de fracaso

El fracaso es uno de los principales sentimientos que puede llegar a experimentar una persona que posee problemas de desempleo. El individuo no sólo experimenta la sensación de haber fallado, sino que, además, se produce un sentimiento de culpa y responsabilidad por su actual situación laboral. El hecho de no haber logrado mantener empleo genera sentimientos de fracaso, al que en aquellas personas que ha tenido la posibilidad de encontrar un nuevo empleo durante un lapso prolongado.

3.3.3 Pérdida de motivación

La pérdida de la motivación es un sentimiento que es posible ubicar dentro de las fases emocionales más avanzadas de los efectos psicológicos del desempleo. Al no lograr emplearse después de un largo periodo de intentos fallidos, el individuo experimenta la desmotivación que incide sobre sus deseos y esfuerzos por conseguir un nuevo empleo.

La profundización de estos sentimientos puede alcanzar altos niveles de intensidad, derivando en el deterioro de la salud mental. Como resultado, el desempleo se convierte en un factor de riesgo de trastornos psicológicos como la depresión y la ansiedad. Por este motivo, la intervención psicológica pasa a representar una necesidad imprescindible para combatir los peores efectos y los problemas del desempleo.

3.3.3.1 Se experimenta la vergüenza

Otro de los sentimientos más comunes que traen consigo los problemas de desempleo es la vergüenza personal, que se pone a manifiesto al reconocer el desempleo frente a otras personas. Para un importante porcentaje de la población el

empleo posee un carácter dignificador que impulsa a las personas a sentir vergüenza al reconocer su desocupación.

3.3.3.2 Comienza la desesperanza

Dependiendo de las condiciones económicas del desempleado, perder un trabajo o permanecer desempleado durante un largo de tiempo produce desesperanza. Un sentimiento totalmente común en individuos posee necesidades o responsabilidades económicas que solo pueden ser atendidas a través de su propio trabajo. Por otra parte, la desesperación se profundiza con cada postulación para un empleo es rechazada y ante la falta de respuestas positivas a los esfuerzos por conseguir trabajo (Centro médico, 2021).

3.3.4 Ansiedad e irritabilidad

Uno se vuelve adicto a revisar correo, bolsas de trabajo y no suelta uno el teléfono por si llaman. Poco a poco se convierte en angustia y después ataque de pánico (IDC, 2019).

Independientemente de cómo se haya llegado a la situación de desempleo si ésta se alarga en el tiempo la persona sin trabajo empezará a padecer una serie de transformaciones emocionales, psicológicas y sociales. Al recibir la noticia del despido, es la confusión y la desorganización del tiempo. El trabajo impone unos horarios que estructura el día a día, cuando uno queda desempleado estas pautas se pierden y hay desorientación, corriendo el riesgo de que los días pasen sin hacer absolutamente nada y la persona va reduciendo su interacción social llegando a sentir tanta vergüenza que abandone sus amistades, además de no querer hablar con su familia por estar muy insatisfecha con su situación, lo cual acaba resintiendo sus lazos (Montagud, 2020).

3.4 Fases de la pérdida de empleo

3.4.1 Fase 1. El entusiasmo

Esta etapa dura aproximadamente los primeros seis meses sin empleo. Aunque la persona intenta ver la mala noticia de su despido de una forma un tanto positiva, creyendo en sus posibilidades de encontrar un nuevo empleo y viendo esta etapa

como un periodo de vacaciones. Sus expectativas son altas. Puede darse el caso que ve la situación no tan grave. Ve esta situación como algo temporal, algo que acabará arreglándose en breve. Igualmente se pueden manifestar algunos síntomas propios de una fase de crisis como humor cambiante, angustia, preocupación por el futuro, irritación e insomnio (Montagud, 2020).

3.4.2 Fase 2. El estancamiento.

Esta etapa comprende entre los seis y los 18 meses desde que perdió su empleo. La persona no ha encontrado empleo en la primera etapa va a replantearse su situación, su valor como persona y evaluará sus expectativas viendo un poco realista. Como aparecen la desmotivación y el desencanto por la nueva situación es normal que empiecen a reducirse las búsquedas activas de trabajo y se cambien las preferencias profesionales, buscando algo más a la desesperada, empiezan a agravarse los síntomas de crisis que pueden haber aparecido en la primera etapa. Además, muchas personas empiezan a sentir vergüenza o culpa por no encontrar empleo, y como consecuencia de ello se sienten muy irritables y nerviosas, a veces hasta agresivas (Montagud, 2020).

3.4.3 Fase 3. La desgana

Esta tercera etapa va de entre los 18 y 24 meses desde que se perdió el trabajo. Aquí las personas empiezan a resignarse con su condición, introduciendo en su identidad la palabra “desempleado”. Su estado emocional tiende hacia la depresión, además de mostrarse sentimientos de inferioridad, apatía, desgana, desesperanza, fracaso y tristeza. La persona se siente con una auténtica fracasada por no encontrar trabajo ni porque nadie quiera contratarla.

3.4.4 Fase 4. La resignación total

En esta etapa empezaría unos 24 meses después de haber perdido el empleo. La persona lleva más de dos años sin encontrar nada nuevo y ha perdido toda esperanza de volver a trabajar, se resigna totalmente a ello. Ya no busca empleo puesto que lo considera una pérdida de tiempo, además de que hasta siente ansiedad por buscar y que le vuelvan a rechazar en una entrevista o directamente no le llamen pese haber entregado currículos por toda la ciudad.

Cuanto más tiempo pasa menor sensación se puede realizar el antiguo trabajo con el mismo desempeño. Se tiene la impresión de que se están perdiendo facultades, de que la práctica que había ido mejorando con el paso del tiempo se ha perdido, que tendría que volver a esforzarse como cuando empezó de joven, y otras más impresiones que hacen que la persona se eche para atrás más todavía y no quiera buscar trabajo (Montagud, 2020).

3.5 Técnicas de afrontamiento para sobrellevar el desempleo

Por otro lado, el desempleo afecta también a las relaciones con los demás. El menoscabo de las relaciones familiares y la disminución de contactos sociales son consecuencias bastante frecuentes (Merayo, 2015). El apoyo familiar y social es el factor amortiguador más importante frente a la aparición de alteraciones psicológicas entre las personas en situación de paro laboral. Por ello, es fundamental recalcar el rol de la familia y amigos a la hora de encontrar apoyo y comprensión en ellos.

Lo que es un problema económico, por las dificultades que pueden surgir con la pareja y la familia, puede transformarse en un conflicto emocional y un menoscabo de autoestima. Es decir, lo que era inicialmente algo temporal puede acabar atacando lo esencial: las relaciones de pareja y familiares. (Navarro, 2015)

Cuanto más tiempo pasa uno desempleado más se resiente la salud mental, pueden aparecer síntomas depresivos, ansiedad, irritabilidad y sentimiento de desesperanza y de no valor. En caso de que se den estos problemas se debe acudir a un psicólogo y también a algún profesional para que les ayude a encontrar un trabajo y gestionar el paro (Montagud, 2020).

Los estilos de afrontamiento es el uso de recursos emocionales y cognitivos que permiten alcanzar las metas y manejar el estrés que se vive. Así, las estrategias de afrontamiento reflejan los comportamientos adoptados por las personas para alcanzar sus objetivos (Tomás, Gutiérrez y Fernández, 2017).

El distanciamiento se refiere al esfuerzo cognitivo por parte del individuo para escapar a la situación de desempleo, intento no pensar en ello, pensando que el tiempo solucionará la situación (Lin y Leung, 2010).

Asimismo, Tomás (2017) encontró un comportamiento diferencial respecto al reempleo según el tipo de afrontamiento predominado; las estrategias centradas en el problema eran positivas y las centradas en el distanciamiento tenían un efecto negativo. Los individuos que exhiben estrategias enfocadas al problema suelen intentar tratar con él de forma directa, interactuando con el entorno, ejemplo: intentando encontrar otro trabajo.

Continuando con Tomás, Gutiérrez y Fernández (2017) las estrategias enfocadas a las emociones suelen exhibirse en individuos que regulan sus emociones negativas alterando sus procesos internos en lugar del entorno externo, ejemplo: negándose a sí mismos que se encuentran en situación de desempleo o que esta puede durar mucho. Las estrategias de afrontamiento tienen dos funciones principales: tratar con el problema y regular el estrés emocional que lo acompaña.

Lo primero es tomar una actitud activa ya desde el principio del desempleo, así como una actitud positiva. Donde mientras se busca empleo se puede aprovechar en expandir su formación para que sean más competitivos en el mercado laboral. Además, no rendirse y hacer que la identidad “desempleado o desempleada” no se arraiga en la mente. Y por último organizar el tiempo, donde uno se dedica así mismo haciendo deporte, cuidarse y formarse (Montagud, 2020).

Ya por otro lado, es importante reconocer los recursos externos de la familia, como el proyecto de recursos provenientes de fuentes ajenas a la familia como la obtención de apoyo social, la búsqueda de apoyo espiritual y la movilización de sus integrantes. (Terranova y Chaparro, 2018)

3.6 Diferencias entre hombre y mujeres en cuanto a su experiencia relacionada al desempleo.

Según las conclusiones del estudio de Raúl Fernández Femenina (2021). El desempleo y las condiciones laborales precarias afectan de manera diferencial a

mujeres y a hombres. Los hombres, en comparación con las mujeres, presentan consecuencias en la salud mental ante una situación de desempleo, como baja autoestima, depresión, angustia, problemas con el consumo de alcohol y suicidio. Se señala que las mujeres, comparadas con los hombres, presentan condiciones laborales más precarias, y consecuencias en la salud mental ante estas, como un menor bienestar psicológico, insomnio, saturación, irritabilidad, y diversos síntomas depresivos, ansiosos y somáticos. Las diferencias se deben a la socialización diferencial de género, que influye en la formación de la identidad de mujeres y hombres, dando a los hombres el papel de proveedor y a las mujeres el de cuidadoras, causando efectos en la salud mental cuando no se cumplen las expectativas asociadas a su género.

Las personas viven el desempleo de igual manera. Su vivencia cambia en función de la forma singular que tiene cada individuo de enfrentarse y gestionar las situaciones conflictivas, así como de sus recursos personales y económicos. De hecho, las consecuencias del paro dependen de múltiples variables como el sexo, edad, duración del desempleo, recursos económicos, identificación con el trabajo, apoyos sociales, expectativas de encontrar empleo, así como de rasgos de personalidad diferenciales (Merayo, 2015).

Según Raúl Fernández Femenia (2021), diversos estudios confirman que existen diferencias de género en los problemas de salud mental, siendo más común el diagnóstico de depresión y ansiedad en mujeres y problemas con el consumo de sustancias en hombres.

Atendiendo al rol de proveedor impuesto a los hombres, cuando se da la situación de desempleo o de imposibilidad de proveer en la familia las consecuencias no son únicamente la pérdida del trabajo, trastoca y genera una desviación de lo que es la estructura de la masculinidad hegemónica, se leería como un “fracaso” en lo que supone ser hombre (Fernández, 2021).

IV. Metodología

4.1 Ubicación del estudio

La investigación se realizó en el sector número 2 del barrio Loma Fresca (iglesia de Cristo hasta el galerón) en la ciudad de Bluefields RACCS durante el año 2023.

4.2 Tipo de investigación

En este trabajo monográfico se utilizó el enfoque cualitativo, cuyo objetivo era analizar las consecuencias psicológicas del desempleo. Y según Hernández, Fernández y Baptista (2014) la investigación cualitativa se enfoca en comprender los fenómenos, en este caso el fenómeno del desempleo, explorándolos desde la perspectiva de los participantes.

4.3 Teórico metodológico

La presente investigación utilizó el enfoque fenomenológico empírica porque se obtuvo la interpretación primordial de las experiencias de las personas en relación con el desempleo (Hernández, Fernández y Baptista, 2014).

4.4 Profundidad de la investigación

La investigación es descriptiva, ya que describe las consecuencias psicológicas que provoca el desempleo, tanto como las manifestaciones psicológicas de hombres y mujeres ante el desempleo y las técnicas que utilizan los pobladores ante una situación de desempleo. (Hernández, Fernández y Baptista, 2014)

4.5 Población

Según las estadísticas de proyección de crecimiento Bluefields 2018, la población del barrio Loma Fresca en 2023 es de 2864, personas en total, según la información de la zona urbanística de la alcaldía, no tienen una población exacta por cada sector ya que no han realizado censo este año.

4.6 Muestra

Se utilizó una muestra por conveniencia, mecanismo por el cual se tuvo que acudir a la muestra formadas por casos disponibles a los cuales se tiene acceso

(Hernández, Fernández y Baptista, 2014), para un total de 10 personas, es decir, 5 participantes del sexo masculino y 5 participantes del sexo femenino.

4.7 Lugares y grupos seleccionados

Participaron hombres y mujeres entre las edades de 25 a 40 años, del barrio Loma Fresca específicamente del sector N°2.

4.8 Unidad de análisis

Consecuencias psicológicas del desempleo.

4.9 Descriptores

4.9.1 Tabla 1. *Matriz de descriptores*

Objetivos específicos	Descriptores	Dimensiones del descriptor	Método técnico
Determinar las manifestaciones psicológicas que sobrellevan hombres y mujeres ante el desempleo	Manifestaciones psicológicas	<p><i>Síntomas emocionales más comunes.</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Sentimiento de fracaso - Perdida de la motivación - Se experimenta la vergüenza - Desesperanza - Ansiedad e irritabilidad 	<p>Método: la entrevista</p> <p>Técnica: entrevista abierta.</p>

			<p>Fases de la pérdida de empleo.</p> <p>Fase 1. El entusiasmo</p> <p>Fase 2. El estancamiento</p> <p>3. La desgana</p> <p>Fase 4. la resignación total</p>	
Identificar las técnicas de afrontamiento que utilizan los pobladores ante el desempleo	Técnicas de afrontamiento		<p>Apoyo familiar y social.</p> <p>Unión familiar</p> <p>Apoyo emocional, apoyo económico</p> <p>Estrategias de afrontamiento centradas en el problema.</p> <p>Enfrentar el problema, Tratar con el problema</p> <p>Usar los recursos cognitivos</p> <p>Desarrollando Estrategias de afrontamiento centradas en las emociones</p> <p>Usar los recursos emocionales (automotivación)</p>	<p>Método: la entrevista</p> <p>Técnica: entrevista abierta.</p>

Señalar la diferencia entre hombre y mujeres en cuanto a su experiencia ante el desempleo.	Diferencias entre hombres y mujeres	Expectativas Resignación Desmotivación Manifestaciones psicológicas Síntomas emocionales Fase del desempleo Técnica de afrontamiento	Método: la entrevista Técnica: entrevista abierta.
--	-------------------------------------	--	---

4.10 Criterio de selección y exclusión Criterios de selección

4.10.1 criterios de selección

- Hombres y mujeres de 25 a 40 años del barrio Loma Fresca
- Hombres y mujeres dispuestos a participar en el estudio.

4.10.2 Criterios de exclusión

- Hombres y mujeres que no sean del barrio Loma Fresca
- Niños/as.
- 41 años a más y menores de 25 años.
- Hombre y mujeres del barrio Loma Fresca que no acepten estar en el estudio.

4.11 Fuentes de información

Para la recolección y obtención de las informaciones requeridas para el proceso de este estudio tanto la fuente primaria como la secundaria son la siguiente:

4.11.1 Primaria:

Diez personas del barrio Loma Fresca siendo 5 hombres y 5 mujeres entre las edades de 25 a 40 años, quienes proporcionaron la información necesaria para la realización de esta investigación donde se utilizó la técnica de la entrevista.

4.11.2 Secundaria:

para la realización de la primera etapa de esta investigación se realizaron indagaciones de documentos, se usaron bibliografías como artículos, revistas, libros e investigaciones como tesis o monografía en todo el proceso de investigación.

4.12 Métodos, técnicas, e instrumentos

Para efecto de este estudio:

- **La entrevista:**

Se aplicó la entrevista con preguntas abiertas. Entendiendo que la entrevista constituye una herramienta de recolección de información que supone una conversación especializada con un objetivo claro (Fossa, 2021).

Durante el proceso de investigación antes señalados fue aplicado a la misma muestra del estudio (5 hombres y 5 mujeres). Para la recolección de los datos las investigadoras utilizaron una libreta, lapicero y una grabadora de voz con el objetivo de recoger una información fidedigna pidiendo el consentimiento verbal de los participantes.

4.13 Procesamiento y análisis de datos

Los datos cualitativos del estudio fueron recopilados mediante los instrumentos antes mencionados y procesados en un programa computarizado de Microsoft Word. Se transcribieron las entrevistas en un cuadro debidamente diseñado donde estuvieron las respuestas transcritas y se aplicó la técnica de escrutinio, que se basa en la repetición como una de las maneras más fáciles de identificar categorías a como lo expresan Hernández, Fernández & Baptista (2014). Fue así como se redujo datos, es el proceso de seleccionar, enfocar, simplificar y transformar los datos de las transcripciones. La segunda fase del análisis fue la representación de los datos. Este consistió en trabajar para desarrollar un montaje de información organizada y comprimida que permitió sacar conclusiones.

4.14 Aspectos éticos

Se cumplieron los siguientes puntos:

- ✓ Presentación del propósito del estudio;

- ✓ Derechos a rehusar contestar preguntas específicas durante la entrevista;
- ✓ Derechos a interrumpir su participación en cualquier momento.
- ✓ Solicitar la participación de los pobladores mediante su autorización de manera verbal.

4.15 Validez de instrumentos y datos

Antes de realizar la investigación se hizo una prueba piloto para asegurar la comprensión y validez de los instrumentos. Pero a la vez, la revisión del documento protocolo de investigación fue analizado y valorado por la comisión de la carrera para su debida aprobación para luego pasar a la fase de campo.

4.16 Delimitaciones y limitaciones del estudio

Para la delimitación del estudio en cuestión, se tomó como muestra a 5 hombres y 5 mujeres de edad promedio de 25 a 40 años para que conjunto llevar al análisis de las consecuencias psicológicas del desempleo. En el momento de buscar a las 10 personas que decidieran participar en el estudio, fue un proceso cansado, lento ya que la mayoría se negaron; se negaban a participar ya que argumentaban que estaban cansados de participar en investigaciones o ser parte de las investigaciones porque no obtendrían algún beneficio y tomaban como ejemplo que cuando la municipalidad realizan encuesta ellos sí participan en él ya que su beneficio sería la construcción de calles, viviendas, techos, y otras obras benéficas que suplen sus necesidades inmediatas.

V. Resultado y discusión

En este estudio de investigación recogió información de parte de la población sobre sus experiencias vividas sobre el desempleo y las consecuencias psicológicas de esa situación y de qué manera le han afectado a la familia y estrategias utilizaron para llevar esta problemática de desempleo.

Las investigadoras creen relevante realizar una breve caracterización de los pobladores del sector número 2 del barrio Loma fresca, donde participaron diez personas 5 del sexo masculino y 5 del sexo femenino, que actualmente no cuentan con un empleo formal por el cual ellos se describen como personas desempleadas ya que hace 3 años la mayoría de las participantes no tienen un empleo solo trabajan al día en lo que les salga a lo que ellos le llaman “chambas”. Los pobladores entrevistados oscilan entre las edades de 25, 30 a 40 años, son de distintas etnias, entre las mujeres la mayoría está casada y con hijos, en cuanto a los hombres la mayoría están casados y con hijos. Los pobladores profesan la religión católica y en cuanto al nivel de escolaridad esta entre secundaria y técnico.

4.17 Tabla 2: Caracterización sociodemográfica de hombre y mujeres de 25 a 40 años del barrio Loma Fresca, sector número 2, de la ciudad de Bluefields.

N° de participantes	Sexo	Edad	Etnia	Estado civil	Religión	Ocupaciones desempeñadas	Hijos	Sin empleo
Participante 1	Femenina	27	Mestizo	Acompañada	Católica	Vendedora	No	A medados 2021
Participante 2	Femenina	30	Mestizo	Casada	Evangélica	Mesera	Si	Desde el 2021
Participante 3	Femenina	25	Mestizo	Acompañada	Católica	Contadora	No	Desde el 2022
Participante 4	Femenina	31	Mestizo	Soltera	Católica	Empleada domestica	Si	2020
Participante 5	Femenina	30	Miskita	Soltera	Morava	Lic. En ciencias de la educación	Si	2021
Participante 6	Masculino	33	Mestizo	Soltero	Católico	Albañil	No	2020

Participante 7	Masculino	40	Creole	Acompañado	Adventista	Vendedor	Si	2021
Participante 8	Masculino	34	Creole	Acompañado	Adventista	Albañil	Si	2020
Participante 9	Masculino	30	Mestizo	Soltero	Evangélico	Carpintero	Si	2020
Participante 10	Masculino	38	Mestizo	Casado	Católico	Cajero	Si	2021

Fuente Primaria

Se les consulto a los pobladores del barrio Loma Fresca que trabajos han realizado anteriormente, argumentando hombres y mujeres que se han desempeñado en diferentes empleos como: vendedores, meseras, albañiles, empleadas de limpieza contadoras, pescadores, entre otros trabajos. Por diferentes causas perdieron su empleo, unos de manera voluntaria ya que no les alcanzaba el salario, motivos de cuidar su salud, dedicarse a cuidar a sus hijos, recorte de personal y buscar nuevas oportunidades laborales. Actualmente no cuentan con un trabajo formal, si no que tienen un pequeño emprendimiento en el hogar o hacen pequeñas “chambas” que les consiguen sus conocidos o amistades

A continuación, se recoge información de los tipos de desempleo que han experimentado estos ciudadanos durante el tiempo que no han tenido empleo formal, establecidos por (López, 2021). y que son lo siguiente: desempleo estacional, desempleo friccional, desempleo estructural, desempleo cíclico o coyuntural y desempleo encubierto

Todas las afirmaciones antes mencionadas donde los pobladores describen los empleos en los cuales han desempeñado coincidieron con el tipo de empleo friccional que es el ligado al funcionamiento normal del mercado de trabajo y se origina al dejar sus puestos algunos trabajadores para buscar otro mejor, es decir, donde su salario se ajuste a sus funciones laborales como lo que mencionan algunos participantes donde decidieron abandonar el puesto para dedicarse a cuidar a sus hijos o buscar algo mejor que ya su salario no se ajustaba a sus necesidades.

Para llegar con los resultados se describe cada uno de los participantes respondieron a la pregunta desde que año se encuentra sin trabajo y a continuación se resume lo siguiente:

La mayoría de los participantes están desempleados entre el año 2020 y 2021. Para calcular la tasa de desempleo, todos los participantes tienen más de un año, y según López (2021) se toma quien está en edad de trabajar (entre 16 y 65 años) no encuentra empleo, lo que se conoce como población activa. O sea, que según su edad son considerados población activa que podría aumentar la productividad económica de un país, estos no se encuentran dentro del empleo formal, y aduciendo a lo que han dicho, “no tengo trabajo formal”, “no tengo un trabajo” entonces estos mismos pobladores se consideran inactivo.

De los resultados obtenidos de este primer contenido nos llevaron a las siguientes conclusiones, las edades de los 10 participantes 5 hombres y 5 mujeres desempleados, están desde los 27 a los 40 años, solo dos de los participantes estudian la universidad y el resto está entre técnico y secundaria todos los participantes están desempleados y pertenecen al barrio loma fresca de Bluefields (pertenecen exactamente al sector numero dos que es de la iglesia de Cristo hasta el galerón).

En cuanto al año que se encuentran sin empleo están dentro del rango de edades para este estudio como lo plantea (López, 2021), Eso quiere decir todos los participantes tienen más de un año, de no tener un empleo formal.

5.2. Manifestaciones psicológicas que sobrellevan hombres y mujeres ante el desempleo.

La mayoría de las afirmaciones de los participantes sobre para ellos que significa no tener empleo fue:

“no tener trabajo es no tener paz mental”

“Es no tener tranquilidad preocupaciones

“significa preocupación, desesperación y ansiedad”

“significa para mi incertidumbre, preocupación y desesperación”

Síntomas emocionales

La mayoría de las afirmaciones antes mencionadas por los participantes coincidieron lo expuesto por (López, 2021), donde refiere que cuando existe gente que no tiene empleo se conoce como desempleo o paro. También mencionaron *“es no tener paz mental”, “no tener tranquilidad”, “significa preocupaciones”, “significa incertidumbre”*. Es decir, que el significado de desempleo va más allá de los recursos económicos faltantes, como no llevar comida al hogar, de la falta de un salario, el significado de desempleo para esos ciudadanos entrevistados es la no felicidad y no bienestar emocional, que no tener un trabajo formal o fijo y solo hacer *“chamba”* o lo que le salga es más cansado y se trabaja doble que es un modo de sobrevivencia.

La mayoría de los pobladores refiere haberse encontrado diferentes problemas por la falta de empleo como: problemas económicos, familiares, ansiedad, no tener trabajo fijo, preocupaciones, sentimientos negativos, deudas entre otros problemas.

En este relato anterior, cada uno de los participantes experimenta una desesperanza por sus condiciones económicas descritas por cada uno. Ya que siempre tienen problemas económicos, familiares de alimentación, de deudas, y no le proveen a su familia sus necesidades. Es por ello por lo que es importante el estar empleado o si la persona pierde su empleo lo mejor será encontrar uno nuevo, para así evitar enfrentarse a tantos problemas como lo han mencionado los participantes, ya que si pasa lo contrario de que la persona tarda en encontrar un nuevo trabajo se hundirá en lo que es el sentimiento de desesperanza y la desesperación puede progresar más a medida que no logra encontrar un nuevo empleo.

Encontrando diversos problemas debido a su falta de empleo que se ha alargado con el tiempo padeciendo cada uno una serie de transformaciones emocionales, psicológicas y sociales (Montagud, 2020). Entre las transformaciones emocionales

y **psicológicas se mencionan** *“la paso con ansiedad”, “...entre sentimientos negativos, tristeza, preocupaciones”,*. Entre las **transformaciones sociales** se mencionan *“problemas económicos y familiares”*. Todas estas transformaciones anteriormente mencionadas son debidas a que la persona lleva un buen período sin encontrar empleo.

A parte de los problemas emocionales se les pregunto que si han experimentado cambios en su salud asociado a la falta de empleo a lo que contestaron:

“sí he bajado de peso”.

“pérdida de apetito y dolores de cabeza”.

“solo vivo con cansancio y migraña”.

“Padezco de insomnio y tengo falta de apetito”.

“Me dan muchos dolores de cabeza, siento que por mi tristeza”

Las respuestas de los participantes en relación con el texto anterior sobre los cambios en la salud asociados a la falta de empleo se pueden percibir que los participantes han experimentado muchos cambios físicos lo cual afirma que hay una desorientación a nivel personal. En muchas áreas de su vida, como se observa, afecta la vida de personas desempleadas, ya que cuando se vive una situación estresante, sobre todo cuando se lleva un periodo largo, se producen cambios en el organismo de las personas como consecuencias diversas alteraciones físicas a nivel personal. Por otro lado, solo uno de los participantes refiere que no ha experimentado cambios físicos porque realiza ejercicios físicos, pero sí que tiene ánimos bajos debido a su desempleo. Según la respuesta de este participante, es importante señalar que la actividad física puede promover la buena salud, ayudando también a su cuerpo y mente reduciendo síntomas emocionales, psicológicos y físicos, y así mejorará la vida de la persona en situación de desempleo.

Por otra parte, los participantes mencionan que en el momento de quedar sin trabajo ha desarrollado diferentes problemas emocionales como:

- a. *“Bueno he desarrollado ansiedad un poco de depresión por las deudas, mal genio, y tristeza en algunos momentos”, “Depresión, tristeza y cambios de humor constantes”,*

Estas dos personas entrevistadas han manifestado que experimentan ansiedad e irritabilidad entonces se podría decir que están experimentando síntomas emocionales de **Ansiedad e irritabilidad**, los cuales se manifiestan cuando va pasando el tiempo.

“en verdad estresada”, “Mucha tristeza hay días que siento que ya no puedo más”, “Frustraciones, ansiedad, estrés”, “Mucho estrés, desanimo ansiedad por que necesitaba conseguir algo mejor”, “Me he sentido triste, y desanimado”, “Me he sentido algo triste porque sé que a mi familia le hacen falta muchas cosas incluso hay días que me cuesta descansar porque no puedo dejar de pensar” y “Me he sentido muy deprimido y desmotivado”.

Los síntomas emocionales que expresan verbalmente cada uno de los participantes (exactamente siete participantes) alcanzan altos niveles de intensidad, ya que expresan tristeza, falta de descanso, pensamientos intrusivos recurrentes, cansancio mental y otros y esto se puede convertir en riesgo de trastornos psicológicos como la depresión y la ansiedad. Entonces estos participantes están manifestando síntomas emocionales de **Perdida de motivación** es una de las fases emocionales más avanzadas de los efectos psicológicos del desempleo esto se debe a que la persona no ha logrado cumplir con sus objetivos ya que por la situación que están pasando es posible que sienta desmotivación de buscar otro empleo.

“me he sentido muy frustrado por no apoyar a mi familia de la manera adecuada, decepción me siento excluido porque no me dan la oportunidad de trabajo”. A través de este relato, este sujeto de estudio manifiesta sentimiento de fracaso, ya que no ha podido apoyar a su familia adecuadamente, porque tiene la sensación de haber fallado, produciendo en él sentimiento de culpa por su situación laboral actual, sintiendo impotencia al no lograr cubrir las necesidades familiares porque es el

proveedor principal de la familia, por lo que siente que toda la responsabilidad es de él.

El fracaso es uno de los principales sentimientos que puede llegar a experimentar una persona que posee problemas de desempleo. A cada uno de los participantes se les pregunto si recuerdan que si el **sentimiento de fracaso** fue lo primero que llegó a experimentar cuando se quedaron sin trabajo, ellos argumentaron como lo experimentaron en sus repuestas a continuación:

La mayoría de las afirmaciones de los participantes fue que se sintieron como personas fracasadas e inútiles por no lograr permanecer empleados, afirman sentirse culpables por no lograr encontrar otro empleo y no proveer suficientes recursos económicos a su familia.

“Si fue fracaso me sentí muy desesperado”

“me sentí insuficiente e incapaz”.

“me sentí fracasado y enojado por perder mi empleo”

Cada una de las respuestas anteriores brindada por los pobladores coincide con el **síntoma del fracaso** que puede experimentar una persona desempleada ya que ellos con su propia experiencia que están pasando lo determinaron con las siguientes manifestaciones emocionales: desesperación, insuficiencia, incapaz, irresponsable, enojo, inutilidad, culpa. De hecho, la salud de las personas desempleadas es más frágil que la de las personas con empleo, teniendo el doble de riesgo de sufrir problemas psicológicos como depresión, trastornos de la ansiedad y psico somatización, además de verse su bienestar psicológica y autoestima reducidos (Montagud, 2020).

La mayoría de las afirmaciones de los participantes sobre como era su vida personal cuando tenían empleo refieren, que era más alegre y estable ya que también se mantenían ocupados y tenían una fuente económica y se sentían motivados por que tenían un trabajo.

Se logra identificar los estados emocionales positivos y comportamientos adecuados a su estado emocional positivo, inclusive la alegría expresando con risas constante y no sentir ansiedad ni preocupaciones más bien se sentían con más motivaciones no solo lo asociaban porque estaban trabajando, sino que porque tenía a su disposición un salario mensual que eso lo consideran una fuente económica estable además estos estados emocionales eran transmitidos a sus familiares. Es, por tanto, que el empleo para estos pobladores los hace una persona productiva y más positiva. Estas respuestas de los participantes coinciden con la **teoría anterior de Robert Havighurst** ya los participantes cuando estaban trabajando sentían que estaban orgullosos de estar desarrollando una ocupación y se sentían satisfechos con ellos mismo, además contaban con la aprobación de los demás como lo es su familia ya que la familia se siente bien si uno tiene todo en el hogar y no le hace falta, todo este éxito permite que la persona realice sus etapas de desarrollo con éxito al cumplir con sus tareas de lo contrario si la persona no cumple con sus etapas se puede sentir insatisfecha.

Fase de desempleo

Ahora toca verificar en qué fase del desempleo se encuentran cada participante (Montagud, 2020), en base al año sin empleo que se observa en la tabla no. 2:

Fase 4. La resignación total: la mitad de los participantes; se encuentran sin empleo desde el año 2020. Corresponde a una mujer de 31 años y tres hombres de 33 años, 34 años y 30 años.

Fase 2. El estancamiento: la otra mitad se encuentra sin empleo desde el año 2021 y corresponde a tres mujeres de 27 años, de dos de 30 años; y el participante 3, se encuentra sin empleo desde el año 2022 y corresponde a una mujer de 31 años.

Pero para verificar las manifestaciones psicológicas descritas en cada fase identificadas se les hizo la siguiente pregunta: cuánto más pasa tiempo siente que será capaz de realizar un trabajo con el mismo desempeño que lo hacía antes, los participantes respondieron:

“Claro que sí porque la necesidad obliga a uno a esforzarse debido a que cuesta y no hay trabajo”,

“Si, puesto que esto me motiva a realizar mejor las cosas y a esforzarme mucho más”,

“creo que si porque tengo mucha fuerza de voluntad y mucha necesidad”

“Si por las ansias que tengo por tener un empleo creo que daría mucha energía de mi parte”

“Si, siempre me he sentido un hombre que va más allá en los trabajos que se le presentan”

“Si porque tengo mucha fuerza y ganas de trabajar”

” Si porque tengo mucha fuerza y ganas de trabajar y dar lo mejor de mí”.

Estos participantes que respondieron con un Si de que son capaces de desempeñarse en un trabajo si lo logran conseguir, se encuentran en la **Fase de Estancamiento**. Pero parece que cualquier trabajo, aunque no sea de su profesión, de su especialización y aunque con un salario bajo aceptaría, ya que lo harían por una necesidad cambiando sus preferencias profesionales buscando algo más a la desesperada.

Las edades de los participantes que respondieron SI fueron: femenina participante 1 edad 27 años desempleado en el año 2021, femenina participante 3 de 25 años y desempleada en el año 2022, y femenina participante 5 de edad 30 años y desempleada en el año 2021. Estos participantes si lograron coincidir sus emociones expresados en la fase 2 de Estancamiento con el tiempo de desempleo.

Sin embargo, estos participantes (femenina participante 4 de edad 31 años y desempleada en el año 2020. Entre los participantes masculinos que respondieron SI están en edad: participante 6 de edad 33 años y desempleado en el año 2020 y 9 de 30 años y desempleado desde el 2020) su tiempo de desempleo no coincide con las emociones expresadas para la fase de estancamiento, es decir, sus

emociones deberían expresar resignación total; lo que significa que la edad importa en el momento de replantearse, aun ven con optimismo que tienen las capacidades físicas correlativas para desempeñar el empleo.

Los siguientes participantes refirieron que no se encuentran en su mejor desempeño si logran conseguir un trabajo ya que su cuerpo físico no se lo permite y es por tanto que ellos y ellas se encuentra en la fase número 4 de la pérdida de empleo que es la **Fase de la Resignación Total**:

“no realmente ya no es lo mismo los tiempos cambian uno se cansa y lo que pagan es lo mínimo”

“Considero que si es un empleo igual al que tenía no podría desempeñarme igual ya que las fuerzas físicas no son las mismas entre más pasan los años”

“Ya no será igual por el cansancio físico”.

“A mi edad no creo porque uno estando joven tiene más energía y cree que puede comerse el mundo”.

Las edades de los participantes que respondieron NO, son: femenina participante 2 de edad 30 años y desempleada desde el año 2021, donde su tiempo de desempleo debería coincidir sus emociones con la fase de estancamiento en donde debe de replantear su situación pero parece que su respuesta no se debe a su edad sino a la fase de la **desgana** ya que la persona se ha resignado con su condición y su estado emocional no le permite sentirse suficiente o con las mismas energías para cumplir con las expectativas de un nuevo empleo.

Entre los hombres que respondieron NO, sus edades son: masculino participante 7 de edad 40 años y desempleado desde el año 2021

Y masculino participante 8 de edad 34 desempleado desde 2020; y masculino 10 de edad 38 también desempleado en 2020. Estos dos participantes están en fase de resignación total, ya que, según la teoría, la persona no tiene empleo formal entre 1 o dos años y está frustrada, se siente sin energía. Se tiene la impresión de que se

están perdiendo facultades, de que la práctica que había ido mejorando con el paso del tiempo se ha perdido, que tendría que volver a esforzarse como cuando empezó de joven, y otras más impresiones que hacen que la persona se eche para atrás más todavía y no quiera buscar trabajo (Montagud, 2020).

De los resultados de este objetivo sobre las manifestaciones psicológicas que sobrellevan a hombres y mujeres ante el desempleo, nos han afectado el bienestar psicológico a los pobladores, generándoles preocupaciones, desesperación y afectando más a su economía, según la teoría de (López 2021) cuando hay gente no tiene empleo, se conoce como desempleo o paro. Los pobladores están experimentando muchos problemas por la falta de empleo tantos problemas psicológicos.

5.3 Técnicas de afrontamiento que utilizan los pobladores ante el desempleo.

Apoyo familiar y social.

Basado en el argumento de (Merayo, 2015) que el apoyo familiar y social es un amortiguador frente a las alteraciones psicológicas en una situación de vivencia de desempleo. La mayoría de las afirmaciones de los participantes expresaron que cuando comentaron a su familia que quedaron sin trabajo recibieron la algo decepcionados y preocupados a la vez porque la situación económica está difícil y debían ajustarse más a lo que tienen.

Como se ve en estas respuestas, el desempleo afecta emocionalmente a la persona que lo vive y a quien es el proveedor principal de esa familia, y a los demás miembros que la conforman como lo que se percibe en las respuestas de los participantes donde mencionan aquellas reacciones emocionales de tristeza, preocupación, desesperación, que serían las emociones naturales al recibir una noticia tan abrumador.

Por otro lado, a diferencia de otros participantes que tomaron la noticia de una manera muy distinta como se puede distinguir en sus respuestas: *“normal debido a que pensamos que luego sería fácil conseguir en algún restaurante un bar, pero no*

fue así”, “Con mucho entendimiento ya que saben que no somos los únicos pasando no solo trabajo yo lo tomaron de manera tranquila y dijeron ya saldrá otro”. Se puede apreciar que le correspondieron sentimientos de comprensión y apoyados en el ámbito emocional (Merayo, 2015) es por ello, es fundamental recalcar el rol de la familia.

Posteriormente cuatro de los participantes del estudio afirmaron que en cuanto a lo que hizo cada uno de los participantes de la familia para apoyarlos fue: “me decían que no le había echado ganas no había dado lo mejor para que no me despidieran, me reclamaban”, “entre discusiones por la falta de dinero”, “nos tuvimos que apretar el cinturón un poco más para poder sobrevivir”, “Al principio recibí su apoyo con su forma de motivarme diciéndome que tenga paciencia que encontrare algo mejor pero ahora siento que ellos son los que no tienen paciencia”.

De estas respuestas anteriores podemos señalar que lo que es un problema solo económico, ya que pueden surgir con la pareja y familia, pueden transformarse en un conflicto emocional y un deterioro de la autoestima de la persona que lo esté experimentando.

Los participantes expresaron en la entrevista que el desempleo afecta el comportamiento de la familia ya que si una persona esta empleada “va generar dinero y aportar en el hogar” según refiere el primer participante, también se ven afectados los estados de ánimo de la persona y familia se refiere este participante “mi mamá y ahora solo pasa molesta y mi pareja se acostumbró a que lo mantuviera porque yo conseguía mejor trabajo que él”, y mencionan que también “no pueden faltar las frustraciones al momento que se presenta una necesidad en el hogar y saber que uno no está aportando nada por no tener empleo”,. refirió este participante a diferencia de estos participantes uno respondió que en su caso no sintió que afectó tanto porque con su pareja se apoyaban mutuamente para llevar el pan a su hogar pero que “considero que no todas las familias tienen el mismo comportamiento”.

Conforme a estas repuestas anteriores se puede visualizar que lo que era inicialmente algo temporal puede acabar atacando lo esencial por ejemplo las relaciones de pareja como lo mencionan algunos de los participantes:” vuelve un ambiente tenso y muy problemático”,” también las preocupaciones son difíciles de ocultar siempre se hacen notar y suelen haber comentarios ofensivos a raíz de esto” y familiares considerando que la falta de empleo es un problema que afecta el comportamiento de la familia así lo reflejan los participantes en la siguiente:

respuesta: “Cuando algo falta en el hogar es donde inician los problemas ya que “comienzan los reclamos y discusiones”. Y si esto ocurre puede entrar en un círculo viciosos mucho más problemático que la pérdida de un trabajo, quebrantando su apoyo emocional y entrando en una espiral de conflictos. (Navarro, 2015)

Con respecto a la pregunta si Consideran que la unión familiar es importante para afrontar esta crisis de desempleo, todos los participantes contestaron que si, como se puede ver en sus respuestas a continuación:

“Si es muy importante porque te da motivación es como una red de apoyo que nos insta a seguir que todo estará bien”.

“Si porque como pareja se supone que es para apoyarse mutuamente”.

“Si, es sumamente importante la unión familiar pues es lo que fortalece”.

“Si es importante porque es el momento que uno más necesita como ese apoyo emocional para no desanimarte”.

“Si ya que ellos son la única ayuda que tú tienes”.

Es importante reconocer que la unión familiar es la fuente de apoyo principal para una perona que esta experimentado esta situación de desempleo ya que como se logra ver en cada respuesta de todos los participantes para ellos es de suma importancia estar unidos para así lograr seguir adelante con paciencia y motivación. Lo primero es tomar una actitud activa ya desde el principio del desempleo, así como una actitud positiva. Donde mientras se busca empleo se puede aprovechar

en expandir su formación para que sean más competitivos en el mercado laboral. (Montagud, 2020).

En cuanto a la pregunta si las personas que tienen o sienten tener apoyo de la familia, los amigos o las instituciones sociales pueden manejar mejor una situación de estrés, y si ellos consideran haberlo vivido de esa manera sus repuestas fueron las siguientes:

“considero que, si porque tienen ese apoyo constante, pero en mi caso no tengo apoyo de ninguna manera”,

“considero que si porque tienen ayuda de parte de ellos de manera económica y psicológica”

“si así es, puesto que no hay nada mejor que tener una red de apoyo que fortalezca el espíritu”,

” Siento que mi pareja ha dado lo mejor para ayudarme en este aspecto”

“Para mí que si porque si uno no tiene apoyo de nadie cae directamente a bajar las emociones hoy estoy triste”

Por otra parte las respuestas de los participantes coinciden con lo expuesto en el siguiente texto ya que como se logra ver en cada una de las respuestas los participantes afirman la importancia del apoyo familiar como apoyo social utilizando esto como una estrategia más para afrontar tan grave situación de desempleo por el desempleo no solo afecta en el aspecto económico sino que también el bienestar psicológico y social es por eso que efectivamente, las estrategias de afrontamiento, según Martínez, Amador y Guerra (2017) citado por Terranova y Chaparro (2018) se convierten en las herramientas que propician la autoorganización, la movilización individual y colectiva para superar las crisis. Ya por otro lado, es importante reconocer los recursos externos de la familia, como el proyecto de recursos provenientes de fuentes ajenas a la familia como la obtención de apoyo social, la búsqueda de apoyo espiritual y la movilización de sus integrantes (Hernández,

1991; Macías, Maradiaga, Valle y Zambrano, 2013 citados por Terranova y Chaparro, 2018).

5.3.1 Estrategias de afrontamientos centrados en el problema.

El problema en sí no sería el desempleo, sin la falta de recursos económicos y financieros, entonces es importante conocer que acciones se pusieron en marcha tanto en el individuo desempleado como de la familia para superar la situación, ya que se sabe que el apoyo familiar es fundamental donde algunos si recibieron ese apoyo emocional de parte de su familia como se logra percibir en las siguientes respuestas:

“Muchos me animaban con palabras positivas e incluso buscábamos juntos donde solicitar trabajo”, “Me animaban y yo por mi parte empecé a ayudar en la casa, mis hermanos son de mucho apoyo e incluso con ayudas de su parte”, entre otras respuestas más.

El apoyo emocional es muy importante para una situación de desempleo, ya que la persona al recibir este apoyo estará más motivada y la situación será más llevadera sin alteración psicológica.

También se lograr identificar en cada frase de los participantes que aparte del apoyo emocional recibieron e hicieron acciones para enfrentar el problema como ejemplo *“buscábamos juntos donde solicitar trabajo, “haciendo cosas de hornos ella las hacia yo las horneo y las vendo”,* esto quiero decir que esta estrategia centrada en el problema era respecto al reempleo, donde intentaban tratar el desempleo en forme directa interactuando en su entorno (Andersen, 2011 citado por Tomás, Gutiérrez y Fernández, 2017)

Según el texto anterior, se les pregunto a los participantes si sigue buscando empleo o emprendimiento en lo que en sus respuestas se puede identificar que los pobladores desempleados utilizan estrategias enfocadas en su problema, ya que refieren intentar tratar con el de forma directa como dice en el ejemplo de texto

anterior: intentando encontrar otro trabajo. Así mismo los participantes coinciden con este texto ya que ellos respondieron:

“Si continúo buscando he metido papeles en muchos comerciales”,

”Si continúo buscando he metido papeles en algunos restaurantes, y estoy vendiendo Avon”, “Continúo buscando oportunidades laborales en donde se vayan mostrando”,

“Siempre estoy buscando y cada que salgo a hacer un mandado pregunto si no necesitan a alguien en su lugar de trabajo, pero la respuesta de siempre es ya estamos completos o no”

“si aún sigo buscando, sabiendo que saldrá algo que mejorará mi vivir”

También algunos de los participantes usaron sus **recursos cognitivos** como estrategias para afrontar tal situación siendo estos: “seguir buscando otras oportunidades”, “seguir luchando por mi bebe , y vendiendo en los catálogos de la AVON”, siendo esta una fuente para poder conseguir dinero para cubrir sus necesidades por otro lado otro participante refiere “buscar por todos los medios posibles oportunidades de empleo que van saliendo y también tomar medidas de prioridades”, “fue hacerle un préstamo a uno de mis hermanos porque necesitaba el dinero”, “utilizar los pocos ahorros que tenía”, “me dedique a la pesca para llevar comida a mi hogar también limpiaba patios ájenos”

5.3.2 Estrategias de afrontamientos centradas en las emociones.

Los participantes de este estudio refieren en la pregunta que se les hizo que medidas de afrontamiento tomo al perder su empleo, a lo que contestaron que al momento de quedar sin empleo tomaron medidas de frotamiento usando sus **recursos emocionales** para así sobre llevar esta situación de desempleo y lograr alcanzar su objetivo diario que es llevar dinero a su hogar para el pan diario y esto se puede ver en sus respuestas:

“no darme por vencida”, “tratar de automotivarme haciéndome saber que deje ese empleo por algo más importante que es mi hijo”, y “buscar apoyo donde mis amistades a que me hagan prestamos, pero caí a la razón de que todos estamos pasando por esta crisis” “primeramente lo hable con mi pareja y planeamos bueno ya que no tengo empleo y sé que no encontrare algo rápido hagamos cosas de horno y me sentí motivado en hacer eso”, “me relaje y trate de pensar de manera positiva”

Conforme al texto anterior se les pregunto a los participantes que fue lo que se dijeron a sí mismos para sentirse bien al momento que quedaron sin empleo, si les ha resultado esta acción y si la siguen practicando a lo que 8 de los participantes contestaron lo siguiente: *“realmente tengo aun esperanza de que algo saldrá de oportunidad”*, esta participante se puede analizar que tiene una actitud positiva en cuanto a su situación actual, *“La motivación de estar con mi bebé la mayor parte del tiempo”* también se puede notar que compartir tiempo con la familia hace estar más motivados como se puede ver en esta respuesta anterior, *“Que soy capaz de lograr lo que me propongo en la vida”* de esta respuesta se puede ver que la auto motivación es muy importante para estar siempre positivos. *“Que lo estaba haciendo por el bienestar de mi hijo y mío, para mí la salud es primero”*, *“me digo a mí misma que todo estará bien, saldrá algo tarde o temprano”*, *“Que tenía que echarle ganas a lo que saliera”*, *“Me dije que todo pasa por algo y que quizás era hora de darme un tiempito libre mientras conseguía otro empleo”*, *“Me dije que más adelante saldrá algo mejor y que valdrá la pena la espera aun me lo digo cuando me siento desanimado”*.

Se puede considerar que, de estas respuestas de los participantes, aunque estén experimentado un problema de desempleo hay que tener siempre una actitud positiva, ya que hará que la situación se sienta menos estresante y esto ayudará a que los que lo estén viviendo no se rindan fácilmente.

A diferencia de las respuestas de los 8 participantes anteriores estos dos respondieron a la pregunta sobre que se dijo así mismo cuando quedo desempleado:

“Me dije que ese no era el final que pronto encontraría otro actualmente siento que eso que me dije entre más busco el trabajo y no lo encuentro más pierdo la fe”, “Me dije que algo bueno iba salir, pero ahora ya no sé de dónde saldrá ese algo”.

conforme estas respuestas anteriores se puede ver que cuanto más pasa el tiempo en que una persona no encuentre empleo su actitud positiva puede cambiar ya que al no encontrarlo esto va a generar una serie de transformaciones emocionales como consecuencia para esto es importante señalar que, además, no rendirse y hacer que la identidad “desempleado o desempleada” no se arraiga en la mente. Y por último organizar el tiempo, donde uno se dedica así mismo haciendo deporte, cuidarse.

De los resultados obtenidos sobre las técnicas de afrontamiento que utilizan los pobladores se llegó a las conclusiones que el apoyo familiar es muy importante para la persona que este experimentando desempleo ya que la familia es el factor amortiguador frente a la aparición de alteraciones psicológicas (Merayo, 2015).

El desempleo no solo afecta a la persona que perdió su empleo, sino que también afecta el comportamiento de la familia como refieren algunos de los pobladores en sus respuestas “se vuelve un ambiente tenso y problemático”, “Cuando algo falta en el hogar es donde inician los problemas ya que “comienzan los reclamos y discusiones”. Es decir, lo que era inicialmente algo temporal puede acabar atacando lo esencial: las relaciones de pareja y familiares. Si esto ocurre, uno puede entrar en un círculo vicioso mucho más problemático que la pérdida de un trabajo, quebrantando su apoyo emocional y entrando en una espiral de conflictos. (Navarro, 2015).

Los participantes de este estudio refieren que, mientras están desempleados, aparte del apoyo familiar usan estrategias centradas en el problema donde los desempleados y los familiares se unen para tratar de resolver la situación o llevarla buscando juntos donde solicitar un nuevo empleo, ayudando en casa o

emprendiendo con horno, ya que haciendo esto siente que más comunicado con su familia.

Otros participantes siguen buscando un nuevo empleo, venden cosas de la AVON, o se dedican a hacer lo que les salga a lo que le llaman “chambas” para así sacar para la comida del día, lo que estos participantes hacen es utilizar sus recursos cognoscitivos de esta manera pasan los días sin perder la esperanza de que saldrá algo mejor. Los pobladores también utilizan sus recursos emocionales para sobrellevar esta situación dándose ánimos así mismos, motivarse, pensar de manera positiva y tratar de relajarse.

5.4 Diferencias entre hombres y mujeres en cuanto a las consecuencias psicológicas.

Se señala que las mujeres, en comparación con los hombres, presentan condiciones laborales más precarias, y consecuencias en la salud mental ante estas, como bienestar psicológico, insomnio, saturación, irritabilidad, y síntomas depresivos, ansiosos y somáticos. (Fernández, 2021)

Para señalar estas diferencias que existe en cuánto a las consecuencias psicológicas que sufren hombres y mujeres ante su vida de desempleado se les pregunto si hubo un momento de su vida que se sintió entusiasmada/o, por estar desempleada/o y porqué de ese sentimiento a lo que ellos contestaron:

Las respuestas que se muestran a continuación son de las participantes femeninas:

“Si me sentí entusiasmada al inicio pensando de manera positiva debido a que me puse a pensar que vendrían tiempos mejores”. “El entusiasmo venía por momentos, cuando sentía que podría lograr obtener un trabajo”. “Tanto entusiasmada no porque si quería salirme de ese empleo por que estaba fea la pandemia y no quería que nos afectara a mi “

Estas diferencias se deben a la socialización diferencial de género, que influye en la formación de la identidad de mujeres y hombres, dando a las mujeres el papel de

cuidadoras por lo que se puede notar que se toman su papel de manera más tranquila que los hombres tomándole importancia de que si me salí de un trabajo cuidare a mi hijo.

A continuación, se muestran las respuestas de los participantes masculinos:

“Nunca me he sentido entusiasmado pues a veces me lleno de pensamientos negativos”. “Al principio si porque sentía que mi cuerpo necesitaba descansar ya que físicamente no me sentía bien”. “No porque mi sentido de obligación no me lo permitía porque no estoy acostumbrado a no ser productivo”.

Conforme las respuestas de los participantes masculinos se pueden observar que el desempleo y las condiciones laborales precarias afecta de manera diferencial a hombres y mujeres que a los hombres se les otorga el rol de proveedor y al momento de perder su empleo más que sentirse entusiasmado va a sufrir diversos efectos en su salud mental, cuando no cumpla las expectativas asociadas a su género Encuesta Nacional de Salud de España (2010), todos los participantes masculinos primeramente ponen su estabilidad ya que para ellos cumplir con su responsabilidad y el bienestar de la familia es de suma importancia esto no significa que para las mujeres sea menos importante cumplir con sus responsabilidades solo que ellas se toman con más calma la situación.

Según las conclusiones del estudio de Raúl Fernández Femenina (2021). El desempleo y las condiciones laborales precarias afectan de manera diferencial a mujeres y a hombres para llegar a los resultados se les pregunto de qué expectativas tiene en estos momentos, se ha **resignado/a** en la búsqueda de empleo a lo que los participantes respondieron:

Respuestas de las participantes femeninas:

“La verdad no tengo ninguna expectativa no me hace bien ilusionarme y si me he resignado, pero tengo que seguir en la lucha”. “mis expectativas son dejar a mi bebé con un familiar y volver a buscar”. “Como comentaba

anteriormente soy una persona muy positiva y siento que, aunque la lucha es constante y cansado seguiré haciéndolo”,

Se puede considerar de las respuestas de los participantes es muy importante reconocer que el principal instrumento para lograr conseguir de nuevo trabajo es la auto estima y que, por lo tanto, hay que cuidarla. Siendo conscientes de los sentimientos que afloran en esta situación de desempleo uno será más capaces de enfrentarse a los estados depresivos y de ansiedad. (Merayo, 2015).

Respuestas de los participantes masculinos:

“sigo buscando y no pienso detenerme pues las oportunidades también llegarán”. “Por el momento solo espero que nos valla bien en la venta y poder encontrar un nuevo empleo”. “seguir buscando nuevas y mejores oportunidades y no me puedo resignar porque mi familia depende de mí”

Atendiendo al rol de proveedor impuesto a los hombres, cuando se da la situación de desempleo o de imposibilidad de proveer en la familia las consecuencias no son únicamente la pérdida del trabajo, trastoca y genera una desviación de lo que es la estructura de la masculinidad hegemónica, se leería como un “fracaso” en lo que supone ser hombre (Rodríguez, 2014 citado por Fernández, 2021). Referente a este texto se puede observar que las respuestas de los participantes masculinos coinciden con él ya que los participantes no se resignan por que se sienten con la obligación de ser el proveedor.

Se les pregunto a los participantes si al no lograr emplearse ha experimentado desmotivación y como ha vivido esa sensación ellos contestaron lo siguiente:

Respuestas de las participantes femeninas

“Trato de hacer lo más posible cosas en el hogar para no pensar en ello”. “sí desmotivación por la injusticia que hay”. “Si he sentido una constante desmotivación, sin embargo, soy una persona que lucha por no dejar que la tristeza me lleve y busco pequeños trabajos para lograr obtener algo de dinero para casa”.

Respuestas de los participantes masculinos:

“Me he sentido desmotivado y por momentos me voy con mis amigos que me invitan a tomar para tratar de olvidar”. “Si he sentido algo de desmotivación ya que con lo que vendo no es lo suficiente para mantener a mí”. “Si me he sentido desmotivado porque ya no salgo con la misma ilusión de encontrar empleo porque he creado una desconfianza”. “A veces me siento muy desmotivado y siento que no es justo que no haya trabajo tanto para gente joven como para mayores “

De hecho, las consecuencias del paro dependen de múltiples variables como el sexo, edad, duración del desempleo, recursos económicos, identificación con el trabajo, apoyos sociales, expectativas de encontrar empleo, así como de rasgos de personalidad diferenciales (Merayo, 2015). Como se observan las respuestas de los participantes masculinos y femeninos, todos sufren desmotivación por su situación de desempleo que les afecta su salud mental y su bienestar psicológico.

5.8Tabla 3. En el siguiente cuadro se podrán observar las particularidades valoradas de las diferencias en cuanto a las consecuencias psicológicas en hombre y mujeres por la falta de empleo, donde primeramente se presentan los resultados del primer y segundo objetivo sobre las diferencias en cuanto a las respuestas de los participantes que se muestran a continuación:

Descriptor		Consecuencias en mujeres	Consecuencias en hombres
Manifestaciones psicológicas	Perder su empleo para los participantes es...	No tener paz mental, no tener tranquilidad, preocupación, incertidumbre y desesperación	Preocupación, desesperación, ansiedad y sobre todo no tener empleo es un grave problema para la economía
	Sentimiento de desesperanza	Problemas familiares	Problemas económicos y familiares
	Transformaciones psicológicas	el paso con ansiedad, siento	Los masculinos refieren que los

Síntomas emocionales		tristeza y desesperación	otros problemas con los que se han encontrado más son económicos
	Transformaciones sociales	Problemas económicos	Problemas económicos
	Cambios físicos debido al desempleo	Baje de peso, pérdida de apetito, Dolores de cabeza, problemas del corazón, decaimiento	Baje de peso por la falta de apetito, cansancio por no dormir por las noches debido a las preocupaciones, ningún problema físico, he desarrollado gastritis por la mala alimentación también siento culpa por no tener empleo.
	Ansiedad e irritabilidad	Ansiedad y mal genio	Frustración, depresión y ansiedad
	Perdida de la motivación	Estrés, mucha tristeza siento que no puedo más, frustración	Desanimo, desmotivado y desanimado
	Sentimiento del fracaso	Me sentí insuficiente e incapaz, perdí lo que creía tener como estabilidad, no soy capaz de conseguir algo mejor sentí enojo e inútil me sentí al perder el empleo	Me siento frustrado por no apoyar a mi familia y me siento excluido porque no me dan trabajo, sentí que soy fracasado e inútil, Fracaso porque mi cuerpo no daba para más y culpable por no darle todo a mi familia, perdí el ingreso de mi familia, si un fracasado por no mantener mi empleo

Fases del desempleo	Fase del estancamiento	Si me puedo desempeñar lo mismo en un nuevo empleo ya que la necesidad lo obliga, si porque me motiva a hacer las cosas mejor y esforzarme más, si porque tengo fuerza de voluntad	Si porque siempre eh sido un hombre que ve más allá, si es un empleo igual al que tenía si porque ya uno más pesado no creo, si porque tengo muchas fuerzas y ganas de trabajar,
	Fase resignación total y desgana	No seré capaz de realizar un nuevo empelo igual que antes ya que no es lo mismo y los tiempos cambian y uno se cansa	No porque no es igual debido al cansancio físico, A mi edad no creo porque uno ya no tiene las mismas energías.
Técnicas de afrontamiento	Apoyo familiar y emocional	La familia motiva, es importante porque nos apoyamos mutuamente, son los que nos fortalecen	Nos animan, son esa fuerza que necesitamos, y los que nos dan ánimos
	Estrategias centradas en el problema y recursos cognitivos	Buscamos como ganarnos la vida, priorizamos lo más importante, usamos lo ahorros que teníamos, tener calma y seguir buscando un nuevo empleo. También vendo por catálogos en la AVON para sobrevivir	Vendí mi moto para tener dinero, utilizamos el dinero que guardábamos, empeñamos algunas cosas, nos tratamos de adaptar a la situación mientras salía algo mientras meto papeles en otros lugares. También realizamos pequeños emprendimientos de vender pan.
	Estrategias centradas en las emociones	Auto motivarme, no perder la esperanza	Echarle ganas a lo que salga, todo pasa por algo, saldrá algo mejor

La valoración de estas diferencias en cuanto a las consecuencias psicológicas en hombres y mujeres como se puede observar son similares estas consecuencias afectándolo casi de igual manera a ambos (hombre y mujer) puesto a que hoy en día las mujeres ya casi no se dedican solo al hogar (rol de ama de casa) sino que también muchas, trabajan fuera “hacer el rol de hombre” o si son madres solteras también siendo también las proveedoras de la economía de su hogar, por otro lado los hombres también se ven afectados (su bienestar psicológico) ya que al tener el rol de proveedor si este pierde su empleo y es responsable ejemplo de varios hijos esto lo puede llevar a tener una serie consecuencias psicológicas porque es posible que se sienta culpable o triste por la situación como se puede observar en los resultados anteriores del estudio.

VI. Conclusiones

Los participantes de esta investigación poseen conocimientos empíricos sobre el desempleo porque lo experimentan personalmente. El desempleo es una problemática que afecta a diario a los pobladores del barrio Loma Fresca de Bluefields ya que cada día hay más personas desempleadas. Los pobladores de este estudio consideran que el desempleo sí afecta el bienestar emocional provocando diferentes problemas como preocupación, tristeza, ansiedad, estrés y depresión.

El desempleo de los pobladores del barrio Loma Fresca de Bluefields es un problema que afecta a la familia, ya que sin empleo no hay ingresos para mantenerla y es ahí cuando la situación se vuelve tensa y estresante para los desempleados, empezando muchos reclamos por las necesidades del hogar.

Todos los pobladores expresaron que carecen de un empleo a consecuencia de esto no tienen una economía estable, por lo tanto, determinaron estar sufriendo carencias por la falta de empleo. según los pobladores desempleados del Barrio Loma Fresca de Bluefields ellos al estar empleados se sentían super alegres y estables porque se mantenía ocupados y eso les ayudaba a reducir la ansiedad y preocupaciones, también se sentían motivados porque tenían una fuente económica para cubrir sus necesidades en el hogar porque tenían suficientes ingresos y esos les hacía sentirse como personas productivas por mantener bien a su familia ya que cubriendo con todos los gastos no sentían más estrés.

En respuesta a la identificación de las técnicas de afrontamiento ante las consecuencias psicológicas de la falta de empleo, indican que es importante tener el apoyo familiar, ya que son el motor para seguir motivados y realizar emprendimientos de pequeños negocios para mantenerse estable. También afirmaron que, si no tienen apoyo, no pueden más si debieran recibir apoyo de alguna institución psicosocial para que les ayude a encontrar el camino que necesitan.

Según las afirmaciones mencionadas sobre las consecuencias psicológicas de hombres y mujeres es que el desempleo afecta el bienestar psicológico de hombres y mujeres, ya que hoy las mujeres también hacen el rol de hombre en el hogar siendo proveedoras y los hombres si pierden su empleo si se ven afectados por que la responsabilidad de ellos los hará que se preocupen o se sientan tristes perder el empleo tanto para hombres como mujeres tienen el mismo nivel de preocupación y mal estar.

Las autoras del estudio creen necesario analizar las consecuencias específicas de este tipo de dificultad e interpretarla cómo una problemática que no solo atañe a quienes están desempleados, sino que también a la familia.

VII. Recomendaciones

URACCAN:

- Promover charlas sobre el bienestar psicológico con docentes, trabajadores y estudiantes de la universidad elaborando estrategias de afrontamiento ante una situación de desempleo.
- Brindar ayuda psicológica a personas que sobrellevan un desempleo a través del laboratorio de psicología.

Instituciones del Estado:

- Detallar más políticas públicas para que disminuyan el desempleo en los pobladores tanto en mayores como en jóvenes. Promoviendo conversaciones de emprendimiento y e innovación.
- Promover charlas de la importancia de tratar la salud mental ante cualquier situación.

A los participantes del estudio

- Compartir conocimientos y experiencias del desempleo tiene fuertes consecuencias sobre nuestro bienestar psicológico.
- Desarrollar conciencia y sensibilización social ya que la obligación de cuidar de nuestros ciudadanos es de todos no individual de cada persona.

A trabajadores de la Salud Mental (CAPS)

- Brindar psicoterapia y el psicoanálisis a personas desempleadas para que así ellos puedan comprender mejor su situación.

Hombres y Mujeres en general

- Tómese un tiempo para invertir en su propio desarrollo para tener un perfil mucho más competitivo a la hora de buscar un nuevo empleo con apoyo de personas cercanas y de confianza. Y de lo contrario debe buscar ayuda psicosocial.

VIII. Lista de referencia

- Arrazola, M., Galán, S y De Hevia, J. (2018). Desempleo juvenil en España: situación, consecuencias e impacto sobre la vida laboral de los adultos. Recuperado de https://www.funcas.es/wp-content/uploads/Migracion/Articulos/FUNCAS_PEE/156art06.pdf
- Blandón López, H. O., Guillén Moran, C. N y López Torres, K. A (2020) Situación del desempleo en jóvenes universitarios del último año de las carreras de Ciencias Económicas de la FAREM-Estelí, durante el segundo semestre del 2020 [Tesis de grado, Universidad Autónoma de Nicaragua]. <https://repositorio.unan.edu.ni/15652/1/20198.pdf>
- Centro Médico (2021). Consecuencias psicológicas cuando estás desempleado. <https://www.centromedicopsicologia.com/2021/04/15/consecuencias-psicologicas-cuando-estas-desempleado/>
- Craig. G & Baucum. D (2009). Desarrollo Psicológico. Novena edición, McGraw, México
- Femenía, R. F. (2020/2021). *Pobreza, desempleo y condiciones laborales precarias: Efectos sobre la salud mental. Una visión desde la perspectiva de Género*. Cadiz.
- Fossa, P. (2021). Manual de metodología de la investigación [PDF]. Universidad del Desarrollo, Facultad de Psicología.
- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación*. Mc Graw Hill, México.
- IDC. (28 de marzo 2019). Los efectos psicológicos del desempleo. <https://idconline.mx/laboral/2019/03/28/los-efectos-psicologicos-del-desempleo>
- López, J. F. (01 de septiembre 2021). Desempleo *Economipedia*. <https://economipedia.com/definiciones/desempleo-paro.html>

- Merayo, M. d. (2015). *Cómo abordar el desempleo en la familia*. madrid: Puerta del Sol, 4 - 6° A,28013 MADRID.
- Montagud Rubio, N. (16 de octubre 2020). ¿Cuáles son los efectos psicológicos del desempleo? *Psicología y Mente*.
<https://psicologiaymente.com/clinica/efectos-psicologicos-desempleo>
- Navarro, J. S. (2015). *Cómo abordar el desempleo en la familia*. MADRID: CEAPA Puerta del Sol, 4 - 6° A 28013 MADRID.
- Serrano Rosa, M. A., Baena, S. y Molins-Correa, F. (2018). Diferencias entre empleabilidad, inseguridad laboral y salud en trabajadores y desempleados [Differences between Employability, Job Insecurity and Health in Workers, and Unemployed]. *Acción Psicológica*, 15(1), 87-102.
<https://revistas.uned.es/index.php/accionpsicologica/article/view/20945/18293>.
- Terranova Zapata, L. N. y Chaparro García, A. M. (2018). Factores resilientes a nivel personal y familiar para el afrontamiento del desempleo desde una perspectiva sistémica [Monografía, Universidad Pontificia Bolivariana].
https://repository.upb.edu.co/bitstream/handle/20.500.11912/5476/digital_37236.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Tomás, J., Gutiérrez, M y Fernández, I. (2017). Consecuencias del desempleo en la salud mental de una muestra de jóvenes angoleños. *Scielo*. 10(1).
Recuperado de https://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S1989-38092017000100006&script=sci_arttext&tIng=pt
- Vergara, C. (20 febrero 2023). Las etapas y tareas del desarrollo de Robert Havighurst. *Actualidad en Psicología*.
<https://www.actualidadenpsicologia.com/etapas-tareas-havighurst/>

IX. Anexo

Anexo 11.1 Instrumento Entrevista

Muy buenos días, somos egresadas de la carrera de Psicología en Contextos Multiculturales, solicitamos de su apoyo para realizar la entrevista con la finalidad de poder finalizar el trabajo investigativos que tiene como finalidad Indagar las consecuencias psicológicas del desempleo experimentadas por los pobladores del Barrio Loma Fresca Bluefields, por lo que estaremos agradecidas por su apoyo y colaboración.

Datos Generales:

Sexo: Femenino () Masculino ()

Edad correspondiente: 25 a 26 (), 28 a 30(), 31 a 35 (), 36 a 40 ()

Grupo Étnico: Rama (), Miskitu (), Ulwa / Mayagna (), Creole (), Garifuna (), Mestizo ()

Estado Civil: Casada/o (), Soltero/a (), Acompañada ()

Tiene Hijos /as: Si (), NO ()

Religión: Católica (), Evangélica (), Morava (), Testigo de Jehová (), Otro ()

Nivel de escolaridad: Iltrado (), Primaria (), Secundaria (), Técnico (), Universidad ()

Profesión: ___

Manifestaciones psicológicas que sobrellevan hombres y mujeres ante el desempleo.

¿Qué significa para usted no tener empleo?

¿desde qué años se encuentra sin trabajo?

¿Con que problemas se ha encontrado en el momento que estuvo desempleado?

¿Cuándo usted estuvo trabajando como era su vida personal? (abordar las emociones)

¿Cuáles son los problemas emocionales que ha desarrollado cuando se quedó sin trabajo?

A parte de los problemas emocionales ¿ha experimentado cambios en su salud asociado a la falta de empleo?

¿Recuerda que si el sentimiento de fracaso fue lo primero que llego a experimentar cuando quedo sin trabajo? ¿argumente como lo experimentó?

¿Cuáles han sido los diferentes empleos que ha tenido en su vida? ¿Qué recuerda lo que experimentó sentimientos en cada uno?

¿Cuánto más pasa tiempo puede realizar un trabajo con el mismo desempeño que antes?

Técnicas de afrontamiento que utiliza

¿Cuándo usted le comento a su familia que quedo sin trabajo ¿Cómo recibieron la noticia?

¿Después que recibieron la noticia, que hicieron cada uno de sus miembros para apoyarlo/a?

¿Usted considera que el desempleo afecta en el comportamiento de la familia? ¿Por qué?

¿Considera que la unión familiar es importante para afrontar esta crisis de desempleo?

¿Qué medidas de afrontamiento tomo al perder su empleo?

¿Cuándo perdió su empleo, que se dijo así mismo para sentirse bien? ¿le ha resultado esa acción? Y ¿lo sigue practicando actualmente?

¿continúa buscando empleo? O ¿ha desempeñado algún tipo de trabajo o emprendimiento?

¿Las personas que tienen o sienten tener apoyo por parte de la familia, los amigos o las instituciones sociales pueden manejar mejor una situación de estrés? ¿cree usted que lo vivió de esta manera?

Diferencia entre hombre y mujeres en cuanto a su experiencia relacionada al desempleo.

¿Al no lograr emplearse como ha vivido esa sensación?

¿Qué expectativas tiene en estos momentos? ¿se ha resignado/a en la búsqueda de empleo? ¿Por qué?

Anexo 2. Aval de tutora

UNIVERSIDAD DE LAS REGIONES AUTONOMAS DE LA COSTA CARIBE
NICARAGÜENSE



(URACCAN)

Recinto Bluefields

Aval

La tutora: Fátima Ondina Gutiérrez Castillo, por medio del presente escrito otorga el aval correspondiente para la presentación de:

Perfil:

Protocolo

Informe Final: X

Artículo Técnico:

Otra forma de culminación (especifique):

A la creación, recreación de conocimiento saberes y prácticas como en el de la validación titulada: Consecuencias psicológicas del desempleo en pobladores del barrio Loma Fresca de la ciudad de Bluefields.

Desarrollada por la estudiante: Yurielka Exania López Aguinaga y Biurel Jorleth Humphreys Patterson

De la carrera: Psicología en Contextos Multiculturales

Nombre y apellido de la tutora: Fátima Ondina Gutiérrez Castillo

Firma: _____

Recinto: Bluefields

Fecha: 05 de abril 2024