

## El malestar en el trabajar, el trabajo precario y su repercusión en los vínculos

Asociación de Psicólogos de Formosa y APDH Formosa 18 de julio de 2015

*Elina Aguiar \**

El trabajador y su malestar en la sociedad actual. ¿Cuándo hay malestar? ¿Al no poder, o no saber pensar lo impensado, lo que perturba, lo que va anesthesiando: las situaciones por las que estamos atravesados cuando estamos trabajando? ¿O acaso declaramos como ajeno todo aquello que sentimos que proviene de este "afuera" laboral inmodificable y nos trastoca?

Me propongo reflexionar sobre lo que muchas veces dejamos de lado. Abordaré las situaciones laborales, las condiciones del trabajar. . Las amenazas de exclusión, de desocupación, de precarización que también se ciernen sobre nosotros. ¿Cómo operar sobre la propia subjetividad? Estas amenazas conviven con nosotros. Nuestro narcisismo, nuestras complejidades están en juego. ¿Convivimos con la humillación y la vergüenza al vernos sometidos a situaciones laborales que no aceptamos?

. **1.** Abordaré las violencias y abusos laborales, en las condiciones del trabajar por las que estamos hoy atravesados. Las amenazas de exclusión, de desocupación, de precarización se ciernen sobre los que trabajan y los que no trabajan.

. ¿Se convive con la humillación y la vergüenza al verse sometido a situaciones laborales que no se aceptan? ¿Por qué procesos las personas desmienten esta connivencia?

. El sufrimiento que genera la violencia laboral no es nuevo, pero nos vemos ante **síntomas nuevos**, nuevas **formas de sufrimiento laboral** (C. Dejours 1992). En las condiciones de trabajo generadas por el neo liberalismo, quienes las padecen las más de las veces las sufren, las aceptan, se resignan **en silencio** por impotencia. Lo nuevo no es la explotación, sino que esto **sea considerado como normal** y que por lo tanto se piense que ante esto nada se puede hacer (C..Dejours 2006.)

**2 La desocupación y la amenaza constante de perder el trabajo son violencias que se ejercen contra los sujetos y que producen una angustia que conceptualizo como traumática.** Y configurando **una población en riesgo** por traumatismo acumulativo

---

\* Psicóloga Clínica. Miembro titular de la AAPPG y de la APBA. Co-vicepresidenta y Secretaria de Salud Mental de la Asamblea Permanente por los Derechos Humanos (APDH), Coordinadora de los "Talleres gratuitos de orientación laboral" para quienes desean un mejor trabajo, encontrar un trabajo, iniciar u optimizar su propio emprendimiento" de en la APDH. e-mail: elinaag@fibertel.com.ar

La amenaza de perder el trabajo encuentra relación con lo que en 1893 decía **Freud** con respecto a las experiencias traumáticas: “lo que es eficaz para el síntoma es el **efecto de terror**”. Esto es lo que hace de un acontecimiento un trauma. (Freud 1921)

La **primera forma de angustia traumática es asociada a inermidad y desamparo**; la desocupación y la flexibilidad laboral exponen a las personas y las dejan **indefensas ante el deseo de muerte de otro** que las considera “**masa sobrante**” y las excluye del sistema laboral en aras de un supuesto bien superior.

¿Cómo tolerar lo intolerable? ¿Cómo **explicar la “tolerancia social”** ante la precarización laboral, las violencias sociales, las impunidades con las que se convive cotidianamente? Como dice **H. Arendt**, nadie se enfurece ante **situaciones que piensa que no puede cambiar**.

En la banalización de la injusticia y la violencia social **no se reacciona**, aparece una **anestesia progresiva**. Ya no pensamos como nosotros mismos, pensamos como otros quieren que pensemos, **suspendemos nuestro pensar; nos alienamos**. Como señala H. Arendt “la maldad puede ser causada por la **ausencia de pensamiento**”. (Arendt H. 1993)

La banalización del mal pasa por varias vertientes y cada una de ellas es fruto de construcciones humanas.

Son **encadenamientos deshumanizantes** que implican distintos grados de **responsabilidades**. Ante la banalización de la injusticia social poder ir acrecentando el **conocimiento sobre su funcionamiento** opera como factor de elaboración. (C. Dejours 2006).

Pensar que la violencia laboral es debida a la globalización de las actuales condiciones de trabajo, es una manera de adherirse a cualquier causa, economicista, esta u otra, no solo por efectos de una simple resignación o por la impotencia frente a un proceso que pareciera superar a las personas, sino que formaría parte de lo que C. Déjours llama “**normopatías defensivas**” (1992): como **defensa contra la conciencia dolorosa de la propia complicidad**, colaboración y responsabilidad en el desarrollo del malestar social actual. ¿Complicidad por terror? Este proceso de acostumbramiento y des-responsabilización se va a volver invisible y **se naturalizará**.

**De a poco se puede instalar una resignación y cercenamiento del propio deseo**. En las situaciones de violencia laboral el sujeto se encuentra expuesto a sucumbir como sujeto, como pensante y deseante. El trabajador padece la violencia social - En la violencia: **hay un deseo de muerte real o simbólica** hacia un otro. La víctima al resignarse cercena lo más valioso de sí, el propio **deseo**. ¿Cuánto del terror en los sistemas de exterminio del pasado está presente hoy por esta **sobreadaptación debida al terror a la exclusión**? (quiero trabajar, no importa en lo que sea.)

Como decía el torturador en el “Sr. Galíndez” de E. Pavlovsky “por cada uno que tocamos mil paralizados de miedo, nosotros actuamos **por irradiación**”. Y por cada desocupado, por cada trabajador precarizado ¿cuántos por aterrorizar, según esta lógica? **La lógica actúa por irradiación.**

En las situaciones de sufrimiento laboral la víctima tiende a recortar lo que lo hace sufrir, lo que hace **peligrar el pertenecer**. Se adapta a cualquier cosa.

Freud señalaba en *Malestar en la cultura* (1930) que ante la violencia de humanos contra humanos, los sujetos pueden presentar “estupor inicial, paulatino embotamiento, anestesia afectiva, **anulación de la sensibilidad frente a estímulos desagradables**, abandono de toda expectativa, aislamiento de los demás, individualismo.). (Freud S. 1930) **En el embotamiento ni se niega, ni se reprime, se desmiente.**

Cabe destacar que estas defensas, estrategias, contra el sufrimiento en el trabajo tienen que ver con un “**impensado colectivo**” (C. Dejours 2000). Bajo efectos del control social estas defensas atacan la capacidad de pensar, actuar y juegan además **un papel conservador de resistencia al cambio**. Es una anestesia en detrimento de su **propio funcionamiento** psíquico y social.

Señala Amati que en esas situaciones sociales traumatizantes, **el yo utiliza la ambigüedad para** protegerse. En la violencia social la instalación en la ambigüedad funciona como un **mecanismo de defensa mayor** y al mismo tiempo como un **mecanismo de adaptación** (Amati Sas S. 2005).

Estas defensas tienen en común la formación de una denegación de la percepción de la realidad en lo que hace sufrir a las personas en el espacio laboral que Déjours denominó “**denegación de la realidad del trabajo**” “Denegación de justicia, denegación de la realidad y renegación de la pretensión de salud laboral”. Estas estrategias de defensa contra el sufrimiento son un **eslabón intermediario** decisivo del consentimiento a la injusticia y la banalización de la injusticia social.

**El paradigma de la alteración de la percepción, es la demolición psíquica.** Maren y Marcelo Viñar analizan las situaciones de **demolición psíquica** en las situaciones de tortura (Viñar M. y M. 1993) que “del mismo modo que las situaciones extremas de la patología, ilustran por amplificación un tipo de problemas que, en situación menos anormal, podrá ser menos fácil de percibir. Al hablar de la demolición, se pueden poner en evidencia problemas esenciales que tienen que ver con la convergencia de la clínica con lo social. El proceso donde primero se van cercenando los valores y las convicciones del torturado, luego se desorganiza, se altera la idea que tiene de si mismo y puede ir **adaptando mimetizándose con los valores del victimario**. Ya no se cuestiona ni cuestiona con tal de seguir viviendo.” M. y M Viñar. 1993, en nuestro enfoque con tal de no correr el riesgo de quedar excluido. Al estar mimetizado impera la **lógica del terror**, paulatinamente se puede ir dejando de lado las propias percepciones y se desplazan a sintomatología psicósomática “La destrucción, la degradación del cuerpo, funciona como preparatoria y desencadenante de la quiebra y claudicación a nivel psíquico”. (Viñar M. y M. 1993).

La **Violencia simbólica** está en la base de los procesos de demolición psíquica.

La violencia simbólica es una violencia verbal, que ejercida desde el poder tiende a producir un modo de percibir al mundo de acuerdo a los intereses de ese poder, o sea que tiende a cambiar las categorías de percepción de la gente (por ejemplo decir poblaciones marginales, flexibilización laboral, retiro voluntario, etc.) haciendo del sentido del poder nuestro sentido común. (Bourdieu P. 1971). Lo que llamamos contexto es texto. Si bien nuestra percepción del mundo es siempre una adecuación o un recorte, la violencia simbólica nos hace recortar y adecuarnos a los mandatos del poder. Nosotros en las situaciones de sufrimiento social, recortamos y sin desearlo recortamos lo que nos hace sufrir, lo que nos hace **peligrar nuestro** pertenecer (Amati Sas S. 2007). Y llegamos a adaptarnos a cualquier cosa, con tal de no cuestionarnos nuestra forma de pertenecer al mundo laboral.

Bajo la violencia social surge el **terror de creerle al Otro** que aterroriza. **“si le creemos lo creamos al poder todopoderoso** Y es en ese momento en el que nos volvemos cómplices, indiferentes.

El maltrato laboral y el acoso moral en el trabajo desencadenan trastornos psicopatológicos en las víctimas no solo por los ataques efectuados sino por la pasividad y **la ausencia de solidaridad de parte de los colegas de la víctima y por la transformación del sentido de justicia** en el espacio laboral. Es lo que C. Déjours denominó como **“patología de la soledad”**, Patología de la “desolación” (H. Arendt). El agravamiento de las consecuencias psicopatológicas estaría ligado según C Déjours a la **desestructuración de las estrategias colectivas de defensa** contra la injusticia y el sufrimiento infligidos a un colega. Esta desestructuración no es el resultado de un proceso de resignación o pasividad sino de una **transformación en profundidad de las formas de dominación social** en el mundo del trabajo bajo el terror a la exclusión social en tiempos de precarización laboral

Cuando la relación subjetiva con el trabajo se degrada el sufrimiento tiene **consecuencias en la vida familiar** y en sus relaciones sociales, como señalamos con M. Vinitsky (2008) se pasa **“de la vulnerabilidad laboral a la labilidad vincular”**.

El desamparo que nos produce a todos la inestabilidad socioeconómica actual y la amenaza de la reiteración de eventuales crisis hace que todos estemos sin saberlo bajo una situación de amenaza común.

Cuando se configura una vivencia de vulnerabilidad social, las parejas y las familias tienden a reproducir en su seno las violencias del contexto social. Imperan los mandatos sociales, el no cuestionamiento en el seno de la pareja de los estereotipos de género.

#### **Alteraciones vinculares patógenas**

. **La exigencia y los reproches** se hacen presentes en las personas desocupadas, por ejemplo, que exigen y reprochan a sus parejas y/o a sus familias **que revaloricen su autoestima** (“Mostráme que valgo”, “¿Soy algo para vos si no tengo trabajo?”). **Resarcir al otro de su no lugar** es una pretensión depositada en los vínculos de pareja y familia *imposible de cumplir*, con el consiguiente circuito de “frustración, acusaciones, **violencia**”. Al ser despojado de su lugar laboral, la persona puede **aferrarse a la pareja, a la familia, demandándole** sostén, seguridad, reconocimiento y valoración dado que la pareja y la familia son un lugar de pertenencia, reconocimiento y continencia. Al conformar una pareja ambos miembros **“contratan” a un reconecedor** permanente, pero es obvio que en estas situaciones no puede contener aquello **imposible** de ser contenido

. En el vínculo de pareja se puede hacer entonces **una regresión al estado de reproche** de la pareja, estado esperable luego del enamoramiento, pero que aquí se enquista al no obedecer el otro integrante de la pareja a lo esperado socialmente de él. (E. Aguiar 2003)

Quizá sean parejas que antes de la situación de desocupación o subocupación eran aparentemente críticos cuestionadores de los estereotipos de género, pero al ser **conmocionados por la violencia social vuelven a un estadio anterior del pensamiento y necesitan de certezas**, verdades únicas, universales, verdades que castigan, estigmatizan o anulan a quienes **caen al margen de ellas**.

**La regresión en el pensar es paralela a la regresión al estado de reproche.** Necesitan de certezas y no cuestionan los mandatos sociales. De modo que ante la amenaza de exclusión social se producen dos **regresiones** en el vínculo de pareja: estado de reproche y **necesidad de certezas** (Aguiar E. 2007).

Ante la incertidumbre y la amenaza, las familias y las parejas **suponen que carecen de los recursos** para enfrentar aquello que no conocen

Todo vínculo es impredecible, no es anticipable. Esto de por sí produce angustia y perplejidad. Hay un permanente efecto de descoloque (Puget J. 2001). En las situaciones donde desde el Estado se permite y tolera la violencia social, la angustia y la perplejidad quedan sobredimensionadas en los vínculos.

El otro en su diferencia **irrumpe** en la vincularidad, por la diferencia y ajenidad que se genera en todo vínculo. Frente a las situaciones traumáticas el otro **disrumpe** en la vincularidad, produciendo caos y desorganización psíquica dado que los organizadores psíquicos están violados en estas situaciones.

El proyecto de vida, el proyecto vital compartido de la pareja amenaza quedar cercenado. El único proyecto seguro en la incertidumbre. Marca un antes y un después.

A la pareja ante la desocupación o su amenaza se le pide un trabajo difícil de realizar: contener las ansiedades primitivas y no sucumbir ante la falta de proyectos:

La pareja tiene así un equilibrio precario. Pasan por momentos de renovada cohesión ante la adversidad y otros en los que se puede ir instalando una **apatía, resignación y restricción** cercenantes y una restricción de sus relaciones sociales.

. Observo situaciones patógenas que se generan en la pareja

**El cónyuge** del amenazado o desocupado está **atravesado en silencio por el sufrimiento**. y lo naturaliza. Ante la inestabilidad que genera esa incertidumbre, hay falta de certezas y se tiende a conjurarla configurando **vínculos amparador-amparado**, quedando ambos fijados en ese rol por la necesidad de mantener en esa situación traumática una esperanza mesiánica El amparado se *somete pasivamente a su papel de impotente* y el amparador *se resigna abnegadamente* a las supuestas necesidades y carencias de su amparado, las sobredimensiona y relega sus propios espacios a costa de expresar sus emociones en forma de síntomas corporales. Estos síntomas no son registrados, son padecidos ego sintónicamente.

Aparece un rol de esposas, madres y hermanas sobreprotectoras que “hacen por los otros” casi en forma automática y les “resuelven sus problemas”, impidiéndoles *desarrollar sus propias potencialidades y postergándose ellas*. La necesidad de creer en la existencia de un amparador y la culpa de ser la que “sí puede” cristalizan los roles amparador-amparado, potente-impotente.

### **.Sobreocupación , Sobrecarga laboral**

Se vive con la sensación de que la vida afectiva debe ser puesta entre paréntesis para neutralizar todo pensamiento y toda demanda que no esté regida por la producción laboral. Compromete la subjetividad del trabajador y de sus vínculos, se presenta una alteración e inversión de las lógicas familiares y laborales. Trabajadores que se viven como **héroes y víctimas** en su roles de trabajador y de *suplente de los espacios* que él/ella no puede ocupar en la familia. Al trabajador se le pide una **Incondicionalidad laboral** (compromiso) como si se tratara de vínculos de sangre.

La sobrecarga pone en peligro las condiciones necesarias para el desarrollo fantasía, afectividad y vida de relación.

Adaptación acrítica con un borramiento de los mecanismos de defensa ante los mandatos laborales, produce y reproduce sometimientos en cadena,

Se toman nuevas medidas defensivas para que nada del trauma sea recordado y repetido. Hoy, ante las violencias laborales desde los sectores del poder se promueve su desmentida, lo que tiende a generar paralización, apatía e indiferencia en los afectados y en el conjunto social en general. Nuevamente, una violación un derecho humano se favorece el “no te metas”, ya inducido durante la última dictadura como forma de control social. Por miedo a perder su trabajo o a no conseguirlo, las personas tienden a desentenderse de la suerte de los otros. Como recalca S. Amati, el miedo, las más de las veces inconsciente, hace que lleguemos a aprobar lo que desaprobamos. (S Amati, 1988)

**Ante la violencia laboral. Las posibilidades de recuperarse como sujeto** radican en la posibilidad de basarse en **un pacto entre hermanos** habiendo desobedecido, descreído y matado al padre de la horda primitiva al pasar de la lógica del terror a la lógica de la solidaridad. El hombre nace a la cultura en un acto de desobediencia.

El testimoniar es una manera de comenzar a actuar. Ser **testigo es un acto de responsabilidad**. Para testimoniar hace falta de otros que reciban el testimonio. El pensamiento como acto se traduce en actos **con otros** (Puget J. 2004). J. Puget ubica la responsabilidad en **una dimensión intersubjetiva**, construir lo común. Responder junto con otros ante las situaciones de injusticia social. Teniendo presente que la pasividad, la impotencia, el conformismo, la banalización, la confusión y el refugio en el individualismo son marcas que va dejando la violencia laboral. Ante la banalización de la injusticia social en el trabajo es necesario un **trabajo psíquico** -*Arbeit*, (S. Freud) -sobre nosotros mismos, sobre la experiencia del trabajar para descubrir esta insensibilización ante el sufrimiento propio y el ajeno, - para poder ir acrecentando el **conocimiento sobre su funcionamiento social**” en el trabajo Este conocimiento opera como factor de elaboración.( Déjours C. 2000 )

Implica tomar conciencia de los mecanismos defensivos utilizados en nuestra manera de trabajar. Adquirir responsabilidad por los otros y **conciencia crítica**.

## Salud Laboral.

El trabajador ha de realizar un proceso de reapropiación de la relación laboral con el trabajo. Es necesaria una elaboración conjunta del **sufrimiento laboral** y sus consecuencias. Se necesita de una construcción fraterna entre trabajadores del trabajo y de sus vínculos. Valorar el desear y el elegir en consecuencia. Pasar de de espectadores y reproductores a actores transformadores.

La salud laboral como construcción en vínculo con otros como elaboración organizada y social. (S. Plut 2008) Prácticas sociales – estrategias colectivas de defensa – estrategias colectivas de resistencia a la opresión. Esta construcción se podrá hacer a través de esas **prácticas sociales que desencadenan** acontecimientos a través de micropolíticas instituyentes

**Para que el trabajo sea promotor de salud mental es necesario** además de las variables ligadas a la retribución económica y a las condiciones ambientales, es imprescindible un reconocimiento personal y que dicho trabajo que pueda dar la posibilidad de transformar la realidad, de crear, que apunte a un crecimiento personal y colectivo. Muchas personas a causa de este reconocimiento prefieren conservar un trabajo donde son valorados y no otro mejor pago pero con un distrato y “ninguneo”, empobrecedor.

Las sucesivas **crisis de la sociedad pueden transformarse en una condición positiva para el replanteo de la salud laboral** en la sociedad actual.

## BIBLIOGRAFÍA

- Aguiar E., “Efectos psicosociales de la desocupación”, *Rev. de la AAPPG, tomo XX, Nº 1*, Bs. As., 1997.
- Aguiar E., "Ocupándonos de la desocupación", en *Prevención en Salud Mental*, comp. Elsa Wolfberg. Lugar Ed. Bs. As., 2002.
- Aguiar E., “Quiebres vitales”, panel del Congreso de Familia y Pareja de la AAPPG, Bs. As., 2002.
- Aguiar E. y otros, “De-construyendo la Desocupación”, *Página 12*, Bs. As., 2006.
- Aguiar E, Vinitzky M. “No puedo porque mi marido está sin trabajo”, *Página 12* 17-4-08. Buenos Aires.
- ◇ Agamben, G. “Lo que queda de Auschwitz”, *Homo Sacer III*, Ed. Pretextos, Valencia, 2000.
- ◇ Amati Sas S. “L’interpretation dans le trans subjective. Reflexions sur l’ambigüité et les espaces psychiques”, *Rev de Psychotherapies*, 2005.
- ◇ Arendt H. “La condición humana” Ed. Paidós. Bs. As. 1993
- ◇ Bourdieu, P. *La reproducción*. Madrid. Ed. Laia. 1971

- ◇ Déjours, C. "El sufrimiento en Francia. La banalización de la injusticia social", Ed. Topia, Buenos Aires, 2006.
- ◇ Déjours C. "Travail, usure mentale" Bayard Ed. París. 2000
- ◇ Freud, S. "El malestar en la cultura", Ed. Biblioteca Nueva, Tomo 3, Madrid, 1968.
- ◇ Freud, S. "Psicología de las Masas y análisis del Yo", 1921, Amorrortu Editores, Buenos Aires, 1998.
- ◇ García Reinoso, G. "Algunas consecuencias psíquicas de las transformaciones sociales". Presentado en el Congreso Metropolitano de Psicología, Buenos Aires, 1992, Publicado en Diarios Clínicos, n° 7, 1994 y en Zona Erógena, 1992.
- ◇ Pillut S, "Estrategias de inclusión social,2 Panel del XI Congreso Metropolitano de Psicología , Bs. As. 7 . 08
- ◇ Puget J. "Sentimiento de responsabilidad: un hacer lo común". Departamento de pareja de la AAPPG. Conferencia anual. 2004.
- ◇ Viñar, M. y M. "Fracturas de memoria. Crónicas para una memoria por venir". Ed. Trilce, 1993. Disponible en Internet.

## **Resúmen**

Cuestiono e intento analizar las condiciones laborales que nos atraviesan hoy como trabajadores. ¿Nos conformamos y nos acostumbramos ante condiciones laborales que no aceptamos? ¿Cómo explicar nuestra " pasividad, anestesia y conformismo?. La necesidad de pertenencia, el terror a la exclusión, el traumatismo acumulativo coloca al trabajador en un lugar pasivo. ¿Que tipo de trabajo psíquico es necesario sobre nosotros mismos como trabajadores para pasar de espectadores a, actores de transformación? Esbozo las condiciones para una salud laboral; y las herramientas con las que contamos para su construcción desde el psicoanálisis. .