

La frustración atiza la violencia en la calle

Autor Administrator

Monday, 20 de June de 2016

Modificado el Sunday, 19 de June de 2016

Especialistas alertan que los venezolanos han comenzado a ver a los otros como "enemigos", lo que aumenta la conflictividad

EAVENDANO@EL-NACIONAL.COM

"La cosa está tensa. Ni el gobierno ni la oposición quieren dar su brazo a torcer, y cada día todo está más caro. En un día hago 8.000 o 9.000 bolívares, pero me gasto 15.000 en la bodega. En cualquier momento aquí se prende otra protesta". El testimonio de Néstor Guevara, mototaxista de La Vega, resume los factores que el politólogo y psicólogo social Ricardo Sucre expone como las razones del ambiente de conflictividad que se vive en Venezuela.

Escasez, inflación, inseguridad, que no haya ocurrido el cambio esperado después de las elecciones del 6 de diciembre, la tirantez política y la falta de decisiones económicas que mejoren el abastecimiento son algunos de los factores que Sucre enumera para explicar la acumulación de tensión en la ciudadanía.

"No creo que lo que ocurre sea por hambre, pienso que más bien esa puede ser una etiqueta política. Más que hambre, es el no encontrar los productos lo que causa este comportamiento; y, cuando se consigue no compensa el esfuerzo que hizo la gente al tener que madrugar y pasar varias horas en cola", dice Sucre.

El psicólogo social identifica dos elementos que atizan el clima de violencia: "Constantemente en Venezuela se espera que 'la calle' resuelva, pero sucede que esas protestas terminan en situaciones de violencia porque los actores políticos y sociales no han sabido cómo organizar esa calle. Darle un sentido, un discurso, una narrativa, y asumir la responsabilidad de lo que se pueda lograr. Esperan que se prenda un ídolo, y cuando eso pasa se echan para atrás". Agrega como un segundo factor el hecho de que los grupos delincuenciales saben capitalizar ese vacío, a través de los saqueos y los robos.

Para Sucre, al existir este "conflicto redistributivo" de los productos, los ciudadanos ven al otro como una competencia o

un peligro, al punto de deshumanizarlo. “Existe una matriz de opinión de que lo que hay se va a acabar; cuando esto sucede, al entrar al supermercado, por ejemplo, el individuo se torna agresivo, y eso se manifiesta en un estado de tensión, aprehensión y ansiedad”.

Indica que el comportamiento colectivo es espontáneo y, por tanto, no se puede pronosticar. Sin embargo, la labor del Estado debe ser preventiva: “Hay que interpretar las señales. El Estado ha fallado. Sabe que la gente está pasando trabajo; pero no hay empatía, ni garantías de que se van a tomar medidas para mejorar la situación. La gente siente que las promesas no se han cumplido y se acumula la frustración”.

Calmar los ánimos

Pablo Canelones, psicólogo clínico y profesor de la Universidad Central de Venezuela, señala que el ciudadano padece altos niveles de estrés crónico como consecuencia de las frustraciones que sufre en el día a día, ya no solo por deseos insatisfechos sino también por necesidades básicas no resueltas. “La situación política pertenece al ámbito público, a lo social y colectivo; que ahora ha pasado a convertirse en un asunto de orden privado. En consecuencia, todo lo que está relacionado con eso se siente como una agresión directa al individuo, y cualquiera se convierte en un potencial agresor”, afirma el psicólogo.

Para bajar los niveles de tensión, el especialista recomienda dosificar el uso de las redes sociales, sobre todo cuando se revisen informaciones de carácter conflictivo; además de seguir solo a fuentes creíbles; desconectarse de la situación política y económica en el ámbito privado: “Hay que retomar, sin perder la perspectiva o sentir remordimiento, la posibilidad de divertirse, de escuchar música, para recargar las energías que permitan seguir haciendo frente a la situación”. Recomienda realizar actividades físicas, como deportes de alta intensidad, y relajarse aplicando la respiración lenta y profunda, lo cual ayuda a desactivar los aspectos psicológicos del estrés, además de realizar actividades físicas de distensión.

“Bajar los niveles de agresividad es complicado, pero no imposible. Hay que identificar la fuente de la frustración individual y separar lo público de lo privado. En el ámbito privado debe haber un ambiente de tranquilidad, de tolerancia, aun cuando dentro del grupo familiar, por ejemplo, haya personas que sean partidarios de distintas tendencias políticas”. Explica que hay que dejar de ver al otro como el enemigo: “Todos estamos en la misma situación. Todos estamos siendo igualmente agredidos; por tanto, hay que ser compañeros en el enfrentamiento de esa situación adversa, aun cuando sea un bachequero o alguien que se quiere colear”.

http://www.el-nacional.com/siete_dias/frustracion-atiza-violencia-calle_0_868713172.html