

IMPACTO DE LA CRISIS SANITARIA COVID-19 EN EL TRABAJO: CENTRALIDAD DEL EVENTO Y CRECIMIENTO POSTRAUMÁTICO

Adrián García Selva (1), Laurence Tapia (2), Ángel Solanes Puchol (3) & Beatriz Martín del Río (4)

(1) Universidad Miguel Hernández, Elche, Alicante, Espanha; adrian.garcias@umh.es

(2) Universidad de Talca, Chile; lh.tapia.s@gmail.com

(3) Universidad Miguel Hernández, Elche, Alicante, Espanha; asolanes@umh.es

(4) Universidad Miguel Hernández, Elche, Alicante, Espanha; bmartin@umh.es

Palavras-chave: Crecimiento Postraumático; Centralidad del Evento; Pandemia; COVID-19; Trabajo; Bienestar; Impacto Psicosocial

Con frecuencia, los eventos de carácter traumático suelen suponer para las personas la vivencia de situaciones amenazantes que se convierten en un punto de referencia para la vida del individuo. La crisis originada por la pandemia del COVID-19 ha sido percibida por muchas personas como una situación de extrema incertidumbre y gran amenaza, lo que ha llevado a experimentar este suceso como un elemento significativo en la propia identidad, afectando a procesos como la individualización o la regulación de emociones. En otras palabras, en el contexto de pandemia COVID-19 se puede hablar de la centralidad del evento, definida como la relevancia que presenta este suceso para la persona, suponiendo un punto de inflexión en la vida de quien lo experimenta y pasando a formar parte de su identidad y personalidad. Por tanto, una persona que ha experimentado un evento que ha supuesto un suceso central en su vida y que ha constituido una amenaza para sí mismo o para otros, puede llegar a padecer sintomatología asociada a estrés postraumático. Sin embargo, en contraste a lo anterior, la literatura ha reportado que, en una cantidad significativa de estos casos, se advierte una tendencia a la estabilidad, basándose principalmente en la capacidad y/o percepción de cambios positivos respecto al evento, lo que a nivel individual favorece un mayor bienestar subjetivo, ajuste o adaptación psicológica. A este fenómeno se le ha denominado ‘crecimiento postraumático’ (CPT), y es definido como los cambios positivos que pueden ocurrir a partir de la lucha ante una crisis vital importante. De este modo, el objetivo del presente estudio es evaluar la centralidad del evento y el crecimiento postraumático en una muestra de trabajadores en función de la pérdida de empleo consecuencia de la crisis sanitaria.

La muestra consistió en 104 participantes; 52 hombres (50%) y 50 mujeres (50%), con una edad media de 36.07 (DT = 12.016), un mínimo de 20 y un máximo de 67. Los rangos etarios de la muestra fluctuaron entre los 20 a 70 años de edad. Del total de participantes, 50 (48.1%) personas perdieron su puesto de trabajo como consecuencia de la crisis sanitaria.

Variables e instrumentos: Escala de Centralidad del Evento (CES), que evalúa aspectos relacionados con el procesamiento de eventos traumáticos, para determinar el grado en que una experiencia se ha convertido en un punto central para el sujeto; Inventario de Crecimiento Postraumático (PTGI), que abarca tres dimensiones conceptuales: 1) cambios en la relación con otros; 2) cambios en la autopercepción; y 3) cambios en la filosofía de

vida. Asimismo, en el cuestionario se incluyó un ítem ad hoc para determinar si los participantes perdieron su empleo como consecuencia de la pandemia.

Análisis estadísticos: se efectuaron pruebas t de Student para muestras independientes para analizar las diferencias en las variables en función de la pérdida de empleo, con un nivel de confianza del 95%.

Respecto a la variable de centralidad del evento, existen diferencias significativas en función de la pérdida de trabajo. De este modo, las puntuaciones medias de esta variable en los participantes que han perdido su empleo ($M = 2.37$, $SD = 0.77$) son menores que las de los participantes que mantienen su situación laboral ($M = 2.90$, $SD = 0.76$), siendo $t_{102} = 3.51$, $p = .001$. Por otra parte, sucede lo mismo para la variable de crecimiento postraumático, ya que, en este caso, son también los participantes que han perdido el empleo los que presentan puntuaciones inferiores en cada dimensión. Así, para la dimensión de cambios en las relaciones con otros, existen diferencias significativas entre los participantes que han perdido su empleo ($M = 1.81$, $SD = 1.14$) y los que mantienen su trabajo ($M = 3.82$, $SD = 1.24$), siendo $t_{102} = 8.57$, $p = .000$. En la dimensión de cambios en la autopercepción, de nuevo las puntuaciones de los participantes que perdieron su empleo ($M = 1.83$, $SD = 1.10$) son menores que las de las personas que mantienen su puesto laboral ($M = 3.90$, $SD = 1.20$), siendo $t_{102} = 9.12$, $p = .000$. Por último, en la dimensión cambios en la filosofía de vida, de nuevo existen diferencias significativas entre personas que perdieron su trabajo ($M = 1.47$, $SE = 1.05$) y aquellas que lo mantienen ($M = 3.62$, $SE = 1.38$), donde $t_{102} = 8.97$, $p = .000$.

Los datos obtenidos en este trabajo sugieren, por una parte, que las personas que han mantenido su puesto de trabajo han experimentado la pandemia COVID-19 como un suceso más central y determinante en su vida, y al mismo tiempo, son también estos sujetos los que han obtenido un mayor crecimiento postraumático, respecto a los que perdieron su empleo como consecuencia de la crisis sanitaria, quienes han considerado la pandemia como un elemento menos central en su vida y han percibido un menor crecimiento postraumático. Estos resultados destacan, en primer lugar, que la mayor centralidad de un evento negativo no implica necesariamente una mayor reducción del bienestar. En segundo lugar, los datos también indican la importancia que el trabajo tiene en la vida de las personas, al constituir la esfera laboral una fuente importante de recursos de todo tipo, que puede ayudar a mitigar los efectos negativos de sucesos adversos y facilitar en la persona el desarrollo de respuestas de afrontamiento adaptativas. Por ello, es importante analizar las repercusiones laborales que la pandemia está generando en las sociedades y establecer intervenciones adecuadas que contribuyan a minimizar la alteración del mercado laboral, y por tanto, a mejorar el bienestar de las personas.