

Implicaciones psicológicas de la actual crisis venezolana

Leslie Arvelo Arregui
[arveloarregui@gmail.com]
Departamento de Psicología y Orientación
Facultad de Humanidades y Educación
Universidad de Los Andes, ULA
Mérida, Venezuela

Resumen

El presente artículo tiene como objetivo describir y analizar algunas implicaciones psicológicas de la crisis venezolana. Inicialmente, se contextualiza brevemente el tema dentro de un marco general. Se pasa luego a definir y caracterizar el narcisismo psicológico desde la perspectiva del psicoanálisis. Seguidamente, se exponen ciertas causas psicológicas inconscientes de la crisis venezolana y sus incidencias en los ámbitos individual y social. Posteriormente, se esbozan algunas consecuencias psicosociales de la crisis. Finalmente, se hacen sugerencias, en los órdenes sociales y personales-familiares, para abordar y paliar la crisis, tomando en cuenta el impacto de la pandemia.

Palabras clave: Crisis de Venezuela; Implicaciones psicológicas; Narcisismo.

Abstract

Psychological implications of the current Venezuelan crisis

This article aims to describe and analyze some psychological implications of the Venezuelan crisis. Initially, the topic is briefly contextualized within a general framework. It then goes on to define and characterize psychological narcissism from the perspective of psychoanalysis. Next, certain unconscious psychological causes of the Venezuelan crisis and its effects on the individual and social spheres are exposed. Subsequently, some psychosocial consequences of the crisis are outlined. Finally, suggestions are made, in the social and personal-family orders, to address and alleviate the crisis, taking into account the impact of the pandemic.

Keys words: Venezuelan crisis; Psychological implications; Narcissism.

Recibido: octubre 2020
Aprobado: diciembre 2020

Introducción

Antes de desarrollar el tópico específico del presente trabajo, referido a algunos aspectos psicológicos de la crisis venezolana, y sin pretender desarrollar áreas que no son de mi dominio, en una problemática de tanta complejidad, he considerado necesario mencionar, brevemente, algunos elementos generales de esta crisis que permitan contextualizar el tema central de esta exposición.

La crisis que atraviesa nuestro país es una crisis compleja, estructural, con raíces históricas profundas, multicausada, pluridimensional, polimorfa, que afecta todas las facetas de nuestras vidas. Es una crisis manifestada en los ámbitos cultural, social, político, económico, militar, identitario, de valores y con un gran impacto en las salud física y psíquica del colectivo venezolano que la califican, sin dudas, como una crisis humanitaria. Su agravamiento, en los últimos 20 años, obedece a la implantación de un modelo político-económico errado, atávico, perverso e ineficaz, dirigido por una élite autocrática y corrupta, que en los años más recientes se ha vuelto insensible a las necesidades de los/as venezolanos/as.

Entre los factores históricos, cabe señalar una serie de hechos que, como hitos críticos, han provocado un marcaje en nuestro desarrollo como sociedad-nación. Una conquista despiadada, depredadora, genocida, etnocida, que desestructuró el mundo indígena preexistente, y trajo, por la fuerza, como esclavas, diferentes etnias africanas, desarraigándolas de sus tierras de origen. El mestizaje resultante en este proceso, más allá de sus aspectos positivos, benefició fundamentalmente al componente europeo. Una colonización que produjo una división en castas que generó una gran injusticia social. La guerra de independencia, de carácter civil, que no sólo dejó devastado al país con la pérdida patrimonial, institucional, de innumerables vidas, de la integración familiar, sino que, además, representó una pérdida en los órdenes simbólico, identitario y afectivo, al romper con el cordón umbilical del poder imperial. Todo esto significó una cantidad de duelos que las guerras y montoneras posteriores, entre las que destaca la Federal, (que con la de independencia abarcaron un siglo) con sus efectos destructivos., no permitieron elaborarlos adecuadamente y agregaron nuevas pérdidas.¹ Más allá de los cambios favorables, atinentes a la libertad y a la equidad, sin dudas logrados, y de las aspiraciones federalistas, descentralizadoras, el costo de estas confrontaciones, material y humano, con todas sus secuelas psíquicas, ha sido muy alto.

El militarismo, el autoritarismo, el caudillismo y el personalismo político² predominantes a lo largo de nuestra trayectoria republicana, que aún hoy en día padecemos, no ha permitido consolidar los valores democráticos y ciudadanos. El modelo rentista petrolero en lo político-económico, actualmente agudizado, nos coloca en una posición de vulnerabilidad y dependencia como país monoprodutor y ha significado un vínculo de dependencia del/la ciudadano/a del estado paternal que ha conformado un imaginario colectivo donde la dádiva, se convierte en una ficha de

¹ Yurman, Fernando. La identidad suspendida. Una aproximación a la perplejidad identificatoria, pp. 59-62. Torres, Ana Teresa. La herencia de la tribu. Del mito de la Independencia a la Revolución Bolivariana, pp. 15,29-30,39. Perera, Miguel Ángel. Venezuela ¿nación o tribu? La herencia de Chávez, pp. 35-67. Straka, Tomás. La república fragmentada. Claves para entender a Venezuela, pp. 20-29,

² Soriano, Graciela. El personalismo político hispanoamericano del siglo XIX. Criterios y proposiciones para su estudio, pp. 23-28, 43-47.

cambio por valores como la libertad, la dignidad, la iniciativa individual, el espíritu creativo y crítico. El populismo demagógico, como ejercicio político privilegiado durante el período democrático, acentuado en la era chavista-madurista, conjuntamente con el rentismo petrolero, han obstaculizado una consciencia política madura. El autoritarismo militarista y personalista, con rasgos claramente totalitarios, carente de escrúpulos, incapaz, ecocida, que ejerce el poder pero no gerencia, encarnado en el socialismo del siglo XXI, aparte de haber destruido la república-nación, ha producido, mediante la prebenda, el chantaje, la amenaza y la represión, en amplios sectores del país, la internalización de una ética de la sobrevivencia que dificulta la consciencia y organización ciudadana, fundamentales para el cambio tan necesario y deseado por la mayoría de los/as venezolanos/as.

A todo lo anterior, se suma la crisis de la pandemia del COVID 19 con todas las consecuencias negativas que está generando en la actualidad y sus secuelas a mediano y largo plazo, tanto en el ámbito de la salud como en los diferentes órdenes sociales. El gobierno ha aprovechado la pandemia para profundizar su proyecto autoritario, lo cual agrava la situación. A pesar de este recuento, un tanto apocalíptico, considero que no todo ha sido negativo en nuestra historia y que ha habido y hay reservas democráticas, republicanas, ciudadanas, en el país, que se convertirán, en el momento oportuno, en factores de transformación. En todo caso, toda crisis es impulsadora de cambios.

Paso ahora a entrar de lleno en el tema que nos convoca. Para ello, inicialmente, me ocuparé de precisar el término “narcisismo” por ser un constructo teórico y categoría de análisis que utilizaré para abordar lo propuesto. Seguidamente, haré referencia a ciertas causas inconscientes de la crisis venezolana y sus incidencias en los ámbitos individual y social. Posteriormente, haré alusión a algunas consecuencias psicosociales de la crisis. Finalmente, expondré, a manera de tips, un conjunto de respuestas deseables en los órdenes sociales y personales-familiares ante esta crisis, tomando en cuenta la coyuntura de la pandemia.

El narcisismo

El narcisismo es algo más complejo que lo que usualmente entendemos, es decir, como “amor propio”. Otras de las acepciones comunes cuando nos referimos alguien como narcisista es que se trata de una persona engreída, echona, soberbia. Aunque estas significaciones son ciertas, el narcisismo es mucho más que eso. Para algunos autores es la fuente de todo amor³. Otros lo relacionan con la agresión⁴. Ambas concepciones son válidas. Desde el punto de vista del psicoanálisis, se puede concebir el narcisismo como una estructura fundante de la psiquis, del yo, del sí mismo, que permanece en nuestra mente durante toda nuestra existencia⁵. Esta estructura integra tanto aspectos amorosos como hostiles. Resumiendo, podemos concebir el narcisismo como una instancia psíquica relacionada con el amor a sí mismo o autoestima, pero, también con la agresividad; es, además, un rasgo de personalidad, una fase del

³ Caruso, Igor. Narcisismo y socialización, fundamentos psicogenéticos de la conducta social, pp. 7-17.

⁴ Sennett, Richard. Narcisismo y cultura moderna, pp. 52-54. Lasch, Christopher. La cultura del narcisismo, pp.53-54.

⁵ Horstein, Luis. Narcisismo, autoestima, identidad alteridad, p.44.

desarrollo afectivo y relacional y una patología⁶. Se desprende de lo expuesto, que habría un narcisismo sano que es lo que comúnmente denominamos autoestima y un narcisismo patológico, enfermizo.

Interesa para el presente artículo destacar esta última caracterización del narcisismo como una patología psíquica, emparentada con el concepto de Freud de narcisismo secundario, el cual consiste en un retorno hacia sí mismo de la energía libidinal, amorosa, que estaba dirigida a otra persona, producto de las frustraciones y carencias que le generan las figuras afectivas parentales significativas⁷. Visto así, el narcisismo secundario, consistiría en una reacción defensiva ante las carencias que impone el entorno afectivo. El narcisismo patológico puede considerarse, entonces, como una forma de narcisismo secundario en respuesta a las carencias y frustraciones que sufre una persona en los inicios de su vida. Habría que agregar que el narcisismo insano también se estructura como una defensa ante la agresividad que puede llevar a las personas que lo padecen a un manejo inadecuado de la misma, bien sea por inhibición (generando depresión, culpa, somatizaciones) o por exceso (furia narcisista). El narcisismo no sano también es la manifestación de conflictos psíquicos ocurridos en los primeros años de vida del ser humano y puede desarrollarse por la identificación con figuras parentales narcisistas y modelajes sociales narcisistas. Está presente en las diferentes identidades psicopatológicas (psicosis, neurosis, perversiones, psicopatías, personalidades limítrofes y narcisistas).

Este narcisismo patológico puede presentarse en la forma activa, explícita, que es la más conocida o, en su variante pasiva, encubierta, en la cual los rasgos sintomáticos se muestran ocultos, enmascarados, atenuados o aparentemente opuestos, por la acción de la represión. Es oportuno describir, a manera ilustrativa, los rasgos de personalidad predominantes de los dos tipos de narcisismo. El/la narcisista activo/a o manifiesto se muestra soberbio/a, arrogante, grandioso/a, no empático/a, demandante de afecto y admiración, exhibicionista, hipersensible al rechazo y a la crítica, no suele sentir culpa y si la siente no es capaz de rectificar y reparar, es hipersexual, sobrevaloriza sus atributos y logros, tiende a ser controlador/a, manipulador/a y envidioso/a. El/la narcisista pasivo/a o encubierto/a se evidencia como tímido/a, inhibido/a, apático/a, prefiere pasar desapercibido/a, la grandiosidad y el exhibicionismo lo vive sólo en la fantasía, se muestra confuso/a con su identidad, es muy sensible a la crítica y al rechazo, siente más vergüenza que culpa, tiene fantasías hipersexuales, promiscuas, se observa en él/ella una ausencia de relaciones afectivas significativas y profundas, desvaloriza sus atributos y logros, hace uso frecuente de la crítica, tiende a idealizar a las personas y a someterse ante los/as narcisistas activos/as, teme la envidia de los demás y presenta angustia persecutoria y vivencias depresivas frecuentes. El/la narcisista pasivo/a se identifica con el/la activo/a y proyecta en él/ella sus deseos y emociones. De esta manera, realiza sus motivaciones a través del/la activo/a en relaciones de tipo fusional y complementarias. Pensemos en las relaciones sádico-masoquistas, las de las parejas criminales, pero, también, en casos menos graves, en parejas amorosas y de amistad, entre miembros de una familia. Este tipo de relaciones insanas también están

⁶ Kenberg, Otto. Desórdenes fronterizos y narcisismo patológico, pp. 278-292. Horstein, Luis, op. cit., p. 45. Arvelo, Leslie. Función paterna. Investigaciones y reflexiones sobre Venezuela, pp. 66-79.

⁷ Freud, Sigmund. Introducción al narcisismo. Obras Completas. Tomo II, pp. 2018-2033.

presentes en el escenario social, en las relaciones entre un/a líder y sus seguidores/as. Pueden observarse en ciertas sectas, grupos y organizaciones diversas y en el espacio político. Es conveniente advertir, que las formas mixtas de los dos tipos de narcisismos señalados se dan con frecuencia en un mismo individuo⁸.

Características y mecanismos psicológicos inconscientes del narcisismo patológico

A partir de ciertos conceptos psicoanalíticos y, enfatizando ciertos rasgos de las personalidades narcisistas y limítrofes, describiré algunas características y defensas importantes del narcisismo enfermizo que no sólo se manifiestan en lo individual sino también en lo social. Debo aclarar, que se expondrán acá, fundamentalmente, las características del narcisismo activo, explícito, que son más evidentes. En todo caso, todos estos rasgos y mecanismos inconscientes van a circular también en el caso de la forma pasiva, pero de manera solapada, disminuida o reprimida, como se indicó previamente⁹. Estas características y mecanismos son:

Falta de empatía: Gran dificultad para ubicarse en el lugar del otro, no logrando conectarse con sus sentimientos, percepciones y pensamientos. Esto genera una insensibilidad del/la narcisista no sano/a que lo/la lleva a no sentir culpa y, en muchos casos, exhibir actitudes y conductas de crueldad. Se establecen relaciones utilitarias con el otro.

Fusionalidad: Se da en las dimensiones afectivas amorosas y hostiles (el odio también une) en las cuales no se establece un límite diferenciador claro entre las psiquis de las personas y sus vínculos. Ocurre en relaciones diádicas, de a dos, donde no hay un tercero que haga el corte, que ponga límites. Es la relación típica de la madre atrapadora que no permite que el padre o algún tercero se interponga. Esta indiferenciación variará de acuerdo a la gravedad de la patología desde las simbiosis psicóticas a los problemas identitarios de las personalidades limítrofes y narcisistas. En estas dos últimas entidades psíquicas, las dificultades en la identidad se expresarán en confusiones en cuanto a autopercepciones (¿quién soy?), roles (¿qué me define?) y desempeños (hago de todo, pero soy nada); establecimiento de relaciones complementarias exageradas (el otro me completa, por ejemplo, en cuanto a introversión – extroversión, a lo pasivo – activo, fortaleza – debilidad, impulsividad - autocontrol, entre otras categorías; identificaciones masivas con el otro idealizado). Muchas veces el/la narcisista insano/a percibirá lo diferente como amenazante pues siente que atenta contra su frágil identidad.

Omnipotencia defensiva: Es una forma de compensar las carencias, frustraciones y vejámenes sufridos, generando sentimientos de grandeza. Se observa un auto-engrandecimiento en detrimento del otro. Si el/la narcisista insano/a percibe que el otro lo/la supera en algún atributo, se siente amenazado/a, en minusvalía. El otro debe mantenerse abajo para que el/la narcisista insano/a sienta que es superior,

⁸ Kenberg, Otto. Psicoterapia focalizada en la transferencia. *Revista Tropicos*. Año IX, Vol. 1, 73-94, pp. 75-81. Kohut, Heinz. La restauración del si-mismo, pp. 1-17. Silvio Pomenta, Eloy. El narcisismo y el fin del siglo XX, pp. 164-167. Cuesta, Arturo. Psicopatología de la personalidad. Tomo II, pp. 780-782.

⁹ Kenberg, Otto. Desórdenes fronterizos y narcisismo patológico, pp. 278-292. Kohut, Heinz. Op. cit., pp.9-20. Silvio Pomenta, Eloy. El borderline o la manera narcisista de vivir, pp. 28-35. Silvio Pomenta, Eloy, op. cit. pp.150-151. Horstein, Luis, op. cit., pp. 24-27. Cuestas, Arturo op. cit., pp. 765-782. Arvelo, Leslie, op.cit. pp.164-180.

lo/la pueda controlar y así logre apaciguar sus vivencias de angustia y de pérdida. En este mecanismo se observa una presencia de pensamientos mágicos: omnipotencia del pensamiento y de la palabra (lo que pienso o digo se realizará). Hay frecuentes sentimientos de envidia respecto a quien se valora como superior, más fuerte, más bello, más rico, más hábil. Por otra parte, hay una tendencia al exhibicionismo. Se exhiben los logros, la riqueza, la belleza, la inteligencia, el ser culto, la sexualidad, en general, los emblemas del poder.

Presencia de defensas esquizo (disociativas)–paranoides (proyectivas): Al hablar de defensas se hace referencia a mecanismos psicológicos inconscientes del yo que tienden a protegerlo del displacer, del dolor. El mecanismo esquizoide supone una escisión, una división de la realidad en los opuestos: bueno y malo. Lo paranoide es un mecanismo proyectivo mediante el cual lo que negamos, o no aceptamos inconscientemente en nosotros mismos, lo colocamos en la realidad externa, bien sea en personas, objetos o situaciones. Eso que situamos afuera luego deviene de manera persecutoria como una amenaza a nuestra integridad física o psíquica. Un ejemplo de ello sería cuando tenemos un deseo hostil inconsciente hacia alguien y sentimos en consecuencia que esa persona nos quiere hacer daño sin ser esto cierto. Otro ejemplo clásico ocurre con la celopatía. La persona que padece este trastorno coloca, proyecta, sus propios deseos de infidelidad en la persona objeto de sus celos. Este tipo de defensas funcionan con el esquema del todo o nada, inspirado en un maniqueísmo excluyente: las realidades, personas, objetos son perfectas (idealizadas) o completamente malas, peligrosas, inservibles. De esta forma, se pasa del extremo de la idealización, del amor incondicional a la denigración y al odio. No hay matices, términos medios. En el narcisismo enfermizo lo malo se percibe como peligroso, amenazante (por ejemplo, la persona u objeto atacante, la persona infiel) pero lo idealizado también se percibe como peligroso ya que al ser perfecto es demasiado poderoso y puede hacer daño y será objeto de la envidia del/la narcisista que se siente disminuido/a ante su poder. Lo idealizado es deseado, amado y temido a la vez.

Herida narcisista: es lo que ocurre a la persona que padece esta patología cuando es objeto de abandono, rechazo, desatención, burla, agresión, de algún desaire o simplemente al ser contrariada. Esta herida conduce muchas veces a la furia narcisista que desata los sentimientos de venganza que terminan en los diferentes tipos de agresión.

Intolerancia a la frustración: Genera emociones incontroladas (tristeza, rabia, angustia, impotencia) fundamentalmente signadas por el resentimiento y el odio, que producen acciones impulsivas sin medir las consecuencias. El hedonismo, la búsqueda del placer fácil y rápido, evadiendo las responsabilidades, las cuales son vividas como displacenteras, es también una respuesta a las frustraciones y carencias.

Distorsión de la noción temporal: la omnipotencia defensiva hace que el/la narcisista trastornado/a sienta que es eterno/a, un ser divino, que es tan especial que puede evadir la mortalidad de los seres comunes y vulgares. Por otro lado, su hedonismo, la búsqueda del disfrute rápido y fácil para mitigar las angustias, tristezas, rabias que le producen las frustraciones, lo sitúan en un presentismo estéril. La idea del esfuerzo, de la capacidad de espera para posponer la obtención del placer o de logros específicos en buena medida le son ajenas a esta clase de narcisista. Por esta

razón no dudará, muchas veces, en utilizar vías y recursos apartados de la moral y la ética para conseguir sus objetivos.

Incidencia del narcisismo patológico en lo social.

Con base en la noción de narcisismo social de Erich Fromm,¹⁰ es posible establecer relaciones entre las manifestaciones del narcisismo individual con aspectos sociales de la realidad venezolana. Este autor parte del concepto de narcisismo individual de Freud¹¹ para ampliarlo al ámbito social. Las causas que, en buena medida generan el narcisismo individual, como son las carencias y las frustraciones, serían igualmente válidas para explicar el narcisismo social. En este último caso, se estaría hablando de carencias y frustraciones de índole socioculturales y económicas.

Fromm utiliza esta categoría para intentar explicar, desde un punto de vista psicológico, el surgimiento del nazismo en Alemania como una reacción a la derrota que sufrió ese país en la primera guerra mundial. Derrota esta que significó una herida a la dignidad nacional alemana y una gran humillación por los términos impuestos por los aliados, luego de su rendición, para el período de la postguerra. Fromm¹² (1977), habla de un narcisismo social benigno y de un narcisismo social maligno, patológico.

El benigno se expresaría cuando un grupo humano, clase social, institución, país, etnia o sociedad exalta narcisísticamente sus características, producciones o logros, sin desmeritar, excluir o intentar dominar a otros grupos, naciones, sociedades o culturas.

El maligno, sería aquel que se sostiene, no por los logros lícitos de cualquier ente social, sino por los atributos personales o compartidos de un grupo, por sus posesiones diversas, emblemas, a partir de los cuales impone su supuesta superioridad, subyuga o discrimina a otros grupos humanos.

Luego de esta necesaria introducción es factible vincular las características del narcisismo individual no sano, expuestas anteriormente, con algunos rasgos sociopolíticos, actitudes y conductas de la sociedad venezolana. En este sentido, procedo a enunciarlas y a relacionarlas:

Falta de empatía: Dificulta la otredad, la alteridad, la posibilidad de descentrarnos de nuestros valores, percepciones, creencias, hábitos y conductas, impidiendo respetar, comprender y vivenciar la realidad de ese otro diferente, bien sea un grupo, país, etnia o sociedad. Esta falta de empatía lleva a percibir al otro distinto con desconfianza, como amenazante y determinará a actuar ante él, en consecuencia, negándolo, descalificándolo, neutralizándolo o eliminándolo. Si los atributos de una "raza" o etnia, la pertenencia a determinados grupos exclusivos o élites, a una orientación sexual, a una religión, partido político, clase social, nación o cultura, son enarbolados para posicionarse como los elegidos, únicos, mejores, puros, superiores, la discriminación y la dominación estarán presentes. La crueldad y el sadismo típico de varias de las estructuras narcisistas insanas también se pondrán en movimiento. Las guerras serán propiciadas. Los regímenes autoritarios, dictatoriales y totalitarios tienen en sus gérmenes muchos de estos rasgos, a partir de los cuales estimulan el

¹⁰ Fromm, Erich. *El corazón del hombre*, pp. 91-100

¹¹ Freud, Sigmund, op.cit., pp. 220-230.

¹² Fromm, Erich, op.cit., pp. 89-90.

narcisismo enfermizo de los sectores sociales bajo su influencia y dominio. Todo tipo de exclusión o discriminación tiene una base narcisista patológica.

Fusionalidad: La no claridad de límites psíquicos en el narcisismo individual trastornado se manifestará en lo social mediante las cohesiones grupales excluyentes, dogmáticas, sectarias, proclives, en la medida que están empoderadas, al vasallaje y a la misma transgresión social. Los límites que imponen las normas sociales son violentados, no sólo porque un grupo se considere superior, sino también porque en el narcisismo enfermizo se observa una dificultad para la internalización de normas, por pautas de crianza que no pusieron límites a tiempo, por vínculos infantiles con figuras parentales inmaduras, narcisistas, maltratadoras. El igualitarismo, que forma parte de nuestra identidad nacional, enfatizado radicalmente en la era chavista-madurista, y que se ha asociado tradicionalmente al término parejismo, además de las causas históricas¹³, tiene una fundamentación psicológica inconsciente en la fusionalidad descrita. Lo igualitario social supone una supresión de las diferencias que puede ser beneficiosa en función de la equidad y la igualdad ante las oportunidades y derechos, pero riesgosa al desdibujar lo que nos distingue como personas, lo cual es necesario para lograr la alteridad. La misma igualdad puede convertirse en injusta al no considerar las diferencias, tanto personales como las referidas al esfuerzo, al compromiso, la responsabilidad, la productividad. La igualación por debajo dentro del discurso y medidas sociales de la clase oficialista venezolana actual es una buena muestra de lo expresado. Esta igualación degradante se justifica descalificando los méritos, el ganar dinero, el emprendimiento privado, entre otros atributos, por ser expresiones del capitalismo alienante.

Omnipotencia defensiva: El/la narcisista patológico/a, decíamos, utiliza la omnipotencia expresada en arrogancia, soberbia, como una forma de compensar sus faltas y carencias. Asimismo, la omnipotencia de un grupo, nación o sociedad es síntoma de carencias previas, temores y fallas, además de su vocación de dominio. Hitler montó su discurso y prédica ensalzando la “raza” aria, alemana, como la pura, la elegida, y ubicó como una amenaza externa a los judíos, lo cual cohesionó al pueblo alemán. Todo ello para compensar la herida narcisista que significó la derrota en la guerra. En todo caso, esa omnipotencia compensatoria es parte de una dinámica entre los miembros del grupo humano en cuestión y el tipo de liderazgo que predomina en su seno. Los/as líderes mesiánicos/as, salvadores/as, carismáticos/as son siempre narcisistas y, en muchos casos, de carácter insano. El narcisismo activo, explícito del/la líder se complementará con el pasivo, encubierto, de los/as seguidores/as, haciendo una alianza no sana que termina con el sometimiento de los seguidores/as y la anulación de sus juicios críticos. Se establece una relación de dependencia indeseable que se fortalece y permanece en el tiempo por el elemento fusional. Pensemos en la ligazón que tiene aún un vasto sector de venezolanos con el liderazgo de Chávez, a pesar de su muerte hace 6 años y de su evidente responsabilidad en nuestra crisis. Cifras recientes de la encuestadora Datanálisis muestran que un 50% de venezolanos valora su gestión¹⁴.

¹³ Perera, Miguel Ángel, op. cit., p.p. 217-220. Straka, Tomás, op.cit., p. 54.

¹⁴ Arvelo, Leslie. Narcisismo, función paterna y sociedad. Consideraciones en el caso venezolano. *Revista Consciencia y diálogo*. Vol. 1, No 1, 93-101, pp. 98-100. Disponible en: <http://www.saber.ula.ve/consciencia-y-dialogo>. Fecha de la consulta: 28-11-20. Arvelo, Leslie. Función paterna, narcisismo y liderazgo político, pp. 7-12. Arvelo, Leslie, op.cit., pp. 226-235.

Otro aspecto a destacar en el mecanismo omnipotente es el de la grandiosidad narcisista. Se evidencia en lo político en el planteamiento de grandes obras y metas, de proyectos faraónicos muchas veces irrealizables. Ejemplo de esto, fueron las pretensiones del primer gobierno de Carlos Andrés Pérez de convertir a Venezuela en un país con liderazgo mundial, encarnadas en “La gran Venezuela”. O, más recientemente, con los mismos objetivos, con el chavismo, en lo que se ha denominado “La Venezuela potencia”.

Defensas esquizo - paranoides: Como se señaló anteriormente, el mecanismo equizoide divide la realidad en los polos: bueno y malo. Esta operación psíquica inconsciente subyace en todo tipo de polarización social. Dentro de este esquema los grupos humanos perciben y vivencian sus valores, creencias, conductas, atributos diversos, propiedades, afiliaciones a clubes, a organizaciones religiosas, políticas, gremiales, sociales, como las buenas, las mejores, valorando como malas, negativas las del otro diferente. Lo propio, dentro de este dinamismo psíquico, queda idealizado y lo ajeno resulta denigrado. Este manejo maniqueísta de la realidad constituye la base psíquica del dogmatismo y el sectarismo. Se puede frasear así: “mi grupo es el puro, el portador de la verdad, el bueno, el moral, el elegido. Los otros grupos son impuros, mienten, son malos, inmorales, impostores”. Mediante el mecanismo paranoide se proyecta lo malo inconsciente en el otro, al que se termina percibiendo como amenazante, peligroso. Al lado de mi autovaloración idealizada, producto de la escisión, se reafirma la maldad del otro, potenciada con la carga maligna que el elemento paranoide proyecta en ese otro. De esta manera, los dos mecanismos descritos se complementan y refuerzan. Se invoca una amenaza externa (el imperialismo, el comunismo, el semitismo, el islamismo, entre otros), para cohesionar (elemento fusional) a la masa ciudadana en torno a los propósitos y acciones del grupo, etnia, nación o sociedad en cuestión. Esta cohesión, ante el enemigo común, está inspirada, no sólo en la defensa de los intereses e integridad del ente social respectivo, sino también en el odio, la revancha y la retaliación como sentimientos que unen y solidifican los vínculos entre los miembros del grupo.

En nuestro escenario político es evidente como ambos mecanismos se han puesto en movimiento en una polarización fomentada desde el gobierno, como portador de la verdad, la bondad y la moral revolucionaria, pero asumida, inicialmente como reacción y, posteriormente, como un patrón internalizado, por los grupos de oposición al gobierno.

La oposición fragmentada también polariza sus posturas. Las rotulaciones estigmatizantes y descalificadoras circulan en todos los bandos. Desde el chavismo-madurismo se etiqueta a la oposición como “escuálida”, “apátrida”, “lacaya del imperio”, “traidora”, “asesina”, entre otras. La oposición le endilga a los/as chavistas-maduristas los epítetos de “ignorantes”, “chabacanos”, “brutos”, “asesinos”, “coños de madre”, entre otros. Entre los opositores se intercambian los adjetivos de “colaboracionistas”, “vendidos”, “corruptos”, “extremistas”, “alacranes”, entre otros. Más allá del posible asidero real que puedan tener algunas de estas etiquetas, son una buena muestra del grado de polarización política que lamentablemente invade otros ámbitos de la vida social como son los de la pareja, la familia y la comunidad. Todo

esto genera intolerancia, fricciones, conflictos que en muchas ocasiones terminan en violencia simbólica, verbal y física. La rotulación por sí misma es una forma de violencia simbólica mediante la cual el otro diferente es degradado, neutralizado, minimizado, controlado. De la violencia simbólica no es difícil pasar a la física, la cual puede potenciarse por la impulsividad, la herida y la furia narcisista presentes en lo individual y en lo grupal. Como consecuencia de esto, pueden producirse escaladas y espirales de violencia motivadas, además de lo señalado, por la necesidad de venganza.

Regresión inducida: En la construcción de nuestra nación factores históricos-sociales que nos identifican, han determinado un tipo de relación de subordinación y dependencia, de parte del/la venezolano/a, inicialmente, con el imperio español y luego con el estado y los gobiernos de turno republicanos. Entre estos factores, en parte ya aludidos, cabe resaltar los siguientes: la colonización, el autoritarismo predominante, la debilidad institucional, el rentismo petrolero, el cuadillismo y el personalismo político, el trastocamiento histórico de la familia que ha devenido en un matricentrismo reactivo a la poca presencia emocional y real del padre y, más reciente, por el modelo militarista, populista, paternalista, centralista, controlador, que padecemos actualmente¹⁵.

Es posible agregar, a estos factores históricos-sociales, los de carácter psicológico inconsciente acá desarrollados, especialmente los relacionados con la fusionalidad y la omnipotencia. El paternalismo político-económico típico de las naciones con estados hipertrofiados en detrimento de la iniciativa privada individual y colectiva, fomentan lazos de dependencia que finalmente terminan en mecanismos de dominación y control indeseables. La serie de leyes restrictivas de las libertades económicas, de la propiedad privada, de las libertades ciudadanas en general, de un estado omnipotente como el de Venezuela (mermado hoy en lo económico), son una buena expresión de este tutelaje paternal¹⁶. El control importante de la cadena comercial de los alimentos, por parte del gobierno, materializado en las cajas CLAP, constituye un ejemplo palpable de este paternalismo castrante que infantiliza en lo político y en lo social a vastos sectores de la población. Este paternalismo invalidante es contrario a un paternaje social sano, maduro. Este último paternaje funciona como corte de la fusionalidad al servir de tercero simbólico y real que establece límites, el cual, desde la autoridad legítima, cumple y hace cumplir la legalidad que permite la alteridad y la convivencia.

Distorsión de la noción temporal: Lo ya expuesto para el narcisismo trastornado va a tener una expresión diversa en el orden social, magnificada por la crisis. El presentismo se va a manifestar en una visión ahistórica, tanto del análisis de la realidad como en el operar político. Los regímenes dictatoriales y totalitarios usan esta perspectiva ahistoricista para ejercer con mayor facilidad y eficiencia su poder

¹⁵ Vethencuort, José Luis. La estructura familiar atípica y el fracaso histórico cultural en Venezuela. *Revista Heterotopía.*, Año VIII, No 20, 65-73, pp. 69-73. Soriano, Graciela, op. cit., pp. 55-58. Recagno-Puente, Ileana. Familia y exclusión social. *Revista AVEPSO*, Fasc. 9, 41-61, pp. 48-53. Recagno-Puente, Ileana y Platone, María Luisa. La familia venezolana contemporánea: Retos y alternativas. *Revista AVEPSO*, Fasc. 9, 63-71, pp. 64-68. Moreno, Alejandro. El padre en la familia venezolana. *Revista AVEPSO*, Fasc. 9, 73-84, pp. 77-82. Torres, Ana Teresa, op.cit., pp. 143-145. Perera, Miguel Angel, op. cit., pp. 213-216. Arvelo, Leslie. Función paterna y trastornos emocionales en el niño y el adolescente. *Implicaciones psicoeducativas*, pp.37-46. Straka, Tomás, op. cit., pp. 84-94.

¹⁶ Yurman, Fernando, op. cit., pp. 54-57. Torres, Ana Tera, op. cit., pp. 140-148.

dominador. El borramiento de la memoria histórica es un objetivo de estos sistemas políticos para debilitar el patrimonio histórico-cultural de las sociedades a subyugar y reinscribir una nueva historia, inspirada en el síndrome de Adán (todo comienza conmigo).

En el caso venezolano, estos propósitos se insertan en el uso de neologismos, cambios de nombres de patrimonios emblemáticos (eventos, infraestructuras, instituciones) uso de nuevos símbolos o de viejos resignificados (Quinta República, República Bolivariana, nueva estrella para la bandera, rotación del caballo en nuestro escudo), falseamiento y tergiversación de hechos históricos (un Bolívar marxista, mestizo; un Zamora socialista; el Caracazo como mito fundacional de la revolución bolivariana-chavista)¹⁷.

Por otro lado, esta postura intencionalmente negadora de la historia, contrasta con una mirada nostálgica hacia el pasado, tratando de reivindicar una gesta mítica, heroica, encarnada fundamentalmente en la figura de Simón Bolívar. Si bien es cierto que, históricamente en nuestro país, se ha utilizado la imagen y símbolos del prócer con fines políticos por diversas personalidades y tendencias, no es menos cierto que el chavismo-madurismo ha abusado al extremo de esta figura para su beneficio, evidenciado en su apelación constante al héroe, en sus discursos y denominaciones¹⁸

Más que una verdadera perspectiva histórica esta postura significa una manipulación política para cohesionar sectores de la sociedad en torno a los ideales de la revolución. Chávez usó a su favor la figura de Bolívar identificándose con él como líder para recibir su omnipotencia y empoderarse ante el pueblo venezolano (la exhumación del cadáver del Libertador, en un rito mágico religioso, se hizo realmente, más allá de las versiones oficiales, para que Chávez satisficiera su deseo imperativo de unirse del poder totémico del padre de la patria).

El último aspecto a considerar, es el referido a la atemporalidad del narcisismo enfermizo, ligado al componente omnipotente. La inmortalidad divina la evidencian muy bien en el plano político las pretensiones de Chávez en el pasado y, de hoy en día, de “su hijo” Maduro, de perpetuarse en el poder. La reelección indefinida y las declaraciones reiteradas de la duración prolongada en años de la revolución, de su irreversibilidad, son muestra de ello. Las expresiones: “no volverán”, “hasta el 2.000 siempre”, “la revolución eterna”, “el comandante eterno”, “Chávez vive, (luego de muerto), la patria sigue” testimonian lo dicho en el orden discursivo, simbólico. Todo esto, además de reflejar las intenciones del régimen, trata de crear en el imaginario colectivo el carácter imbatible de la revolución, como un mensaje disuasivo y desmotivante para el cambio. El chavismo-madurismo, por mantenerse en el poder, suele sacrificar lo estratégico por lo táctico, actuando de forma reactiva, coyuntural, impulsiva, inmediata.

¹⁷ Perera, Miguel Ángel, op. cit., pp. 86-88, 95-96, 110-114.

¹⁸ Pino Iturrieta, Elías. El divino Bolívar, pp.23-30. Perera, Miguel Ángel, op. cit., pp. 98-107. Torres, Ana Teresa, op.cit., p.p. 13-17.

Algunas consecuencias psicosociales de la crisis

La Sociedad Psicoanalítica de Caracas¹⁹ (en Trópicos, 2003,) ha caracterizado la crisis venezolana, desde el punto de vista psicológico, como “Trauma psíquico colectivo y continuado”, atendiendo a su gravedad. Esta denominación significa que nos encontramos ante una verdadera psicopatología social, generada, en gran medida, por los determinantes históricos-sociales ya referidos previamente, pero que se convierte, en sí misma, en una crisis que nos afecta psíquicamente en lo individual y en lo social, con consecuencias en lo político y en lo económico. A continuación, paso a esbozar algunos factores que, como causas y efectos a la vez, hacen más compleja nuestra crisis psicosocial.

Presencia de múltiples pérdidas personales y colectivas que nos colocan en una situación de duelo permanente. Estas pérdidas han sido tan masivas, simultáneas, sucesivas y veloces que dificultan la elaboración de los duelos asociados a ellas y generan una mezcla de emociones y sentimientos negativos y encontrados. La tristeza, la rabia, el miedo se suman a vivencias de frustración, impotencia, resentimiento, desamparo e incertidumbre, entre otras. Todo este coctel emocional y afectivo propicia el padecimiento (personal y social) de cuadros psicopatológicos agudos y crónicos como son la depresión, la angustia, somatizaciones, reacciones maníacas, así como el agravamiento sintomático de estructuras psicóticas, psicopáticas, perversas, limítrofes, neuróticas, entre otras.

Es importante destacar, dentro de estas entidades psicopatológicas, el trastorno de la depresión, por ser éste el producto directo de las intensas y diversas pérdidas sufridas por la crisis y, por lo tanto, se convierte en el más difundido en la población venezolana. La angustia o ansiedad es otro de los síntomas frecuentes producto de la crisis. La depresión viene por lo general acompañada de angustia, evidenciada, por ejemplo, en el insomnio, sobre todo el que se manifiesta por despertarse en la madrugada. Muchos ataques de pánico están asociados a cuadros depresivos.

Apreciamos en nuestra población una variedad de síntomas depresivos como son la desmotivación, pasividad, irritabilidad, queja constante por la situación, pesimismo, sentimientos de culpa y búsqueda de culpables, pérdida de la autoestima personal y como venezolanos/as, entre otras. Todos estos síntomas contribuyen a incrementar la desesperanza ya instalada como vivencia social compartida, por lo sostenido de la crisis, por la incapacidad y negación del gobierno a rectificar y por no vislumbrar salidas a corto plazo en el campo político.

Una consecuencia de la crisis que afecta a todos los venezolanos es la emigración forzada, masiva y sostenida que han tenido que realizar millones de compatriotas como escape a la tragedia nacional, hoy agravada con la pandemia. A las pérdidas ya indicadas se incorpora esta estampida humana que significa una ruptura violenta de lazos afectivos familiares, de amistad, laborales, educativos, geográficos, sociales y culturales. Los indicadores depresivos y los duelos concomitantes van a circular tanto en las personas que abandonan al país como en las que se quedan, además de las emociones y sentimientos negativos ya descritos.

¹⁹ Sociedad psicoanalítica de Caracas. Mensaje de ayuda psicoanalítica para los momentos actuales. Revista *Tropicos*, Año X, Vols. 1 y 2, pp. 7-10.

Por otro lado, esta diáspora supone una desintegración familiar que agrega mayores distorsiones en la familia venezolana a las ya dadas históricamente (relaciones autoritarias, alteraciones en el ejercicio de la función paterna, matricentrismo, violencia intrafamiliar, maltrato infantil, embarazos precoces, entre otras). Una de las consecuencias de este nuevo trastocamiento es el cambio de roles familiares. Los/as abuelos/as, tíos/as u otros familiares, amigos/as, incluso vecinos/as, pasan a ejercer roles y funciones maternas y paternas ante la ausencia de los padres. Lo de los/as abuelos/as es grave, especialmente los/as más jóvenes que se encuentran a cargo simultáneamente de sus nietos/as y de sus propios padres, con el costo emocional y sintomático, que ello implica, de frustración, depresión, angustia y rabia. Con la pandemia este panorama se ha agudizado dramáticamente. Muchas familias no han podido estar con sus seres queridos en sus enfermedades, en sus agonías y despedidas a la hora de su muerte.

Además de lo expuesto, respecto a la emigración forzada producto de la crisis humanitaria, que coloca a muchos venezolanos en calidad de refugiados, hay una repercusión en el campo político muy relevante como es la descapitalización del liderazgo político, principalmente juvenil, por ser este grupo etareo el que más se desplaza buscando las oportunidades que la clase gobernante les niega. Ello, adicionado a los perseguidos y exiliados por el régimen.

Hay una disminución también en la participación ciudadana orientada al cambio pues la mayoría de quienes emigran está insatisfecha con el gobierno y ya no estará en condiciones de protestar activamente, ni participar electoralmente debido a que perdió este derecho por la negativa calculada del oficialismo de incorporarlos a los registros electorales en los consulados y embajadas. Además, muchos venezolanos están en otros países de una manera irregular que los inhabilita para votar.

En todo caso, esta descapitalización y pérdida de recursos humanos involucra también a los empresarios/as, obreros/as, profesionales, técnicos/as, científicos/as, artistas/as, artesanos/as. Innumerables personas de estos campos ocupacionales de la vida nacional han abandonado el país con las secuelas que esto supone, tanto en pérdidas materiales, intelectuales y afectivas, como en el alejamiento de un cambio a corto y mediano plazo.

Ciclo psicosocial del impacto emocional y los procesos de duelo de la crisis.

En términos de síntesis, he querido describir cómo se han venido movilizand las emociones y vivencias negativas en torno a la crisis y los intentos de elaboración de los duelos asociados a ella, en una especie de círculo vicioso, dado lo prolongada de la misma y el estancamiento en que nos encontramos. Debo decir que considero posible romper esta circularidad insana, pero será una tarea difícil y relativamente lenta. Al final del presente trabajo daré algunos tips de cómo estimo se puede iniciar un proceso de transformación de este círculo perverso en uno virtuoso, sano, productivo.

Para describir el ciclo psicosocial negativo trataré de integrar lo expuesto sobre los mecanismos inconscientes del narcisismo patológico individual y social, activados con la crisis, con los pasos generales observados en los duelos. Admito que es un enfoque sesgado visto desde la óptica de quien aspira a un cambio profundo en el país

para el logro de una mejor calidad de vida. En este sentido, es viable esquematizarlo de la siguiente manera:

COMPLEJO DE FACTORES CRÍTICOS → IMPACTO EMOCIONAL (Shock y negación iniciales) → ANGUSTIA Y/O RABIA (Activación de los mecanismos fóbicos, disociativos y paranoides: huida, polarización, posturas extremas en incremento entre los sectores en pugna, resentimiento). → ACCIÓN CIUDADANA PERSONAL Y COLECTIVA (Acciones individuales diversas para paliar la situación, en su mayoría insuficientes por las dimensiones de la crisis. El bachaquerismo, en boga en otros momentos, ha perdido fuerza. La diáspora cobra cada vez más ímpetu como salida personal, hoy frenada por la pandemia. Acciones colectivas de tipo masivas, organizadas y pacíficas en pro del cambio, al lado de las anárquicas, foquistas y violentas, motivadas por la desesperación, el infantilismo político, la impulsividad y el odio). Desafortunadamente, estos importantes esfuerzos han tenido poco éxito en lograr el cambio político. En el marco de la pandemia se han mantenido las protestas, pero desarticuladas y focalizadas en problemas puntuales. → FRUSTACIONES REITERADAS (Percepción y vivencia de los liderazgos tradicionales y emergentes oscilando entre la idealización y la denigración, atendiendo a los mecanismos narcisistas omnipotentes y disociadores, del todo o nada. Manejo inadecuado de las expectativas por parte de la oposición partidista predominante, tanto por inmadurez política como por arrogancia y negación de aspectos de la realidad. Elementos, estos últimos, detonados por la omnipotencia y el pensamiento mágico. El personalismo, los egos inflados y el sectarismo, han estado a la orden del día como factores que contribuyen a la fragmentación de los sectores por el cambio. El inmediatismo, evidenciado en acciones aventureras, de signo violento e improvisadas. La ética de la sobrevivencia no sólo está presente en el oficialismo ya que ha invadido también, con un fuerte impulso reciente, a sectores de la oposición que trafican dignidades y se prestan a la corrupción). → DEPRESIÓN INDIVIDUAL Y COLECTIVA (Además de todas las pérdidas sufridas por la crisis, se suma el descreimiento hacia una gran parte del liderazgo opositor, lo cual deprime, desmotiva y desmoviliza a la mayoría opositora del país). → DESESPERANZA (A la desesperanza aprendida, producto de años de ver empeorar la situación, se agrega una desesperanza por los factores esbozados en este ciclo. Las salidas que se plantea una gran parte de la población, actualmente, son individuales y no colectivas, todo lo cual dificulta más el cambio necesario y deseado).

Algunas respuestas a la crisis en los órdenes social e individual.

Para no quedar en el mero diagnóstico, he querido ofrecer algunas respuestas ante la crisis, para su análisis, valoración, discusión y, de ser posible, para orientar las acciones personales y colectivas. Comenzaré por estas últimas, dado su carácter englobador.

Respuestas en el ámbito social.

He desarrollado el siguiente esquema ubicando lo deseable, maduro y sano del lado izquierdo de las categorías en oposición y lo indeseable del lado derecho.

- ACEPTACIÓN DE LA CRISIS VS. NEGACIÓN
- PARTICIPACIÓN CIUDADANA VS. INACCIÓN
- EMPATÍA (Sensibilidad social, ser útil) VS. NARCISISMO
- DESCEN TRAMIENTO (Del ego, del sufrir) VS. NARCISISMO
- ÉTICA DEL VIVIR VS. ÉTICA DE LA SOBREVIVENCIA
- ADAPTACIÓN (Resiliente, creativa) VS. RESIGNACIÓN
- RESISTENCIA (Crítica, activa, creativa) VS SOBREVIVENCIA
- INTEGRACIÓN (Visión holística, unitaria) VS POLARIZACIÓN, FRAGMENTACIÓN
- POSTURAS EQUILIBRADAS (De centro) VS. POSTURAS EXTREMAS
- FLEXIBILIDAD (Acción en diversos espacios) VS RIGIDEZ (Dogmatismo, sectarismo)
- RACIONALIDAD VS. EMOCIONALIDAD IMPULSIVA
- PERSPECTIVA HISTÓRICA VS. PRESENTISMO, INMEDIATISMO
- INSTITUCIONALIZACIÓN, ORGANIZACIÓN VS. PERSONALISMO, CAUDILLISMO
- DEMOCRACIA (Como estilo de vida) VS. AUTORITARISMO (En todos los ámbitos)
- CIVILISMO VS. MILITARISMO
- PARADIGMA DE LA PAZ VS. PARADIGMA DE LA GUERRA
- ACTITUD CONSTRUCTIVA (Amor, creativa) VS. ACTITUD DESTRUCTIVA (Odio, violencia)
- RIVALIDAD CONSTRUCTIVA VS ENVIDIA DESTRUCTIVA
- ARBITRAJE (Tercero que pone límites) VS FUSIONALIDAD
- DIÁLOGO, NEGOCIACIÓN VS CONFRONTACIÓN VIOLENTA
- CONSCIENCIA ECOLÓGICA (Natural, social) VS DEPREDACIÓN (De lo natural, lo social)
- CONSCIENCIA PLANETARIA, UNIVERSAL VS CONSCIENCIA LOCALISTA, LIMITADA
- CRISIS COMO OPORTUNIDAD DE CAMBIO VS DERRUMBAMIENTO, PARÁLISIS
- ESPERANZA VS DESESPERANZA

En el ámbito personal

Repuestas inapropiadas, regresivas

- Negación de la situación crítica
- Desesperación y desbordamiento de emociones negativas (miedo, ira, melancolía, pesimismo).
- Victimización resultante de la depresión y la proyección de la culpa.
- Aislamiento producto de mecanismos fóbicos, evasivos, depresivos. Repliegue en el microgrupo. No compromiso social.
- Inacción. Angustia paralizante. Congelamiento de los proyectos en Venezuela por el plan B de dejar el país.
- Huida. Abandono impulsivo, no planificado, del país.
- Hostilidad, odio, deseos de venganza más que justicia.
- Obsesividad. Con la búsqueda y envío de información (adicción a las redes). Con temas específicos. Rumiación de los problemas y quejas constantes detonadas por la depresión.
- Individualismo y oportunismo inescrupuloso. Bajo la ética narcisista, no empática, del sobreviviente.

-Estimulación de la polarización mediante comentarios, difusión de información tendenciosa y manipuladora, estigmatización, discriminación y conductas hostiles. Respuestas deseables, asertivas, pertinentes.

- Aceptación de la realidad por cruda que sea. Es la única manera de abordarla y resolver los problemas. Entender que las salidas a la crisis son parte de un proceso complejo, difícil y más lento de lo deseable. La aceptación intelectual inicial de toda pérdida debe integrarse a la emocional, más tardía, para poder elaborar el duelo asociado y superarlo.

- Elaboración creativa de los duelos. Considerar las pérdidas como algo transitorio, sujetas a cambios. Sustituir las pérdidas por nuevos lazos afectivos individuales y sociales, por nuevas ocupaciones, roles, hobbies, proyectos y metas. Redimensionar los proyectos ambiciosos o posponerlos.

- Optimismo realista. Estar consciente de las dificultades y limitaciones, pero también de las fortalezas que poseemos, así como de las potencialidades a desarrollar. No perder la esperanza.

- Enfatizar lo positivo. Descentrarse del sufrimiento. Valorar las fortalezas individuales, familiares, grupales y colectivas. Apreciar las oportunidades que nos ofrece la crisis para aprender, crecer como personas y revalorizar lo que la vida nos ha dado.

- Convertirse en personas proactivas, creativas y no reactivas, pasivas o víctimas. Desde la autoestima y la creatividad hay que reinventarse y quejarse menos. La autoestima y la creatividad constituyen un antídoto de la incertidumbre.

- Afianzar y mantener los vínculos afectivos personales, de pareja, familiares y sociales. Participar en los espacios comunitarios, gremiales, políticos, institucionales en pro del cambio. La acción colectiva da un sentido de vida, de pertenencia y refuerza las esperanzas. El ser útil, desplegando la acción solidaria y la capacidad de servicio, es terapéutico.

- Ocuparse más que preocuparse de manera inútil. Dedicarse a lo que está a nuestro alcance modificar y desechar aquello fuera de nuestro dominio. Deslindar lo esencial, lo necesario y lo urgente de lo secundario, para establecer jerarquías y prioridades.

- Realizar actividades catárticas y placenteras que alivien la carga tensional como el juego, el ejercicio físico, el yoga, el Tai Chi, la sexualidad, la lectura, la escritura, el dibujo, la música, el baile, las conversaciones amenas, el cine o cualquier otra que sea valorada. Es necesario crear nichos de protección, preferiblemente compartidos con otras personas.

- Practicar la relajación y la meditación pasiva y activa. Además de ser actividades que tienden a lograr un equilibrio entre la mente y el cuerpo, facilitan los procesos de introspección, autoreflexión y autoevaluación, tan importantes en estos tiempos de pandemia.

- De ser inevitable el abandono del país tratar de hacerlo de la manera más previsible y organizada. Lo deseable es que las personas que se ven obligadas a dejar el país no se desconecten de él y, en la medida de lo posible, desarrollen actividades y acciones que contribuyan con el cambio en Venezuela.

- Mantenerse informado es muy importante en tiempos de crisis, pero sin caer en la obsesividad. Hay que dosificar la información, ubicarla en horarios apropiados. Asimismo, es necesario no dejarse invadir por la impulsividad y enviar información

de dudosas fuentes. Es necesario filtrar la información que nos llega con criterios de verificación y objetividad.

- Rescatar lo espiritual y lo religioso como grandes bases de apoyo para afrontar la crisis.

- Utilizar los recursos de atención psicológica y psiquiátrica disponibles, en los espacios público y privado, en aquellos casos que se presenten síntomas o cuadros psicopatológicos que lo ameriten. En el marco de la pandemia hay una oferta valiosa en Venezuela, por parte de gremios e instituciones, de este tipo de servicios de forma gratuita.

A pesar del panorama sombrío que muestro en este artículo, que puede desalentar y desesperanzar a buena parte de los lectores, quiero reiterar dos aspectos ya esbozados en el desarrollo del mismo. Uno de ellos, es que no es posible salir de la tragedia que nos agobia sino partimos de análisis objetivos de la realidad, por duras y desagradables que sean las conclusiones que dichos análisis arrojen. La aceptación intelectual y emocional de la crisis, con todas sus implicaciones, es clave para avanzar.

El otro aspecto, es el referido a mi convicción de que tenemos, como sociedad-nación, suficientes reservas psíquicas, sociales y culturales, así como las capacidades, cristalizadas y potenciales, para elaborar nuestros duelos, evaluar nuestras acciones, aprender de esta crisis y salir airoso, fortalecidos. Creo que luego de esta hecatombe, surgirá una dirigencia y una ciudadanía más maduras que puedan, juntos, en equilibrada relación, orientar los destinos del país. Esta dirigencia deberá materializarse en un liderazgo compartido, de equipo, con verdaderos méritos, no mesiánico, no personalista, menos carismático, menos retórico, pero con visiones claras y capacidad de gerenciar. En síntesis, un liderazgo menos narcisista patológicamente, que movilice los aspectos más sanos de sus seguidores y contribuya a su crecimiento personal, ciudadano, político y social.

Por su lado, una ciudadanía que se identifique con este liderazgo, no a partir de la idealización y la omnipotencia, como mecanismos de negación y compensación de sus carencias individuales y sociales, sino con base en la empatía, la objetividad, el compromiso maduro y la tolerancia. Esto permitirá replantear la conexión, hoy rota, entre esta dirigencia y los venezolanos/as, desde los parámetros de la equidad, el respeto mutuo y la sinergia. Una conexión no signada por la fusionalidad, por el paternalismo autoritario infantilizante, castrante, controlador, sino por el fomento de la autonomía y la libertad. Sé que estos derroteros lucen ambiciosos, aparentemente inalcanzables. Sin embargo, tengo la confianza que todo esto es loggable, si salimos de la queja y el pesimismo y pensamos cada vez más en salidas colectivas, organizadas, con objetivos y metas claras. No será fácil, ni rápido, habrá obstáculos y altibajos. Será un proceso duro, que exigirá lo mejor de nuestra parte, tal vez de mayores sacrificios, pero no imposible. Las crisis son paridoras de cambios y las crisis de grandes dimensiones, como la nuestra, de grandes cambios. No perdamos la esperanza.

Finalmente, quiero aclarar que no he pretendido psicologizar la crisis venezolana, cayendo en un reduccionismo estéril. Mi propósito ha ido en la dirección contraria, partiendo que toda realidad, subjetiva y/o fáctica, objetivable, es compleja, indivisible, está interconectada. Es este un intento de articular lo individual subjetivo con lo social subjetivo, sin descuidar lo que llamamos “real”. Espero que sea un buen intento y que los demonios de la fragmentación del conocimiento, de la tendencia a la

simplificación cómoda y el sesgo dogmático, no me hayan seducido del todo. Gracias por dedicarle vuestro tiempo a esta lectura.

Bibliohemerografía

- Arvelo, Leslie. *Narcisismo, función paterna y sociedad*. Consideraciones en el caso venezolano. *Revista Consciencia y diálogo*. Vol. 1, N°1, 2010, Enero-Diciembre, 93-101. Disponible en: <http://www.saber.ula.ve/conscienciaydialogo>.
- Arvelo, Leslie. *Función paterna, narcisismo y liderazgo político*. Ponencia presentada en las VII Jornadas de Investigación Humanística y Educativa. Núcleo Nacional de Decanos de las Facultades de Humanidades y Educación, San Cristóbal, Edo. Táchira, del 6 al 8 de abril del 2011.
- Arvelo, Leslie. *Función paterna y trastornos emocionales en el niño y el adolescente. Implicaciones psicoeducativas*. Saarbrücken, Alemania: Editorial Académica Española, 2011.
- Arvelo, Leslie. *Función paterna. Investigaciones y reflexiones sobre Venezuela*. Vicerrectorado Administrativo, Universidad de los Andes, 2012.
- Caruso, Igor. *Narcisismo y socialización, fundamentos psicogenéticos de la conducta social*. México: Siglo veintiuno editores, 1979.
- Cuesta, Arturo. *Psicopatología de la personalidad*. Tomo II. Mérida: Consejo de publicaciones, Consejo de postgrado y Consejo de Desarrollo Científico, Humanístico y Tecnológico de la Universidad de los Andes, 2007.
- Freud, Sigmund. *Introducción al narcisismo*. Obras Completas. Tomo 2. Madrid: Biblioteca Nueva, 1914/1996.
- Fromm, Erich. *El corazón del hombre*. México: Fondo de Cultura Económica, 1977.
- Horstein, Luis. *Narcisismo, autoestima, identidad, alteridad*. Buenos Aires: Paidós, 2000.
- Kernberg, Otto. (1979). *Desórdenes fronterizos y narcisismo patológico*. Buenos Aires: Paidós, 1979.
- Kernberg, Otto. Psicoterapia focalizada en la transferencia. *Tropicos. Revista de Psicoanálisis de la Sociedad Psicoanalítica de Caracas*. Año IX, Vol. 1, 2001.
- Kohut, Heinz. *La restauración del si-mismo*. Barcelona: Paidós, 1980.
- Lasch, Christopher. *La Cultura del Narcisismo*. Barcelona: Ed. Andrés Bello, 1991.
- Moreno, Alejandro. (1998). El padre en la familia venezolana. En: *Familia: Tema, escenario y drama de los barrios populares*. *Revista AVEPSO*. Fasc. 9, 1998, 73-84.
- Perera, Miguel Ángel. *Venezuela ¿nación o tribu? La herencia de Chávez*. Caracas: Universidad Central de Venezuela. CDCHT, 2012.
- Pino Iturrieta. *El divino Bolívar*. Caracas: Alfi, 2006.
- Recagno-Puente, Ileana. (1998). Familia y exclusión social. En: *Familia: Trama, escenario y drama de los barrios populares*. *Revista AVEPSO*. Fasc. 9, 1998, 41-62.
- Recagno-Puente, Ileana y Platone, María Luisa. (1999). La familia venezolana contemporánea: Retos y alternativas. En: *Familia: Trama, escenario y drama de los barrios populares*. *Revista AVEPSO*. Fasc. 9, 1998, 63-71.
- Sennett, Richard. *Narcisismo y cultura moderna*. Barcelona: Kairos, 1980.
- Silvio Pomenta, Eloy. *El borderline o la manera narcisista de vivir*. Madrid: Científico – México, 1985.
- Silvio Pomenta, Eloy. *El narcisismo y el fin del siglo XX*. Caracas: Editorial Carhet 1991.
- Sociedad Psicoanalítica de Caracas. (2003). Mensaje de ayuda psicoanalítica para los momentos actuales. En: *Psicoanálisis en tiempos de crisis*. *Revista Tropicos*. Año X, Vols. 1 y 2, 2003.
- Soriano, Graciela. *El personalismo político hispanoamericano del siglo XIX. Criterios y proposiciones para su estudio*. Caracas: Monte Avila, 1996.

Straka, Tomás. *La república fragmentada. Claves para entender a Venezuela*. Caracas: Alfa, 2015.

Torres, Ana Teresa. *La herencia de la tribu. Del mito de la Independencia a la Revolución Bolivariana*. Caracas: Alfa, 2009.

Vethencurt, José Luis. La estructura familiar atípica y el fracaso histórico cultural en Venezuela. *Revista Heterotopia*, Año VII, No 20, 2002.

Yurman, Fernando. (2008). *La identidad suspendida. Una aproximación a la perplejidad identificatoria*. Caracas: Alfa, 2008.

Depósito Legal: pp200302ME1486 - ISSN: 1690-4818



Todos los documentos publicados en esta revista se distribuyen bajo una [Licencia Creative Commons Atribución -No Comercial- Compartir Igual 4.0 Internacional](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/). Por lo que el envío, procesamiento y publicación de artículos en la revista es totalmente gratuito.