

¿Cómo nos impacta la inflación desde el punto de vista psicológico?

Mariana se levanta a las siete. En el desayuno discute con su marido. No se ponen de acuerdo sobre si tienen que pasar los chicos a un colegio del Estado; ya que cada vez les cuesta más afrontar los últimos aumentos de las cuotas. Sale angustiada de su casa rumbo a su negocio en el microcentro. En el camino, se entera que no puede tomar el subte por un conflicto de personal que reclaman mayores salarios. Decide tomarse el colectivo y llega media hora más tarde al trabajo. En el transcurso de la mañana, negocia los nuevos precios de los productos con algunos proveedores. Al mediodía va a comer y descubre que, el menú que habitualmente pide, subió un 20%. Regresa al negocio y discute con la socia (amiga de toda la vida), sobre qué precio le van a poner a cada prenda. Cansada, de regreso a su casa, se toma un taxi. El taxista se queja todo el viaje de la falta de gas y los problemas en el tránsito.

Cualquier relación con la realidad no es pura coincidencia. La Argentina se ha sumergido desde hace unos años en un contexto de elevada inflación que tiene fuertes implicancias económicas, sociales y psicológicas. Muchos de estos efectos son registrados a un nivel plenamente conciente. A modo de ejemplo, podemos citar: la reducción inmediata de nuestro poder de compra, la necesidad de un proceso de negociación constante entre compradores y proveedores, cambios en el nivel de demanda y oferta de los productos que afectan los precios, etc. Sin embargo la inflación se mueve también como un fantasma desde las sombras, perturbando silenciosamente nuestras vidas con fuertes consecuencias en nuestros sentimientos, en las relaciones con nuestros seres queridos, nuestras decisiones, etc.

Existen numerosos estudios con relación a los efectos económicos que producen las tasas elevadas de inflación en la economía de un país. Sin embargo, no ha recibido la misma atención el efecto psicológico de la constante variación de precios. Esto se debe, en parte, a la dificultad metodológica que presenta este tipo de investigaciones (elevada cantidad de variables poco controlables).

Podemos, sin embargo, desde un enfoque descriptivo, identificar cómo nos impactan algunos de estos factores desde una perspectiva psicológica.

1. **Miedo, inseguridad e incertidumbre.** Uno de los ejes en que el ser humano basa su desarrollo personal y profesional es su capacidad de tener control sobre su situación actual y futura. A mayor tasa de inflación, menor es la capacidad de las personas para planificar adecuadamente sus finanzas personales, lo que promueve muchas veces sentimientos de inseguridad, incertidumbre y miedo. A modo de ejemplo, en el caso citado, es muy probable que la falta de certeza, sobre si van a estar en condiciones o no de afrontar los gastos de sus hijos, tenga un alto impacto sobre la relación de pareja, su autoestima, su sensación de tener el control, etc.
2. **Incompetencia relativa.** Muchas personas carecen de las habilidades cognitivas para manejarse con parámetros que cambian todo el tiempo. Una inflación alta es, en realidad, un cambio relativamente gradual de sistema de moneda. Está muy bien documentada la confusión (y consecuente vivencia de incompetencia) de personas mayores o poco educadas cuando sucede este cambio paulatino.

3. **Frustración.** La inflación genera fuertes asimetrías en la economía. Algunos sectores se ven más beneficiados que otros. Las personas varían en su capacidad para tolerar algunos de los cambios bruscos que perciben a su alrededor. Marina puede enojarse con el verdulero porque aparentemente él puede subir mucho los precios, mientras que ella siente que no puede hacer lo mismo porque se quedaría sin clientes. También puede enojarse con sí misma, por sentirse incapaz de aumentar y, por ende, victimizarse.

4. **Sentimiento de injusticia.** Lo anterior puede darse en un marco más amplio. La justicia comprende un conjunto de reglas y normas que establecen un marco adecuado para las relaciones entre personas. En otras palabras, es el arte de dar lo justo o hacer dar lo justo a un individuo, sin tener ningún tipo de discriminación o preferencia hacia ninguna persona.

En un contexto inflacionario, hay sectores que actualizan sus ingresos mucho más rápido que otros (a modo de ejemplo: sueldos negociados por los sindicatos). Esto genera en mucha gente la sensación de que su situación es injusta y les cuesta entender los motivos por los cuales a otros sectores de la población les va mejor independientemente de las características intrínsecas de su actividad.

5. **Conductas y emociones asociadas con hechos del pasado.** Si el individuo tiene edad suficiente para haber experimentado previamente algún contexto inflacionario, es probable que, conscientemente o inconscientemente, asocie los hechos actuales con situaciones pasadas y esto tenga algún impacto en su conducta o forma de sentir. A su vez, esta conducta puede o ser o no muy adecuada a la situación actual. A modo de ejemplo, un ama de casa decide retirar sus ahorros de banco por miedo a perderlos y gastarlos en un viaje o un inversor decide tomar un crédito en pesos a tasa fija especulando que la inflación suba, en búsqueda de una tasa de interés negativa de acuerdo a su experiencia previa.

En resumen, la inflación afecta nuestras vidas, no sólo en términos económicos sino también, como hemos visto, tiene importantes efectos en otros aspectos de nuestra cotidianidad. La inflación moldea nuestros sentimientos, nuestras acciones y nuestra forma de pensar. Cuanto más conciente tengamos las repercusiones de este proceso, más fácil será afrontarlas y evitar que se generen conflictos tanto a nivel personal como con los demás. Mientras esté fuera de nuestro alcance modificar las variables económicas que afectan la inflación, nuestro gran desafío es cuidarnos, aprendiendo a identificar, manejar y neutralizar los efectos negativos de la inflación.

Dr. Pablo Hirsch

Especialista en Psiquiatría
Miembro titular Centro de Terapia Cognitiva
Gerente Operativo del Centro Privado de Psicoterapias