

EL MIEDO AL VIAJE: UN ESTADO DE LA CUESTION

Maximiliano Korstanje

Universidad de Palermo, Argentina

Resumen.- Las fobias actualmente parecen un fenómeno estudiado en la mayoría de los casos desde una perspectiva patológica, considerado como un miedo paralizante hacia determinado objeto. Sin embargo, en griego la fobia significa miedo y no necesariamente debe ser estudiado desde una postura clínica. Paradójicamente, en los últimos años se han multiplicado las facilidades para los diferentes desplazamientos haciendo del turismo y los viajes una de las principales industrias, a la vez que también se han multiplicado los miedos a viajar. Por ese motivo, el siguiente estudio teórico tiene como objetivo crear futuras hipótesis de trabajo empíricas que ayuden a comprender a los miedos y las fobias (a viajar) desde un prisma más amplio.

Palabras clave.- *turismo, viaje, miedo, psicología social, teoría de la base segura.*

Abstract.- Phobias have been studied broadly from a pathological perspective as a paralyzing fear regarding specific objects or situations. Nevertheless, not only in Greek language phobia means just fear but also should be tackled off from a new posture than clinical. Paradoxically, in recent years the cases of persons who manifested a phobia episode of flying or travelling have been multiplied elsewhere in spite of all technological advantages. For that reason, the following theoretical essay is aimed at setting certain initial hypothesis to be continued in empirical works for further understanding.

Keywords.- *tourism, journey, fear, social psychology, secure base theory.*

INTRODUCCION

Para mediados del siglo XX, los diversos avances técnico-científicos en Europa y Estados Unidos, asociados con una reducción en el tiempo de trabajo, mayor comodidad y tiempo de ocio como así también un aumento progresivo de los salarios, se han constituido en factores de peso para consolidar al turismo (o industria de los viajes) como una actividad masiva y comercial a nivel mundial¹.

Por tanto dentro de la comunidad académica existe consenso en afirmar que el viaje y el desplazamiento son parte inherente al turismo como fenómeno orientado a lo lúdico y placentero. Es cierto también que de todos los estudios empíricos realizados en el turismo sobre los efectos socio-culturales ya sea de visitantes (huéspedes) o anfitriones, existe una tendencia a estudiar los comportamientos humanos exclusivamente en potenciales o manifiestos

¹ Getino, O. *Turismo: entre el ocio y el neg-ocio*. Buenos Aires, Ediciones Ciccus, 2002, pág. 17 - Khatchikian, M. *Historia del Turismo*. Lima, Universidad San Martín de Porres, 2000, pág. 250. – Korstanje, M. Korstanje, M. “Aporte de los viajes a las ciencias sociales: un relevamiento bibliográfico para un análisis teórico”. *Revista Gestión Turística*, 2007, Número 8, pág. 25. - Schlüter, R. *El Turismo en Argentina: del balneario al campo*. Buenos Aires, Centro de investigaciones y Estudios Turísticos, 2003, págs. 42-46. - Wallingre, N. *Historia del Turismo argentino*. Buenos Aires, Ediciones Turísticas, 2007, pág. 155.

turistas², olvidando que muchos otros no llegan a esa instancia. En este sentido, existe toda una brecha por explorar en cuanto a los estudios de aquellos quienes no sólo temen a los viajes (por diversos motivos) sino que en ellos ven una imposibilidad manifiesta o latente para hacer turismo.

Desde una perspectiva teórica, dentro de la psicología los trabajos sobre fobias pueden ser clasificados según tres escuelas principales: *la psicoanalítica, la sistémica y la experimental-conductual*. El siguiente trabajo es un resumen crítico de las tres escuelas, destacando sus alcances y limitaciones en la materia como así también sus aplicaciones prácticas al campo del turismo y la hospitalidad. Finalmente, para un correcto análisis del fenómeno desde la perspectiva de la psicología social consideran dos dimensiones (objetiva/subjetiva) compuestas a la vez de dos variables cada una.

Desde una dimensión objetiva, se trabaja con 2 variables: a) medio de transporte, el cual se clasifica en aéreo o terrestre; b) tipo de transporte, el cual puede ser privado o público. En el caso de la dimensión subjetiva, se observan también dos variables: a1) motivo de viaje, el cual hace referencia al binomio placer – trabajo; y b1) duración percibida del viaje, asimismo descompuesto (bipolarmente) en larga y corta duración.

REVISION CRÍTICA DE LA LITERATURA

Antecedentes del miedo a viajar

Uno de los antecedentes históricos más antiguos sobre el miedo a los viajes se registra en la Antigua Roma; más allá de tener a su disposición toda la seguridad de su guardia personal, el Emperador Octavio-Augusto en uno de sus viajes por las noches fue víctima de un rayo que casi le quita la vida. Desde ese entonces, nos cuenta Cayo Suetonio, que se rehusó a emprender cualquier tipo de viaje si las condiciones climáticas no eran las mejores: *“por lo que toca a sus supersticiones, he aquí lo que se dice: temía de modo insensato a los truenos y relámpagos, cuyos peligros creía conjurar llevando siempre consigo una piel de vaca marina. Al aproximarse la tempestad se escondía en paraje subterráneo y abovedado; este miedo procedía de haber visto en otro tiempo caer el rayo cerca de él durante un viaje nocturno”*³. Asimismo, el texto anterior revela en el miedo del “príncipe” tres elementos principales: a) un miedo que Suetonio no duda en llamar *insensato*, b) un objeto ritual el cual ayuda a reducir ese miedo como ser la piel de vaca marina, y c) una analogía o similitud de situación entre un hecho “traumático” en el pasado sucedido durante un viaje y una posterior rememoración.

Si se analizan también los estudios en materia etnológica en culturas no occidentales se observan casos de fobias bajo otras denominaciones como “susto” para el caso de los Aymará, en donde los viajeros luego de tener contacto ciertos espíritus en territorio extranjero comienzan a enfermar

² Santana Talavera, Agustín. *Antropología y Turismo. ¿nuevas hordas, viejas culturas?*. Barcelona, Editorial Ariel, 2006, págs. 90-95.

³ Suetonio, Cayo. *Los Doce Cesares*. Madrid, Editorial Sarpe, 1985, Augusto, versículo XC, p. 104.

paulatinamente; asimismo el equilibrio se presenta luego de que el hechicero presenta ciertas ofrendas a los “demonios” causantes de la dolencia para restituir la aflicción⁴. Por otro lado, el ya erudito trabajo de Sir. George Frazer, examina diversos ejemplos de sociedades tribales donde antes de entrar a territorios desconocidos o aceptar a viajeros foráneos se realizan diferentes rituales de purificación y restitución sacro-religiosa⁵; evidencia que el antropólogo británico denomina “tabú hacia el extranjero”. Lo expuesto, lleva a suponer que la fobia o el miedo a viajar no es una característica exclusiva de las sociedades occidentales modernas, sino que también se encontraba presente en otros tiempos y culturas.

Los Temores y las Fobias en el Psicoanálisis

Como ya se ha demostrado, los miedos y temores extremos hacia ciertos objetos o eventos han existido desde antaño y han sido descritos en la mayoría de las culturas. Sin embargo, es el austriaco Sigmund Freud el primero quien la describe con mayor detalle. Su trabajo sobre la fobia en el caso Hans, se considera la base para todos los abordajes psicoanalíticos que vinieron después. Etimológicamente su nombre deriva del griego φοβία, que específicamente significa temor o terror.

El caso Hans (Juanito) según Freud es el sustento sobre su teoría de la vida sexual infantil. El gran acontecimiento en la vida del niño es el nacimiento de su hermana Hanna, hecho observado y documentado inmediatamente por su padre. Entonces, el autor señala *“Hans se encuentra muy celoso con la recién venida, y cuando alguien la alaba, la encuentra linda, etc, dice enseguida burlón: pero si todavía no tiene dientes”*⁶. En este sentido y gracias a las cartas del padre, Freud describe con lujo de detalles los diferentes procesos por los cuales se desarrolla la fobia. Particularmente, explica Freud el miedo en Hans versa sobre la posibilidad de que un caballo lo muerda, ese mismo temor se intensifica con el transcurso del tiempo. Según el psiquiatra austriaco, la fobia se inicia por el principio de castración y la posible pérdida del amor materno. La angustia y la ambivalencia de sentimientos que genera la competencia con su padre y con su hermana por el amor de su madre, despierta en el pequeño Hans una predisposición hostil y de apego a la vez (Edipo). Esta predisposición en el niño hacia el padre sigue un proceso de fragmentación (aunque Freud no le pone ese nombre), producido por la ambivalencia de amor y odio, una posterior proyección y un desplazamiento hacia un objeto externo⁷, tema el cual se tratará a posteriori en I. Ward.

⁴ Fernández Juárez, Gerardo. “Tutela de las Sombras: enfermedad y Cultura en el altiplano Aymara”. En *sustentos, aflicciones y postrimerías de los indios de América*, Madrid, Casa de América, 2000, Pág. 157. - Albó, Xavier. “La Experiencia Religiosa Aymará”. En *Rostros Indios de Dios: cuadernos de investigación*. La Paz, CIPCA, ISBOL, UCB, 1992, p. 93.

⁵ Frazer, J. G. *La Rama Dorada*. Bogotá, Fondo de Cultura Económica, 1993, pág. 238.

⁶ Freud, S. “Análisis de la Fobia en un niño de cinco años”. *Obras Completas*, volumen X. Buenos Aires, Amorrortu Editores, 1998, pág. 11

⁷ Véase que el mismo Freud escribe *“la llegada de esta hermana le aparejó muchas cosas que desde entonces no lo dejaron tranquilo. En primer lugar, un poco de privación; al comienzo una separación temporaria de la madre y luego, una disminución duradera de sus cuidados y atención, que tuvo que acostumbrarse a compartir con la hermana”*. (Op. Cit. pp. 106-107)

Uno de los problemas los cuales Freud no continúa analizando es el vínculo y formación entre las fobias “tempranas” (como el miedo a las serpientes y a ciertos insectos) y las fobias producidas en el desarrollo del sujeto. La laguna producida por el desarrollo freudiano en el punto anterior es continuada por M. Klein. Para la autora, toda fobia encuentra su origen en procesos de socialización tempranos y previene la desintegración del yo. Por lo tanto, si bien pueden existir manifestaciones fóbicas en la adultez, éstas no son otra cosa que derivaciones surgidas en la etapa oral. Siguiendo este esquema de pensamiento, en Klein los mecanismos intervinientes en la producción de una fobia son: el impulso sexual y su propia pulsión destructiva. El miedo interno a la propia destrucción es desplazado hacia un objeto distante. En otras palabras, la fobia es una forma de preservación ante los instintos auto-destructivos.⁸

En su trabajo titulado *Las Fobias*, I. Ward describe la situación de dos personas cruzando un puente (Hungerford) en donde una de las dos sufre una supuesta fobia, y en consecuencia comienza a sentir síntomas de pánico y comprende al fenómeno como *“algo que no tiene sentido; es un temor irracional”*.⁹ Para Ward, los orígenes de la fobia no sólo se remontan a ciertos traumas de la niñez producto de ciertos procesos traumáticos, sino también a los “sentimientos ambivalentes” producto de la agresión y la filiación (emociones peligrosas).

En palabras del propio autor, se observa que *“las explicaciones psicoanalíticas de la fobia se ocupan, pues, del mundo interno de las personas. En especial, atribuyen una influencia determinante a la fantasía, la angustia y el conflicto psíquico, sobre todo el que existe entre el amor y la agresión (ambivalencia). Una mujer que padecía una fobia a los gusanos no relató ninguna experiencia traumática de su pasado que pudiera estar relacionada con ella, pero sí una fantasía que la atormentaba desde que tenía seis años, en la cual era enterrada viva y quedaba expuesta a la acción de los gusanos”*¹⁰. Precisamente, en la fantasía los objetos adquieren capacidades y habilidades especiales; la aversión hacia un objeto no es suficiente para afirmar que se está en presencia de un caso fóbico; el temor es alimentado subjetivamente conformándole al objeto características que en la realidad son improbables. Por ejemplo, leones que trepan árboles e ingresan en las habitaciones de los niños para devorarlos.

En Ward, al igual que en Freud, las fobias son conformadas por mecanismos intra-psíquicos: las emociones son controladas con el fin de lograr el equilibrio psíquico, el autor explica su proceso constitutivo de la siguiente manera: *“en primer lugar, se produce una escisión de ciertas partes del niño que éste desmiente: yo no odio a papito, lo quiero a papito; en segundo lugar, hay una proyección de las pulsiones pasionales reprimidas: no es que yo quiera dañarlo a papito, sino que papito me quiere dañar a mi; en tercer término un*

⁸ Klein, M. “El Psicoanálisis de niños”. En *Obras Completas de Melanie Klein*. Tomo 2. Buenos Aires, Editorial Paidós, 1987.

⁹ Ward, I. *Las Fobias*. Buenos Aires, Ed. Longseller, 2001, págs. 11-12

¹⁰ Op. Cit. Pág. 22.

*desplazamiento con relación al objeto realmente temido: no es papito el que quiere atacarme, sino el caballo, el perro, el tigre*¹¹. La fobia, en consecuencia para Ward, tiene la función de reducir el “sentimiento ambivalente” y restaurar el equilibrio perdido, y el mismo proceso puede aplicarse a contextos sociales de inestabilidad y amenaza.

Desde una perspectiva, más amplia ante momentos de incertidumbre (ambivalencia) la sociedad construye un objeto (fóbico) para regular, controlar y expiar el temor. ¿Pero que tratamiento hace Ward con relación a la fobia al viaje?. Según su perspectiva, la fobia al viaje se conforma luego de un sentimiento de angustia acaecido luego de una pérdida o separación temprana. Al respecto, el autor escribe *“el propio Freud confesó tenerles miedo a los trenes, los teléfonos y la muerte, todo lo cual podría considerarse moderadamente fóbico”*. Si recordamos que los viajes suelen implicar la separación del hogar, que la muerte es representada a menudo como un viaje y que las voces sin cuerpo probablemente suenen sepulcrales, no nos constará mucho hallar la unidad de todos estos fenómenos en torno a la angustia de separación corriente de la niñez¹².

Lo cierto, según confirma E. Dio Bleichmar, no existe en la literatura psicoanalítica consenso en cuanto a los mecanismos que generan las fobias como tampoco el momento específico en el cual se producen. Además, existe una diferencia de posturas en lo que respecta a considerar al temor y a la fobia como fenómenos complementarios. Para la autora, las fobias responden a distintas causas tales como: *transposición de la angustia, identificación, insuficiencia en el progreso cognoscitivo, insuficiencia en las funciones del yo, traumas o formas mixtas*¹³.

Siguiendo el esquema lacaniano, en Dio Bleichmar, *“las fobias resultan de una modificación, de una transposición, de una serie de operaciones endopsíquicas que el sujeto realiza con la angustia originada en un conflicto. La angustia, sea producto de la castración, de la pulsión de muerte o de la falta de ser, es un fenómeno propio del sujeto normal, inherente a su existencia en el mundo. El desarrollo y la estructuración del sujeto transcurre a lo largo de una serie de crisis conflictivas que inevitablemente son una fuente de angustia”*¹⁴.

El trabajo de defensa anteriormente mencionado modifica el estadio de ansiedad creando un nuevo equilibrio en donde el estímulo inicial se sustituye por un objeto fácil de evitar. En ocasiones, los temores son fijados arbitrariamente por la cultura, como por ejemplo: el miedo a las serpientes. En otras, hay una elaboración personal en donde se ponen en juego ciertos mecanismos defensivos y de sustitución. Estas explicaciones permiten comprender a los temores y a las fobias desde dos perspectivas: a) una cultural y b) una individual. Un viaje, puede no realizarse todos los días y en consecuencia convertirse en un objeto plausible de fobia (por sustitución de un

¹¹ Op. Cit. Pág. 34-35.

¹² Op. Cit. Pág. 72.

¹³ Dio Bleichmar, E. *Temores y Fobias: condiciones de génesis en la infancia*. Barcelona, Editorial Gedisa, 1991, pág. 22.

¹⁴ Op. Cit. Pág. 25.

conflicto antecedente); pero a la vez, también puede el viaje ser fijado arbitrariamente por contextos sociales, económicos y políticos como una forma de generar angustia; por ejemplo, los atentados al Trade Center en Nueva York y a las estaciones ferroviarias de Atocha en Madrid.

También, es recurrente el caso de las fobias o temores por identificación en donde el individuo construye un objeto fóbico como atributo de significación común para él y su grupo. La autora, describe el caso de Bettina (10 años) quien soñaba en forma sostenido con choques en las carreteras y “camiones que se venían encima”. Según su posición edípica, existe una competencia con su madre por ganar el amor del padre. La evidencia surge de un testimonio posterior por el cual la madre temía conducir y a la vez aprender; por ese motivo era transportada diariamente en taxi o por su marido. Mediante su miedo, Bettina intenta revertir una situación de “celos” con respecto a su padre. Aun cuando, *“la identificación fóbica como fuente sintomal obviamente no queda limitada a las fobias, sino que abarca toda la gama de sintomatología psiconeurótica”*.¹⁵

Las fobias o temores, también puede adquirirse dentro del seno familiar por medio de una identificación (primaria o secundaria) en donde el yo intenta ser objeto de deseo de los padres o hermanos mayores, y en consecuencia toma como propia ciertas distinciones que sume está relacionado con el anhelo de ser como ellos. Si los padres son fóbicos a viajar, es muy probable que el niño sienta ese atributo como digno de identificación edípica. Esto explicaría, como ciertas fobias se mantienen similares a través de los lazos parentales.

Según Dio Bleichmar, el individuo fóbico tiene una particular forma de codificar la realidad (sobre-dimensión del peligro). Todos los eventos experimentados por el yo, se clasifican en neutros, peligrosos y tranquilizantes. El distintivo de la fobia, es que predispone al sujeto a escaparse o evitar sistemáticamente cualquier hecho considerado como amenazante; de esa forma logra reducir la propia ansiedad. Sobre las causas específicas de ese temor recurrente, la autora considera que los padres transfieren a sus hijos ciertas “reglas de enunciación” las cuales ayudarán a construir su propia realidad de varias formas combinadas; en su discurso, no sólo se transfiere un “universo semántico” sino también una función cognitiva específica. Ciertos modos temerosos de desarrollo cognitivo-afectivo son la precondition necesaria para la construcción de una personalidad fóbica.¹⁶

Según Winnicott el desarrollo infantil requiere de relaciones estables que le permitan obtener áreas intermedias (objeto transicional) de modo que tenga la posibilidad de disfrutar del uso simbólico. Un niño a medida que va descubriendo objetos entabla con ellos un vínculo, aun cuando luego regrese a su cuna, o base de referencia. En este sentido, el autor señala *“lo que intento decir es que son sobre todo las pautas familiares las que proporcionan esas reliquias del pasado, de modo que cuando un niño descubre el mundo, se produce siempre un viaje de regreso apropiado”*.¹⁷

¹⁵ Op. Cit. Pág. 59.

¹⁶ Op. Cit. Pág. 70-77.

¹⁷ Winnicott, D. *El Hogar, nuestro punto de partida*. Buenos Aires, Paidós, 1996, pág. 157.

Los regresos son muy importantes en la vida afectiva del sujeto, porque al fracasar alteran su estructura por completo. A la vez, que los diferentes miembros de la familia representan diferentes papeles, el sujeto se identifica con cada uno de ellos y los utiliza según sus propias posibilidades con el fin de agrandar su campo de experiencia y exploración. Por ese motivo, es común que mientras en la escuela el niño se presenta como activo, explorador y motivado por el descubrimiento, en su hogar pueda representar un papel contrario y comportarse temeroso, retraído y dependiente de sus padres.¹⁸

Si en Ward, la fobia toma un carácter irracional, en Bleichmar es precisamente ese criterio el que distingue un miedo de una fobia. El temor en los niños se encuentra justificado por la presencia de eventos u objetos percibidos como peligrosos en un contexto de cierta realidad. En cambio, las fobias están dominadas por características fantásticas del objeto al cual se teme en donde las probabilidades de que el evento suceda son remotas o nulas. La racionalidad y la lógica, por tanto, dividen conceptualmente lo que es un miedo de una fobia. A medida que el niño aprende y articula un proceso de categorización lógica los temores pueden desaparecer (reordenación cognitiva de los objetos externos)¹⁹.

En este sentido, el traspaso del miedo a una fobia puede ser producto de ciertas insuficiencias en las funciones del yo. Los déficit del yo generan una disrupción narcisista por auto-devaluación; el no conocimiento y la falta de poder sobre su medio recluye al "yo" a estadios de impotencia, temor e inferioridad ante los otros generando depresiones o procesos de angustia. No obstante, es común observar que la fobia también se desarrolla donde existe exceso de conocimiento. En esta ocasión, un conflicto ínter subjetivo específico usa las "representaciones mentales" disponibles y la ansiedad se localiza en forma simbólica generando un miedo neurótico irracional.²⁰

Ahora bien, la postura psicoanalítica analizada posee algunas limitaciones las cuales deben ser analizadas y discutidas. En primer lugar, no precisa las causas y contextos específicos en los cuales un temor se transforma en una fobia; asimismo el origen de la misma adquiere una naturaleza mayoritariamente intra-psíquica²¹. Sino que sugiere, una multiplicidad de fuentes las cuales de alguna manera podían o no generar reacciones o neurosis fóbicas. Así, la misma literatura psicoanalítica está sujeta a diversas interpretaciones sobre las formas que toma un proceso fóbico en la formación de la personalidad. Segundo y excepto por algunos casos, los alcances del psicoanálisis parecen haber quedado reducidos (etnocéntricamente) a una época y lugar concretos: *La Europa victoriana* omitiendo casos de análisis similares en otras culturas y épocas históricas. Por último, la postura psicoanalista ha asignado a la fobia -que en sí no es más que un temor- cierta

¹⁸ Op. Cit. Pág. 158.

¹⁹ Dio Bleichmar, E. *Temores y Fobias: condiciones de génesis en la infancia*. Barcelona, Editorial Gedisa, 1991, págs. 94-99.

²⁰ Op. Cit. 118-143.

²¹ Es decir que aun cuando lo social condicione al sujeto, la dinámica de la fobia es personal en cada caso.

característica patológica de extrema virulencia la cual no siempre se condice con la realidad.

El temor (como se verá más adelante) es una de las funciones necesarias de la psicología humana y su acción se encuentra presente en la mayoría de los sujetos en diferentes grados. El miedo a volar, puede estar presente en una gran cantidad de personas y no convertirse en un aspecto que implique un miedo “extremo”. Por otro lado, el miedo por ser un sentimiento siempre es irracional por tanto resulta tautológico definir la fobia como “un miedo irracional”.

Sin embargo, el psicoanálisis brinda algunas pistas interesantes para el estudio de las fobias (miedos) como causas culturales (y por ende sociales) en las poblaciones urbanas. Por tanto, en ciertos ambientes de inestabilidad y presión normativa es posible existe como respuesta una fobia para evitar la desintegración (escisión) del grupo involucrado²². Por otro lado, es interesante la relación existente entre los acontecimientos catastróficos con las fobias, y el desarrollo posterior del vínculo madre-niño como factor explicativo del fenómeno²³.

La Posición de la Escuela Sistémica

Desde una perspectiva ecosistémica, Ceberio y Watzlawick sostienen que la casualidad no existe. Según los autores, existe una relación entre el mundo social y las patologías individuales. Así, el ritmo maníaco en el cual se vive actualmente conlleva a consecuencias en lo individual provocando ataques de pánico, miedos y fobias²⁴. En otro trabajo titulado *El Arte del Cambio*, Nardone y Watzlawick explican que la psicología sistémica no persigue la causa – efecto en la cual se inicia el problema, sino la relación abierta de los diferentes sistemas en torno al problema y sus influencias cíclicas y recíprocas. En este sentido, no existe un origen cerrado para un síntoma sino una causalidad circular elástica²⁵. De esta forma, en ocasiones la propia estructura familiar lejos de ayudar al paciente empeora su sintomatología. La postura sistémica debe ser comprendida como una técnica clínica o terapéutica que se adapta a las relaciones y entropías del sistema con el objetivo de mejorar la calidad de vida de sus pacientes, y no como una teoría explicativa.

Como forma complementaria los autores, presentan datos estadísticos relevados de una muestra compuesta por 41 personas con trastorno fóbico

²² El ejemplo más claro de ello son los fenómenos de xeno-fobia en donde se estigmatiza un grupo con el fin de cohesionar al resto. Esta misma dinámica puede ser estudiada desde la psicología social y aplicada al tema propuesto.

²³ Winnicott, D. *El Hogar, nuestro punto de partida*. Buenos Aires, Paidós, 1996, Págs. 45. – Lebovici, S. *El lactante, su madre y el psicoanalista: las interacciones precoces*. Buenos Aires, Amorrortu editores, 1988, pág. 32.

²⁴ Ceberio, M y Watzlawick, P. *La Construcción del Universo: conceptos introductorios y reflexiones sobre epistemología, constructivismo y pensamiento sistémico*. Barcelona, Editorial Herder, 1998, pág. 121.

²⁵ Nardone, G. y Watzlawick, P. *El Arte del cambio: trastornos fóbicos y obsesivos*. Barcelona, Editorial Herder, 1992. Págs. 33-36.

(agorafobia) y/o ataques de pánico. La misma se conformaba con 24 mujeres y 17 hombres con una edad media de 31 años y de gran heterogeneidad profesional. Con respecto a la agorafobia, los autores sostienen *“todos los sujetos tratados que presentaban este tipo de problema habían llegado, por causa de su incontrolable miedo, al abandono de toda actividad que exigiera un mínimo de esfuerzo, responsabilidad o exposición personal...eran incapaces de salir solos igual que eran incapaces de quedarse solos en casas ...cualquier mínimo estímulo físico ambiental lo transformaban ellos en una señal de alarma y era un desencadenante de terror”*²⁶.

Según sus observaciones, y tras haber sido sometidos a una terapia sistémica 32 de ellos vieron su caso resuelto, 7 mejoraron mucho en su patología, mientras que 2 avanzaron poco en el tema²⁷. Entre ellos, 22 se recuperó luego de 11 a 20 sesiones, 9 de 6 a 10 sesiones, 6 de 21 a 30 sesiones y 2 de 31 a 34 sesiones. Sin embargo, Nardone y Watzlawick no hacen mención a las causas que generan los temores y las fobias a los viajes mucho menos a las formas en que operan sobre los individuos. Por otro lado, los casos analizados no sólo no son estadísticamente representativos sino que además representan casos de miedo extremo –quizás no vinculados todos los viajes en forma específica. Así y por lo expuesto, no es posible desarrollar mucho más el trabajo de referencia.

En efecto, desde una perspectiva crítica cabe mencionar que en la Escuela Sistémica tampoco existe una necesidad de estudiar la “fobia” advirtiendo sus causas exactas y los diferentes grados de miedo que pueden operar en un grupo, sino por el contrario sus esfuerzos se centran en revertirla como forma etiológica de enfermedad. Para los sistémicos al igual que los psicoanalíticos, la fobia también será considerada como “un miedo extremo e irracional” ante determinado objeto. No obstante, existen dos puntos teóricos interesantes que aporta la escuela sistémica en el estudio del problema: a) comprender el miedo al viaje como un fenómeno sistémico implica la posibilidad de poder estudiarlo desde una perspectiva holística; y b) como formas estructurantes del mundo social las relaciones laborales y la presión normativa en el entorno laboral (distress) pueden ser causas sugerentes de fobia o miedo hacia los viajes.

La Escuela Experimental y el temor

Algunos experimentos sugieren la idea de que el temor al entorno extraño se manifiesta en bebés luego de transcurrido un tiempo. Antes de los dos meses de edad el ambiente desconocido no produce llanto, según un trabajo llevado a cabo con 61 bebés por Bayley donde recién al cabo de diez meses se observaba algún tipo de llanto o angustia ante un estímulo extraño; entonces si el bebé aprende que su hogar, y su madre son estímulos habituales al alimento y la seguridad cualquier elemento que atente contra ese vínculo será interpretado como amenazante²⁸. Por otro lado, un experimento llevado a cabo

²⁶ Op. Cit. Pág. 115.

²⁷ Op. Cit. Pág. 129.

²⁸ Stagner R. y Solley, C. M. *Psicología Básica: un enfoque perceptual homeostático*. Barcelona, Editorial Paidós, 1980, pág. 111.

por Jersild et al, demostró que el niño a medida que crece tiene una tendencia a temer más a los animales y a las amenazas, pero paralelamente disminuye su temor hacia los ruidos y los estímulos extraños.²⁹

Así, Stagner y Soller señalan que existe una estrecha relación entre el temor y el dolor cuya función radica en mostrar una señal de potencial peligro al sujeto; para los autores, el dolor es *“una señal de que algo no funciona bien ... superficialmente parece que la percepción del dolor es innata, primitiva y se teme a la fuente del dolor”*³⁰. No obstante, no siempre el temor posee una fuente externa que lo genera; cuando ello sucede se está en presencia de un caso de ansiedad. Los autores sostienen *“la mujer que entra en una reacción de pánico cada vez que ve un pájaro, el niño que se pone histérico frente a un pequeño insecto y el hombre que teme al agua, están todos mostrando una reacción de temor ante estímulos que la mayoría de nosotros juzgaría inadecuados para temer. Tales conductas se llaman fobias”*³¹.

En este sentido, Bleger sugiere que la ansiedad cumple un doble juego en el mundo psíquico del sujeto. En forma positiva, le advierte sobre una señal de peligro por lo cual el sujeto puede movilizarse y anticiparse al hecho; pero cuando esa misma señal sobrepasa la capacidad de la estructura psíquica, surge una desestructuración y desorganización de la conducta. Así, una estructura ansiosa puede convertirse en paranoide o depresiva según el grado de persecución. Empero, ¿que diferencia existe entonces entre ansiedad, angustia y temor?. El profesor Bleger responde a esta pregunta de la siguiente manera *“la conducta de estructura ansiosa puede manifestarse en las tres áreas conjuntamente, o bien sólo en alguna de ellas, tanto como puede alternar o sucederse en el tiempo. Según que predomine el área, uno, dos o tres, recibe los nombres, respectivamente, de ansiedad, angustia o miedo”*³².

Más específicamente, la diferencia es que el miedo tiene un objeto depositario que una vez eludido desaparece, mientras la angustia y la ansiedad adquieren una naturaleza simbólica de mayor complejidad; así, el ego pone en funcionamiento ciertos rituales con el fin de disminuir la ansiedad y la angustia; éstos pueden ir desde la protección o el acompañamiento hasta otros de diferente naturaleza como revisar la estufa varias veces antes de partir a un viaje³³. Desde una perspectiva biológica, Feldman advierte que ciertos trastornos ansiosos se orientan a la producción química desequilibrada de un neurotransmisor llamado serotonina en el cerebro humano. Por tanto, se estima en el caso de dos gemelos, si uno tiene trastornos obsesivos o de ansiedad, existe una posibilidad de 30% de que su hermano también lo desarrolle; complementariamente, la ansiedad derivada por la obsesión lleva a una práctica de rituales para reducir la tensión sin ningún resultado positivo para el paciente³⁴. Sin embargo, el miedo a viajar posee causas y características

²⁹ Op. Cit. Pág. 111.

³⁰ Op. Cit. Pág. 113.

³¹ Op. Cit. Pág. 114.

³² Bleger, J. *Psicología de la Conducta*. Buenos Aires, Editorial Paidós, 1994, pág. 173.

³³ Op. Cit. Págs. 170-175

³⁴ Feldman, R. *Psicología: con aplicaciones en países de habla hispana*. México, MC-Graw-Hill ed. 2001, pág. 507.

múltiples por las cuales no siempre se encuentra presente un cuadro previo de ansiedad.

En cuanto a la relación del miedo con los viajes y el turismo, el psicólogo estadounidense, Stanley Plog ha desarrollado un modelo teórico-empírico para explicar los motivos por los cuales ciertos viajeros (adultos) se muestran temerosos ante una nueva situación mientras otros buscan lo nuevo como una alternativa de cambio. La postura del autor apunta a señalar que cada viajero posee un tipo de perfil que lo distingue. Según Castaño, las diferentes personalidades se clasifican a lo largo de un continuum bipolar que toma los ejes psicocéntrico, midcéntrico y allocéntrico en los cuales se sitúan también dos subtipos tales como semipsicocéntrico y semialocéntrico. Más específicamente, los allocéntricos prefieren experiencias vacaciones o de viajes independientes de las grandes masas. Esta independencia y seguridad en sí mismos, los lleva a buscar cierta variedad, aventuras y nuevas vivencias. Los casi-allocéntricos consideran al viaje como una oportunidad de conocer un nuevo estilo de vida. Por el contrario, los midcéntricos y semi-psicocéntricos reconocen en el viaje una norma cultural impuesta por sistema estructural.

Finalmente, en la tipología psicocéntricos se ubican aquellos quienes actúan acorde a las pautas sociales establecidas, son poco aventureros y nerviosos o temerosos de las nuevas situaciones. Entre los factores psico-sociales que forman el tipo de personalidad Castaño (siguiendo a Plog) enumera los siguientes: *personalidad allocéntrica*, necesidad de aventura, huida de los ambientes masificados y del lujo urbano, predomina el riesgo, impulsividad, tendencia a actuar sin mucha planificación, predominan las experiencias presentes, auto confianza elevada, búsqueda de lo único como factor de diferenciación. Por el contrario, *los psico-céntricos* se distinguen acorde a: necesidad de planificar las acciones, tendencia a buscar el placer individual, altos niveles de comodidad y lujo, intelectualismo, deseo por el conocimiento cultural, acuden a los viajes como forma de maduración psicológica. Siguiendo esta lógica, aquellos con mayor grado de energía psico-céntrica tendrán mayores probabilidades de desarrollar un miedo manifiesto a los viajes en comparación con aquellos quienes poseen una tipología allocéntrica³⁵. Sin embargo, la teoría de Plog no explica ciertamente como es que las tipologías surgen, sino sólo se limita a describirlas en su interacción con los viajes y el turismo. Mucho menos puede explicar correctamente, como es que los hechos culturales políticos y sociales repentinos impactan en cada personalidad.

En efecto, los eventos culturales externos fomentados y transmitidos sistemáticamente por los medios masivos de comunicación a los televidentes o lectores pueden desarrollar “un miedo colectivo” hacia ciertas formas de transporte en determinados momentos. Luego del atentado del 11 de Septiembre en los Estados Unidos no sólo el consumo del avión sino el turismo todo cayó notablemente en ese país. El punto es que cuando las personas realizan un viaje de placer, se ponen en juego diferentes mecanismos con el fin de hacer ese momento memorable, cualquier estímulo que sea percibido como

³⁵ Castaño, J. M. *Psicología Social de los viajes y el turismo.* , Madrid, Thomson editores, 2005, Pág. 85-87.

contrario a ese sentimiento (como por ejemplo el peligro o la incertidumbre) lleva a un retraimiento del consumo de ese servicio³⁶.

Estos resultados son avalados por otras investigaciones realizadas sobre la negatividad de ciertos hechos políticos en el consumo turístico³⁷. En este sentido, se podría inferir que existen ciertos estímulos externos que pueden aumentar el temor en cuanto al viaje y disminuir la demanda; sin embargo Álvarez y Korzay demostraron en un interesante estudio que en ocasiones los estereotipos negativos desde la perspectiva política pueden mantenerse (en parte) disociados de los estereotipos con respecto al destino o al “pueblo” (sic) involucrado propiamente dicho; así mientras la muestra compuesta por 157 españoles encuestados demuestra (por un lado) una imagen negativa de Turquía en lo político con reminiscencias históricas específicas como “el genocidio armenio” o “la cuestión Kurda”, mientras por el otro se destacaban estereotipos positivos con respecto a la hospitalidad de sus habitantes³⁸.

Por el contrario, estudios realizados en México demostraron que los viajes de placer y vacaciones tienen una mayor sensibilidad a los eventos negativos externos (como el atentado en Estados Unidos) que los viajes de negocio. En este sentido, gran parte de los destinos mexicanos no se vieron afectados para los viajes de negocios pero sí notaron una merma considerable en los vacacionales como Cancún³⁹. Por ese motivo, es importante separar conceptualmente en el presente estudio lo que son viajes de placer de los viajes de negocios. En otras palabras, el miedo como fenómeno social no actúa de la misma manera según el medio de transporte elegido y el motivo del viaje, tema a desarrollar más adelante.

Aplicaciones de la teoría del apego al estudio de las fobias

En forma introductoria y general, se comprende como apego a “*toda conducta por la cual un individuo mantiene o busca proximidad con otra persona considerada como más fuerte. Se caracteriza también por la tendencia a utilizar al cuidador principal como una base segura, desde la cual explorar los entornos desconocidos, y hacia la cual retornar como refugio en momentos de alarma*”⁴⁰. El origen histórico de esta escuela teórica surge de la etología de Lorenz y Tinbergen luego de la observación de ciertas pautas recurrentes en el comportamiento de los patos. Los postulados de la teoría de la base segura apuntan a que el sistema de exploración se encuentra en estrecha relación con el sistema de conductas de apego y la figura de sus cuidadores (simbólicamente recordada).

³⁶ Schluter, R. *Turismo: una visión integradora*. Buenos Aires, CIET EDITORA, 2008, págs. 154-160.

³⁷ Nadeau, J et al. “Destination in a country image context”. *Annals of Tourism Research*. 2008, Vol. (1): 84-106.

³⁸ Alvarez, M y Korzay, M. “Influence of politics and media in the perceptions of Turkey as a tourism Destination”. *Tourism Review*, 2008, vol. 63 (2): 38-46.

³⁹ Domínguez, P et al. “Efectos del 11 de Septiembre en la hotelería mexicana. Reflexión sobre la monodependencia turística. *Estudios y Perspectivas en Turismo*. Volumen 12, 2003, págs 225-348.

⁴⁰ Vemengo, P. “Apego”, *Revista Psicoanálisis Hoy*, número 4, págs. 1-4.

Las conductas que caracterizan y simbolizan la relación del adulto con su entorno se retrotraen a la edad temprana, en el momento en que el niño desarrolla su capacidad afectiva⁴¹. En analogía con los mamíferos existe una noción que implica dependencia entre el niño y su madre; claro que para Bowlby (a diferencia de la mayoría de los psicoanalistas clásicos) el apego no se vincula a la libido⁴². Este “feed-back” (que implica el apego) es producto del estudio inter-disciplinar de varias escuelas y disciplinas como la etología, el psicoanálisis, la cibernética y los aportes sistémicos también. No obstante, Bowlby y sus seguidores van a utilizar el método experimental (en lactantes y niños) para comparar en diferentes grupos las diferentes variables sobre las cuales se desarrolla la teoría⁴³.

En este sentido, luego de llevar a cabo experimentos en laboratorios en Estados Unidos y África (Uganda), M. Ainsworth parecía haber descubierto una relación del vínculo entre el niño y su madre. donde confirmaban cada vez que el niño se despegaba de la madre por un lapso de tiempo y luego se volvía a reunir con ella experimentaba una serie de comportamientos y sentimientos específicos. Estos fueron clasificados como *seguro*, *ansioso resistente* y *ansioso evitativo*⁴⁴. Cuando los padres responden y corresponden con estímulos positivos a las necesidades del niño, existe mayor posibilidad de crear una filiación duradera entre ambos.

En 1985, M. Main se ocupó de realizar ciertos estudios donde se observaban ciertas correlaciones teóricas tomando como base las entrevistas con algunos padres y madres sobre sus experiencias propias y la relación con sus hijos. El autor encuentra tres formas de apegos combinadas a) seguro-autónomo, b) inseguro-desatendido, c) inseguro-preocupado⁴⁵. En trabajos posteriores, a través de una entrevista semi-estructurada, Main y Golwyn (1991) se propusieron recoger las supuestas “experiencias tempranas” de un grupo de individuos y el “significado” que le daba cada entrevistado al vínculo de apego en su etapa adulta⁴⁶. Según sus hallazgos, los autores encontraron que:

⁴¹ Lebovici, S. El lactante, su madre y el psicoanalista: las interacciones precoces. Buenos Aires, Amorrortu editores, 1988, Págs. 48-50.

⁴² Op. cit. pág. 48.

⁴³ Aun cuando Bowlby es un psicoanalista de formación, su propuesta no sólo desafía el método imperante en el psicoanálisis sino que además rompe el puente metateórico que los unía a ellos. Esto despierta una serie de críticas ya que la teoría del apego cuestiona la validez de la economía interna pulsional tan de moda por esa época. A diferencia de los psicoanalistas clásicos, para Bowlby los vínculos sociales deben ser comprendidos como un aspecto primario en la formación de la personalidad y el desarrollo mientras que la “sexualidad” es sólo una variante de la vida psíquica y no su principal motor energético.

⁴⁴ Ainsworth, M. The Development Of Infant-Mother Attachment. Review of Child Development. Chicago Press, University of Chicago. -Bowlby, J. Una Base Segura: aplicaciones clínicas de la teoría del apego. Buenos Aires, Editorial Paidós, 1989. – Vemengo, P. “Apego”. *Revista Psicoanálisis Hoy*, número 4, págs. 1-4. – Casullo, M. M. “Vínculo de apego romántico en adultos: escala de auto-evaluación”. *Psicodiagnóstico*, 14, (Mayo 2005), págs 53-73..

⁴⁵ Main, M. “Las Categorías Organizadas del Apego en el infante, en el niño y en el adulto: atención flexible versus inflexible bajo estrés relacionado con el apego”. *Revista de Psicoanálisis, Apertura Psicoanalítica*. Número 8, 2001.

⁴⁶ Waters E. y Hamilton E. The Stability of Attachment Security from Infancy to Adolescence en Early Adulthood: General Introduction. *Child Development*. 71 (3): 678-679, 2000.

- a) Los individuos clasificados como de base segura eran capaces de narrar sus historias en forma integrada y coherente.
- b) Los clasificados como inseguros no eran capaces de articular su historia en forma coherente.
- c) Los clasificados como indiferentes minimizaron el papel que ha tenido el apego y tienen dificultad para expresar sus sentimientos. Aunque (a su vez) idealizan ciertas experiencias.
- d) Para aquellos que fueron asignados al grupo de los no resueltos, los relatos mostraban signos de abuso por parte del cuidador o de pérdida temprana.

Por su parte, Anderson en 1972 demostró según un estudio que durante el segundo o tercer año de vida un niño raramente se aleja de su madre más de sesenta metros antes de retornar. Si la pierde de vista, olvida la exploración ya que su deseo es volver con ella. Si el niño es pequeño atraerá la atención “haciendo berrinches” pero si es un niño de más edad emprenderá una búsqueda hasta dar con ella nuevamente⁴⁷. Estos datos llevan a Bowlby a inferir que el surgimiento del temor y la ansiedad en los momentos de exploración del medio se deben a su relación parental y al posterior desarrollo de la propia personalidad. La posibilidad de explorar y recorrer grandes distancias lejanas a su base segura, se debe a la capacidad de haber recibido desde su niñez los cuidados necesarios por parte de sus padres. Satisfechas las necesidades del niño se establecen lazos emocionales fuertes entre ambos que acompañarán al individuo en todas sus relaciones sociales.

Más específicamente, existe en el apego ciertos *mediadores* (como los juegos) cuya función es restaurar el equilibrio cuando el cuidador/a está lejos. Si bien, para la *teoría del Apego* la relación entre ambos durará gran parte de la vida biológica del sujeto, la distancia entre ambos da lugar a la introducción de mecanismos sustitutivos; inversamente, acontecimientos imprevistos (como ser la presencia de otros niños) pueden activar la necesidad de apego y cercanía. En este sentido, los estímulos externos pueden ser genéricamente llamados: miedo. Estas causas de alarma condicionan e impulsan que el sujeto se vincule a sus cuidadores o a su base segura rápidamente⁴⁸.

Tanto los estudios de Main como los de Anderson influyeron en el desarrollo que hace Bowlby sobre la teoría del apego y la base segura, por cuanto que cada tipo se construye por medio del estímulo esperado y recibido por el infante. Aquellos expuestos a un grado de privación mayor experimentaban un tipo ansioso evitativo mientras que aquellos expuestos a un tiempo menor de espera se constituían en una modalidad segura. El segundo tipo, ansioso resistente (ambivalente) se ubicaba en la categoría intermedia de ansiedad y angustia. Así, existen dos tipos de vías por el cual se desarrolla ese vínculo, la

⁴⁷ Anderson J.W. *Attachment Behaviour out of Doors*. Cambridge University Press, Cambridge, 1972.

⁴⁸ Lebovici, S. *El lactante, su madre...* pág. 69.

primaria relacionada al alimento propiamente dicho y la secundaria derivada de la dependencia niño-cuidador⁴⁹.

En Argentina, M. Casullo (siguiendo a Hazan y Shaver) llevó a cabo un novedoso experimento aplicando los postulados de la base segura al apego romántico en jóvenes y adultos. El método que utiliza la autora para trabajar empíricamente con ambos conceptos consiste en una aplicación de la escala Bartholomew (1990). Esta escala fue aplicada en 800 adultos, el 50% de sexo masculino y el restante 50% femenino de entre 30 y 60 años de edad. Luego se sometieron los datos a un análisis factorial exploratorio de componentes principales, con criterio Kaiser y rotación varimax, calculando la fiabilidad por escala mediante un coeficiente de Cronbach. Los resultados obtenidos validan la construcción teórica sobre los sistemas de apego Hazan y Shaver (1990) por la cual sostienen una relación entre los “celos en la pareja” con respecto a las estructuras ansiosas y evitativas; es decir que las relaciones románticas en la adultez remiten al vínculo niño-cuidador en la temprana niñez⁵⁰.

En este sentido cabe mencionar, que existe una laguna bibliográfica con respecto a las aplicaciones que pueden hacerse de la “teoría del apego y la base segura” en aspectos vinculados a la fobia y el miedo a viajar. Por ese motivo, se considera la presente propuesta como un proyecto el cual puede ser desarrollado empíricamente a futuro. En efecto, la teoría de la base segura propugna la idea que el apego entre madre y niño en una etapa temprana de socialización influye en el sistema conductual de toda la vida biológica del sujeto. La separación en Bowlby es descrita en tres procesos por los cuales el niño desarrolla diferentes reacciones frente a los estímulos de su cuidador. Más específicamente ante la no respuesta de su cuidador, en la primera, el niño protesta, llora y grita rechazando toda forma de atención sustitutiva al vínculo primario-parental; en la segunda, se observa un período de quietud e inactividad para finalmente demostrar indiferencia hacia los cuidadores⁵¹.

En consecuencia, se podría inferir como hipótesis tentativa que aquellos con un tipo de apego seguro tendrán mayores posibilidades de explorar su medio con un grado de temor o miedo menores, en comparación a los tipos evitativo y ansiosos ambivalente. No obstante, la tesis de la base segura carece de experimentos que confirmen en adolescentes o adultos la relación entre los vínculos parentales y sus miedos a los viajes. Más específicamente, los datos que se disponen hacen referencia a ciertos recuerdos subjetivos de su relación con sus padres manifestados por los entrevistados, más que en como ese vínculo se construyó históricamente⁵². Por otro lado, a medida que el niño

⁴⁹ Bowlby, J. *Una Base Segura: aplicaciones clínicas de la teoría del apego*. Buenos Aires, Editorial Paidós, 1989, pág. 38.

⁵⁰ Casullo, M. M. “Vínculo de apego romántico en adultos: escala de auto-evaluación”. *Psicodiagnóstico*, 14, (Mayo 2005), págs 53-73. – Hazan, C, y Shaver, P. *Love and Work: an attachment theoretical perspective*. *Journal of Personality and Social Psychology*, vol 59. 1990, págs, 270-275.

⁵¹ Crain, W. *Theories of Development: concepts and applications*. Nueva Jersey, Prentice Hall Ed, 2000, pág. 53.

⁵² Casullo, M. M. “Vínculo de apego romántico en adultos: escala de auto-evaluación”. *Psicodiagnóstico*, 14, (Mayo 2005), págs 53-73. – Korstanje, M. “Turismo y crítica a la teoría

crece las conductas de apego son más difíciles de observar, hecho por el cual se dificulta una correlación exacta entre los tipos iniciales (seguro, evitativo y ansioso) con respecto a la vida adulta⁵³.

Al margen de las limitaciones mencionadas, se cree la teoría del apego aporta material empírico suficiente para comprender los orígenes de los miedos a los desplazamientos como estructurantes en la psicología profunda del sujeto y su percepción del entorno (amenazante o seguro) en cuanto a los estímulos que surgan de éste (remitiéndose al apego temprano experimentado, vivido y rememorado con el propio cuidador). Por ser el vínculo social (y no la energía sexual intrapsíquica) el principal elemento que la sustenta, por otro lado, puede ser una teoría utilizada por la psicología social. En este sentido surgen dos cuestiones que ameritan continuar siendo investigadas para una mejor comprensión del fenómeno. ¿Dónde se localiza el miedo a viajar?, ¿cómo se revierte?

La Localización del miedo y su reversión

En cuanto a la localización del temor, éste puede alojarse unas horas antes de partir, o en pleno viaje. Si bien algunos investigadores se han aplicado diversos tratamientos para revertir los estados fóbicos en ocasionales casos el miedo se reduce por completo; lo cierto es que aún recuperado el paciente después de su tratamiento queda latente un miedo (no paralizante) hacia un objeto determinado como un avión o un tren⁵⁴. Según López Bados A., existen dos figuras diagnósticas para los casos de fobia a los espacios abiertos: a) agorafobia con trastorno de pánico previo (detectado al menos dos veces en un mes) y b) agorafobia sin estado de pánico previo. El otro eje de discusión es que no existe una causalidad probada entre el ataque de pánico y la fobia pero en ocasiones se dan en simultáneo⁵⁵.

Sin embargo, para E. Remor, no todo miedo puede convertirse en una fobia. Así, el miedo puede definirse según criterios de percepción ante un posible evento negativo. Por el contrario, la fobia parece adquirir una característica extrema de miedo que paraliza al individuo sin causa aparente mediante tres

de la base segura en Bolwby". *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*. Volumen 11, número 2. Julio, 2008.

⁵³ Lebovici, S. El lactante, su madre y el psicoanalista: las interacciones precoces. Buenos Aires, Amorrortu editores, 1988, Pág. 63.

⁵⁴ Capafons, J. Sosa, C y Avero, P. "La desensibilización sistemática en el tratamiento de la fobia a viajar en transporte aéreo". *Psichothema*, Volumen 9, Número 1, 1997, págs. 17-25. – Rodríguez Carrió, C. Arbona Botella, C, y Arnal Ballester, R. "La eficacia del entrenamiento en respiración lenta y de la terapia cognitiva focal en un caso de trastorno por angustia con agorafobia". *Anales de Psicología*, Volumen 12, número 1, 1996, Págs. 1-17. – López Bados, A. "Tratamientos psicológicos eficaces para la agorafobia". *Psichotema*, Volumen 13, número 3, 2001, págs. 453-464. – Miró, J et al. "Estilo de afrontamiento y resultados del tratamiento de exposición en sujetos con fobia a volar". *International Journal of Clinical and Health Psychology*. Volumen 3, Numero 3, 2003, págs 447-487. – Remor, A. "Psychological treatment of the fear of flying based oin a cognitive model: a case study". *Psicología Reflexao e Crítica*. Volumen 13, número 1, 2000.

⁵⁵ López Bados, A. "Tratamientos psicológicos eficaces para la agorafobia". *Psichotema*, Volumen 13, número 3, 2001, págs. 453.

componentes claros: cognitivo, fisiológico y comportamiento manifiesto; la misma se diagnóstica generalmente por medio de DSM IV (American Psychiatric Association) siguiendo los criterios: a) miedo irracional, b) el estímulo fóbico tiene como respuesta una actitud ansiosa, c) la persona reconoce el miedo como irracional, d) estas situaciones se evitan por el malestar que generan, e) la fobia interfiere negativamente en la vida social de la persona entre otras. En cuanto a su localización, esta no sólo se aloja en objetos específicos como el viajar o volar sino que además puede estar en situaciones derivadas como la velocidad o la altura. En este sentido, el autor menciona cuatro formas terapéuticas de reducción de la fobia: 1- desensibilización sistemática, 2- técnicas de relajación o hipnóticas, 3- técnicas cognitivas, 4- programas multi-componentes; todas estas modalidades clínicas coinciden en una mayor o menor reducción de la fobia, pero ninguna ha acusado resultados en los que el miedo a volar o viajar haya desaparecido completamente⁵⁶.

El caso presentado por Rodríguez Carrió, Botella Arbona y Ballester Arnal explica en forma coherente los diferentes procesos por los cuales pasa una persona con fobia a viajar en tren luego de ser sometida de tratamientos de terapia cognitiva y respiración lenta. La paciente, una mujer de 29 años, casada y sin hijos, acude en 1993 a la Unidad de Salud Mental de Burjassot manifestando un miedo manifiesto a salir sola de su casa a lugares habitados por mucha gente (agorafobia), miedo a los autobuses o trenes, hospitales, falta de aire, palpitaciones, y sensaciones de desmayo. Particularmente, la paciente reconoce sus problemas comenzaron luego de la reducción de personal en la fabrica donde trabaja (1991) junto con rumores de cierre.

Una de sus preocupaciones, a pesar de desear tener un hijo, era no quedar embarazada hecho por el cual debía frecuentar centros hospitalarios. Según los autores, luego del tratamiento mencionado, la paciente recuperó gran parte de su vida social y elimino gran cantidad de miedos como por ejemplo a atenderse en un hospital como así los periódicos desmayos. Sin embargo, hasta el final de su tratamiento y seguimiento la paciente no pudo eliminar completamente su temor a viajar en tren⁵⁷. Empero, ¿donde es que el miedo a viajar se localiza realmente dentro de la vida social del sujeto?

En relación con el miedo a viajar o volar, éste puede adquirir diferentes grados, Capafons, Sosa y Avero introducen ciertas variables específicas que pueden ser utilizadas para medir la intensidad de ese sentimiento (IDG) y su posterior localización. En efecto, *la información diagnostica general sobre la fobia a volar* (IDG-FV) consiste en un cuestionario administrado con una batería de preguntas que van desde ¿Cuánto miedo a volar cree usted que siente?, hasta ¿viaja en avión cuando no le queda otro remedio?.

⁵⁶ Remor, A. "Psychological treatment of the fear of flying based on a cognitive model: a case study". *Psicología Reflexao e Crítica*. Volumen 13, número 1, 2000.

⁵⁷ Rodríguez Carrió, C. Arbona Botella, C, y Arnal Ballester, R. "La eficacia del entrenamiento en respiración lenta y de la terapia cognitiva focal en un caso de trastorno por angustia con agorafobia". *Anales de Psicología*, Volumen 12, número 1, 1996, Págs. 1-17.

Cada respuesta es tabulada por medio de una escala Lickert convencional estableciendo tres escalas de localización: a) miedo durante el vuelo, el sentimiento surge en el momento de aceleración de la unidad (avión) y cesa cuando éste aterriza; b) miedo a los preliminares del vuelo, comprendiendo 8 situaciones previas al mismo que puede ir desde pisar el aeropuerto hasta retirar el pasaje; y c) miedo sin auto implicación, en este caso el miedo surge aun cuando el sujeto no se encuentra inserto en una situación de vuelo directa, sino simulada como puede ser ver una avión por televisión⁵⁸.

Por otro lado, un grupo de investigadores españoles dirigidos por J. Miró et al, concordaron en señalar que el grado de malestar en cuanto a la fobia a viajar en avión se acrecienta en personas cuyo estilo es afrontar su miedo con información sobre el mismo. Por el contrario, sujetos con tendencia a evitar su miedo a volar experimentan menor malestar antes de su terapia. Por otro lado, los investigadores también observaron que el estilo “buscador o evitativo” de quien sufre fobia tiene una alta correlación con el sesgo atencional. No obstante, la escasa representatividad de la muestra escogida (17 personas) cuestiona en parte los resultados obtenidos o por lo menos invita a seguir siendo investigados en muestras de mayor alcance⁵⁹.

Medio de transporte y motivo de viaje (conclusión)

Desde la presente perspectiva y luego de haber analizado todos los importantes aportes que las escuelas psicoanalíticas, sistémica y experimental han hecho al tema en cuestión, se considera “al miedo” no como un facto paralizante sino coexistente con la estructura psicológica del sujeto y su grupo de pertenencia. Entonces, el miedo a viajar aun cuando pueda tomar diferentes grados se encuentra presente en gran parte de la población, en algunos casos en forma latente como un leve temor en otro manifiesto como un episodio de mayor virulencia. Por un tema de orden metodológico, se prefiere usar el término “miedo” a viajar en vez de “fobia” a viajar⁶⁰.

En tanto que sentimiento humano y social, el miedo a los viajes puede ser un objeto de estudio para la psicología social. Metodológicamente, una sociedad o grupo humano específico no sólo puede ser comprendida y estudiada/o por sus miedos sino que además puede ser analizada por aquello que no teme⁶¹. El

⁵⁸ Capafons, J. Sosa, C y Avero, P. “La desensibilización sistemática en el tratamiento de la fobia a viajar en transporte aéreo”. *Psichothema*, Volumen 9, Número 1, 1997, 19.

⁵⁹ Miró, J et al. “Estilo de afrontamiento y resultados del tratamiento de exposición en sujetos con fobia a volar”. *International Journal of Clinical and Health Psychology*. Volumen 3, Numero 3, 2003, págs 447-487.

⁶⁰ Esta diferencia es sólo semántica y es utilizada para distinguir al miedo de la fobia psicoanalítica o sistémica. Cabe recordar que el término fobia deriva del griego y significa en sí mismo miedo. Por lo tanto, el miedo y la fobia parecerían ser el mismo fenómeno. No obstante, luego del tratamiento clínico psicoanalítico la fobia comenzó a ser comprendida como un sentimiento de terror extremo e irracional hacia determinados objetos. Claro que cabe destacar, que todo miedo por ser parte de los sentimientos humanos es irracional en sí mismo.

⁶¹ Oszlak, O. *Los miedos de los argentinos: ensayos socio-políticos y culturales*. Buenos Aires, Editorial Espacio, 2006, págs. 99-102. - Entel, A. *La ciudad y sus miedos*. Buenos Aires, La Crujía, 2007.

punto de discusión se centra en distinguir los diferentes tipos de viajes en cuanto al medio utilizado de los motivos que los impulsan.

En este sentido, se observan dos variables claves en el estudio de los miedos (a viajar). La primera se vincula a el tipo de transporte, público o privado en la cual se lleva a cabo el viaje; en segundo lugar, el medio por el cual se viaja ya sea éste terrestre o aéreo. Para el caso del cuadrante (superior) terrestre, el tipo de transporte se define por público en el caso de buses, trenes, y colectivos mientras que el privado obedece a automóviles de uso particular. Del lado izquierdo, en el cuadrante aéreo el transporte público se compone de los vuelos programados regularmente en los cuales el viajero debe ajustarse, mientras en el privado, se observan los vuelos charteres programados a deseo del viajero. Se da así un cuadro de doble entrada en donde el cuadrante se define gráficamente como sigue:

MEDIO

	TERRESTRE	AEREO
PUBLICO	BUSES, TRENES REGULARES	AVIONES DE VUELO REGULAR
PRIVADO	AUTOMOBILES, MOTORHOMES	AVIONES DE VUELO CHARTER

Sin embargo, no son las únicas variables que pueden ayudar a comprender el origen de los miedos a viajar en forma holística. La variable *motivo de viaje* puede descomponerse en dos polos: *placer o trabajo*; a la vez que la variable *duración del viaje* también se subdivide en dos tipos puros: *corta y larga duración*. Según el mismo esquema entonces se observa:

MOTIVO

	PLACER	TRABAJO
LARGA	Mayor inseguridad, voluntad de conocer Reforzamiento de Status y Prestigio. Necesidades de Evasión.	Mayor inseguridad, busca exigencia y eficiencia, migraciones causado por destierro o fragmentación social. Busca nuevo estatus.
CORTA	Menor inseguridad, voluntad de reforzar vínculos, visita a familiares buscar la cohesión.	Menor inseguridad, refuerza habilidades profesionales, mantener el status.

En los casos en los cuales exista una motivación de viaje con referencia al placer, y se frecuencia se larga entonces se dará como resultado una mayor inseguridad con arreglo a una necesidad de reforzamiento de status y posible evasión (mayor miedo a viajar). Por el contrario, cuando la motivación se forje en el placer pero su duración sea corta, existirá un menor grado de inseguridad y en consecuencia una mayor necesidad de reforzar vínculos primarios (menor miedo a viajar). En el caso del segundo cuadrante trabajo, se obtienen conclusiones análogas: a mayor distancia o duración del viaje, mayor es la inseguridad y la necesidad de un nuevo rol mientras que a menor duración (mayor miedo), menor es la inseguridad y la necesidad de un nuevo status (menor miedo). En resumen, se pueden inferir las siguientes hipótesis de trabajo:

- 1.- El miedo a viajar se encuentra condicionado por su duración y lejanía en mayor proporción en comparación con el motivo.
- 2.- Los vínculos emocionales tienen un gran papel en la generación y/o reversión del miedo a los viajes.
- 3.- La búsqueda de Prestigio y Status aumenta las posibilidades de sufrir más angustia y miedo durante la travesía.

Sin embargo, algunos analistas y estudios (como se ha mencionado) sostienen que en realidad no es el medio utilizado o su duración hasta llegar a destino los factores que desencadenan el miedo sino por el contrario el motivo del viaje. Así, personas que deben desplazarse por obligación profesional son menos proclives a sentir temor que aquellos quienes lo hacen por placer⁶². No obstante, una de las principales limitaciones que tienen estos trabajos es que no detectan los miedos manifiestos (que pueden ser expresados por medio de una entrevista, encuesta o escala) de aquellos latentes (ocultados por los pacientes por vergüenza u otros motivos). En segundo lugar, subestima el papel del miedo como factor generador de la obligación y el deber. En realidad, no significa que quienes viajen por trabajo sientan menos miedo en comparación a quienes lo hacen por placer sino que canalizan ese temor por medio de lo que “deben hacer” mientras que quienes viajan por placer no tienen esa oportunidad. Por ese motivo, es común observar (a flor de piel) mayor temor a ciertos eventos externos en quienes viajan por placer en comparación con los hombres de negocios.

En este sentido, en futuras investigaciones empíricas será necesario introducir a la teoría “del apego y la base segura” para explicar con mayor claridad del fenómeno. A grandes rasgos, dichas teorías ayudarán a comprender de que forma juegan los primeros estadios de la socialización no sólo con respecto al temor a viajar experimentado en cuanto a la distancia o motivo, sino también a las necesidades de reforzar los vínculos primarios (familiares, amigos) o los secundarios (prestigio, status, poder).

⁶² Domínguez, P et al. “Efectos del 11 de Septiembre en la hotelería mexicana. Reflexión sobre la mono-dependencia turística. *Estudios y Perspectivas en Turismo*. Volumen 12, 2003, Págs. 225-348. - Schluter, R. *Turismo: una visión integradora*. Buenos Aires, CIET EDITORA, 2008, Págs. 154-160.

Referencias bibliográficas

- Albó, Xavier. "La Experiencia Religiosa Aymará". En *Rostros Indios de Dios: cuadernos de investigación*. La Paz, CIPCA, ISBOL, UCB, 1992.
- Anderson J.W. *Attachment Behaviour out of Doors*. Cambridge University Press, Cambridge, 1972.
- Alvarez, M y Korzay, M. "Influence of politics and media in the perceptions of Turkey as a tourism Destination". *Tourism Review*, 2008, vol. 63 (2): 38-46.
- Bowlby, J. *Una Base Segura: aplicaciones clínicas de la teoría del apego*. Buenos Aires, Editorial Paidós, 1989.
- Capafons, J. Sosa, C y Avero, P. "La desensibilización sistemática en el tratamiento de la fobia a viajar en transporte aéreo". *Psichothema*, Volumen 9, Número 1, 1997, págs. 17-25.
- Castaño, J. M. *Psicología Social de los viajes y el turismo*. Madrid, Thomson editores, 2005.
- Casullo, M. M. "Vínculo de apego romántico en adultos: escala de auto-evaluación". *Psicodiagnóstico*, 14, (Mayo 2005), págs 53-73.
- Ceberio, M y Watzlawick, P. *La Construcción del Universo: conceptos introductorios y reflexiones sobre epistemología, constructivismo y pensamiento sistémico*. Barcelona, Editorial Herder, 1998.
- Crain, W. *Theories of Development: concepts and applications*. Nueva Jersey, Prentice Hall Ed, 4ª edición, 2000.
- Dio Bleichmar, E. *Temores y Fobias: condiciones de génesis en la infancia*. Barcelona, Editorial Gedisa, 2ª reimpresión, 1991.
- Domínguez, P et al. "Efectos del 11 de Septiembre en la hotelería mexicana. Reflexión sobre la monodependencia turística". *Estudios y Perspectivas en Turismo*. Volumen 12, 2003, págs 225-348.
- Entel, A. *La ciudad y sus miedos*. Buenos Aires, La Crujía, 2007.
- Frazer, J. G. *La Rama Dorada*. Bogotá, Fondo de Cultura Económica. Primera reimpresión, 1993.
- Feldman, R. *Psicología: con aplicaciones en países de habla hispana*. México, MC-Graw-Hill ed, 2ª edición, 2001.

- Fernández Juárez, Gerardo. "Tutela de las Sombras: enfermedad y Cultura en el altiplano Aymará". En *sustentos, aflicciones y postrimerías de los indios de América*, Madrid, Casa de América, 2000.
- Freud, S. "Análisis de la Fobia en un niño de cinco años". *Obras Completas*, volumen X. Buenos Aires, Amorrortu Editores, 1998, 6ª reimpresión, págs-7-84.
- Getino, O. *Turismo: entre el ocio y el neg-ocio*. Buenos Aires, Ediciones Ciccus, 2002.
- Hazan, C, y Shaver, P. "Love and Work: an attachment theoretical perspective". *Journal of Personality and Social Psychology*, vol 59. 1990, págs, 270-275.
- Khatchikian, M. *Historia del Turismo*. Lima, Universidad San Martín de Porres, 2000.
- Korstanje, M. "Aporte de los viajes a las ciencias sociales: un relevamiento bibliográfico para un análisis teórico". *Revista Gestión Turística*, 2007, Número 8, págs. 25-46.
- Korstanje, M. "Turismo y crítica a la teoría de la base segura en Bowlby". *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*. Volumen 11, número 2. Julio, 2008. Disponible <http://www.iztacala.unam.mx/carreras/psicologia/psiclin>.
- Main, M. "Las Categorías Organizadas del Apego en el infante, en el niño y en el adulto: atención flexible versus inflexible bajo estrés relacionado con el apego". *Revista de Psicoanálisis, Apertura Psicoanalítica*. Número 8, 2001.
- Malinowski, B. *Estudios de Psicología primitiva*. Barcelona, Editorial Altalaya, 1998.
- Miró, J et al. "Estilo de afrontamiento y resultados del tratamiento de exposición en sujetos con fobia a volar". *International Journal of Clinical and Health Psychology*. Volumen 3, Numero 3, 2003, págs 447-487.
- Nadeau, J et al. "Destination in a country image context". *Annals of Tourism Research*. 2008, Vol. (1): 84-106.
- Nardone, G. y Watzlawick, P. *El arte del cambio: trastornos fóbicos y obsesivos*. Barcelona, Editorial Herder, 2ª edición, 1995.
- Lebovici, S. *El lactante, su madre y el psicoanalista: las interacciones precoces*. Buenos Aires, Amorrortu editores, 1988.
- López Bados, A. "Tratamientos psicológicos eficaces para la agorafobia". *Psichotema*, Volumen 13, número 3, 2001, págs. 453-464.

- Oszlak, O. *Los miedos de los argentinos: ensayos socio-políticos y culturales*. Buenos Aires, Editorial Espacio, 2006.
- Remor, A. "Psychological treatment of the fear of flying based on a cognitive model: a case study". *Psicología Reflexiva e Crítica*. Volumen 13, número 1, 2000.
- Rodríguez Carrió, C. Arbona Botella, C, y Arnal Ballester, R. "La eficacia del entrenamiento en respiración lenta y de la terapia cognitiva focal en un caso de trastorno por angustia con agorafobia". *Anales de Psicología*, Volumen 12, número 1, 1996, Págs. 1-17.
- Santana Talavera, Agustín. *Antropología y Turismo. ¿nuevas hordas, viejas culturas?*. Barcelona, Editorial Ariel, 1ª reimpresión, 2006.
- Schluter, R. *El Turismo en Argentina: del balneario al campo*. Buenos Aires, Centro de investigaciones y Estudios Turísticos, 2º edición, 2003.
- Schluter, R. *Turismo: una visión integradora*. Buenos Aires, CIET EDITORA, 2008, págs. 154-160.
- Stagner R. y Solley, C. M. *Psicología Básica: un enfoque perceptual homeostático*. Barcelona, Editorial Paidós, 1980
- Suetonio, Cayo. *Los Doce Cesares*. Madrid, Editorial Sarpe, 2º edición, 1985.
- Vemengo, P. "Apego", *Revista Psicoanálisis Hoy*, número 4, págs. 1-4.
- Ward, I. *Las Fobias*. Buenos Aires, Ed. Longseller, 2001.
- Wallingre, N. *Historia del Turismo argentino*. Buenos Aires, Ediciones Turísticas, 2007.
- Waters E. y Hamilton E. The Stability of Attachment Security from Infancy to Adolescence en Early Adulthood: General Introduction. *Child Development*. 71 (3): 678-679, 2000.
- Winnicott, D. *El Hogar, nuestro punto de partida*. Buenos Aires, Paidós, 1ª reimpresión, 1996, Págs. 45.