



**INVESTIGACIÓN
CIENTÍFICA N°6**

“SOBREVIVIR EN TIEMPOS DE CAMBIO”

**(LA CRISIS EMOCIONAL LLEGÓ A LA
FAMILIA, ESCUELA Y MERCADO LABORAL)**

RODRIGO AGUILAR CHUQUIMIA

2026

Resumen

¹ J. Rodrigo Aguilar Chuquimia

El estudio titulado “Sobrevivir en tiempos de cambio” analiza las profundas transformaciones que atraviesa Bolivia a 26 años de iniciado el siglo XXI, centrandose su análisis en cómo la crisis emocional ha permeado la familia, la escuela y el mercado laboral. Bolivia atraviesa transformaciones aceleradas que desafían la estabilidad individual y colectiva, situándonos en un entorno definido por el paradigma BANI (Frágil, ansioso, no lineal e incomprensible).

El estudio revela que Bolivia enfrenta una “crisis en cascada” con impactos acumulativos que mantienen a la población en un estado de ansiedad social permanente, dificultando la planificación a corto y largo plazo. En el ámbito del mercado laboral, la informalidad afecta a más de 8 de cada 10 bolivianos, actuando como un amortiguador social de alto “costo emocional”, que puede estar asociado o vinculado al ámbito de la educación donde se identifica un agotamiento emocional o burnout que afecta tanto a estudiantes como a profesores, generando una desconexión del proceso de aprendizaje y baja preparación para la transitabilidad del mundo educativo al mundo laboral. En el ámbito de la familia se advierte efectos de la “herencia emocional” relacionados a miedos e incertidumbre que deriva en algunos casos en la sobreprotección o demasiada libertad, que limita la autonomía y capacidad para enfrentar retos a los adolescentes y jóvenes.

Para superar los entornos de incertidumbre que afectan a la capacidad de decidir se propone el fortalecimiento de las demandas clave del siglo XXI: adaptabilidad, flexibilidad y resiliencia transformadora. Siendo una de las herramientas el diseño de proyectos de vida educativo-laborales desde la secundaria para brindar seguridad emocional. Además, en el ámbito familiar, se insta a transitar del modelo de “padres-amigos” al de “padres-guía”, estableciendo límites claros que fortalezcan la comunicación y la regulación emocional.

La metodología de la investigación se sustenta en un análisis multidisciplinario que integra de manera sinérgica marcos orientadores de la neurociencia y la psicología para explicar el impacto del entorno en el comportamiento humano. El proceso metodológico abarcó una revisión exhaustiva de bibliografía especializada y reportes de organismos internacionales, contrastando teorías globales con datos y experiencias empíricas recolectadas por la Fundación Ser Familia durante el último

quinquenio (2020-2025). Asimismo, el enfoque se complementa con investigaciones previas de la misma institución sobre empleo, educación técnica y emprendimiento, consolidándose como una puesta al día del paradigma BANI que funciona como un estado del arte integral sobre la fragilidad y la incertidumbre en el contexto boliviano

Palabras clave: BANI, resiliencia, neurociencia, familia, educación, mercado laboral.

Abstract

The study entitled “Surviving in Times of Change” analyzes the profound transformations that Bolivia is undergoing 26 years into the 21st century, focusing its analysis on how the emotional crisis has permeated the family, school, and labor market. Bolivia is undergoing rapid transformations that challenge individual and collective stability, placing us in an environment defined by the BANI paradigm (fragile, anxious, nonlinear, and incomprehensible).

The study reveals that Bolivia is facing a “cascading crisis” with cumulative impacts that keep the population in a state of permanent social anxiety, making short- and long-term planning difficult. In the labor market, informality affects more than 8 out of 10 Bolivians, acting as a social buffer with a high “emotional cost,” which may be associated or linked to the field of education, where emotional exhaustion or burnout is identified, affecting both students and teachers, generating a disconnect from the learning process and poor preparation for the transition from the educational world to the world of work. In the family sphere, there are effects of “emotional inheritance” related to fears and uncertainty, which in some cases lead to overprotection or too much freedom, limiting the autonomy and ability of adolescents and young people to face challenges.

To overcome the uncertainties that affect decision-making, it is proposed that the key demands of the 21st century be strengthened: adaptability, flexibility, and transformative resilience. One of the tools for this is the design of educational and career life projects starting in secondary school to provide emotional security. In addition, in the family sphere, we urge a shift from the “parent-friend” model to the “parent-guide” model, establishing clear boundaries that strengthen communication and emotional regulation.

Keywords: BANI, resilience, neuroscience, family, education, labor market.

1. Introducción

En los últimos cinco años Bolivia ha vivido situaciones relacionadas a la pandemia por la COVID19, las crisis económicas recurrentes, los conflictos socioeconómicos, un avance de la tecnología y la precarización en el mercado laboral que en un contexto global nos ha llevado a procesos de incertidumbre, fragilidad y alta presión emocional (Organización Panamericana de la Salud OPS, 2021).

En este escenario de incertidumbre, la crisis también ha afectado a las instituciones (escuela, familia y mercado laboral) que eran consideradas como espacios de certeza y protección (UNESCO, 2021). Hoy la realidad nos muestra escenarios de tensión constante, que nos impulsa a desarrollar acciones y procesos relacionados a la flexibilidad, la adaptabilidad y la resiliencia, como elementos clave para trascender los entornos que nos permitirán dar respuesta a los entornos complejos.

A partir de lo planteado, y pensando en nuestro país, es importante tomar en cuenta el abordaje del paradigma BANI (Frágil, ansioso, no lineal e incomprensible), propuesto por Jamais Cascio (Cascio, 2020), como una categoría analítica pertinente para comprender la realidad contemporánea. Puesto que a través de ella es posible analizar los efectos de la crisis en la vida cotidiana, educación, relaciones familiares, mercado laboral (empleo dependiente y emprendimiento) que generan miedos, desorientación, especialmente en los adolescentes y jóvenes, y a la vez encontrar respuestas y acciones.

La investigación emplea la neurociencia y la psicología como marcos orientadores para explicar cómo la incertidumbre prolongada del entorno BANI mantiene al cerebro en un “estado de alerta permanente” (Immordino-Yang et al., 2019). Esta condición genera una sobrecarga cognitiva y emocional constante que debilita funciones esenciales como la memoria, la atención, la regulación emocional y la toma de decisiones (McEwen, 2017).

El objetivo central de la investigación es “analizar y comprender las tensiones, retos y transformaciones que surgen en el siglo XXI a partir del paradigma BANI, que

inciden en la familia, educación y mercado laboral en Bolivia que permita plantear nuevos escenarios” que nos dará la oportunidad de contar con un documento que permita comprender la necesidad del cambio ante la adversidad en un mundo incomprensible.

Toda la investigación se complementa en un análisis multidisciplinario de la bibliografía especializada e investigaciones de organismos internacionales, estudios sobre neuroeducación y psicología, así como datos y experiencias de la Fundación Ser Familia en los últimos 5 años. A la vez, es parte de un conjunto de investigaciones realizadas sobre empleo, empleabilidad, educación técnica y emprendimientos verdes que se encuentran en la página web de la Fundación Ser Familia.

2. Tendencias del siglo XXI y una perspectiva del mundo BANI

El siglo XXI se nos ha presentado como una realidad con “cambios a nivel social, tecnológico, económico y cultural”, que nos desafía a procesos adaptativos constantes que desafían nuestra estabilidad individual y colectiva. Instituciones como la familia, escuela, mercado laboral y otros sienten tensionados y una constante crítica que obliga a adaptar o responder a los nuevos tiempos.

Desde la psicología y la neuroeducación, se puede observar que en la cotidianidad la “toma de decisiones” son aceleradas y constantes, que llevan a una sobrecarga cognitiva y emocional constante, en el que el cerebro humano se encuentra en un “estado prolongado de alerta” que termina afectando o incidiendo a la atención, la memoria, regulación emocional y toma de decisiones. En ese marco es importante considerar que:

Las tendencias y retos del siglo XXI están relacionadas a que todos debemos “adaptarnos, flexibilizarnos y ser resilientes”, para el caso debemos entender a la adaptabilidad como la capacidad proactiva e inmediata que las personas realizan para ajustarse a nuevas condiciones, entornos o demandas, a través de la modificación de sus enfoques, habilidades o mentalidad que le permitan superar los momentos incómodos.

La adaptabilidad podría denominarse como la capacidad humana de fluir como

el agua, ajustando nuestra mente y nuestras acciones a los terrenos difíciles que nos presenta la cotidianidad y relaciones con la sociedad. Ser adaptable significa integrar lo que pensamos, lo que hacemos y lo que sentimos para seguir avanzando en nuestras metas personales y laborales. Charles Darwin, señaló al respecto “no sobrevive el más fuerte, sino quien mejor se ajusta a las nuevas realidades”, en este caso, relacionando con la educación tenemos que la misma nos una etapa más, sino como un camino de aprendizaje que nos apoya a generar capacidades para definir y redefinir constantemente acerca de nuestras “metas, éxito y felicidad”.

Algunos indicadores relacionados a la adaptabilidad son: i) calma ante lo desconocido, que es la habilidad de no paralizarse cuando no se tienen respuestas y aceptar la incertidumbre como parte del camino, ii) curiosidad incansable, que tiene relación a la disposición a aprender nuevas herramientas y soltar las que ya no son útiles, iii) rapidez para cambiar de rumbo, que tiene relación a aceptar a tiempo cuando algo no funciona y ajustar nuevas estrategias sin perder la motivación, y iv) creatividad para resolver problemas y una actitud optimista para ver los obstáculos como oportunidades de crecimiento, cuidando de evitar la “energía emocional” que desgasta especialmente ante presiones del entorno.

La flexibilidad a nivel cognitivo se define como la capacidad neuropsicológica del cerebro para adaptar nuestra conducta, pensamientos y ajustarse ante situaciones novedosas, cambiantes o inesperadas. Autores como Hayes, Strosahl y Wilson (Hayes y otros, 2014) destacan que “ser flexibles implica una conexión plena con el presente, de forma plena y, según lo demande la situación en estrecha relación a los valores y metas personales.

Los indicadores relacionados a la flexibilidad son: i) salir de la zona de confort o seguridad, permitiendo que el cerebro trascienda miedos y conexiones al enfrentar vivencias desconocidas, ii) capacidad de desarrollar el pensamiento crítico, desafiando suposiciones previas que permitan abrir la mente a perspectivas ajenas y fortalecer la empatía, iii) resolución de problemas y autonomía frente a la tecnología, especialmente otorgando un respiro a los dispositivos para reconectar con el entorno y potenciar la resolución creativa de problemas, y iv) conexión plena con el presente, que permita actuar con calma y claridad, definiendo y eligiendo caminos relacionados a los valores personales, metas de vida e incluso ante el agotamiento y situaciones de estrés.

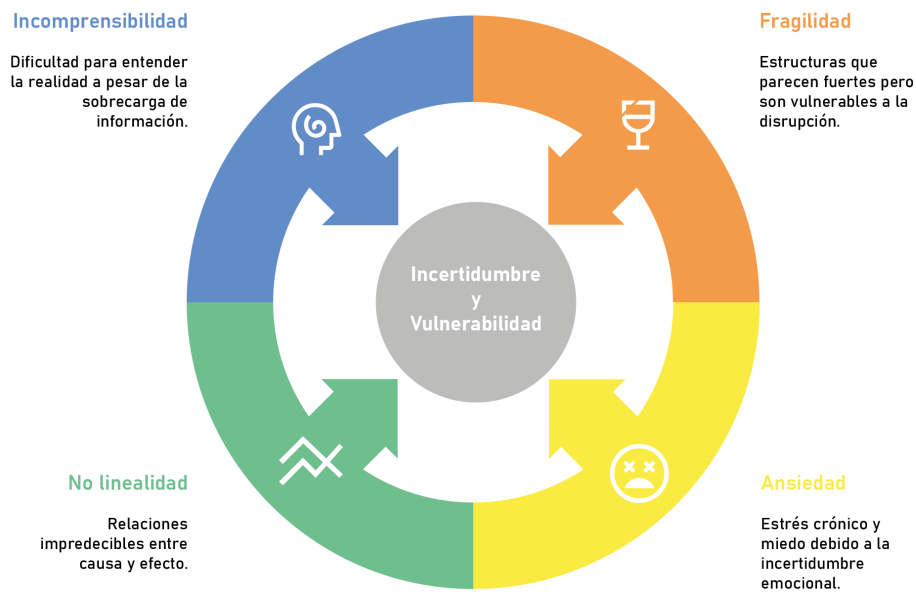
La resiliencia, se define como “la capacidad para prepararse, recuperarse y adaptarse ante el estrés, los retos o la adversidad” (Goleman, 2023). Esta cualidad no es una simple resistencia pasiva, sino un proceso dinámico de transformación que permite no solo recuperar el equilibrio perdido, sino emerger fortalecidos y con una identidad renovada tras la crisis. Tiene relación a la gestión de energía emocional que evite las “fugas de energía” causadas por la frustración agoten la capacidad de respuesta, claridad mental en lugar de reaccionar por impulso ante la incertidumbre.

Los indicadores están relacionadas a la autorregulación emocional, persistencia, la perseverancia y la autoconfianza, evitando percibir las crisis como obstáculos insuperables y manteniendo un enfoque optimista que permita el autodescubrimiento. La resiliencia integral se manifiesta a través de cuatro dimensiones interrelacionadas como la física, emocional, mental y espiritual, en la que la construcción de coherencia interna actúa como un motor que previene el agotamiento cognitivo y favorece el pensamiento crítico para la resolución de problemas complejos.



El paradigma BANI, es un modelo analítico propuesto por el antropólogo y futurista (Cascio, 2020) que permite comprender las tensiones, retos y transformaciones de nuestra situación actual. Surge como una evolución del antiguo modelo VUCA (Volatilidad, Incertidumbre, Complejidad y Ambigüedad), especialmente en tiempos de la pandemia COVID-19 no alcanza para analizar el momento difícil asociado a la situación económica e imprevisibilidad tecnológica.

El concepto central de BANI se desplaza de la descripción del entorno externo hacia una lente más humana, psicológica y social, enfocándose no solo en “qué pasa”, sino específicamente en “cómo nos afecta” como individuos y sistemas. Este paradigma se desglosa en cuatro procesos o dimensiones fundamentales:



Fragil (Brittle), se refiere a estructuras, sistemas o instituciones parecen sólidos y fuertes, pero que en la realidad son vulnerables y pueden quebrarse con facilidad ante eventos inesperados y disruptivos

Ansiedad, es un estado estrés crónico y miedo, que deriva generalmente de la incertidumbre emocional y la sensación de pérdida de control ante el futuro. Desde la neurociencia, este proceso se explica como una activación prolongada del sistema de amenaza, lo que debilita funciones ejecutivas críticas como la memoria de trabajo, la planificación y la toma de decisiones.

No lineal, es una relación activa entre causa y efecto, y que se ha convertido impredecible y desproporcionada. En este entorno, los planes y proyectos (económicos o educativos) raramente siguen trayectorias lógicas, ya que pequeños cambios pueden generar resultados masivos e inesperados, lo que dificulta la proyección a corto y largo plazo.

Incomprensible, muestra la dificultad de entender la realidad, incluso cuando se dispone de una sobrecarga informativa, Este proceso intensifica la sensación de confusión y exige aprender a tomar decisiones basadas en el pensamiento crítico y la regulación emocional, enfrentando condiciones de información parcial o contradictoria.

3. Incidencia del entorno BANI en la cotidianidad boliviana (2020–2025)

Bolivia, es un país “muy dinámico y de sorpresas permanentes”, especialmente en el último quinquenio (2020-2025) se caracterizó por la crisis sanitaria, económica, social y política, que la CEPAL (2024) la explica como “una crisis en cascada, donde los impactos no son secuenciales sino simultáneos y acumulativos”, que se podría decir son escenarios “que exceden la comprensión clásica de la incertidumbre y se alinea con lo que Cascio denomina entornos BANI”, donde los sistemas sociales muestran una fragilidad extrema ante eventos disruptivos.

Durante la pandemia uno de los impactos, fue el “impacto emocional indirecto”, debido a la combinación de alta mortalidad, colapso hospitalario y prolongadas restricciones sociales (OPS, 2021). En ese marco se ha vivido una especie de “ansiedad social sostenida” que tuvo efectos emocionales y cognitivos. A nivel neuropsicológico, la exposición constante a eventos imprevisibles incrementó la sensación de pérdida de control, uno de los principales predictores de agotamiento emocional y desesperanza aprendida (Seligman, 2018), por lo que en nuestra cotidianidad se observaron con mayor frecuencia

- ✓ Reacciones emocionales intensas ante eventos cotidianos.
- ✓ Conflictos familiares recurrentes.
- ✓ Incremento de la baja tolerancia a la frustración en jóvenes y adultos.

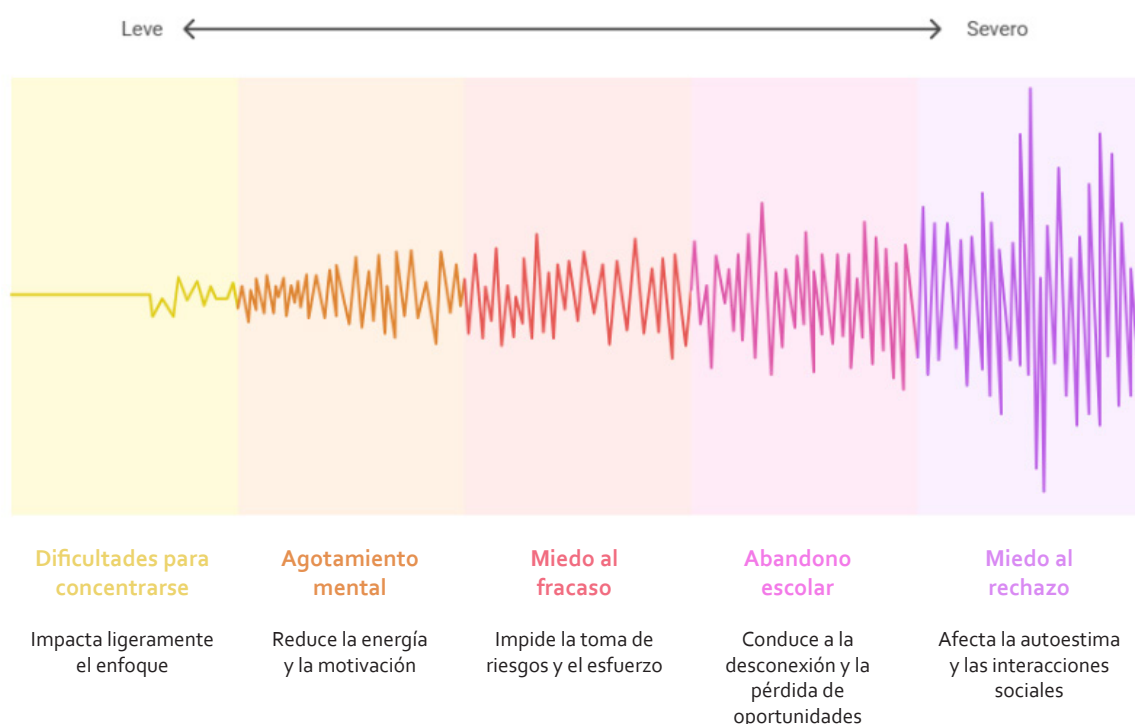
La UNESCO (2021) advierte que “las crisis prolongadas tienden a fragmentar el tejido social, debilitando los vínculos comunitarios y aumentando la polarización”. En nuestro país la fragmentación convive con una fuerte capacidad adaptativa informal, expresada en redes familiares ampliadas, economías solidarias y emprendimientos de subsistencia. Analizando desde el BANI, estas estrategias no representan estabilidad, sino respuestas adaptativas a un entorno frágil. La informalidad, como señala la CEPAL (2023), se convierte en un amortiguador social, aunque con costos significativos en salud mental, derechos laborales y desarrollo a largo plazo.

4. Incidencia del entorno BANI en la educación

4.1. Educación en contextos BANI: una crisis que trasciende lo pedagógico

La educación no está ajena a lo señalado anteriormente, sus desafíos por tanto van más allá de los enfoques tradicionales de mejorar la curricula o la reforma institucional. Analizando desde BANI, podemos observar que la educación vive en “entornos frágiles, ansiosos, no lineales e incomprensibles” en la que la estabilidad, la previsibilidad y la progresión lineal han dejado de ser la norma (Cascio, 2020).

La UNESCO (2021, 2022) advierte que la pandemia no solo interrumpió los procesos educativos, sino que alteró profundamente el vínculo emocional entre estudiantes, docentes, familias y la institución escolar. Desde la neuroeducación, se puede señalar que “no es posible aprender de manera efectiva en contextos prolongados de estrés, miedo e incertidumbre”, ya que estos estados afectan directamente las funciones cognitivas superiores necesarias para el aprendizaje significativo (Immordino-Yang et al., 2019). Complementariamente, la ansiedad sostenida puede “afectar con la memoria de trabajo, atención y capacidad para soportar o superar el estrés” (McEwen, 2017). Se observa en los estudiantes los siguientes efectos:



Algunos de los temas observados y que vale la pena considerar tenemos:

I. Burnout estudiantil y desmotivación”, que tradicionalmente estaba asociado a docentes o adultos, llegó a los estudiantes, debido a la combinación de sobrecarga de tareas, exigencias familiares, clases online, precariedad económica y falta de acompañamiento emocional, que han generado un estado de agotamiento crónico, descrito por Maslach y Leiter (2016) como “una respuesta a demandas prolongadas sin recursos suficientes”. Al respecto la UNESCO (2023) señaló que “muchos estudiantes continúan asistiendo a clases, pero desconectados emocionalmente del proceso educativo, lo que impacta negativamente en la calidad del aprendizaje y en la permanencia educativa”.

II. Miedos, indecisiones y proyecto de vida educativo, en un estudio realizado por Ser Familia (Aguilar, 2025) se pudo identificar que en “contextos de alto desempleo juvenil y precarización laboral, la educación deja de ser percibida como una garantía de movilidad social”. De manera muy preocupante en los diferentes municipios se ha podido apreciar a jóvenes que están en sexto de secundaria tienen serios problemas relacionados a miedos, estrés, indecisiones vocacionales, exceso de peso por expectativas de los padres o entornos. Desde la neuroeducación, por ej. el proyecto de vida genera una seguridad emocional mínima y perspectiva de presente y futuro para consolidarse (Immordino-Yang, 2016). En entornos BANI, donde el futuro se percibe como incierto o amenazante, los estudiantes priorizan decisiones de corto plazo, debilitando la planificación educativa.

III. Adaptación pedagógica acelerada por parte de los profesores y estudiantes, debido a la pandemia fueron obligados a realizar una transición abrupta hacia modalidades virtuales e híbridas, muchas veces sin formación previa ni recursos adecuados. La UNESCO (2021) reconoce que los profesores asumieron un rol clave como agentes de contención emocional, además de su función pedagógica. Lo señalado generó:

- ✓ Aprendizaje autodidacta de herramientas digitales.
- ✓ Rediseño de estrategias didácticas.
- ✓ Flexibilización de evaluaciones.
- ✓ Atención a estudiantes en contextos de alta vulnerabilidad.

IV. Sobrecarga emocional y desgaste profesional de los profesores, en un estudio realizado por Ser Familia (Aguilar. 2025) ha determinado que los docentes en un 75% identifican las emociones, pero solo un 30% sabe cómo regular y gestionar sus emociones, y un porcentaje menor ha señalado que busca apoyo o trabaja en aprender a regular y gestionar sus emociones, cuya situación y debilidad es trasladada a los estudiantes. Desde la neurociencia, al momento de considerar el estrés, se puede apreciar un incremento y sobre exposición prolongada a demandas emocionales sin espacios de regulación que inciden en el riesgo de burnout docente (McEwen & Morrison, 2013). La UNESCO (2022) “alerta sobre un deterioro del bienestar docente, expresado en agotamiento, frustración y sensación de pérdida de sentido profesional”.

Este desgaste se intensifica cuando los docentes enfrentan:

- ✓ Cambios constantes en políticas educativas y determinaciones (ej. Ley Avelino Siñani y las adecuaciones 2026).
- ✓ Presión por resultados y crítica constante
- ✓ Falta de reconocimiento institucional.
- ✓ Expectativas contradictorias de padres y autoridades.
- ✓ Relación y participación de los padres de familia, desde las juntas escolares.

4.2. La incidencia en los padres de familia: presión, expectativas e incertidumbre

Los padres de familia durante y después de la pandemia, han asumido un rol más activo en la educación, muchas veces sin preparación ni condiciones adecuadas. La UNESCO (2021) señala que esta situación “generó estrés parental, especialmente en hogares con múltiples hijos o precariedad económica” que se reflejó en la situaciones relacionadas a preguntas (muchas veces sin respuesta, pero si con muchos imaginarios) ¿sobre cómo asegurar la continuidad educativa?, ¿cómo garantizar ingresos económicos para cubrir los gastos exagerados, producto de los materiales educativos solicitados por los maestros? y ¿cómo apoyar y acompañar a los hijos emocionalmente, tecnológicamente y asegurar un mínimo de calidad educativa?

4.3. Educación regular, técnica y superior frente a la brecha educación-empleo

Hoy nuestra educación es una de las áreas más cuestionadas, en su dirección y estrategias, por lo que enfrenta el desafío de formar estudiantes en contextos de alta incertidumbre emocional. La UNESCO (2022) subraya que “sin bienestar emocional no hay aprendizaje profundo, lo que exige integrar la educación socioemocional como eje central y no accesorio”.

En el paso de la educación regular a la educación técnica y superior se han generado las mayores situaciones de incertidumbre y crítica (al sistema y a los actores) debido a que en los últimos años se han superado por un 50% la tasa de abandono, especialmente en primeros años, que se deben a razones económicas, pero también a decisiones no sustentadas en sus propias realidades. Adicionalmente, las familias, empresarios y otros actores han señalado que existe una desconexión entre la formación académica y las necesidades del mercado laboral. Viendo desde la neurociencia, diríamos que este desfase refuerza la ansiedad, la sensación de abandono y la fragilidad de pasos educativos y laborales (salir y entrar con facilidad hasta encontrar su punto de seguridad).

La UNESCO (2023), al igual que diferentes investigaciones plantea que se debe fortalecer y trabajar las competencias socioemocionales, adaptabilidad y aprendizaje. Por ello, queda claro que los desafíos en la educación no solo son pedagógicos, sino también emocionales, sociales y estructurales, para reducir situaciones en las que se observa estudiantes ansiosos y desmotivados, docentes sobrecargados y padres inseguros – tensionados.

5. Incidencia de las tendencias del siglo XXI y BANI en la empleabilidad y el mercado laboral.

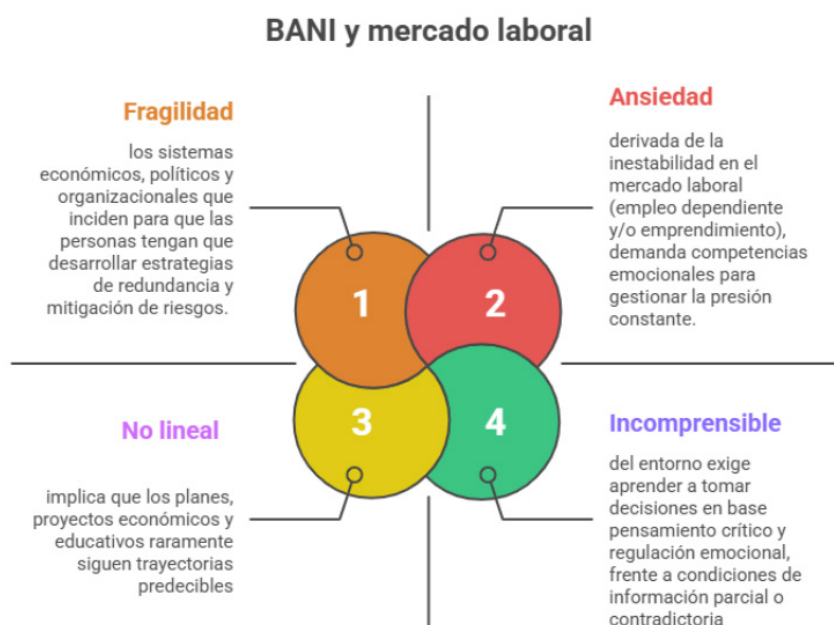
El mercado laboral contemporáneo no puede comprenderse únicamente desde la perspectiva de la oferta y demanda de empleo. En el caso de Bolivia se propone que se entienda el mercado laboral como “el espacio dinámico en el que se movilizan las relaciones de oferta y demanda, y en el que los sujetos de movilizan del empleo dependiente a emprendimiento y viceversa” (Aguilar, 2024). Las transformaciones aceleradas de la economía global, la digitalización, los cambios demográficos y las crisis sucesivas han configurado un entorno frágil, ansioso, no lineal e incomprensible

(BANI) que afecta directamente la empleabilidad, el desarrollo profesional y el proyecto de vida de los jóvenes (Cascio, 2020).

En Bolivia, entre 2020 y 2025, debido a las situaciones vividas se evidenció tres tipos de dimensiones interrelacionadas: i) desempleo estructural, ii) precarización laboral y iii) emprendimiento como estrategia de adaptación y respuesta a la necesidad de generar recursos económicos. Según datos, se reporta que la informalidad en el país ha superado el 80%, que claramente nos muestra una fragilidad del mercado laboral y de la necesidad de incorporar o fortalecer las competencias socioemocionales, capacidades de empleabilidad y la construcción de proyectos de vida desde tempranas edades.

Lo anterior, se debe a que la por ejemplo la empleabilidad se “vinculaba exclusivamente con la formación académica y la adquisición de conocimientos técnicos para ingresar al mercado laboral”. Sin embargo, las tendencias del siglo XXI, junto con la pandemia y las crisis sociales y económicas, han expandido este concepto, incorporando dimensiones flexibles, adaptativas, resilientes y socioemocionales (Yorke, 2006; UNESCO, 2022). Hoy la empleabilidad tiene relación a la búsqueda, mantener y mejorar las condiciones laborales, no solamente en el marco del empleo dependiente sino también de las actividades microempresariales.

Analizando desde la perspectiva BANI relacionados al mercado laboral y empleabilidad se puede indicar que la misma tiene los siguientes elementos:



En este entorno, es importante considerar las competencias socioemocionales como clave para la empleabilidad y vinculación con el mercado laboral, según Immordino-Yang et al. (2019) “las competencias socioemocionales fortalecen la regulación emocional, la toma de decisiones y la capacidad de resiliencia, elementos indispensables en contextos laborales inestables”.

Entre las competencias socioemocionales más relevantes se encuentran:



1. Autoconocimiento y autogestión: reconocer fortalezas, limitaciones y estados emocionales para regular comportamientos y mantener la motivación.

2. Empatía y comunicación interpersonal: esenciales para el trabajo en equipo, la negociación y la gestión de conflictos.

3. Pensamiento crítico y resolución de problemas: capacidad para evaluar situaciones complejas, diseñar estrategias y aprender de los errores.

4. Tolerancia a la incertidumbre: aceptar la ambigüedad y actuar de manera efectiva frente a cambios imprevistos.

5. Capacidad de aprendizaje continuo: disposición a adquirir nuevas habilidades técnicas y blandas según demanda del mercado laboral.

Según estudios de la Fundación Ser Familia (2023) un factor clave y herramienta a la vez, tiene relación a la generación y construcción de proyectos de vida educativo-laboral, como una alternativa para enfrentar la incertidumbre. La neuroeducación evidencia que la toma de decisiones requiere equilibrio entre emociones y cognición, a las que se debe sumar las relaciones/entornos, autoconocimiento. Un proyecto de vida educativo laboral es importante debido a que se ha observado que muchos jóvenes frente a la precariedad y la fragmentación laboral generan ansiedad, desmotivación y un enfoque de supervivencia a corto plazo.

6. Incidencia de las tendencias del siglo XXI y BANI en el entorno familiar

Como ya se mencionó anteriormente, en el siglo XXI se han configurado contextos de vida caracterizados por volatilidad, incertidumbre y aceleración de los cambios sociales y tecnológicos en el que las familias se constituyen en el primer espacio donde se viven y se pueden gestionar las transformaciones que impacten en el desarrollo emocional, académico y laboral de los hijos (UNESCO, 2021).

La vulnerabilidad de las familias se ha profundizado, especialmente durante y después de la pandemia, especialmente debido a la crisis económica, conflictividad social y política. En el contexto boliviano, son diferentes factores que han afectado y erosionado la cohesión familiar, debido a: las interrupciones en rutinas, relaciones y comunicación; la pérdida de ingresos; la sobrecarga emocional; y la reconfiguración de roles parentales que generan miedos, frustraciones y tensiones intergeneracionales. Todos estos factores han afectado especialmente a los jóvenes y mujeres.

La neuroeducación plantea que “los entornos familiares todavía son espacios donde se modulan la activación de redes cerebrales vinculadas a la regulación emocional, resiliencia y toma de decisiones” (Immordino-Yang et al., 2019). En contextos BANI, la exposición constante a estrés e incertidumbre puede generar alteraciones en estas funciones, impactando la capacidad de los miembros de la familia para adaptarse, planificar y proyectarse.

La incertidumbre y fragilidad en las familias muchas veces tiene relación a la situación que nos toca vivir, especialmente cuando el país vive una fragilidad de los

sistemas sociales y económicos. La CEPAL (2022) reporta que “la informalidad laboral y la precarización económica han incrementado la vulnerabilidad familiar en Bolivia”.

Las dinámicas al interior de las familias y la transmisión de los miedos e incertidumbres se podrían entender desde los siguientes puntos:

a) La ansiedad y miedos parentales. Los miedos de los padres y de los adultos en la familia trascienden la esfera individual para configurarse en lo que hoy se denomina “transmisión intergeneracional” asociado a la “herencia emocional”. La neurociencia y la psicología de la familia nos muestra que “los hijos internalizan estas situaciones en su vida y decisiones, en la gestión y regulación de las emociones, en la modulación de las respuestas ante percepciones de peligro, riesgo o fracaso” (Siegel, 2020).

b) Expectativas y frustraciones. En nuestro ámbito nacional estos temores se relacionan en la inseguridad económica, fracaso escolar o profesional de los hijos, riesgos sanitarios o violencia social, e imposibilidad de movilidad social cultural. Dichos miedos inducen hiperprotección o sobreexigencia, comprometiendo la autonomía y resiliencia especialmente de los adolescentes y jóvenes. También se puede apreciar que “las expectativas y frustraciones familiares se convierten en generadores de presión sobre el rendimiento educativo y laboral de los hijos, actuando como motivadores pero también como fuentes de estrés y conflicto” (UNESCO, 2021).

Asociando con el análisis BANI las expectativas de las familias pueden colisionar con limitaciones relacionadas al desarrollo de capacidades, posibilidades económicas y externalidades, que pueden generar frustraciones por brechas entre los esfuerzos y resultados por acceso a un empleo, desajustes formativos-mercado y crisis socioeconómicas.

c) Contextos de familias funcionales y disfuncionales. Las familias funcionales podrían caracterizarse, sin ser generalistas, en “tener una comunicación más abierta, roles definidos, apoyo mutuo, fomento de la resiliencia, flexibilidad, autonomía y regulación emocional, a través de entornos neuroeducativos seguros” (Immordino-Yang et al., 2019). Sin embargo, en las familias disfuncionales se pueden encontrar

relaciones con comunicación deficiente, sobrecarga rol, sobreprotección o expectativas desproporcionadas, e inestabilidad emocional que amplifica en BANI ansiedad, depresión, desmotivación y conductas de riesgo en jóvenes.

d) Rol de los padres, en este caso (padres–amigos vs. padres–guía). Queda claro que todavía no hay definición clara del “ser buen padre o madre”, sin embargo, en el siglo XXI las familias viven en conflicto basados en su propia “herencia emocional”. Existe un fenómeno, relacionado a que los padres realizan todos los intentos por ser “amigos” de sus hijos, muchas veces motivados por una decisión basada en los miedos profundos como respuesta al “temor a la separación emocional como el temor a la separación emocional o al rechazo”, que pueden estar vinculados al estrés familiar o inestabilidad socioeconómica o de relación con la pareja-entorno, que tiene como impacto en las relaciones de sus hijos en el entorno familiar, desarrollo biopsicosocial y de relación con los entornos.

El rol de amigo, podría “confundir los criterios de los hijos respecto a los límites claros y autoridad, fomento de la sobredependencia, baja autoestima y dificultades para regular emociones y comportamientos, lo que complica la adaptación escolar y social” (Perry et al., 2018). Considerando BANI en esta explicación podría ser similar al “helicopter parenting que amenaza la satisfacción de necesidades psicológicas básicas y perpetúa ansiedad transmitida” (Wang, 2025).

Según Mak (2017) los “efectos persisten en problemas relacionales —dificultades para formar amistades sanas, mayor aislamiento o agresividad— y menor resiliencia ante riesgos, ya que los hijos no aprenden autonomía real”. Para contextualizar lo mencionado se podría tomar como ejemplo a los adolescentes de la denominada “generación de cristal”, que “se muestran ante el estrés muy sensibles a la presión, absorben intensamente la influencia parental, donde los padres sobreprotectores o excesivamente críticos agravan su ansiedad y vulnerabilidad, limitando autonomía y resiliencia” (Twenge, 2017; Campbell & Toth, 2020). Esta dinámica familiar en el marco de BANI convierte la sobreprotección en un obstáculo que incide en la baja tolerancia a la frustración e inseguridad permanente.

Es importante en este contexto que los padres deben priorizar el rol de guías con límites claros y firmes (independiente de la edad de los hijos) y orientación estructurada, que “permitirá fortalecer la corteza prefrontal para decisiones

independientes” (Siegel, 2020). La guía afectuosa con límites claros fomenta la regulación emocional y adaptabilidad, que se refleja en el fortalecimiento de la confianza decisoria y herramientas socioemocionales en los adolescentes jóvenes, determinando si superan su sensibilidad contextual o quedan atrapados en ciclos de dependencia emocional. La comunicación abierta y contención estratégica transforma así la permeabilidad parental en un catalizador de resiliencia, habilitando proyectos de vida viables en un mundo incierto.

Todos los detalles presentados en el presente estudio corresponden a una revisión y puesta al día del paradigma BANI, que podría considerarse un estado del arte altamente útil para investigadores. No obstante, para dotar a la investigación de un mayor carácter empírico.

7. Conclusiones y recomendaciones.

7.1. Conclusiones.

En los últimos cinco años (2020-2025), Bolivia ha experimentado una “crisis en cascada” donde los impactos económicos, sanitarios, políticos y sociales han sido simultáneos y acumulativos. Este escenario se ajusta al modelo BANI, evidenciando que los sistemas sociales poseen una fragilidad extrema ante eventos disruptivos. A nivel personal, la incertidumbre prolongada ha generado un efecto contrario en la seguridad para planificar y tomar de decisiones, obligando al cerebro a priorizar la supervivencia inmediata por encima de la proyección a futuro.

La educación como uno de los sectores más preocupantes por la sociedad y las familias, hoy se enfrenta a situaciones de fragilidad y alta exigencia para generar flexibilidad. También se puede observar que el sistema educativo boliviano atraviesa una crisis que trasciende lo pedagógico, caracterizada por un burnout tanto en profesores como en estudiantes, además existe una desconexión crítica entre la formación académica y las necesidades del mercado laboral, lo cual refuerza la ansiedad y la sensación de abandono. En ese contexto, la flexibilidad cognitiva surge como una función ejecutiva superior indispensable, exigiendo a los actores educativos modificar esquemas mentales y generar soluciones creativas frente a la incomprensibilidad del entorno.

Bolivia, es uno de los países con mayor informalidad en su economía y empleo, superior al 80%, en el cual el mercado laboral funciona como un “amortiguador social frágil” que, si bien permite la subsistencia, conlleva altos costos en salud mental. Ante trayectorias laborales ya no lineales, la adaptabilidad se ha vuelto una exigencia central y multidimensional (cognitiva, conductual y afectiva), exigiendo un aprendizaje continuo a lo largo de la vida y una redefinición del éxito más allá de los conocimientos técnicos tradicionales.

Las familias, independientemente sean disfuncionales o funcionales, han experimentado una transmisión intergeneracional de la ansiedad o “herencia emocional”, donde los miedos parentales impactan directamente en la regulación emocional de los hijos. La sobreprotección de la denominada “generación de cristal” ha limitado la autonomía y la tolerancia a la frustración, obstaculizando la resiliencia, la cual debe entenderse no solo como la capacidad de soportar, sino como un proceso dinámico de transformación ante la adversidad.

7.2. Recomendaciones.

Es necesario impulsar que las instituciones educativas integren la educación socioemocional como un eje central para facilitar el aprendizaje y generar las condiciones de transitabilidad de la educación al mercado laboral. Es necesario fomentar la construcción de proyectos de vida educativo-laborales desde la secundaria, como una herramienta que puede generar una seguridad emocional mínima y permitirá a los jóvenes pasar de un enfoque de supervivencia a corto plazo a uno de planificación con propósito.

Es necesario mirar hacia la familia y sus relaciones que permita contrarrestar la fragilidad emocional en el hogar, generando acciones que orienten a los padres de familia para transitar del modelo de “padres-amigos” hacia el de “padres-guía” y salir de los referentes del “ser padre en el siglo XX”. Por ello, es importante establecer límites claros y firmes, para que promuevan en sus hijos nuevas relaciones y dinámicas basadas en la comunicación y trascendencia de las herencias emocionales, que promuevan la autonomía de adolescentes y jóvenes y su capacidad para tomar decisiones independientes en un mundo incierto.

Es importante considerar en las diferentes instituciones (familia, escuela y otros) la respuesta a las demandas del siglo XXI (adaptabilidad, flexibilidad y resiliencia transformativa), que permitan a los individuos alternar perspectivas, inhibir respuestas automáticas y mantener la calma ante la sobrecarga informativa, estrés e incertidumbre, transformando la ansiedad social en una capacidad de respuesta efectiva ante el entorno BANI.

Es importante generar proyectos y propuestas que permitan a los padres, profesores y otros actores que permitan reaprender a “comunicarse-escuchar-ser asertivos” y brindar espacios de regulación emocional, tanto para profesores o como para trabajadores, dado que el estrés crónico afecta la memoria de trabajo y la atención. Las instituciones deben reconocer que sin bienestar emocional no hay productividad ni aprendizaje efectivo, por lo que deben promoverse entornos neuroeducativos seguros que mitiguen el agotamiento y la desesperanza aprendida.

En el ámbito sectorial, se concluye que la educación y el mercado laboral enfrentan una desconexión crítica que alimenta la ansiedad. Mientras que el sistema educativo lidia con el burnout de profesores y estudiantes, y falta de bienestar emocional para el aprendizaje significativo, el mercado laboral boliviano se caracteriza por una informalidad superior al 80%, que actúa como un amortiguador frágil pero con altos costos para la salud mental. Asimismo, la dinámica familiar se ha visto alterada por la transmisión intergeneracional de la ansiedad, así como de la herencia emocional, donde los miedos parentales y la sobreprotección de la denominada “generación de cristal” limitan la autonomía de los jóvenes, dificultando su capacidad para enfrentar fracasos y tomar decisiones independientes.

Como recomendación fundamental, es imperativo que las instituciones educativas y laborales prioricen el desarrollo de competencias socioemocionales como la adaptabilidad, la flexibilidad cognitiva y la resiliencia transformativa. Se debe fomentar activamente la construcción de proyectos de vida educativo-laborales desde edades tempranas para brindar una seguridad emocional mínima y una perspectiva de futuro que contrarreste el enfoque de supervivencia a corto plazo. Esto incluye fortalecer el pensamiento crítico, el autoconocimiento y la tolerancia a la incertidumbre, permitiendo que los individuos modifiquen sus esquemas mentales y generen soluciones creativas ante escenarios incomprensibles.

Solo a través de una comunicación abierta y una contención estratégica será posible transformar la permeabilidad emocional de las familias en un catalizador de resiliencia, habilitando a los jóvenes para navegar con éxito y propósito en un siglo XXI dinámico e impredecible.

8. Bibliografía

Aguilar, Rodrigo (Fundación Ser Familia). (2024). Estudios sobre el mercado laboral boliviano. <https://serfamiliabolivia.org/>.

Aguilar, Rodrigo (Fundación Ser Familia). (2025). Miedos, estrés y regulación emocional en docentes y estudiantes de secundaria. <https://serfamiliabolivia.org/>.

Álvarez-Pérez, G. (2020). Competencias de adaptabilidad y factores de éxito en contextos latinoamericanos. *Revista Mexicana de Psicología*, 37(3), 45-62. https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-28722020000300046.

Bennett, N., & Lemoine, G. J. (2014). What a difference a word makes: Understanding threats to performance in a VUCA world. *Business Horizons*, 57(3), 311-317. <https://doi.org/10.1016/j.bushor.2014.01.001>.

Bowlby, J. (1988). *A secure base: Parent-child attachment and healthy human development*. Basic Books. <https://www.basicbooks.com/titles/john-bowlby/a-secure-base/9780465075973/>.

Cascio, J. (2020, 13 de febrero). Facing the age of chaos. The Long Now Foundation. <https://longnow.org/ideas/facing-the-age-of-chaos/>.

Cascio, J. (2021). Update on BANI world. Long Now. <https://longnow.org/ideas/bani-update>.

Davidson, R. (2024). Neurociencia adaptabilidad. Greater Good Science. <https://greatergood.berkeley.edu>.

Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF). (2025). Adolescencia en Bolivia: Vulnerabilidades socioemocionales. <https://www.unicef.org/bolivia/informes/adolescencia-bolivia-2025>.

Goleman, D. (2023). Resiliencia emocional. More Than Sound. <https://www.morethansound.net>.

Hayes, S. C., Strosahl, K. D., & Wilson, K. G. (2014). Terapia de aceptación y compromiso: Proceso de cambio y flexibilidad cognitiva.

Immordino-Yang, M. H., et al. (2019). Neurobiology of Learning and the Role of Emotions in Education.

Institute of HeartMath. (2014). The Resilience Advantage: Skills for Personal and Professional Effectiveness. <https://www.heartmath.org>.

Instituto Nacional de Estadística (INE). (2025). Anuario estadístico de Bolivia 2024. <https://www.ine.gob.bo/index.php/anuario-estadistico-2024/>.

International Labour Organization (OIT). (2025). Empleo juvenil en América Latina y el Caribe. https://www.ilo.org/global/topics/youth-employment/publications/WCMS_901810/lang-es/index.htm.

McEwen, B. S. (2017). Neurobiological effects of prolonged uncertainty and stress.

Ministerio de Salud y Deportes (MSPyBS). (2025). Informe nacional de salud mental post-pandemia 2020-2025. <https://www.minsalud.gob.bo/informe-salud-mental-2025>.

Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO). (2024). Educación en contextos frágiles: Estrategias socioemocionales. <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000380131>.

Ruiz, M. (2017). Efecto de la adaptabilidad en el rendimiento académico. Revista de Investigación Educativa, 35(2), 345-362. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9001418>.

Siegel, D. (2020). The Developing Mind: How Relationships and the Brain Interact to Shape Who We Are (3ra ed.). Guilford Press.

World Health Organization (OMS). (2025). Mental health in the Americas post-COVID. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240090572>.

Zimbardo, P. (2022). The time paradox revisited. HarperCollins.