

BENEFICIOS DE VIVIR EN EL EXTRANJERO

Introducción

Vivimos en un mundo globalizado e interconectado que ha reducido las distancias entre países, de modo que tardamos menos en movernos en avión de un país a otro que en coche entre ciudades de un mismo país. Si a esto le sumamos que la situación económica y laboral es bastante pesimista en algunos países, que jóvenes generaciones de trabajadores eligen el nomadismo digital como estilo de vida, y que los jóvenes tienen una gran apertura y deseo de conocer, se forma el escenario propicio para emigrar al extranjero por un tiempo. De hecho, en 2017 la ONU reportó que 258 millones de personas vivían en otro país diferente al que nacieron; un aumento del 49% desde el año 2000. De los países europeos, Portugal e Irlanda son los que presentan mayor población local viviendo fuera de sus fronteras (21 y 16% respectivamente), aunque hay que señalar que estos datos son orientativos dado que muchas personas no se empadronan allá donde están (ONU, 2017).

Las personas tenemos una serie de necesidades y cuando el entorno en el que estamos inmersos no las satisface, tendemos a recurrir a otros contextos que satisfagan estas demandas. Sin embargo, este paso no es fácil, ya que supone dejar atrás tu entorno, círculo de personas y aquello que conoces para abrazar la soledad, la incertidumbre, el choque cultural, el miedo a lo desconocido, la barrera del idioma y un cúmulo de dificultades que finalmente quedarán en anécdotas. Por otro lado, vivir en el extranjero supone un escenario inmejorable para descubrir aspectos desconocidos de uno mismo, ampliar horizontes del pensamiento y vivir situaciones imposibles de encontrar en el país de origen que dotarán de un enorme enriquecimiento.

Situación en España

Según el Instituto Nacional de Estadística (INE), el número de personas con nacionalidad española que residía en el extranjero a enero de 2020 se aproximaba a los 3 millones. Sin embargo, se cree que el número real podría rondar los 10 millones, ya que el número de registros de los españoles emigrantes en los consulados se estima inferior al 30%. Como dato, esta cifra ha ido aumentando año tras año desde el 2009, siendo Argentina, Francia, Estados Unidos (EEUU) y Alemania los destinos más habituales a enero de 2020.

Es importante señalar que la población española entre 25 y 39 años lleva varios años con un saldo migratorio negativo (se van más jóvenes de los que regresan), siendo gran parte de ellos jóvenes que han terminado sus estudios y se enfrentan a un mercado laboral precario y estático. En su estudio, Gonzalez y Martínez presentan las principales razones por las que estos jóvenes se van al extranjero una vez terminados sus estudios: mejorar la formación, tener nuevas experiencias, avanzar profesionalmente y encontrar mejores oportunidades de empleo. Los países preferidos de los recién graduados son Reino Unido, Alemania, Francia y EEUU (Gonzalez, C., & Martínez, J., 2018).

Algunos de los indicadores que justifican esta fuga de talento joven se presentan a continuación.

- La Comisión Europea publicó en julio de 2020 la tasa de desempleo joven (menores de 25 años). España tiene la más alta de Europa (41,7%) seguida de Grecia (37,5%). Mientras la media de la UE se sitúa en un 17%, el país con niveles más bajos es Alemania (5,7%).

- De los jóvenes de la UE, los españoles son los últimos a la hora de independizarse. Mientras en Europa un 30% de los jóvenes se emancipa entre los 20 y los 24 años, en España sólo lo hace el 8%.
- Ante la ausencia de oportunidades, muchos jóvenes optan por prolongar sus estudios superiores consiguiendo una sobrecualificación que ha hecho que muchas empresas opten por contratar profesionales menos cualificados procedentes de estudios medios (FP y módulos) a los que retribuir más bajo, aumentando así el desencanto de los primeros.
- España e Italia son los países europeos donde menos se respeta la meritocracia. Según datos de la OCDE (2020), el 60% de los jóvenes españoles encuentran trabajo gracias a su red de contactos. Esto no sucede en países con mayor ética laboral donde a la hora de contratar prima la cualificación académica y profesional, lo que puede ser visto como un insulto a la cultura del esfuerzo.

Beneficios

Abandonar aquello que te es familiar y embarcarte en un proyecto donde reina lo desconocido, la novedad y la incertidumbre, hace que apagemos el piloto automático que llevamos activo en el día a día y pongamos más énfasis en todos los sentidos para ganar un entendimiento del contexto en el que estamos, dotando al presente de una importancia vital.

Los beneficios derivados de este cambio se clasifican en:

Intrapersonales	Salir de la zona de confort
	Aprendes a lidiar con la incertidumbre
	Mayor apertura a la vida. Aflora la curiosidad
	Fomenta el autoconocimiento
	Aprendes a estar en soledad
	Desarrollas nuevas habilidades
	Potencias la creatividad
	Refuerzas la autoestima
	Te conviertes en una persona más flexible
	Mejora la comunicación
	Estimula el pensamiento crítico
	Aprendes a vivir con menos
Interpersonales	Haces amigos de distintas partes del mundo
	Crear comunidad
	Reconoces el valor de la familia

Culturales	Adquieres una mentalidad global
	Cambia la percepción que tienes de tu país de origen
Laborales	Mejoras un segundo idioma
	Amplías el abanico de opciones laborales

Fuente: elaboración propia

A continuación se presenta cada uno de estos puntos desde un enfoque funcional y científico.

Salir de la zona de confort

Abandonar aquello que te es familiar y empezar de cero enfrentándote a barreras como un idioma y cultura nuevos, supone un auténtico desafío en el que uno sale de su zona de confort. Aquí, abrazamos los miedos y la incertidumbre, y buscamos nuevos estímulos más allá de los horizontes que conocemos. Como dijo Neale Donald Walsch, “La vida empieza cuando sales de tu zona de confort”.

Aprendes a lidiar con la incertidumbre

Detrás de la incertidumbre se encuentra el miedo, el cual dificulta la toma de decisiones e impide enriquecernos de la amplia oferta de posibilidades que la vida ofrece. Uno de los grandes beneficios de vivir en otro país es que todo es nuevo, todo está por descubrir y, normalmente, la situación sólo puede ir a mejor; ya que muchos nos vamos con “una mano delante y otra detrás” y nos toca empezar de cero lavando platos o fregando habitaciones por las limitaciones del idioma. Aquí, aprendes a delegar más en la vida, dejando que las cosas sigan su curso y teniendo fe en el futuro disfrutando más del presente.

Mayor apertura a la vida. Aflora la curiosidad

Todo está por conocer y cada día es una nueva oportunidad de descubrir algo nuevo. Al encontrarte sólo, tu nivel de apertura se expande exponencialmente de modo que aumenta la predisposición a conocer nuevas personas, a hacer nuevas actividades e introducirte en nuevos ambientes. Las personas se vuelven más abiertas, y tienen mayor deseo de conocer, explorar y satisfacer su curiosidad por descubrir.

Fomenta el autoconocimiento

Vivir en el extranjero supone un escenario idóneo para conocerte mejor, lo que servirá para darte cuenta de qué es importante para ti y te ayudará a establecer prioridades. Al no tener las mismas cargas que en tu país de origen, tener una red de contactos (inicialmente) más reducida y el hecho de que nadie sabe quién eres ni cuál es tu pasado, la persona tiene más tiempo para sumergirse en sí misma y descubrir más sobre ella. Además, al exponernos a nuevos desafíos y escenarios, descubriremos nuevas facetas de nosotros mismos que desconocíamos, siendo presentes del florecimiento de una persona más completa.

En su estudio, Hajo Adam y sus compañeros concluyeron que las personas que habían vivido en el extranjero ganaron un robusto autoconocimiento en comparación a aquellas que nunca habían salido de su país. Esto se debe a que, al vivir en el extranjero, los individuos tienden a reflexionar más en profundidad sobre su persona, sus valores, creencias y deseos (Adam, H., et al., 2018).

Aprendes a estar en soledad

Son muchos los que inician esta aventura solos, sin nadie al que acudir, por lo que nuestra propia compañía será la más habitual hasta que amplíemos nuestra red de contactos. Aquí, la soledad se vuelve una aliada; comienzas a decidir con la cabeza fría y sin las ataduras de tu país de origen. Si bien en estos momentos las personas extrañamos a nuestros seres cercanos y a aquellos con los que hemos compartido momentos durante años, con el paso del tiempo esta pena va aminorando, ya que conectamos con lo que está realmente cerca o simplemente nos centramos en proyectos personales.

Desarrollas nuevas habilidades

Al enfrentarnos a escenarios novedosos por nosotros mismos, nos forzamos a absorber conocimiento, desarrollar habilidades y ganar competencias que nos faciliten adaptarnos y prosperar. Como ejemplo, muchas de estas personas se convierten en individuos proactivos que buscan el cambio, más que reaccionar ante él.

Potencias la creatividad

El conocimiento de diferentes culturas, mentalidades y estilos de vida hace que los individuos ganen una visión más global que les hará ser más creativos. Además, las experiencias vividas fuera son una fuente de inspiración que ayudarán a pensar más allá de lo tradicional.

William Maddux y su equipo señalan que las personas con experiencia internacional son más creativas y resolutivas ante los problemas. En su estudio, 220 estudiantes de MBA fueron sometidos a la resolución del problema de la vela de Karl Duncker. Mientras el 60% de las personas que habían vivido en el extranjero resolvieron el problema, sólo el 42% de los que no habían salido de su país de origen lograron resolverlo (Maddux, et al., 2010).

Refuerzas la autoestima

El crecimiento dado durante el periplo en el extranjero se debe a los desafíos enfrentados, a la valentía y determinación por prosperar, a la fuerza por continuar a pesar de las adversidades y a la superación constante ante las distintas barreras (idioma, cultura, uno mismo, dinero, etc). Sin duda, la persona sale reforzada de este viaje; aumentando así su autoestima, convicción en su capacidad y su amor propio.

Te conviertes en una persona más flexible

El proceso de adaptación al nuevo país y cultura, requiere flexibilidad, tolerancia y apertura. El hecho de trabajar o compartir casa y aula con personas procedentes de otras partes del mundo, nos obliga a regular nuestro comportamiento y respetar las costumbres ajenas para fomentar una coexistencia exitosa. Como dice Daniel Goleman (1988), uno de los padres del concepto de Inteligencia Emocional, “en un mundo tan cambiante, encontramos que la flexibilidad, la posibilidad de adaptarse al cambio, es más importante que la experiencia”.

Mejora la comunicación

Cuando no se domina un idioma y la persona tiene que expresarse, buscará la forma por manifestar su opinión, normalmente acudiendo al lenguaje no verbal. Además, al no dominar el idioma, mediremos más nuestras palabras y elaboraremos frases más sencillas y directas, sin dar rodeos. Trataremos de decir mucho con pocas palabras. Nos convertimos en comunicadores más concisos y directos.

Estimula el pensamiento crítico

Vivir en el extranjero se ha relacionado con factores cognitivos que estimulan el pensamiento crítico. Al enriquecernos de distintas culturas y mentalidades, ganaremos una perspectiva más global que hará que ampliemos los horizontes del pensamiento y logremos conexiones entre conceptos aislados (Maddux, W., et al., 2013). Tal y como dice Christopher Hitchens, “la esencia de la mente independiente no radica en lo que piensa, sino en cómo piensa”.

Aprendes a vivir con menos

El hecho de hacer varias mudanzas nos enseña que tenemos más de lo necesario y vamos cargando cosas banales. Es aquí cuando tomamos conciencia de lo que realmente necesitamos. Cada vez son más las personas que prefieren invertir en experiencias y recuerdos antes que en bienes materiales. Ante ello, nos volvemos menos materialistas y disminuyen nuestras preocupaciones.

En su estudio conductuado durante 20 años, Thomas Gilovich, profesor de la Universidad de Cornell, extrajo la siguiente conclusión: la felicidad de invertir en bienes materiales es menos duradera que la de invertir en experiencias. Esto se debe a que las experiencias definen nuestra identidad, cosa que no hacen nuestras posesiones.

Haces amigos de distintas partes del mundo

Vivimos en un mundo globalizado donde la diversidad cultural nos rodea. No obstante, hay países donde esto es más abundante dada la mayor oferta para prosperar, su marco colonial o el mero hecho de hablar un idioma globalmente aceptado. Una de las ventajas de esto es que diariamente llegan nuevas personas a un nuevo país para iniciar un capítulo de sus vidas, ya sea por trabajo, estudios u otros. Ante ello, las personas se suelen mostrar más abiertas a conocer gente de distintas partes del globo para satisfacer su necesidad de socializar.

Crear comunidad

Querer y sentirse querido. Cadena de servicio; ayudar y ser ayudado. Durante esta aventura, son muchas las personas que han pasado por las mismas dificultades previamente (falta de empleo, dinero, confusión o soledad) y se muestran encantadas de ayudar. Viviendo fuera hay un sentido de camaradería y comunidad que, raramente, se encuentra en tu país de origen; una fuerza y apertura que hacen que uno refuerze su compromiso social y su fe en individuos aislados (no en la sociedad como conjunto).

Reconoces el valor de la familia

Aunque depende de cada persona y su entorno familiar, es muy habitual en los viajeros el reforzar su vínculo familiar. Estando fuera nos damos cuenta de todas las coberturas que teníamos y todo ese amor desinteresado. La familia permanece siempre expectante a cada movimiento para tratar de ayudar incluso desde la distancia. La familia emerge como un continuo elemento facilitador y de apoyo, lo que refuerza nuestra concepción en la importancia de la familia y hace que les veamos con otros ojos.

Adquieres una mentalidad global

Lidiar con comunidades de todos los rincones del mundo (cada una con diferentes culturas, costumbres y concepciones) hablando un idioma diferente a nuestra lengua materna, supone abrazar la diversidad y la multiculturalidad, y adquirir un perfil internacional. Esto nos ayuda

a convertirnos en personas más flexibles, tolerantes, abiertas, creativas y empáticas. Mark Twain, en su libro “The innocents abroad”, describe lo que implica salir a conocer nuevas formas de percibir el mundo; “viajar es un ejercicio con consecuencias fatales para los prejuicios, la intolerancia y la estrechez de mente”.

Cambiará la percepción que tienes de tu país de origen

Si bien hay muchas razones para emigrar al extranjero, una de ellas se basa en la poca afinidad y conexión que encontramos con nuestro país. Sin embargo, es curioso cómo, a raíz de irse, uno extraña su país, y se da cuenta de todo su potencial y atractivo, e incluso pensará qué puede llevar para mejorarlo. Por otro lado, también es cierto que muchas personas no tienen esa sensación y seguirán renegando de su país vayan donde vayan. Aquí, es importante diferenciar entre gestión política de un país y el país como tal, con su gente, cultura, tradiciones, paisajes, alimentación, meteorología, y otros factores que determinan su atractivo.

Mejoras un segundo idioma

Es de esperar que al emigrar a un país con una lengua diferente a la propia, la persona haga un esfuerzo por aprender este idioma que facilite su integración. Cuanto mayor sea el dominio del idioma, mayores las posibilidades de interactuar con gente local e internacional, de encontrar un trabajo más cualificado con mejores condiciones y, sobre todo, de enriquecerse en mayor medida del entorno. Son muchos los estudios que han demostrado que aprender una nueva lengua supone un aumento de tamaño del cerebro; en concreto la zona del hipocampo y ciertas regiones de la corteza cerebral (Martensson, J., et al., 2012).

Amplías el abanico de opciones laborales

En los tiempos actuales, tener un amplio conocimiento del mercado laboral es una faceta esencial para saber detectar nichos, así como mercados potenciales y en declive. Aprenderemos a identificar los indicadores que determinan la dirección de un mercado en términos de atractivo y oportunidades. Además, al hablar otras lenguas tendremos acceso a nuevos mercados y lograremos diferenciarnos. Otro punto a destacar es que el hecho de conocer otras culturas facilitará una aclimatación más exitosa a ambientes de trabajo internacionales. Por último, se ha demostrado que las personas que viven una temporada en el extranjero tienen más claros sus planes de carrera y aspiraciones laborales (Adam, H., et al., 2018).