

Ciclo Duelo y Culpa. Quipú.2013

Duelo en la inmigración

Estela Arriagada

Gracias en primer lugar a Pilar Cano por la invitación a participar en este ciclo y a Quipú por facilitar que este encuentro también se preste para la presentación de mi publicación acerca de la cual, si surgieran preguntas, podremos hablar más en el debate.

Por ahora, abordaré aquí una parte de mi trabajo que es lo que nos convoca: la que concierne al duelo migratorio.

Quisiera empezar centrando el grupo de población al que nos vamos a referir.

Al igual que ha sucedido en otros muchos países, España atravesó distintas coyunturas económicas y políticas que le llevaron en distintos momentos de su historia a ser país de emigración hasta que la deriva de los tiempos colocó al país entre 1980 y 2010 como el primer receptor de inmigrantes de la UE y hoy, en este momento de crisis económica global, la vertiginosidad de los cambios vuelve a situar a un número considerable de españoles frente a una realidad que se consideraba superada: la de volver a ser un emigrante. Hoy se van los universitarios pero no únicamente, aunque el maniqueísmo con el que suele tratarse la cuestión migratoria en los medios, esté llevando a decir que llegaron los pobres y se van los mejores. En cualquier caso, ésta no es la cuestión que nos ocupa. Emigrantes son todos con titulación o sin ella y los avatares internos de sus procesos migratorios tienen denominadores comunes, por ejemplo, el duelo.

Hoy más que nunca, la extranjería es una cuestión intercambiable. Como dijo Tzvetan Todorov en 2008 en su discurso de aceptación del Premio Príncipe de Asturias de Ciencias Sociales, *“al albur de un destino incierto, cada uno de nosotros es un extranjero en potencia”*. Por lo tanto considero que es un buen momento para reflexionar sobre lo que se juega en términos emocionales en el sujeto que emigra, no sólo porque ahora en la clínica nuestro paciente puede ser el extranjero o serlo sus hijos, sino porque tal vez alguna vez regrese el español que ahora se está yendo (700.000 según un estudio de marzo de este año la investigadora del CSIC, Amparo González Ferrer) o lo hagan más adelante sus hijos y estos españoles también habrán resultado marcados por la condición de extranjería, de haber sido en algún lugar, el *otro*.

Migrar supone ir al encuentro de mejores condiciones de vida, de nuevas oportunidades y vivencias. Pero también migrar es alejarse y, de algún modo, perder lo propio.

Por eso colocamos a la migración en el marco de la crisis, concebida ésta como ruptura con la trayectoria que hasta el momento se estaba viviendo y semejante en este sentido a otras crisis evolutivas por las que transita todo sujeto: la adolescencia, la edad media de la vida etc. Se trata de períodos de clivaje especialmente sensibles al existir la posibilidad de superarlos reorganizando la personalidad y enriqueciéndola con ello, o bien que la perturbación que sufren los mecanismos propios de regulación haga que éstos se vean afectados de una manera prolongada o permanente.

Con independencia de que la decisión haya sido libre u obligada, para todo sujeto la ruptura migratoria irá acompañada de estados afectivos básicos que pueden presentarse con mayor o menor acceso a la conciencia: el dolor por lo que se pierde, la culpa por lo que se está abandonando y la ansiedad frente a lo desconocido (cuyo alcance dependerá del grado de tolerancia a la frustración de cada sujeto). Esto es lo que se pondrá en juego en cada migración. Son las consecuencias de la decisión de emigrar que convendría que todo sujeto reconociese en su carácter de ambivalencia oscilante.

En *Duelo y melancolía* dice Freud: *“El duelo es por lo general, una reacción a la pérdida de un ser amado o de una abstracción equivalente: la patria, la libertad, el ideal etc. (...) se trata de un estado que le impone (al sujeto) considerables desviaciones de su conducta normal”*.

El emigrante está llamado a transitar el proceso de duelo con sus sentimientos de pesar y abatimiento, de inhibición y restricción del yo, pero junto a esto debe incorporar lo nuevo que encuentra. Esto hace que su duelo en realidad no desaparezca nunca del todo ya que la pérdida es vivida, en realidad, como confusa y ambigua. Por ello, el duelo migratorio podría considerarse un síndrome en tanto abarca un conjunto de representaciones mentales y de vivencias ambivalentes.

En este mismo trabajo y acerca del trabajo de duelo dice Freud: *“El examen de la realidad ha mostrado que el objeto amado no existe ya y demanda que la libido abandone todas las ligaduras con el mismo”*. Pero la peculiaridad de la experiencia migratoria consiste en que todo lo que se pierde permanece. Quien ya no está es el sujeto, y porque siempre es posible fantasear con recuperar lo que se perdió, es que todo ello se encuentra intensamente presente en el mundo interno del emigrante.

En la etimología de la palabra nostalgia encontramos que se trata de un dolor (*algia*) disparado por un deseo insatisfecho de retorno (*nostos*). Sin embargo, la nostalgia del inmigrante no se ciñe a este deseo insatisfecho.

Puede extenderse a cualquier objeto, persona, rasgo o marca vinculada a los orígenes que en un momento puntual “regresa” sensorialmente desde el pasado: ...un perfume, el olor de una especia, una melodía, el recuerdo que despierta un libro o una fotografía....

La memoria disparada por el estímulo externo desembocará en una emoción no necesariamente angustiada, aunque otras veces podrá vivirse como un ataque sorpresivo cuando el estímulo que lo provoca no accede inmediatamente a la conciencia.

En este sentido, es interesante asociar que la palabra añorar proviene del catalán *enyorar*, vocablo que deriva a su vez del verbo ignorar: “A la luz de esta etimología, dice Kundera, la nostalgia se nos revela como el dolor de la ignorancia”¹

También hay que decir que este duelo no es un proceso lineal ni uniforme y se vivirá de manera distinta dependiendo no sólo de la intensidad afectiva con la que el sujeto se hubiera vinculado a lo perdido, sino del modo en que hubiera superado otras pérdidas vividas en el pasado.

En la mayoría de los casos, este duelo sólo requerirá acompañamiento y contención pero según sean sus características y la propia situación en que se encuentra el sujeto, podría derivar en patológico.

Si nos centramos en las pérdidas, pocas abarcan un campo tan amplio de la vida de las personas como los que tienen lugar con la migración. El adiós es a la tierra – como metáfora de los antepasados-, a los vínculos afectivos, y en muchos casos, a la lengua, en suma, a esos primeros lazos del individuo con el exterior que han actuado como estructurantes de su identidad. El adiós también es a una cultura que incluye sabores, sonidos, clima, que le son propios; y también el adiós es a un grupo nacional de referencia que le otorga pertenencia.

- La familia y los seres queridos:

El duelo migratorio comienza –en realidad debe hacerlo – en el país de origen. Los preparativos del viaje constituyen la puerta de entrada al proceso de duelo. Para comenzar a hablar de las pérdidas ligadas a los seres queridos tenemos que comenzar aludiendo al ritual necesario de la despedida.

Aunque algunas personas mantienen a distancia las intensas emociones que tienen lugar en la despedida implementando mecanismos como el aislamiento o la negación, y aunque por momentos estos sentimientos dolorosos se diluyan por las expectativas puestas en el país de destino, lo cierto es que la despedida es un ritual imprescindible, como lo es en todas las situaciones que implican el cierre de una etapa porque constituye la frontera entre la unión y la separación. Es un rito protector, dice Grinberg, porque favorece que fluya el afecto y el deseo de volver a verse.² Después de todo, como dice esta inmigrante: “...el que echa a perder sus despedidas poco puede esperar de los reencuentros.”³

Es interesante saber que, en el pasado, era frecuente que los inmigrantes pasaran su tiempo libre en los puertos y en las estaciones de tren. Estos enclaves que habían sido puntos de partida para los europeos según si su destino migratorio era América o era otro país europeo, parecían constituir para el individuo el marco idóneo para desplegar la nostalgia. En los puertos y en las estaciones la gente se despide y se reencuentra y este paisaje de despedida

¹ Kundera M.: *La ignorancia*. Barcelona, Tusquets, 2000.

² Grinberg L. y R.: *Migración y exilio. Estudio Psicoanalítico*. Madrid, Biblioteca Nueva.1996.

³ Kundera M.: *Ibid*.

tranquilizaba porque era compartido ya que, como se sabe, vivir el dolor en compañía suele disminuir la vivencia de duelo.

Cuando la despedida no es posible, como en el caso de los exilios forzosos, el proceso de duelo queda bloqueado y en tal estado, corre el riesgo de cronificarse.

El duelo migratorio por la familia presentaría matices diferenciales de acuerdo al momento histórico en que se produce la migración.

Berger y Mohr en un libro muy interesante titulado *Un séptimo hombre*, donde analizan las migraciones dentro de Europa en los años 60 dicen que en las migraciones del siglo XIX y parte del XX, la partida... *“equivalía en cierto modo a la muerte. Y tras un período de duelo, tanto el emigrante como los que había dejado atrás consideraban que su presencia en el nuevo y lejano país era otra vida.”*⁴

La comunicación epistolar, cuando existía, era escasa y situaba al ausente en la memoria de la familia “en otra vida”, concepto muy cercano a la muerte. En estas condiciones, el duelo por esta especie de muerte, recaía sobre la familia del emigrante.

Aún cuando la migración se produjera dentro del mismo país, las dificultades que planteaban los traslados, daban a las distancias unas dimensiones muy diferentes de cómo hoy las concebimos y, por tanto, la comunicación epistolar también reavivaba el duelo en el que había emigrado.

No siempre las noticias que le llegaban eran buenas ya que, en algunos casos, la comunicación se limitaba a trasladarle sólo los grandes acontecimientos negativos que sucedían en su ausencia. En estas situaciones la llegada de una carta suponía la anticipación de la reactualización del dolor.

Cuando surge la posibilidad del contacto telefónico, este medio es utilizado, generalmente, en casos excepcionales. Al igual que sucedía en algunos de los contactos epistolares, resultaba motivo de sobresalto: para que se produzca esa llamada, algo muy importante tiene que haber ocurrido. Además, como decía esta inmigrante: *“¿Cómo es posible que sigan viviendo, que sigan hablando?”*⁵ La comunicación era tan esporádica que la ausencia, sentida como muerte, generaba una profunda extrañeza por la sensación de tiempo detenido que deriva de una historia común que no es compartida.

Hoy el contacto a través de Internet permite una comunicación constante que tiene aparentemente la ventaja de poder seguir el curso de los acontecimientos en tiempo real pero esta “cercanía virtual” puede obstaculizar la elaboración del duelo para los familiares y, especialmente para el inmigrante, ya que cada nuevo contacto lo reactiva. Esta situación se da sobre todo para el que no está en condiciones de reencontrarse con la familia en el corto plazo. El duelo requiere de la ausencia y la inmediatez de la actual comunicación puede llevar a negar el aislamiento y también a alimentar la culpa, sobre todo si lo que se ha dejado atrás son padres enfermos o ancianos o hijos pequeños.

⁴ Berger J. y Mohr J.: *Un séptimo hombre*. Madrid. Huerga y Fierro.2002.

⁵ Lahiri J.: *El buen nombre*. Barcelona. Planeta.2004.

Cuando el inmigrante proviene de una cultura donde las familias son extensas y funcionan con un alto grado de cohesión grupal se comprende la intensa soledad que pueda experimentar. Esto resulta especialmente difícil para el inmigrante en situación irregular que se ve impedido de viajar para ver a los suyos o de poder reagruparlos, Aquí la ausencia de los seres queridos es impuesta y, por lo tanto, el dolor más acusado.

En ocasiones y por diversas razones, el inmigrante no tiene fuerzas para abordar el duelo por los seres queridos y frente a ello puede responder mediante mecanismos como la negación, la racionalización o la idealización, Así, al separar la idea del componente afectivo se evita el contacto entre ambos y de este modo se consigue una especie de anestesia emocional. El riesgo aquí es diferir el duelo y mantenerlo en estado latente. Por ello, estos mecanismos pueden resultar un obstáculo tanto para la superación del duelo como para conseguir una integración efectiva en el país de destino.

Pero si existe un escenario especialmente dispuesto para favorecer la nostalgia y la regresión emocional es el que constituyen las fiestas de tradición familiar: Navidad para los cristianos o El Eid para los musulmanes. La memoria se retrotrae a la infancia donde aún no estaban presentes las luces y las sombras que dan carácter a estas fechas en el mundo adulto y acaba confrontada con la carencia. Obviamente, también para la familia que permanece en el país de origen, la Navidad revive el duelo por la ausencia.

En cuanto a los que quedaron en el país de origen, no cabe duda que la migración de uno de los miembros implica siempre una conmoción en la estructura familiar. Estas personas deben transitar su propio duelo y tanto las características del mismo como su duración estarán ligadas a la calidad del vínculo existente con el que se fue. Los sentimientos pueden ser de vacío, de hostilidad, de envidia etc. La partida puede vivirse depresivamente si se experimenta abandono o con culpa por no haber tenido posibilidad de retenerle o por haber hecho algo mal y “haberle expulsado”. Los sentimientos también pueden ir desde el resentimiento hacia el país que “los empuja” a marcharse hasta la culpa por no haber contribuido a la creación de un país mejor que hubiera retenido a los hijos.

Puede darse el caso de que un miembro condense el sufrimiento de todo el grupo que entonces se vuelca hacia el que manifiestamente sufre más y éste suele ser un niño que se muestra más triste o irritable o con problemas escolares, de alimentación, sueño etc.

Cuando se produce la muerte de algún familiar que permanece en origen, el duelo del inmigrante se acrecienta. Si se trató de una muerte inesperada, lo inmediato es la aparición de sentimientos de culpa y la desazón de no poder incluirse en el duelo colectivo. En estos casos, desde el enfoque sistémico, Celia Falicov⁶ recomienda lo que llama *rituales terapéuticos de sanación* consistentes en recrear algún tipo de ceremonia de duelo en el país de destino como un catalizador de sentimientos y pensamientos dolorosos. El rito en el duelo es una forma de unir lo concreto con lo metafórico, otorga contención

⁶ Falicov C.: *Migración, pérdida ambigua y rituales*. VII Congreso Nacional de Terapia Familiar de la Asociación Mexicana de Terapia Familiar. Octubre de 2001.

emocional y alivia el sufrimiento al tiempo que ofrece una ligazón imaginaria con el ritual establecido por la familia de la que se está ausente.

Cuando la familia emigra en su totalidad, lo que se juega es la contención emocional de sus miembros y el refuerzo de la identidad grupal siempre que la conmoción migratoria no haga tambalear los cimientos de la estructura. Y dentro de esta estructura familiar están los individuos: adultos, niños, adolescentes, ancianos, cada uno con su propio proceso evolutivo que aportará matices vivenciales distintos para un mismo proceso. Para cada uno de los integrantes, la migración supondrá ganancias o renunciaciones diferentes según haya sido su decisión o participación en el proceso y según las limitaciones que deriven del proceso evolutivo de cada uno.

Al igual que sucede en el plano individual, para la familia también la migración implica desamparo porque trastoca los parámetros de contención emocional del grupo desde el momento en que desenchaja el marco espacio-temporal, en muchos casos el desempeño de roles y coloca a los adultos en un estado que, aunque sea de modo breve y transitorio, hace que no siempre estén en condiciones de garantizar la estabilidad con la que se contaba. Es el ingreso en un estado de desequilibrio que requerirá de una reorganización que no siempre se producirá, y obviamente, si la vida conyugal o familiar es conflictiva, la migración agudizará los problemas.

Por tanto, se abre para la familia una etapa de incertidumbre donde se encontrará sujeta a cambios y a dificultades y donde la atención destinada al bienestar de cada uno de sus miembros habrá de sumarse a lo que implica conseguir como grupo una relación con el medio exterior. Como toda familia se enfrentará a un mandato doble que según cómo se gestione generará o no conflictos: el de estar juntos y el de garantizar la individualidad de sus miembros. En ocasiones, el desamparo lleva a inclinarse sobre el primero de estos aspectos en un movimiento que busca garantizar "lo permanente", lo cual puede dar lugar a conflictos que se sumen a los que corresponden a los eventuales choques generacionales. En este sentido, si la migración coincide con crisis evolutivas como la adolescencia de los hijos, la familia debería contar con recursos para discriminar los ámbitos y evitar confundir las realidades (por ejemplo colocando en la migración la responsabilidad de un desequilibrio que no le corresponde en forma absoluta) para poder enfrentar así el problema del modo más conveniente.

Del duelo de los padres dependerá la elaboración que los hijos hagan del suyo y aquí la comunicación es la clave, porque compartir las vivencias migratorias hace trama en la unidad familiar.

Los hijos, incluso los más pequeños y antes de que se concrete el proyecto, deberían disponer de palabras acerca de lo que va a ocurrir. Aunque las decisiones últimas sean cosa de los adultos, éstos tendrían que ayudarles a elaborar un discurso sobre la pérdida.

Aún así, el niño pequeño podrá encontrarse más irritado en su conducta o su angustia traducirse en patología psicósomática sobre todo si la madre atraviesa un duelo dificultoso y el niño encuentra afectada la confianza básica en ella.

Por otra parte, como sucede en lo individual, también algunas familias pueden defenderse del duelo tendiendo a negar lo que se juega en términos emocionales y exponiendo sus expectativas como la pura ganancia de conocer cosas nuevas y enriquecerse con ello. Esta actitud puede abrir el campo a la aparición del síntoma en el miembro en el que se concentra el malestar, dolor que puede acabar traducido como algo que es exclusivamente suyo (porque es difícil por temperamento, por caprichoso, porque siempre avinagra la fiesta.) Cuando la familia es aglutinada, los distintos ritmos en el proceso de duelo pueden ser vistos como una muestra de deslealtad o una amenaza de desequilibrio, y, por su parte, el emergente sintomático de la negación grupal, puede experimentar la incomodidad o la culpa por sus propios sentimientos.

- La tierra:

Otro duelo concierne a la tierra porque da cuenta del lugar en que se ha nacido- y a algo de la madre se alude aquí- y además alude a los antepasados, simbolizados en las “raíces”.

El duelo por la tierra abarca no sólo lo que ésta simboliza. También está referido a las condiciones concretas de temperatura, humedad, luminosidad, olores y colores específicos de su naturaleza. Todo organismo requiere de un tiempo de adaptación a un nuevo clima, pero no se trata sólo del cuerpo. Se trata de características que están asociadas a unas vivencias sensoriales concretas ligadas estrechamente a la identidad.

Del mismo modo que sucede con los vínculos familiares, el lugar que la tierra ocupa para el inmigrante adquiere, desde la pérdida, una dimensión de la que tal vez carecía estando en el país de origen. “*La patria es esto que se siente en el exilio.*”⁷ dice una inmigrante.

Mientras tenga lugar este duelo por la tierra, el inmigrante podrá buscar en el nuevo entorno – como una vía además de buscarse a sí mismo – las señas de identidad que le vinculan a su país, pero el duelo por la tierra pasa por aceptar que los elementos constitutivos del paisaje son, para siempre, otros.

El sujeto buscará también en los periódicos locales las noticias de su tierra, con la pretensión de seguir tomando el pulso a los acontecimientos como si nunca se hubiera ido. Para muchos inmigrantes, la búsqueda de noticias da un resultado nulo. Es como encontrarse con la prueba de que su país es insignificante en el contexto internacional. Frente a la decepción el sujeto puede preguntarse: ¿y si yo también lo hubiera abandonado por insignificante? La respuesta emocional a la pregunta podría dar lugar a dos reacciones diferenciadas relacionadas con su ambivalencia afectiva en la relación con su país: Si predomina el amor, es posible que aparezca la culpa (por ser un “mal hijo” que abandona su tierra por insignificante). Si lo que predomina es el rechazo, puede aparecer una suerte de resentimiento revanchista (frente a la “madre mala” que, por su insignificancia, obliga a los hijos a irse y, por tanto, merece ser abandonada).

⁷ Serrano I.: *Aves migratorias*, (en Inmenso estrecho II- varios autores). Madrid, Kailas, 2006.

Cuando las condiciones socioeconómicas de vida son un problema para el propio inmigrante, o en el caso de los exiliados o refugiados, puede reforzarse la añoranza por la tierra. Es en este contexto cuando más se agudiza e idealiza su condición de “madre” en tanto entorno familiar, conocido y protector.

Otro escenario propicio para la idealización de la tierra es el que puede derivar de un proyecto migratorio inexistente, es decir, de una migración que se ha decidido de manera impulsiva, sin que diera lugar a la necesaria preparación del proceso de duelo.

También la tierra puede acabar sujeta a un proceso de idealización cuando el sujeto no ha asumido, ni por tanto resuelto, el sentimiento de culpa de haber abandonado a los suyos.

- La cultura:

Aunque no siempre lo sabemos, todos llevamos el peso de la historia de nuestro país de origen traducido en mitos (acerca de las causas y de la importancia de nuestras señas culturales) así como en códigos propios que nos permiten sentirnos parte de un conjunto.

Algunos de los rasgos vinculados a la cultura que se sintetizan como “lo familiar”, que se dejan atrás con la migración y que, por tanto, también están sujetos a un proceso de duelo son los hábitos, los valores, los mitos, las modas, el sentido del tiempo, las formas de socialización, la música, la alimentación.

De estos rasgos culturales hay algunos menos sujetos al proceso de duelo ya que la globalización ha generalizado lo que eran las pertenencias culturales, y en el proceso ha debilitado sus fronteras simbólicas. De este modo, al extender a las comidas (y también a las músicas) el carácter de bienes de consumo, se ha conseguido una especie de anestesia en el duelo por estos aspectos de la cultura.

Se diría que, de todas las pérdidas que abarca la cultura, tal vez la más significativa esté vinculada a los modos sociales de relación (el uso del tuteo, por ejemplo, lo que para algunos es ruido y para otros no, el uso de los espacios de socialización etc.)

- La lengua materna

Sabemos que las palabras intercambiadas con las otras personas con las que compartimos la misma lengua materna, el mismo marco cultural, los giros idiomáticos, las metáforas, los sobreentendidos, el ritmo y el acento etc. que nos son comunes, marcan nuestra pertenencia espacial a una región, a un país. Cuando la persona se despide de este entorno común y abandona, aunque sea parcialmente la lengua materna, se transforma en un extranjero. Después de la diferencia étnica, la lengua es lo que más claramente coloca al inmigrante en la posición de *otro*, de extranjero.

El duelo por la pérdida de la lengua materna queda inaugurado cuando se encuentran dificultades para comprender y para expresarse, cuando el código común se ha perdido y ya no existe el sobreentendido.

El extranjero está obligado a afrontar la frustración que supone articular de un modo diferente y producir así, efectos en el interlocutor. La frustración en estos casos puede dar lugar a la irritación, a la vergüenza o a la culpa.

Es evidente que para un adulto el aprendizaje de otro idioma no resulta sencillo, pero frente a ello, puede suceder que el sujeto soporte mal la frustración, por vivir su condición de otro desde la vergüenza o la desventaja y empeñándose en entender rápidamente lo que aún no puede, se resista a atravesar estas dificultades, obstaculizando así no sólo el duelo por la lengua sino también generando conductas de inhibición social que harán más dificultosa la futura integración.

En la resistencia de algunas personas en el aprendizaje del nuevo idioma puede aparecer la fantasía de que la "nueva lengua" contribuya a borrar de la memoria la "lengua de origen". Evidentemente, el idioma materno no se abandona nunca. Mantiene su existencia en otro plano y se despereza cuando la persona se comunica con los suyos y también cuando actúa desde situaciones limitadoras de la plena conciencia como en el sueño o en un estado de fuerte irritación.

En tanto existe la barrera idiomática entre él y los nativos, el inmigrante la vivenciará como el muro invisible que le aísla de los demás, que obstaculiza su deseo de vincularse, de darse a conocer y de ser reconocido y aceptado.

No cabe duda de que con la llegada del *otro*, la sociedad de acogida debe enfrenar su propio duelo: el de la pérdida de la "pureza cultural".

En el encuentro con el inmigrante, los autóctonos aportan sus propios puntos de partida. Para algunos puede suponer la fascinación imaginaria por el "exotismo" de la diferencia, pero para quienes intentan preservar sus valores con el propósito de que permanezcan estáticos, la presencia del *otro* puede suponer una amenaza de desestabilización de la propia identidad grupal ya que lo distinto, como demostró Freud, atenta contra la integridad narcisista.

Es indudable que para favorecer en el inmigrante la resolución del duelo por la lengua materna, contribuiría la disposición del nativo para abrirse a nuevos modos de decir y llegar juntos a una comunicación efectiva, ya que cuando el inmigrante tiene la posibilidad de eludir la soledad de la incomunicación, experimenta lo que más busca que es la tranquilidad de la aceptación, la inclusión y la pertenencia.

- Los roles sociales y los grupos de pertenencia

Tal vez sea el vínculo social de la identidad - el que otorga el sentimiento de pertenencia - el que resulte más impactado en la migración, ya que los cambios más significativos que experimentará el inmigrante tendrán que ver con el entorno. Él allí es el *otro*.

Los semejantes, en tanto espejos en los que reconocerse, no están. El sujeto ha perdido todos o algunos de los roles sociales que ocupaba en los grupos a los que pertenecía: el de hijo, el de amigo, el de compañero de trabajo, el de profesional, etc. Ninguno de estos grupos humanos existe ahora para reconocerlo y confirmarlo en su existencia. Todo es desconocido y el inmigrante es, a su vez, un desconocido para su entorno.

Cuando existen familiares o amigos que reciben, la transición por este desconcierto inicial se hace más llevadera. Pero aún cuando no se presenten estas facilidades iniciales, el inmigrante buscará a “los suyos” con la pretensión de recuperar el sentimiento de pertenencia.

Reunirse alrededor de la comida y de la música que son comunes, vincularse a través de los espacios religiosos, es un modo de recuperar las huellas culturales más tempranas, de experimentar una suerte de comunión con otros que son percibidos como iguales. Pero muchas veces estos encuentros acaban teñidos con la nostalgia de todos. La reactualización en el recuerdo común de lo perdido, aviva el dolor del duelo y el inmigrante puede reaccionar con una respuesta evitativa a estos encuentros. Sin embargo, la memoria en grupo actuaría también como garante en su elaboración. Tal vez esta reacción se vincule a que – como dice Bion⁸ – los individuos esperan obtener cierta satisfacción del grupo que constituyen, deseo que estriba en la búsqueda de una intimidad que el grupo, por sus propias características, no puede satisfacer plenamente, lo que da lugar a sentimientos de frustración.

Pertenecer al mismo país de origen no salva siempre las distancias que separan a los individuos entre sí, pero la soledad del inmigrante, sobre todo en los primeros tiempos, la imperiosa necesidad de vínculo social, le puede llevar a negar estas diferencias.

Más tarde o más temprano, este *nosotros* se revelará ilusorio para el sujeto porque la identidad no sólo está compuesta de las señas culturales del grupo en que se ha nacido. También cada uno lleva consigo antecedentes socioculturales o socioeconómicos que se traducirán en diferencias educativas o ideológicas que darán lugar a variaciones en las oportunidades y en las expectativas. Así, del grupo de connacionales pretendidamente homogéneo, comenzarán a desprenderse evidencias de la existencia de los subgrupos sociales preexistentes, poniéndose en juego lo que en psicoanálisis se define como el *narcisismo de las pequeñas diferencias*.

No cabe duda de que para quien mantiene la ilusión de que la pertenencia al mismo grupo nacional diluye las diferencias, comprobar que no es así puede generar un intenso sentimiento de frustración.

Con el tiempo, el inmigrante encontrará su pertenencia en un subgrupo que excluirá al/los otro/s y sus sentimientos estarán vinculados a la posición de superioridad o inferioridad que se adjudique respecto a las características y oportunidades que le asigne al/los otro/s subgrupos.

El fin del duelo

El grado de elaboración de la ambivalencia en cada sujeto definirá el acceso o no a la integración. El esfuerzo que implicaría este proceso se conoce en sociología como estrés aculturativo donde la necesidad de aprender el nuevo idioma, costumbres y códigos culturales nuevos - a menudo incoherentes con los propios - y asumir cambios en los roles familiares y

⁸ Bion W. R.: *Experiencias en grupos*. Buenos Aires, Paidós, 1974.

laborales pueden transformarse en estresores cotidianos de importancia. El estrés aculturativo condensa un esfuerzo doble: el que implica soportar el dolor por lo que se ha perdido a la par que es necesario responder a las exigencias implícitas de la incorporación al nuevo medio.

Se estima en dos años el tiempo en que el sujeto se encuentra sometido a los efectos de las perturbaciones del ánimo propias del duelo, tiempo que variará dependiendo de los asideros afectivos con los que cuente y que actúan como factores protectores (como la existencia de una red familiar o social, el apoyo de los que permanecen en el país de origen, las facilidades para establecerse que brinde el exterior...) pero fundamentalmente se trata de un tiempo que variará según sea la capacidad de resiliencia⁹ de cada uno, es decir, la habilidad para recuperarse de las situaciones difíciles reconstruyendo la propia vida y saliendo fortalecido del proceso. Esta capacidad está directamente relacionada con la estructura de la personalidad del sujeto, la fuerza de su yo, su capacidad para soportar la frustración, la forma en que se ha enfrentado a sus dificultades previas a la migración, el modo en que en su entorno se han gestionado las pérdidas (si se han negado o demorado) y la disponibilidad que le brinden sus propios mecanismos defensivos de hacer conscientes las vivencias que atraviesa para integrarlas dentro de la normalidad de su situación.

Dice Dufourmantelle: *“Cuando entramos en un lugar desconocido, la emoción sentida es casi siempre la de una indefinible inquietud. Luego comienza el lento trabajo de domesticación de lo desconocido y poco a poco el malestar se esfuma (...)...el pensamiento es por esencia una potencia de dominación. No para hasta encauzar lo desconocido a lo conocido, hasta fragmentar su misterio para hacerlo suyo, aclararlo. Nombrarlo.”*¹⁰

La integración está plenamente establecida cuando el sujeto siente que su historia personal es una sola aunque ligada siempre a los diferentes contextos. Cuando adquiere el sentimiento de coherencia¹¹ asumiendo una identidad dual, bicultural, que ha superado los conflictos de lealtades y que se instala con vocación de permanencia, a condición de no olvidar que la escisión entre ambas patrias es y será una marca ineludible.

Como ya hemos apuntado, jugará un papel clave en este proceso la previa elaboración del proyecto migratorio y la consistencia del mismo. Mientras menor sea la consistencia del proyecto, mayores dificultades encontrará el sujeto en la elaboración del duelo.

Si el inmigrante es bien acogido por los que le han precedido, que serán los primeros integrantes de su red social y también los facilitadores de los primeros pasos hacia su inclusión en el nuevo destino; si le son favorables las oportunidades de conseguir una documentación que le abra las puertas a una vivienda digna y a un trabajo que le permita desarrollar su proyecto migratorio de modo que pueda afrontar su futuro con planes cada vez más decididos; si se dan estas condiciones en un espacio razonable de tiempo, no cabe duda de que la elaboración del duelo migratorio contará con un mejor pronóstico en

⁹ Concepto que proviene de la física. Se refiere a la propiedad de algunos cuerpos de recobrar su forma original después de haber estado expuestos a una fuerza externa.

¹⁰ Derrida J., Dufourmantelle A.: *La hospitalidad*. Buenos Aire,. Ediciones de la Flor ,2006.

¹¹ Concepto desarrollado por Antonovsky (1987) en su trabajo sobre resiliencia familiar (citado por Falicov,2001)

tanto los beneficios que se ambicionó encontrar se hacen posibles y ello contribuye a diluir el vacío de la pérdida. Pero también para preservar su equilibrio emocional el sujeto debe mantener el contacto con lo que le es propio, con lo que le ha dado sustento a su identidad. Mantener los lazos con la familia en origen es el soporte básico del inmigrante. La identidad de pertenencia que otorga la familia de origen es lo que sostiene al extranjero en las dificultades y en la exclusión. Falicov¹² sostiene que los sujetos que se desligan de sus lazos están más sujetos a la aparición de síntomas (fundamentalmente depresión en las mujeres y comportamiento violento en los hombres).

El duelo por la tierra se habrá completado cuando el sujeto consigue aceptar que los recuerdos vinculados a la tierra tan pronto duelen como consuelan.

El duelo por la cultura se habrá completado cuando, conservando aquello propio que valoriza como importante, incorpora lo nuevo ya sea porque lo encuentra placentero, útil, tranquilizador o justo. Hay que decir que en este sentido, no actuaría de manera diferente que cualquier individuo respecto a su propia cultura en tanto ésta también está en permanente evolución. Todos nos adaptamos a los usos y costumbres inherentes a cada etapa histórica de nuestra propia cultura.

Y, finalmente, el duelo por la pérdida de la lengua habrá concluido cuando el nuevo idioma se ha incorporado como propio, cuando se es capaz de pensar con él sin proponérselo, cuando se instala no en lugar de la lengua materna sino junto a ella.

Pero también hay que decir que el duelo puede reavivarse ante cualquier adversidad que amenace el proyecto migratorio y por ello tiene importancia el contexto histórico y social en el que tiene que llevarse a cabo la tramitación del mismo, (por ejemplo en escenarios de crisis económicas como el actual con un aumento posible para el sujeto de las experiencias de discriminación). Por tanto, la cuestión central no sería plantearse si un sujeto está o no integrado sino cómo lo está.

En relación con esto diremos que existe acuerdo en que no se puede hablar de una psicopatología propia del inmigrante. Autores como Kareem y Littlewood¹³ opinan que lo oportuno sería referirse a una psicopatología de la exclusión. No obstante, haremos mención de algunas especificidades respecto a las complicaciones en el duelo.

Las complicaciones en el duelo

El duelo puede adquirir el carácter de **duelo postergado**. Se produciría cuando el paso del tiempo trae consigo la desaparición de la posibilidad del retorno y en cambio se instala la evidencia de que no se regresará jamás con el

¹² Falicov: *Ibid.*

¹³ Kareem J. y Littlewood R.: *Intercultural Therapy. Themes, interpretations and practice*. Londres, Blackwell Science, 1992.

consecuente desgarró definitivo respecto a lo perdido y la culpa por haberlo abandonado. Tal vez los inmigrantes más sujetos a esta evolución del duelo hayan sido los europeos de los siglos XIX y XX.

En algunos sujetos podría diagnosticarse un **trastorno adaptativo**. El DSMIV caracteriza a este trastorno por un malestar superior al esperable dada la naturaleza del estresor identificado. La migración es aquí el estresor como para otras personas puede serlo el desempleo, el divorcio etc. En condiciones favorables la duración del trastorno es de algunos meses y de esta forma se resuelve en el caso de muchos inmigrantes.

Según el DSMIV, el **duelo migratorio complicado** se inscribe dentro de los **trastornos del ánimo**. Sería el resultado de no lograr superar los conflictos internos y externos que implica la migración por causas inherentes al sujeto pero también a las circunstancias adversas que se mantienen en el tiempo debilitando su resistencia emocional. Es el caso sobre todo de los exiliados y refugiados, carentes por definición, de un proyecto migratorio propio.

El duelo migratorio complicado cursaría con síntomas como perturbaciones del sueño, aislamiento, irritabilidad, lumbalgia, alcoholismo, ansiedad, a los que se sumarían sentimientos de desamparo y de fracaso, miedo al futuro, depresión y culpa por haber emigrado (ésta última más habitual en inmigrantes provenientes de culturas judeocristianas). Los pacientes magrebíes experimentan sobre todo, sentimientos de incapacidad. En la cultura del Magreb y también en algunas culturas asiáticas la culpa puede ser paranoide cuando la atención está centrada no en la idea de haber cometido una acción inadecuada sino en la necesidad de protegerse del castigo o de la venganza que pueden derivarse de haber hecho algo mal.

En el contexto del duelo migratorio la alteración del sueño es una de las quejas más frecuentes que afecta casi por igual a sujetos de todas las etnias y culturas. Se refiere sobre todo al insomnio de conciliación asociado a preocupaciones recurrentes. La ansiedad de anticipación favorece que el inmigrante que tiene problemas para conciliar el sueño asocie el acostarse con una situación de tensión lo cual contribuye a que se instale el insomnio. Las pesadillas recurrentes, por su parte, influyen en la ansiedad de anticipación.

El Síndrome de Ulises según Joseba Achótegui, director del SAPP¹⁴ del Hospital Sant Pere Claver de Barcelona, es un cuadro donde el duelo migratorio que afecta a muchos inmigrantes del siglo XXI en situación de irregularidad administrativa el duelo migratorio es extremo y supera las capacidades de adaptación del sujeto.

La situación de estas personas da lugar a la aparición de síntomas psíquicos y somáticos que aún siendo semejantes a los de otros trastornos, adquieren su propia especificidad por las circunstancias sociales en que viven estos inmigrantes:

¹⁴ El SAPP (Servicio de Atención Psicopatológica y Psicosocial a Inmigrantes y Refugiados) atiende en el Hospital de Sant Pere Claver de Barcelona desde 1994.

- El duelo por la pérdida de los seres queridos se ve obstaculizado por la imposibilidad cercana de volver a verles o reagruparles.

- Las dificultades en el acceso al trabajo o a “los papeles” o la explotación laboral, en definitiva, el esfuerzo por querer salir adelante sin conseguirlo y la consecuente sensación de fracaso. Para los africanos, dice Achótegui, se suma la imposibilidad de regresar habiendo fracasado ya que el grupo le vería como poseedor de algún maleficio por lo que representaría un peligro y se le rehuiría.

- Las dificultades económicas conllevan subalimentación y hacinamiento que favorece la aparición de síntomas como la fatiga y las cefaleas.

- El miedo físico vivido en las arriesgadas travesías clandestinas alimentado por el miedo posterior a la detención y expulsión, es otro de los factores desestabilizadores.

- En el área de la somatización destacarían las cefaleas y la fatiga así como las somatizaciones del tipo osteomuscular, especialmente en la espalda y las articulaciones. En la experiencia de Achótegui los pacientes de origen magrebí tienen una mayor tendencia a expresar molestias torácicas o dolores inespecíficos de espalda y los subsaharianos a presentar molestias digestivas.

Achótegui plantea en este cuadro un diagnóstico diferencial con los trastornos adaptativos: En la propia definición de estos trastornos se incluye la idea de que el malestar experimentado por el sujeto frente al estresor identificable es superior al esperable. Sin embargo, en el Síndrome de Ulises los estresores son muchos, de mayor intensidad y superan las posibilidades adaptativas del sujeto.

En el diagnóstico diferencial con los trastornos del estado del ánimo: Aún coincidiendo en ambos casos la tristeza y el llanto, otros síntomas como la apatía en forma de pérdida de intereses o las ideas frecuentes de muerte no están presentes en el Síndrome de Ulises.

El Síndrome de Ulises pertenece al área de la prevención sanitaria y psicosocial más que al de la asistencia clínica y por ello atañe no sólo a psicólogos y psiquiatras sino también a educadores y trabajadores sociales, trabajadores de ONG etc. que deben trabajar en coordinación. Tanto en el SAPPPIR como en el Centro Françoise Minkowska¹⁵ coinciden en afirmar que los síntomas disminuyen o desaparecen cuando se conecta a estas personas con la red de apoyo social. La intervención debería estar orientada a evitar que estos inmigrantes empeoren pero es necesario también mencionar la dificultad que plantea el abordaje preventivo ya que la mayoría de las veces estos sujetos solicitan la atención a través de los servicios de urgencias por todas las razones mencionadas.

La **sintomatología depresiva** puede adquirir la forma de episodios o trastornos afectivos según sea la duración de síntomas como: la tristeza, llanto, desesperanza y pérdida de interés o placer por casi todas las actividades. A todo esto se suma: cambios en el apetito, enlentecimiento motor, sentimientos

¹⁵ Centro Françoise Minkowska de París, la institución pública francesa con mayor experiencia en el tratamiento de inmigrantes.

de culpa o infravaloración, dificultad para pensar o para concentrarse, e ideación suicida aunque en un número mucho menor en el caso de la población inmigrante.

Hay que señalar que el colectivo magrebí suele expresar la tristeza en forma de gemidos y el asiático suele avergonzarse de presentar abiertamente sus dificultades al considerar que la expresión de estos sentimientos constituiría una forma de coacción para el receptor del mensaje por lo que los sujetos tenderían a un mayor control emocional.

En el plano somático de los cuadros depresivos, el padecimiento prevalente es la tríada insomnio-cefalea-fatiga. La cefalea suele ser opresiva y bilateral con diferentes grados de intensidad y es el síntoma más resistente al tratamiento. Desde una lectura psicoanalítica la explicación se ligaría a la negación, frecuente por otra parte, en el duelo extremo: el dolor de cabeza resultaría más soportable que el sufrimiento psíquico derivado de pensar insistentemente sobre las adversidades.

La experiencia somática de los cuadros depresivos puede variar en su presentación según sea la cultura a la que pertenece el sujeto, adquiriendo en algunos casos la forma de “nervios”, “falta de equilibrio”, o “problemas de corazón”.

En cuanto a la **sintomatología psicósomática**, Chabane¹⁶ explica las quejas somáticas por la separación y desconexión del sujeto respecto a sus referencias y representaciones culturales y, en ocasiones, respecto a una lengua común. Ello explicaría para este autor, un repliegue inconsciente sobre el cuerpo haciendo que éste diga lo que no puede enunciar la palabra.

Grinberg, por su parte, dice que el nuevo medio “ahoga” (síntomas respiratorios); la experiencia no se puede “digerir” (síntomas gástricos); el nuevo ambiente “oprime” el corazón (síntomas circulatorios). En algunas culturas asiáticas como la coreana, cada órgano tiene atribuidas funciones simbólicas: el hígado se relaciona con el enfado, los riñones con el temor, los pulmones con el pesar y las preocupaciones.

Una asistencia con matices propios

Como puede verse, aunque los perfiles psicopatológicos sean universales, su manifestación clínica ofrecerá variaciones puesto que la cultura vehiculiza el modo de expresar las emociones.

La intervención médica, psicológica o social sobre esta población no puede dejar de lado un acercamiento a la cultura de procedencia del sujeto. Este conocimiento permitiría inferir el peso que la cultura tiene en el sistema de normas y valores del sujeto, en su forma de abordar el duelo, en la composición funcional de su grupo familiar etc.

Cuando la cultura se confronta con la clínica pueden aparecer dificultades de entendimiento mutuo entre el entrevistador y el sujeto que pueden tener su origen en factores idiomáticos, en los estilos de comunicación, en valores

¹⁶ Chabane M.: *Problemas de las entrevistas clínicas en un ámbito de inmigración*. Asociación Palabra sin Frontera, 2005. www.psf-esp.com.

morales y culturales opuestos así como en sesgos, prejuicios y estereotipos racistas por ambas partes.

En 1994 y por primera vez, el DSM-IV incorporó la importancia de una evaluación que sea sensible a las diferencias culturales y a los trastornos que deriven de la transculturación e indica expresamente que:

“La evaluación psicológica puede ser un desafío muy especial cuando el clínico pertenece a un grupo étnico o cultural diferente de aquel del paciente, (...) Un clínico que no está familiarizado con las sutilezas del marco de referencia del paciente puede juzgar como patológicas conductas, creencias o experiencias que son privativas de esa cultura.”

Acceder al sentido del discurso del *otro* requiere una indagación sobre su cultura lo cual implica estar abierto desde una posición auténtica al conocimiento de lo que en primera instancia, puede no resultar comprensible.

Por todo ello, es necesario fomentar la **competencia cultural** dentro de la formación de los profesionales que trabajan con inmigrantes, es decir, la habilidad para contextualizar la demanda y la respuesta a la misma teniendo en cuenta el marco cultural y favorecer en el sujeto un aprovechamiento productivo de su diferencia.

Pero además se hace necesario pensar en términos de “cultura internalizada” más que en aquella que alude al grupo cultural concreto. Pesquisar la cultura internalizada del sujeto implica considerar la existencia de diferencias intragrupo en el marco de una cultura dada. Insistir en todo sujeto en que evoque “su cultura” es insistir en la identificación al origen cuando puede suceder que en él exista una desidentificación aún antes de emigrar o que la integración al país receptor ya haya adquirido tal entidad que al propio sujeto le resulte difícil reducir su pertenencia a una sola cultura. Además, ¿por qué no pensar que se dirige justamente a nosotros porque representamos otro esquema cultural?

La pregunta que el entrevistador debe hacerse no es solamente si en ese caso particular es relevante la cultura sino además de qué manera juega la suya propia en la evaluación. Sólo considerando la relatividad de los propios principios se accede a la apertura suficiente como para admitir la diferencia. En este contexto, el autoconocimiento es imprescindible a fin de poder detectar la puesta en acto de los propios prejuicios.

El debate sobre si es lícito crear servicios asistenciales separados entre inmigrantes y autóctonos está abierto.

Los defensores de un modelo de asistencia integrador abogan por la necesidad de preparar a los profesionales respecto a las diferencias étnicas y culturales a la vez que se crea una red de recursos y servicios que no sean específicamente sanitarios y que incidan también sobre la población autóctona.

Por su parte, investigaciones como las de Lurbe Puerto¹⁷ concluyen que, aunque los extranjeros consideren que deben ser atendidos en el centro de salud al igual que los autóctonos, valoran muy positivamente la posibilidad de acudir a centros “sólo de inmigrantes” donde perciben un trato de mayor calidad humana, un mayor tiempo de escucha y un menor tiempo de espera

¹⁷ Lurbe Puerto K.: *La enajenación de I@s otr@s. Estudio sociológico sobre el tratamiento de la alteridad en la atención a la Salud Mental en Barcelona y París*. Atenea Digital Nº 7, 2005.

para acceder a la primera entrevista comparado con la red ordinaria de asistencia sanitaria. Resulta claro que estos centros proveen de un modelo de funcionamiento al modo del ambiente facilitador del que habla Winnicott.

El llamado modelo segregador, donde la atención a los colectivos de inmigrantes se presentaría con programas específicos a cargo de profesionales con una amplia formación sobre la diversidad cultural, cuenta con críticos que sostienen que este modelo podría favorecer la resistencia a los valores de la sociedad receptora.

¿Volver?

Para ir concluyendo, ¿Qué pasa si se decide volver?

Si el pasaje por este nuevo duelo migratorio que ahora abarca al país de adopción se efectúa sin elaboración, puede dar lugar a sentimientos desconcertantes.

El regreso se hará más dificultoso cuanto mayor sea el apego que se haya establecido con el país receptor. Separarse de un lugar será también mantener asociada a ese lugar una etapa concreta de la vida, las relaciones que se establecieron y los recursos personales que el sujeto descubrió tener. Aquellos años que sucedieron en otro lugar tendrán para siempre sus marcas en el recuerdo, y la pérdida y la consecuente nostalgia en algún momento se harán sentir.

En realidad, nunca se regresa del todo porque como dice Berger:

*“El regreso definitivo es algo mítico. Da sentido a lo que de otro modo podría no tenerlo. Es más grande que la propia vida. Es objeto de añoranzas y oraciones. Pero es mítico también en el sentido de que, en la realidad, nunca sucede tal y como fue imaginado. El regreso final no existe”.*¹⁸

Finalmente, quisiera citar a Margaret Mahler a quien debemos las nociones de separación-individuación, que, según explica, derivaron de su propio proceso migratorio (desde Viena a Gran Bretaña en 1938 y luego a Estados Unidos en 1940): *“Para mí, la emigración ha sido lo siguiente: nos arrancó a mí y a mis ideas soñolientas de esa cápsula psicológica que era entonces Viena, me expuso a un ambiente extraño cuya novedad agravaba las vulnerabilidades de la transición. Pero una vez dominadas la angustia y la inseguridad iniciales, me llevó a volverme productiva y a hacer surgir mi teoría del desarrollo (...) Creo que en los casos positivos, la emigración es seguida por una segunda individuación, un nuevo nacimiento psicológico y quizás una nueva visión del mundo”.*

¹⁸ Berger J.y Mohr J.: *Ibid.*