

**REPERCUSSIONS DEL PROCÉS MIGRATORI EN LA SALUT  
EMOCIONAL I MENTAL DES D'UN ENFOCAMENT SOCIAL I  
COMUNITARI**

**del 6 al 9 de juliol de 2010 a la Casa de Cultura de Girona**

**Conceptes clau per a l'abordatge de la salut emocional i la immigració des d'una perspectiva psicosocial i terapèutica.**

**1. El posicionament com a tècnics, educadors, professionals del món social.... respecte el món emocional de l'usuari culturalment diferent**

“Mirem a l'altre des dels nostres ulls”

Que ens produeix l'altre culturalment diferent? Que ens representa la paraula immigrant? I la paraula cultura? Podem definir la identitat a partir de la cultura?

Si jo defineixo el que necessita l'altre i des de la meua visió explico culturalment a l'altre puc fer una lectura molt perillosa perquè el predefinim. Normalment s'interpreta a l'altre d'acord als nostres paràmetres occidentals de “normalitat”. La relació amb un altre culturalment diferent ens planteja “**incerteses**”; hem de romandre oberts a la incertesa i saber acceptar-la (sempre amb la cautela de ser reflexius amb als nostres posicionaments).

La clau és poder obrir el filtre emocional i estar receptius a les necessitats de les persones. Els **prejudicis** actuen com una mena de “sorolls” mentals que impedeixen el contacte efectiu, empàtic amb la persona.

Hem d'estar més atents a la persona i a la seva circumstància; reconèixer les necessitats dels nostres usuaris i treballar a partir d'elles, permetre realitzar intervencions i programes efectius, tenir clar el context d'origen de la persona però no centrar la nostra mirada en aquest sentit.

Cal formació per a l'adquisició de les habilitats comunicatives interculturals, és a dir, cal formar la competència intercultural professional. **La competència cultural**, és un

paradigma que orienta als professionals per treballar les barreres que ens dificulten brindar atencions efectives. Hi ha barreres concretes, visibles, com per exemple l'idioma, i altres més imperceptibles i personals com per exemple els prejudicis. És des d'on s'ha de començar a treballar.

El professional cal que:

- sigui transparent i honest
- sigui empàtic amb la realitat de l'altre
- s'escolti a si mateix
- tingui en compte els seus propis prejudicis
- no projecti valors propis en les accions dels altres
- respecti el ritme i el procés de cadascú.
- s'adapti als processos de la persona.

El **fet migratori** quasi sempre suposa un **canvi vital**, pèrdues afectives, vivències de desigualtat, de discriminació, situacions crítiques, xoc cultural, solitud. Aquestes situacions generen condicions de precarietat social i de vulnerabilitat emocional que impacten en la salut psicofísica de les persones i es manifesten en els seus espais de vida quotidiana. Tot i així, **no es poden donar indicadors generals que vinculin la salut emocional amb el procés d'immigració** ja que cada persona experimentarà aquest procés des de la seva situació contextual i en el seu propi registre emocional, que és únic.

Per tant, parlar de la **integració** com un objectiu, com un bon indicador de salut emocional a vegades és una fal·làcia, més producte de les nostres necessitats i bones intencions, que de la seva realitat. Està comprovat que a majors indicadors d'integració, majors nivells d'ansietat. Pel contrari, a majors indicadors d'assimilació, fins i tot de separació, els nivells d'ansietat baixen. Per tant, els projectes socials que tenen per finalitat la integració, la interculturalització, per a que siguin efectius han de ser plàstics, flexibles, han de partir de la necessitat real de l'altre i del seu context situacional.

Es pot afirmar amb fermesa que les polítiques d'integració contribuiran al desenvolupament psicosocial de les persones d'origen estranger en tant i en quant treballin la **possibilitat de crear xarxes socials**, espais d'intercanvi d'experiències, espais per establir vincles personals i socials significatius a nivell emocional amb un altre.

La migració, per si mateixa, no és un factor de risc per a la salut. Però emigrar i viure en situacions de gran dificultat, és un procés que pot generar uns **nivells d'estrès** tan intensos que, a vegades, incrementa el risc de patiment psicològic, físic, social. Hem de diferenciar entre l'estrès agut, producte d'un esdeveniment inesperat, traumàtic, que normalment passa molt poques vegades en la vida i l'estrès de tipus crònic, producte d'una situació que any rere ans es va patint. El **dol migratori** està quasi sempre en relació amb l'estrès crònic. El dol migratori és un dol esbiaixat, congelat, inacabat ja que les fantasies o la possibilitat de retorn hi són presents.

El dol migratori és més un dol per la separació que per la pèrdua. Per tant, el procés d'elaboració del mateix és un procés recurrent, sempre hi és present la fantasia de retorn però mai es porta a la realitat, de fet, s'empren una altre migració. Els processos de dol migratori per si mateixos no són dolents; es compliquen quan hi ha situacions desfavorables (socials, emocionals, de desestructuració familiar...)

Des d'aquesta perspectiva, l'estrès associat al procés d'immigració dependrà tant de factors externs (recursos materials, xarxa social, context situacional on es produeix la immigració.....) com de factors intrapersonals (estratègies d'afrontament, capacitat de resiliència,...).

La cronificació del dol es manifesta en conductes de dependència a la xarxa sanitària; és el resultat de la necessitat de poder explicar-li a algú el malestar que es pateix. Per tant, com a **professionals socials** hem de possibilitar i/o **facilitar recursos per a “gestionar” situacions estressants.**

## **2. Trastorns emocionals, conductuals en infants i adolescents fills/es de famílies d'origen immigrant**

“Millor que un bon diagnòstic és una bona intervenció”

A vegades les percepcions culturals davant un altre culturalment diferent, semblen malalties mentals.

Els infants i adolescents també passen per processos de dol migratori i moltes vegades les manifestacions conductuals i/o les simptomàtiques que presenten són un mirall que reflecteix la situació de dol i/o de desestructuració familiar viscuda pels pares. Els fills de famílies d'origen immigrant són “arrossegats” a passar pel procés en el sentit que no decideixen fer-ho, no són ells els que han decidit emigrar. A vegades

tenen la sensació de no ser de cap lloc, es troben en un espai de ningú, entre dues cultures. Com els adults, viuen com una “doble vida cultural” que molt sovint és difícil d’integrar en un jo únic i coherent. Si, a més a més, la situació socioeconòmica de la família no és favorable, els fills han d’assumir rols i responsabilitats per a les quals evolutivament encara no estan preparats (cuidadors de germans més petits o de si mateixos...). Aquestes situacions poden desencadenar problemes en el comportament dels infants i adolescents. A nivell general, els nens manifesten més problemes de conducta i les nenes més problemes de tipus emocional.

A vegades es reuneixen famílies després d’anys de separació i es troben “pares amb fills que es desconeixen”. Hem d’afegir que hi ha etapes de la vida, com és l’adolescència que no existeix en totes les cultures. No tots els pares saben abordar aquesta etapa en els seus fills, més per desconeixement que no pas per desídia ni per negligència. S’ha d’anar alerta amb el qüestionament que a vegades podem realitzar als pares de com eduquen als seus fills; hem de comprendre la situació en la seva globalitat.

El canvi de vida, la falta de presències paternes a casa i la solitud, entre d’altres situacions per les quals passen alguns infants i adolescents d’origen immigrant, fan que com a professionals psicossocials haguem de treballar per a ser cada dia més conscients de la importància de donar límits clars, de fer contenció “humana”, de ser empàtics i de funcionar com a referents adults estables.

En l’àmbit de la salut mental s’ha de ser molt curosos a l’hora de realitzar una diagnosi i de decidir medicar a nens/es i adolescents que manifesten algun tipus de trastorn. S’ha de comprendre la situació des d’una perspectiva “ecològica”.

Millor que un bona diagnosi és una bona intervenció.

### **3. Repercussions psicossocials i identitàries dels processos migratoris en joves desemparats**

Sota el nom de joves desemparats no només ens trobem amb els joves no acompanyats que emprenen per si mateixos el procés migratori sinó que també s’inclouen tots els joves que viuen amb els seus progenitors però que estan en situació de desprotecció o de desemparament per qüestions de funcionament de l’estructura familiar (pares absents, física o emocionalment).

En aquests joves es donen multiplicitat de dols més complexes degut a que no tenen cap referència o contenció adulta. Passen per situacions d'extrema vulnerabilitat psíquica, física i/o social, que els posen en perill de caure en la delinqüència, en la droga, en bandes juvenils marginals. El conflicte identitari és evident.

Com ja hem esmentat, els processos de dol per si mateixos no són dolents, ara sí es compliquen quan hi ha situacions desfavorables (socials, emocionals, de desestructuració familiar...)

El joves reagrupats han de patir un dol forçat ja que la immigració en la majoria dels casos es forçada.

Aquet fet posa els joves davant un conflicte de lleialtat, com "fills de pares divorciats"; sentiments d'ambivalència entre el país d'acollida i el país d'origen.

La construcció de la identitat és el resultat de la interrelació entre la filiació (referents familiars, pares, germans, grups familiars...) i l'afiliació (context extern, com és el país d'acollida, l'escola...) El conflicte es planteja quan hi ha molta diferència entre l'un i l'altre. El treball del dol consisteix en acostar els extrems de la filiació i l'afiliació.

La carència de límits i de figures amb qui fer vincles estables i significatius genera conductes i vivències de molta desestructuració a nivell emocional i social. A vegades ens trobem amb joves que transgredeixen sistemàticament totes les normes fins arribar al jutge per a que els posin límits no negociables. Per aquest joves el fet de ser contingut per un adult és, per si mateix, terapèutic. És per això que s'han de generar, als professionals que treballen en el món social, condicions laborals adequades que possibilitin brindar aquesta figura d'estabilitat.

Ens trobem davant la necessitat de redefinir el marc laboral que doni legalitat als pares i fills per treballar en marcs formals i no en l'economia submergida.

També s'han de redefinir els espais públics com espais de contacte i no de control. Es parla de l'"espai potencial" com aquell espai de seguretat que pot actuar com pont entre dues o més cultures. S'ha d'incidir en aquest espai entrenant a la gent en la capacitat de realitzar un anàlisi crític de la realitat social. S'ha de realitzar una lectura i intervenció psicosocial de la problemàtica.

#### **4. Grups de suport terapèutics per treballar l'experiència del dol migratori en dones, alumnat, joves o d'altres col·lectius**

Els **grups de suport per treballar aspectes emocionals relacionats amb el dol migratori** són espais de trobada de persones que comparteixen l'experiència migratòria. Bàsicament permeten emmirallar-se, crear xarxa i arribar a conceptes

emocionals de forma preventiva. Són llocs per compartir patiments, per treballar recursos i competències d'afrontament i així evitar que el dol es torni crònic i patològic.

La experiència "**Expressem-nos**" (Programa d'Acomodació de Dones Nouvingudes del Servei de Nova Ciutadania de **Mataró**) pretén al llarg de quatre sessions, treballar aspectes que facilitin que les dones s'adaptin saludablement a la nova realitat cultural, exterioritzant per una banda el malestar associat al procés migratori i per l'altre, compartint estratègies d'afrontament pròpies i aprendre'n de noves.

Les dones es troben soles, sense família ni espais físics coneguts amb unes perspectives de vida abans d'emigrar que no sempre s'adapten a la realitat. L'objectiu del grup és posar en comú les angoixes per normalitzar el patiment i compartir eines per afrontar-lo.

Una altra experiència és "**Babelartquímia.cat**". Aquesta experiència aborda el dol migratori a l'aula d'acollida, aprofitant-la com un espai privilegiat per experimentar i reconèixer la riquesa de la diversitat cultural i sobretot, per poder acompanyar a l'alumnat nouvingut en el seu procés de dol migratori. Es va remarcar la importància de poder treballar conjuntament amb tots els participants de la comunitat educativa (professorats, pares, alumnat, autòctons i nouvinguts) i la necessitat de tenir formació adequada en relació al tractament de la diversitat cultural a l'escola.

A l'administració municipal de **Barberà del Vallès** es fan **grups de suport de dones per a l'elaboració del dol migratori**. Quan es parla d'immigració a vegades no es parla "del drama de la immigració". Les dones que són ateses en el grup (majoritàriament sud-americanes) presenten en general una alta vulnerabilitat psicosocial per les seves condicions de vida (dobles jornades laborals, mancança de xarxa social, discriminació, fent de mares d'altres i no podent fer-ho dels seus propis fills,...). Aquest estressors i dols no resolts poden superar les capacitats d'adaptació de les persones i arribar a la malaltia. L'avaluació i l'abordatge es fan des d'una perspectiva transcultural amb intervencions que apunten a promoure el benestar bio-psico-social de les dones, a realitzar un treball de prevenció sanitària i psicosocial, a acompanyar en el procés de dol, a fer suport a la gestió d'emocions, a generar un espai de xarxa i escolta empàtica; així com també a treballar la revalorització de la pròpia persona i la capacitat de cuidar d'un mateix com a condició per poder cuidar.

Les tres experiències presentades reforcen la importància de la intervenció grupal i posen de manifest la falta de competència cultural que tenen molts de professionals ja siguin del món sanitari com del món social, la manca d'actuacions de suport psicològic i d'atenció psicològica pública.

La utilització de l'**art** (dibuixos, manualitats, titelles,.....) s'utilitza com un **recurs amb finalitat terapèutica**. La utilització de l'art pot facilitar el diàleg entre cultures quan hi ha problema d'idioma o quan encara hi ha coses que no poden expressar-se amb paraules. A vegades, la comunicació no verbal és molt potent. Les intervencions que es fan mitjançant la utilització de diferents recursos artístics "semblen neutres" però en realitat s'està potenciant la creació, treballant la frustració i molt d'altres aspectes individuals i col·lectius de les persones.

#### **5. Abordatge psico-social i sanitari de "pràctiques culturals" com la MGF**

Els professionals del camp social mantenim contacte directe amb diferents col·lectius. Sota el lema: "**tolerància amb les diferències, intolerància amb la desigualtat**" (**J.M. Terricabres**, Conferència inaugural 20<sup>a</sup> Escola d'estiu) s'ha presentat una aproximació als efectes psicofisiològics en les dones que han patit la Mutilació Genital Femenina i s'ha presentat l'abordatge holístic, psico-social i sanitari del problema que es fa des de **l'Hospital Santa Caterina de Salt**. A partir del mes de Juliol de 2010 s'ha començat a realitzar en la sanitat pública la cirurgia reconstructiva del clítoris. L'objectiu de la sessió, per tant, ha estat el de donar a conèixer eines als professionals que mantenim contacte amb els col·lectius susceptibles de patir la MGF per treballar coordinadament i cercar aliances per treballar en xarxa els problemes derivats de la MGF en la població subsahariana de la nostra comunitat.

#### **6. El paper de la mediació intercultural**

Per últim, cal afegir el paper fonamental que té el recurs de la mediació intercultural ja sigui en les intervencions individuals com en les accions de suport grupal amb persones d'origen estranger. La figura del mediador/a intercultural permetre que les persones que participen de la relació professional intercultural, expressin en la seva pròpia llengua vivència, sentiments i emocions difícilment expressables en una llengua que no sigui la pròpia, facilitant i assegurant la efectivitat de la comunicació intercultural.

---

**Coordinadora del seminari: Mónica Cívico**, tècnica del projecte d'acompanyament en l'acollida Xarxa Dones del Pla Local d'Acollida i Ciutadania de Lloret de Mar de la Fundació SER.GI.

---