

Reparación Psicosocial y Derechos Humanos



Memorias del V Seminario
Centroamericano : Salud Mental en el
Contexto de la Violencia Organizada

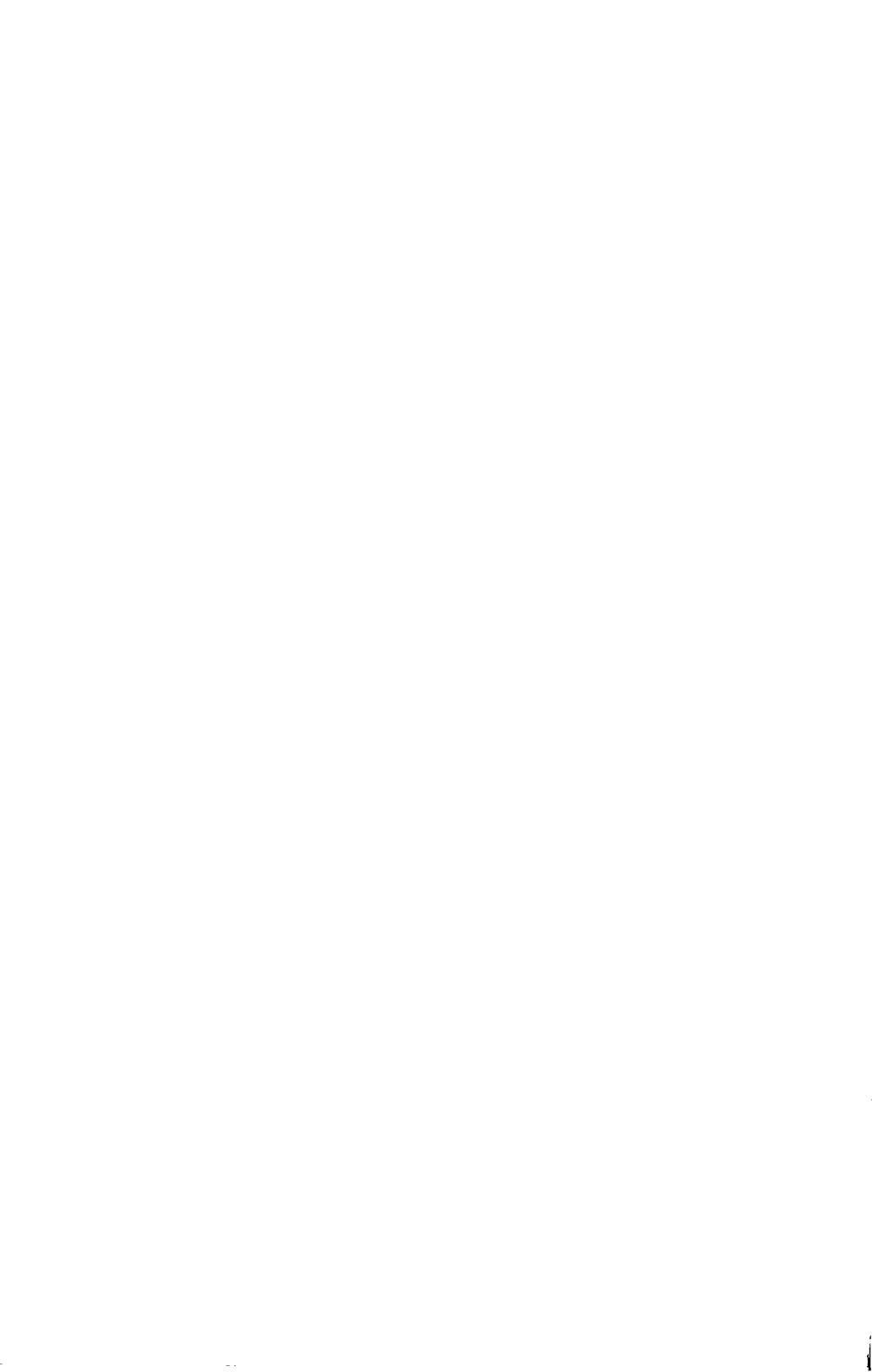


ODHA





**Instituto Internacional de Aprendizaje
para la Reconciliación Social**



ODHA

Reparación Psicosocial y Derechos Humanos

**Memorias del V Seminario
Centroamericano “Salud Mental en el
Contexto de la Violencia Organizada”**



**Oficina de Derechos Humanos
del Arzobispado de Guatemala**

© ODHA

Oficina de Derechos Humanos del Arzobispado de Guatemala
Primera edición: octubre de 1997



Diseño de portada: *Magna Terra editores*

Ilustración de portada: Corral, México 1992, grabado.

Diseño y edición: *Magna Terra editores*

13 calle 16-55, zona 1, Guatemala

Tel/fax: 238-0169

Objetivo del Seminario

Objetivo general

Generar espacios de discusión sobre las estrategias del trabajo de la salud mental en el contexto de la violencia organizada en Centroamérica.

Objetivos específicos

- Sistematización de los efectos y mecanismos de la violencia organizada en Guatemala y los otros países centroamericanos afrontando las problemáticas concretas en el contexto de la post-guerra y la violencia organizada.
- Sistematizar modelos de trabajo a nivel comunitario de los diferentes organismos, grupos, etc.
- Favorecer la comprensión de la salud mental en forma integral, tomando en cuenta los aspectos culturales, espirituales, sociopolíticos y económicos.
- Compartir experiencias de países centroamericanos en salud mental en el ámbito de la post-guerra y/o violencia organizada: Limitaciones, recursos, logros, etc.
- Análisis y discusión sobre el modelo de trabajo para las víctimas de la violencia en centros-modelo y conocer su viabilidad en los países centroamericanos.
- Reconocimiento de la memoria histórica como proceso de reparación psico-social.

V Seminario Centroamericano

Salud mental en el Contexto de la Violencia Organizada

Discurso de bienvenida.
Ronalth Ochaeta
Director Ejecutivo ODHA

En un tiempo de reconstrucción de pueblos y esperanzas, es inspirador ver como se reúnen, en torno al tema de la salud mental, tantos esfuerzos nacionales y centroamericanos para buscar caminos que permitan abordar el dolor y fortalecer a nuestra gente.

Es muy doloroso reconocer, que la mayor parte de países aquí representados, han pasado situaciones violentas, ya sea por guerras internas, invasiones o procesos represivos prolongados que han roto a las personas en su interior y desgarrado el tejido social en su conjunto.

En la Carta Pastoral Urge la Verdadera Paz, (78) los obispos de Guatemala señalaban lo urgente y exigente de atender a aquellas personas y comunidades que han estado sometidas a la Guerra y situaciones violentas, y que como consecuencia han quedado heridas en su ser más íntimo.

Los desafíos para grupos como el que se reúne esta semana en este lugar parecen insalvables:

1. En primer lugar, tratar de romper los efectos de daños bien planificados y ejecutados desde las estructuras de poder, dirigidos a personas, pueblos y Naciones, que atraviesan todos los ámbitos de la humanidad: el individuo, sus relaciones consigo mismo, con los demás y con la naturaleza.

Sólo para mencionar concretamente algunos de estos efectos:

A nivel individual

El miedo.

La baja autoestima.

La pérdida de la identidad.

La desconfianza.

El dolor de lo sufrido, de las pérdidas de vidas, de bienes y de proyectos de vida.

Las dolencias psicosomáticas.

A nivel comunitario

La división.

El enfrentamiento.

La desmovilización y la apatía social

La pérdida de la identidad cultural.

2. En segundo lugar, acompañar y vigorizar los recursos y fortalezas desarrollados por las personas y las comunidades, como producto de la agresión a la que fueron expuestos. El estar conscientes que a nuestra gente no le tocó únicamente ser víctima de tanta atrocidad, sino también ser protagonista y sujeto de su historia, y que desarrolló a partir de esta concepción formas increíbles de afrontar su dolor y proponer nuevas formas de convivencia, como un signo de la presencia de Dios en medio de su pueblo.
3. Y por último, articular esfuerzos a nivel local, nacional y regional tendientes a mantener canales de información que nos permitan responder no sólo a los desafíos que plantea el pasado en cuanto a la salud mental, sino a los que cotidianamente nos presenta la realidad de nuestros países empobrecidos.
El enfrentar todos esos desafíos, debe estar permeado por nuestro compromiso con la justicia y la verdad en todos

los ámbitos del quehacer humano, y el respeto de los valores culturales de nuestras poblaciones en particular.

Si bien es cierto que la región Centroamericana vive hoy un proceso de pacificación formal, aún queda mucho por hacer para que esta paz sea sustentable. Un trabajo en Salud Mental sin las acciones necesarias en el campo de la defensa de los Derechos Humanos, en la lucha contra la impunidad enraizada en nuestras sociedades; sin la lucha por recuperar la verdad y la dignidad; sin acciones concretas para que se propicie una cultura de diálogo y participación para abordar los conflictos; y sin la lucha por alcanzar un desarrollo humano integral con participación plena, solamente constituirá un paliativo a la problemática.

Esto nos llama a la reflexión en cuanto al papel que como instituciones debemos jugar: es en las acciones efectivas y los procesos que acompañemos desde nuestra ONG, Iglesia, grupo reivindicativo, Universidad, Clínica de Rehabilitación, Institución de Derechos Humanos, etc. donde se estarán estableciendo las bases para alcanzar una buena Salud Mental.

Será en el acompañamiento a todos esos procesos que no nos pertenecen pero que estamos llamados a fortalecer: en el anuncio de la esperanza, en la denuncia de la violación a los derechos humanos, en las exhumaciones de cementerios ilegales, en la lucha jurídica, en la propuesta académica, en la atención al torturado, en el proyecto de desarrollo integral, en la presión a las estructuras de poder; es precisamente ahí, donde recogeremos las semillas de una buena Salud Mental.

Finalmente; la Oficina de Derechos Humanos del Arzobispado de Guatemala con el apoyo del Instituto Interamericano de Derechos Humanos y PRODECA, se siente profundamente satisfecha por contribuir a este proceso de búsqueda de nuevos caminos para abordar la Salud Mental, propiciando este encuentro Centroeame-

ricano, que será sin duda alguna, más que un foro donde escuchen sus experiencias, un espacio donde juntos propongamos alternativas y forjemos nuevas esperanzas para nuestros pueblos.

Muchas Gracias.

Palabras de Bienvenida

Les doy la bienvenida a este V Seminario Centroamericano: Salud Mental en el Contexto de la violencia Organizada, en representación del director Ejecutivo del IIDH Juan Méndez y Roberto Cuellar Director del Area Civil del IIDH.

En el primer seminario que se realizó en Guatemala, se concluyó que era necesaria la creación de un Centro de Atención y de tratamiento para las víctimas, directas o indirectas, de la tortura.

El gobierno de Dinamarca estaba listo para financiar iniciativas con estos fines pero por el temor a la violencia organizada en Guatemala no ha sido posible. Ahora después de la firma de la paz hay iniciativas que pueden ser realizadas en el futuro.

Aquí estamos con diferentes países de Centroamérica y Panamá. Las experiencias son diferentes, pero lo que sabemos es que la violencia organizada, la tortura son iguales en todos los países del istmo y del mundo. Sabemos también que las secuelas, daños y traumas a nivel individual, familiar y de la sociedad son iguales, y que el tratamiento es similar, con algunas modificaciones en las diversas culturas. Agradezco a la ODHA como contraparte

y especialmente al Dr. Roberto Cabrera que ha trabajado durante las últimas semanas para realizar este seminario. Agradeciendo a todos, participantes y expositores, al Programa de Derechos Humanos en Centro América (PRODECA), que ha financiado este evento, a IRCT por su apoyo y envío de dos representantes del programa de proyectos para identificar organizaciones centro-americanas con quien IRCT pueda cooperar en su importante trabajo como apoyo a personas afectadas por la violencia organizada y la tortura. En el cuestionario enviado a los participantes, las expectativas son, en general, de intercambio de experiencias para conocer más sobre el tratamiento. Espero que tengamos un seminario muy productivo, en el marco del espíritu guatemalteco, que dice darnos un Corazón grande para amar, un corazón fuerte para luchar.

Gracias y bienvenidos a todos

Salud Mental Comunitaria

Efectos psicosociales de la violencia organizada La experiencia de poblaciones afectadas

**Dr. Carlos Beristain
(España)**

La pérdida de la vida

Hemos perdido más que a nuestros familiares más cercanos. Hemos perdido las amistades y la memoria que nos ha llevado construir toda la vida. Casi todos nuestros amigos han sido asesinados. Tenemos que empezarlo todo de nuevo, desde nuestros pedazos. Todo. Incluso nuestras amistades. Este aspecto de nuestras muchas tragedias es muy difícil de soportar

Las circunstancias

“Se ignora el hecho de que los refugiados son personas normales en condiciones anormales. Su problema reside en las circunstancias, la sociedad en la que viven, la reacción de la gente a su presencia y las leyes y el trato inhumano a que están sujetos” (James Appe)

La dignidad

La base de las necesidades humanas de los refugiados es la restauración de la dignidad. La dignidad es el ingrediente vital que falta cuando las necesidades físicas básicas se

cubren de una manera mecánica e impersonal. El respeto por la dignidad humana, con mucha frecuencia, es la primera víctima de las respuestas de emergencia para ayudar a los refugiados

El sentido

Las mujeres que quedaron viudas como consecuencia de la guerra en Guatemala, intentan ubicar la violencia a través de categorías de causalidad que son conocidas y familiares para ellas. Se basan en la costumbre (tradición maya), en el catolicismo y en su experiencia directa. Explican también la violencia como resultado de haberse organizado para lograr unas mejores condiciones de vida, al ser criminalizados con la acusación de colaborar con grupos considerados subversivos (Zur, 1996).

La cultura

La concepción occidental de la persona como un universo limitado, único, organizado respecto a un todo distintivo y ubicado en contraste con otros todos y con un fondo social y natural es, a pesar de lo incontestable que nos puede parecer, una idea más o menos peculiar en el contexto de las culturas mundiales (Bracken, Giller y Summerfield, 1995: 1074).

Efectos intencionales y visión del mundo

Desde una perspectiva psicosocial, la guerra se diferencia de los desastres naturales o de las catástrofes tecnológicas, por el nivel de consciencia involucrado en el conflicto armado. Hay un intento consciente de causar daño en las personas del grupo opuesto.

La implicación de la población civil no es un hecho secundario sino la naturaleza y el objetivo de las guerras de hoy en día, que intenta afectar al tejido social de un país, como el camino para ganar control.

Las víctimas de hechos provocados por causa humana, tienden a ver el mundo y a sí mismos de forma más negativa. Los desastres naturales pueden matar, pero no amenazan el respeto de las personas hacia sí mismas. Mientras que los daños por causa humana o la violencia, sí. Lo cierto es que un montón de sueños han muerto en Bosnia en los últimos dos años y medio: el sueño de que el mundo tiene una conciencia; el sueño de que Europa es un lugar civilizado; el sueño de que hay una justicia para los fuertes y para los débiles. No debería sorprendernos que el sueño milenario de que la verdad nos hará libres también muriera ahí. (Rieff, 1996)

Sin embargo, las personas afectadas pueden también adoptar puntos de referencia nuevos y positivos para sus vidas, tales como la solidaridad.

Trauma

1. El sentimiento de desamparo, de estar a merced de otros.
2. Una ruptura en la propia existencia, pérdida de seguridad.
3. Estrés negativo extremo. (Kebler, 1992)

Martín-Baró (1989)

psíquico se refiere a un daño particular que es infligido a una persona, a través de una circunstancia difícil o excepcional.

social se refiere a la huella que ciertos procesos históricos pueden dejar en poblaciones enteras afectadas.

psicosocial, ha sido producido socialmente, y que se alimenta y mantiene en la relación entre individuo y sociedad.

La afectación dependerá de la vivencia individual, su origen social, participación en el conflicto, personalidad y experiencia.

Trauma potencial (Arcel, 1994).

- Gran proporción de la población involucrada
- La percepción de no predictibilidad de la crisis,
- La centralidad geográfica,
- La fuente interna de la violencia y,
- El nivel del terror ejercido a través, por ejemplo, de los simulacros de ejecución y la violación.

Las experiencias traumáticas no pueden verse fuera de su contexto. La experiencia de los refugiados no sólo es el resultado de la guerra en el país, sino de la falta de alimentación, agua, refugio, etc. (Mollica, 1994). En estas situaciones existen distintas experiencias traumáticas que se asocian, y potencian sus efectos.

También puede existir un cierto "acostumbramiento" como un mecanismo de adaptación (Becker, 1994)

Los síntomas

"Estar triste no es igual a estar enfermo"

Dra. A. Mikus Kos, (Arcel, 1994:11).

Muchas de las reacciones y efectos que a menudo se describen en términos de síntomas o problemas psicológicos pueden ser reacciones normales frente a situaciones anormales.

Manifestación de una experiencia traumática o difícil
Indicadores de un cambio hacia una condición patológica

La mayoría de las víctimas de actos de violencia manifiestan algún tipo de efectos negativos, pero su alcance depende de la persona y de la intensidad de la situación.

<p>El daño físico, la muerte de la pareja, la participación en atrocidades o presenciar asesinatos, la desaparición forzada, tienen el impacto más grande.</p>
--

Sin embargo, a pesar de todas las dificultades, la mayoría de sobrevivientes de hechos traumáticos, incluyendo traumas sociopolíticos extremos como los campos de concentración, pueden encontrarse bien adaptados años después.

Estrés

El concepto de estrés se utiliza frecuentemente, tanto para describir los efectos como las causas.

El estrés consiste en un estado de tensión psicológica y física como resultado de una amenaza, un desafío o cambio en el propio ambiente (estresantes).

Los efectos serían el resultado de la relación entre el impacto de los estresantes (pérdidas, etc.), los factores protectores (el apoyo que tiene, por ejemplo) y lo que la gente hace para enfrentarlo (coping).

Desafíos en situaciones límite

Los hechos traumáticos confrontan a la gente con experiencias vitales extremas y desafíos a los que tiene que hacer frente. Por ejemplo, las personas tienen que enfrentar frecuentemente sentimientos de rabia, confusión o culpabilidad por lo sucedido.

La culpabilidad puede ser inducida socialmente y no tener una base objetiva, pero también un intento de dar sentido a algo que no lo tiene. Aunque conlleve efectos muy destructivos para la persona, sentirse responsable de lo que pasó puede ser también una forma de pensar que se tiene algo de control sobre la situación vivida.

Problemas de salud mental

Las personas no pueden funcionar en su vida cotidiana por la frecuencia e intensidad de la constelación de síntomas. La ansiedad y la depresión son los tipos más comunes, aunque pueden darse otros como psicosis, alcoholismo, etc.

El término de trastorno de estrés post-traumático

- La existencia de un estresor que produce síntomas significativos de estrés en casi todas las personas.
- Reexperimentar el evento traumático a través de sueños, pesadillas o pensamientos repetitivos.
- Anestesia afectiva en las respuestas o en la relación con el mundo exterior junto con la evitación de los estímulos asociados con el trauma.
- Estado de alerta con problemas del sueño, dificultades de concentración, respuestas de sorpresa exageradas e irritabilidad.

Críticas

La focalización en cuatro aspectos en un diagnóstico estático;

- Un énfasis clínico basado en un modelo médico e individualista;
- La no consideración de la importancia del apoyo social y del significado social del trauma ni la dimensión política del daño;
- El riesgo de convertirse en una etiqueta en lugar de ayudar a comprender la experiencia de la gente y las condiciones en que pide o necesita ayuda.

-
- Descontextualiza la experiencia de las personas afectadas y pone poca atención a la naturaleza del estresor o la experiencia cultural.

Es importante minimizar la probabilidad de que las personas afectadas sean etiquetadas equivocadamente de tener trastornos psiquiátricos, cuando sus síntomas reflejan un sufrimiento comunitario profundo, cuyo significado y expresión son determinados culturalmente.

Efectos sociales

Las situaciones de catástrofe colectiva y emergencia social, alteran de una manera muy profunda la vida de la gente. Se producen muchas pérdidas materiales y humanas, pero también cambios sociales y culturales profundos. Estas pérdidas conllevan un empeoramiento de las condiciones de vida, aumentando las situaciones de marginación social.

Por ejemplo, la pérdida de la tierra en comunidades campesinas no sólo supone perder su medio de subsistencia y su estatus social, sino que tiene su impacto en la propia identidad de la gente y problemas de desarraigo cultural.

Cuando las poblaciones se desplazan, las familias y los grupos de referencia se separan. Los cambios en la estructura social pueden incluir desde la pérdida de servicios y formas tradicionales de organización, a la creación de nuevas formas de organización social forzadas por la situación.

Por ejemplo, en el caso de las poblaciones refugiadas, la vida en los campamentos puede implicar cambios en el modo de vida, como estar sometido a nuevas formas de

autoridad, y convivencia involuntaria con otros grupos étnicos.

Sobre todo, en las poblaciones desplazadas pueden darse cambios culturales como pérdida de símbolos, tradiciones, ritos o incluso el ocultamiento de la propia identidad.

Problemas sociales, como los conflictos familiares o grupales, las dificultades escolares, las agresiones y el abuso de drogas o alcohol, pueden considerarse *indicadores* de comunidades en dificultad. Por otro lado, la presencia de rituales positivos son signo de afirmación de la identidad y bienestar comunitario.

Enfrentados a situaciones límite, hay personas y grupos que reaccionan aumentando su cohesión, como una forma de defensa frente al sufrimiento y la desestructuración social. Muchas veces la gente saca a relucir recursos insospechados o se replantea su existencia de cara a un horizonte nuevo, más realista y humanizador.

Impacto psicosocial de la guerra

Se produce frecuentemente:

Refuerzo de creencias de superioridad de un grupo sobre otro, promoviendo enfrentamientos entre personas o grupos que en muchas ocasiones nunca basaron sus relaciones en un pretendido componente étnico.

La Rigidez ideológica y absolutización de criterios valorativos y esquemas de interpretación de la realidad, son alimentados por las exigencias de disciplina y lealtad propias de las organizaciones militares.

Insensibilidad frente al sufrimiento, el oportunismo, y el desprecio por la vida, suponen una normalización de la violencia y un cambio de valores asociados al escepticismo y la desesperanza.

Agresividad que puede ser física, verbal y propagandística. La violencia física en relaciones personales y sociales, puede incluir aquella cuyo contenido no está asociado a la guerra, como conflictos familiares o comunitarios.

- La violencia se usa también como una forma de *degradar la dignidad* de la gente, como en el caso de la violación y la tortura.
- Esas experiencias traumáticas producen sentimientos de odio manifestando un elemento de *vengatividad reactiva y de aspiraciones de justicia*, que en muchos casos son enteramente legítimas, pero el odio también es utilizado como arma política, amparándose frecuentemente en pretendidas razones de seguridad.
- El *carácter aterradorante* de la violencia tiende a paralizar a todos aquellos que puedan sentirse identificados con algún aspecto de las víctimas, promoviendo una actitud de silencio y pasividad incluso cuando observan hechos con los que no están de acuerdo.

Impacto en la postguerra

1. Grado de desmilitarización

- armas
- valores
- relaciones de poder

2. Nuevas formas de violencia social: ligadas al contexto socioeconómico deteriorado o estructuras de poder

- miedo y confusión
- violencia más indiscriminada
- riesgo de nueva legitimación social de la violencia

-
3. Impacto de la impunidad
 - ambigüedad social
 - ausencia de credibilidad de modelos alternativos
 - aumento de barreras sociales
 - exclusión social de las víctimas
 - venganzas privadas
 - aprendizaje social de la impotencia (N. Sveanss, 1995)

 4. Relación con expectativas sociales
 - evaluación personal y colectiva del proceso
 - expectativas de cambio
 - formas organizativas

 5. Reestructuración de conflictos sociales
 - riesgo de internalidad
 - convivencia con victimarios
 - conflictos por la tierra
 - descohesión social por problemas políticos

La experiencia de los refugiados

- problemas económicos
- Pre-flight* - disrupción social y familiar
- violencia física
- situación de opresión política
- Flight* - separación
- peligro del trayecto
- Recepción* - acogida y asentamiento provisional
- miedo a ser repatriados o las amenazas
- obtener alguna forma de reconocimiento
- resolver necesidades de alimentación, abrigo...
- problemas como la dureza del régimen de vida
- Reasentamiento* - problemas con la lengua
- conflictos culturales
- dificultades de trabajo
- conflicto entre generaciones

Los principales factores que contribuían al malestar se referían a las experiencias en su país de origen (tales como las experiencias de guerra, el encarcelamiento, el peligro antes de la huida o la separación de la familia) y a los acontecimientos negativos en Noruega (desempleo, cambios de ciudad), falta de un confidente y la separación familiar crónica. (Hauff y Vaglum, 1995)

-
- Repatriación* - conflictos familiares
- separaciones
 - amenazas para la vida
 - reintegración en un país que ha cambiado
 - las expectativas pueden chocar con la realidad actitud de la población de su país y darse problemas de identidad (refugiado-repatriado).

Diferentes experiencias de las poblaciones afectadas

Los niños y niñas

Sus propias experiencias traumáticas y son especialmente sensibles a la desorganización familiar y a los efectos de la guerra y represión política contra sus padres.

Sin embargo:

- Con adecuado soporte social y familiar, tienen menos problemas y síntomas a corto plazo.
- No son sólo “víctimas inocentes” y en algunos países han encontrado también formas activas de afrontamiento.

Adolescentes

- Construcción de su identidad en un contexto transcultural.
- Se ve mediatizada además por patrones colectivos de identificación o rechazo a la violencia y el reclutamiento.
- Los adolescentes pueden manifestar distinta frecuencia de problemas como agresión, abuso de alcohol y suicidio

Población adulta

Las *mujeres*. Frecuencia de violación.
Sobrecarga de trabajo y afectiva.

Pero pueden incluso enfrentar mejor la situación centrándose en las tareas cotidianas.

Hombres Militarización

Crisis de su rol en la familia,
Mayor reconocimiento y participación social.

Los ancianos

Físicamente menos hábiles, tienen en general menos capacidad de adaptación a situaciones nuevas y que cambian rápidamente y puede ser más difícil vivir lejos de su hogar; la pérdida de amigos o familia puede afectarles más debido a su mayor dependencia respecto a la familia y comunidad

- La posición del anciano varía en distintas culturas.
- La experiencia de los ancianos puede ser protectora

Las personas con graves problemas físicos o enfermedad mental

- muy vulnerables a las condiciones de desorganización social que incluyen la pérdida de sistemas de apoyo comunitarios o servicios de salud.
- vivir situaciones de tensión o cambio brusco puede provocar crisis que empeoren su condición o les ponga en peligro.

Pero también en muchas ocasiones desarrollan formas de apoyo mutuo, manejo del estigma y reintegración social.

Los procesos de duelo

Etapas clásicas del duelo:

- negación
- cólera

-negociación
-depresión; y
-aceptación

La realización del duelo llevaría entre 1 año o alrededor de 3-5 años.

Existe controversia tanto sobre el tiempo como sobre las fases. Silver & Wortman (1989) encontraron que sólo un 30% seguía un proceso físico, la mitad de las personas afrontaban lo ocurrido sin pasar por todas las fases, otras personas expresaban un duelo crónico o postergado.

Esas diferencias son personales, pero también culturales.

Procesos de duelo alterados

Carácter masivo, súbito y brutal con una falta de sentido, impotencia, miedo y aislamiento de los supervivientes.

- Se impide la realización de ceremonias, el reconocimiento público de los hechos y la dignificación de las víctimas.
- Incertidumbre que experimentan muchos supervivientes sobre el destino de sus familiares (desapariciones forzadas) pueden dejar una huella permanentemente abierta.

El proceso del duelo conlleva tareas complejas que adquieren sentido dentro de su propio marco cultural.

Marco cultural

- Aceptación de la pérdida con realización de rituales;
- La expresión emocional sobre la persona y la situación traumática;
- La adaptación a la nueva situación, cambio de roles

familiares, sentido del mundo e identidad; reubicar emocionalmente a las personas muertas, estableciendo los vínculos con los que murieron y las relaciones con otras personas (Worden, 1993).

Las personas que trabajan con los individuos afectados deben: ser sensibles a estos problemas, entender y aceptar, como respuestas normales las reacciones de la gente.

Pero también deben aprender a reconocer a quienes necesitan más apoyo: no pueden hablar de la persona sin sentir una gran tristeza, incluso mucho tiempo después, se sienten siempre enfermas, no ven sentido a la vida, reacciones autodestructivas y alcoholismo.

El afrontamiento de hechos traumáticos

Formas de enfrentar los sucesos estresantes, percibidos como peligrosos y desafiantes. Sirven para resolver el problema, regular las emociones, proteger la autoestima y manejar las interacciones sociales.

Adaptativo-No Adaptativo

Depende del contexto, la percepción de la persona y las características individuales.

Inhibición-Expresión emocional

Continuar suprimiendo sentimientos, resulta estresante y pueden bloquear las expresiones de afecto o problemas como pensamientos intrusivos o pesadillas. Sin embargo, puede ayudar a procesar la experiencia en su momento y hay muchas variaciones personales y culturales.

Activo-pasivo

Pero cuando no puede desarrollarse una confrontación directa, debido a una posición de debilidad o dependencia, las personas desarrollan otras estrategias

Factores protectores individuales y colectivos

- Las personas que acentúan la parte positiva como el valor de las cosas aprendidas, el sentido de sacrificio o lucha, etc. pueden encontrarse mejor que las personas que se aíslan o se culpabilizan
- Aspectos ideológicos o religiosos pueden ser utilizados, a nivel colectivo e individual, como formas de afrontamiento o factores protectores.

Apoyo social y redes sociales

Este apoyo social puede ser informativo, emocional, instrumental-material y de relaciones sociales.

Sentido del compartir

- Compartir las experiencias, de una forma culturalmente aceptable, es una forma de enfrentar los hechos traumáticos, ya que contribuye a validar, reconocer, entender y darles un significado.
- Aunque las personas que han vivido experiencias similares pueden tener mayor capacidad de comprensión, también puede ser difícil que se apoyen por tener distintos ritmos y estilos de duelo.

Problemas del compartir

- Sin embargo, compartir no siempre disminuye la tensión.
- Cuando el estresor está presente, el compartir las experiencias también puede reforzar la rumiación y contribuir a la difusión de rumores.

-
- En las situaciones difíciles las personas tienen necesidad de compartir las noticias negativas y esto puede llevar a la distorsión de la realidad.

Dificultades para lograr apoyo

El apoyo social es muy importante para enfrentar los hechos pero:

- Puede ser difícil escuchar, ya que el compartir experiencias con personas depresivas puede inducir un estado de ánimo negativo.
- Las personas no saben qué decir, evitan hablar o esperan que la víctima tome la iniciativa.
- Los afectados pueden querer proteger al otro, pensar que no entenderá o que es muy doloroso recordar.
- Determinadas emociones pueden estar mal vistas o tener impacto comunitario (riesgo de aislamiento social).

Desarrollo del apoyo mutuo

- En muchas de las situaciones de crisis las propias poblaciones afectadas desarrollan formas de apoyo mutuo, tanto material como emocional.
- Las formas de apoyo mutuo, la organización y la defensa de los derechos humanos, constituyen formas de afrontamiento colectivas.
- Incluso el sufrimiento puede convertirse en experiencia organizativa y movimiento de apoyo mutuo y reivindicación social, como en el caso de las Madres y Abuelas de Plaza de Mayo.

Enfoque psicosocial: criterios y metodologías Prevención como actividad política y social

El objetivo de la prevención es la eliminación o reducción de las condiciones que producen problemas de salud mental y el estímulo de los factores de apoyo.

Una mayor comprensión y un mayor compromiso político, así como un papel más activo de los trabajadores de salud mental, como defensores de los derechos humanos y como elementos de presión, es un elemento esencial para la prevención.

Algunos de los factores de estrés en las poblaciones afectadas pueden estar bajo control de agencias internacionales o gubernamentales y ONG.

La forma en que se conceptualizan y se implementan los programas, a nivel organizativo y social, puede promover o mejorar la salud mental.

La atención a las necesidades de organización más que a las necesidades mismas, debilita la consecución del bienestar de las poblaciones.

Enfoque comunitario de la salud mental

Un enfoque que se centre en la comunidad, dirigido a favorecer el apoyo social y la integración comunitaria, puede ser más adecuado que las específicas intervenciones psicoterapéuticas en cuestión.

La adecuación del tratamiento psicológico individual para problemas que son claramente colectivos y que tienen causas sociales y políticas.

Importancia de reformar los servicios de salud mental avanzando hacia una atención más interdisciplinaria y basada en la comunidad.

Los enfoques centrados en la comunidad como un conjunto de acciones preventivas y curativas que tienen en común:

1. La facilitación del contacto en grupo, para compartir y discutir experiencias.
2. La asistencia práctica en áreas como el cuidado de los niños y la obtención de ingresos económicos, resolución de problemas comunes, etc.
3. Proporcionar asistencia individual más específica para aquellos que la necesitan. (Ager, 1995)

Loncaveric (1996) Programa MIR, de Integración sociocultural de refugiados bosnios en Suiza

Promoción de la identidad:

La expresión y reconstrucción de la identidad cultural es un factor de bienestar. Las actividades que promueven relaciones sociales, expresiones colectivas y actividades culturales.

- Encuentros
- Excursiones
- Oportunidades deportivas
- Actividades culturales

Bienestar psicosocial:

Prevención del estrés y apoyo para enfrentar los hechos traumáticos

- Entrevistas para la discusión individual de problemas
- Intercambio de experiencias en grupos.
- Actividades informativas
- Supervisión y apoyo a los profesionales

implicados

Activación:

La falta de ocupación es uno de los problemas de los refugiados. La pasividad y la dependencia inducidas por su propia situación y dificultades de inserción, refuerza un sentimiento de incapacidad y falta de poder sobre la propia vida.

- Actividades ocupacionales
- Actividades con los niños/as.
- Ventas y comercialización de sus productos
- Talleres

Recursos del trabajo comunitario

1. Evaluar la oportunidad del trabajo
 - Demanda
 - Riesgos
 - Necesidades (tiempo, seguimiento, etc.)
 - Criterios
2. Identificar líderes
 - Tipo de liderazgo
 - Capacidades (movilización, integración social, ...)
 - Percepción del problema
 - Límites
3. Conocimiento contexto y comunidad
 - Cultura/valores/creencias
 - Normas (comportamiento y transgresión)
 - Grupos
4. Desarrollar estrategias de red
 - Agentes multiplicadores
 - Líderes
 - Grupos

Como: formación, actividades sociales, memoria, historia, celebraciones.

Trabajo con multiplicadores, dirigido a:

- Identificar los problemas y recursos existentes.
- Adquirir mayor capacitación y experiencia para apoyar a las comunidades o personas más afectadas.
- Proporcionar un traducción y dialogo cultural.
- Mayor confianza con las personas y comunidades.
- Continuidad en la acción.
- Refuerzo de tejidos sociales y redes de apoyo existentes.

-
5. Mantener seguimiento y evaluación
 - Estimular el flujo bidireccional de información
 - Reflexionar sobre el proceso
 - Evaluar resultados
 6. Relación con sistemas locales de salud
 - Formación
 - Adecuación de criterios
 - Derivación
 - Apoyo/supervisión
 7. Estimular los factores positivos
 - Apoyo social
 - Experiencias personales positivas
 - Factores culturales, ideológicos y religiosos
 - Desarrollo de habilidades de afrontamiento
 - Espacios grupales y comunitarios.
 8. Identificar situaciones de riesgo
 - Desintegración social
 - Aculturación/identidad
 - Impacto de experiencias
 - Vulnerabilidad personal/social
 9. Estrategias para personas que requieran mas atención
 - Trabajo de red
 - Sistemas locales de salud
 - Sanadores tradicionales
 - Apoyo externo

Problemas para la multiplicación

1. Disponibilidad de tiempo. Muchas de las personas que pueden tener esa función se encuentran ya sobrecargadas con otros trabajos. Además, éstas actividades raramente se consideran prioritarias, dadas las graves necesidades sociales de la gente.
2. Dificultades de apertura de espacios por parte de autoridades o líderes poco sensibilizados y que

constituyen puerta de entrada para el trabajo con algunos grupos o comunidades.

3. Algunos multiplicadores pueden ser asimismo personas que pueden estar muy afectadas, lo cual puede disminuir su capacidad de enfrentar el sufrimiento de otros.
4. Escasa claridad de criterios o falta de adecuación en la selección de las personas.
5. Necesidades económicas y sociales que limitan el tiempo disponible o de acción.
6. Posible percepción por parte de personas o grupos sociales de que el trabajo es de un grupo u ONG determinado.

Experiencias y recursos positivos para el trabajo con multiplicadores

1. La sistematización de las experiencias y utilización de materiales básicos, guías de trabajo, etc. facilita la capacidad de realizar actividades comunitarias.
2. El acompañamiento en las primeras experiencias, aumenta la autoconfianza. En caso de experiencias problemáticas, la posibilidad de discusión y ajuste disminuye la percepción de autoeficacia negativa.
3. El entrenamiento en técnicas de multiplicación en las últimas fases de la capacitación, aumenta las habilidades y confianza en sí mismos a los multiplicadores.
4. Facilitar espacios colectivos de apoyo para compartir experiencias y dar sentido colectivo al trabajo, que no dependan de la llegada de algún responsable externo.
5. Orientar el trabajo hacia las actividades que los multiplicadores pueden hacer habitualmente en sus grupos de referencia. Adaptación de los contenidos.

-
6. Compromiso político y/o religioso, que sirva de base para movilizar los recursos personales de tiempo y dedicación.
 7. Concretar los criterios de selección: disponibilidad personal, sensibilidad, capacidad de liderazgo, etc.

Enfoques terapéuticos a discusión

La expresión y reconstrucción de la experiencia, y resituarla en la propia vida, puede ayudar a conseguir una mejoría en el bienestar. Necesidad de adecuación al contexto y cultura. Diferentes técnicas y formas culturales.

Características:

- El proceso que transforma el sufrimiento individual en testimonio social parece servir para disminuir los efectos.
- La persona se convierte en partícipe activo de la “terapia”, y el papel del “terapeuta” es el de clarificar, animar y actuar como testigo.
- Resituar las emociones y vivencias.
- La reconstrucción de la propia identidad (violación o tortura y los procesos de duelo alterados).
- Importancia de mantener el compromiso con la persona durante la terapia.

En los encuentros terapéuticos interculturales, los acompañantes pueden:

- Ayudar a las personas a superar el distrés cultural, proporcionando una legitimación cultural y ayudándole a dar significado.
- Reducir también el estigma social que puede comportar la terapia.

-
- Convertirse en coterapeutas activos durante y después en otros lugares y contextos.
 - Aprender de los terapeutas tradicionales.

Pese a las recomendaciones para la relación con los sistemas tradicionales de poblaciones afectadas, los intentos de reconciliar la medicina occidental y los enfoques tradicionales, se llevan a cabo habitualmente como una lectura meramente simbólica de las prácticas tradicionales y de una forma descontextualizada.

Participación y autoayuda: adquirir poder sobre la propia vida

La participación comunitaria orientada hacia la adquisición de poder de las propias personas y comunidades afectadas, debe ser vista como un indicador de la calidad de los programas y de la fiabilidad de la toma de decisiones.

Cuando la participación implica una adquisición de poder, aumenta el apoyo social y la capacidad de reconstrucción.

Autoayuda

- Las personas pueden mejorar su situación al compartir sus necesidades y problemas, aprender de las experiencias positivas de otros y apoyarse mutuamente para cambiar.
- Desde el punto de vista psicológico, los *procesos de ayuda mútua* incluyen: la objetivación y el análisis de la realidad; el sostén mútuo; el reconocimiento de sentimientos y vivencias escondidas; la generalización de las experiencias; la búsqueda e integración de soluciones; el desarrollo de acciones comunes para enfrentar los problemas; el desarrollo de actividades sociales gratificantes (Heap, 1985).

Grupos de apoyo mutuo

Para que el grupo avance y su proceso active la capacidad de autoayuda, es importante que los objetivos sean compartidos por los participantes. Por eso la discusión de estos objetivos ha sido tenida en cuenta en la fase de preparación de los grupos y se han ofrecido siempre como punto de partida por el coordinador al inicio del grupo.

Los recursos de un grupo de autoayuda

Dar sentido a la realidad. Objetivar los hechos, dar sentido a lo que sucede, a partir de elementos ideológicos, religiosos, y de análisis de la realidad.

Espacio de encuentro y distensión: actividades sociales gratificantes/sentido cultural

La capacidad de sostenerse mutuamente. “Prestarse fuerzas” mutuamente, de forma que se genere la energía necesaria para sostenerse y funcionar.

Controlar las reacciones impulsivas. El grupo puede ayudar a los miembros a no dejarse llevar por reacciones poco meditadas o sentimientos no contrastados. Se puede así evitar una descarga emocional excesiva, favoreciéndola de forma “regulada” e intentando comprender a los demás.

Reconocer los sentimientos. Compartir y dar sentido a sentimientos que muchas veces hasta entonces se han escondido o negado por considerarlos negativos, por vergüenza, prejuicio social o por estar fuera de la propia escala de valores.

Generalizar las experiencias. Ayuda a que la persona se “abra” y a liberar la imagen que pueda tener de sí misma como desviada. Esto ayuda también a reestructurar las “normas” implícitas, haciéndose más liberadoras.

Llevar adelante soluciones. Las decisiones o soluciones discutidas y propuestas en el grupo se integran mejor y se utilizan más fácilmente por las personas.

Desarrollar el poder colectivo. La suma de fuerzas individuales y el potencial desarrollado por el proceso del grupo sitúan a éste en una postura activa frente a los problemas. Especialmente valorado y concretado en las últimas fases del proceso del grupo.

Facilitar la expresión colectiva. Las formas culturalmente aceptables de expresión simbólica de la experiencia, pueden facilitar no sólo la expresión, sino la identificación colectiva, y promover la reconstrucción del sentido de identidad (ritos colectivos, juego, etc.)

Modelos de trabajo con grupos en salud mental comunitaria

- Trabajo sobre núcleos de experiencia comunes.
- Estos grupos pueden también constituir espacios sociales de encuentro y crecimiento personal que no siempre se focalizan en las experiencias traumáticas.

Modelo extenso: trabajo durante más tiempo, pero con periodicidad mayor (mensual)

Modelo intenso: trabajo durante corto tiempo, pero con menor periodicidad (semanal)

Modelo abierto: el grupo se constituye como un órgano de encuentro, discusión y participación al que la gente se incorpora y del que sale.

Modelo cerrado: el grupo se constituye en una fecha, con un número determinado de personas, y se fija un plazo. No se admiten nuevos miembros a mitad del proceso.

Modelo educativo: espacio de discusión y elaboración de las experiencias, se recomiendan pautas de actuación. Tiene fines de comprensión de problemas y modelado de actitudes. El coordinador interviene más con explicaciones y reinterpretaciones de las experiencias.

Modelo socializante: el grupo se orienta al compartir experiencias, con intercambio pleno y libre entre los participantes. Predomina el proceso del grupo sobre el aprendizaje. El coordinador no interviene apenas, salvo para plantear algún núcleo de discusión y cuando se pierde el sentido y la discusión necesita focalizarse de nuevo.

Ante la duda: comenzar por grupos extensos, cerrados y educativos

- mayor facilidad de coordinación,
- menor dependencia de factores de regulación en el grupo, mayor seguridad y confianza entre los participantes.



Niños Afectados por la Violencia Organizada

Psi. Priscilla Cervellón
(Salvador)

Tipo de trabajo: La Psi. Cervellón trabaja con las personas afectadas por la guerra; su equipo realizó un trabajo de investigación con jóvenes, víctimas de la migración forzada como consecuencia de un proceso de represión dentro, originarios de Chile, Nicaragua, México y Salvador; se trabajó conjuntamente con estos países.

Esta dinámica grupal es trabajada con los jóvenes que se vieron forzados a migrar a raíz de un proceso de guerra. La Migración se viene dando desde la época histórica de la Esclavitud, y se da como consecuencia de la desigualdad social entre los hombres.

En San Salvador se dan Migraciones por cuestiones estacionarias, para 1932 ésta deja de ser por causas agrícolas y/o económicas y se amplía ante una necesidad de Salvar la Vida. En 1977 el fenómeno se agudizó ante un Operativo Contrainsurgente dirigido en contra de las poblaciones que se empiezan a organizar, pues se les considera apoyo de la guerrilla por el simple hecho de vivir en un lugar donde había mayor presencia insurgente. La represión se agudiza a finales de los setenta y en los ochenta, lo que origina los “refugiados” y “exiliados”. Además los movimientos de Desplazamiento Interno son cada vez más fuertes.

Metodología de trabajo

Población Objetivo:

Jóvenes desplazados, refugiados y retornados al país, exiliados y retornados al país. Se concibe al grupo como un conjunto de personas, dentro de un espacio y tiempo articulado por relaciones internas, que se proponen una tarea concreta.

La actividad se basa en la Concepción Grupal porque la misma es capaz de contener todos los procesos, efectos que pueden surgir, por la importancia de que estas experiencias fueran socializadas, por su nivel reparatorio (oportunidad de hablar sobre determinada situación), darle un sentido más allá de la experiencia individual y por las características comunes entre los jóvenes. El grupo permite la reflexión y la significación, éstas se construyen en el espacio grupal.

Simultáneamente a estas actividades se trató de desarrollar un proceso de autogestión que buscara materializar lo hablado en una acción concreta.

Forma de Trabajo:

- 1) Jóvenes Desplazados: Se llevaron a cabo 15 sesiones ya estructuras, en grupo cerrado, con una duración de dos horas diarias. En este período los jóvenes se interrelacionaron y destensionaron a través de dinámicas que fueron facilitadas. En cada sesión se abrió un espacio para retomar los puntos o temas que se había acordado anteriormente hablar.
- 2) Jóvenes Refugiados y Exiliados: Son talleres cerrados, intensivos, de reflexión, los cuales duran dos días completos. Una de las técnicas usada es la Terapia Expresiva que ayuda a retomar la expresión del arte (técnicas artísticas). En este tipo de talleres se vio la necesidad de rescatar la expresión a través

del dibujo porque la expresión verbal es más difícil; también se usó el colash, arcilla, teatro y música.

¿Qué se encontró?

1) Nivel General

1.1 Jóvenes con poca capacidad para sentir pertenencia (familia, país, corriente política).

1.2 Jóvenes con dificultad para expresar afecto (afecto disociado).

1.3 Jóvenes con rasgos de sobreadaptación, son jóvenes que les tocó crecer muy rápido (obviaron algunas etapas) lo que les sirvió para salvar su vida, el estructurarla en situaciones apremiantes. Esto es algo que los jóvenes aprecian mucho.

1.4 Ambivalencia: En cuanto a participación política.

2) Nivel Específico:

2.1 Desplazados:

2.1.1 Son más desconfiados

2.1.2 No tuvieron ambivalencias en cuanto a participación política.

2.2 Refugiados:

2.2.1 Ambivalencia Libertad/Encierro (Libertad significaba represión)

2.2.2 Mayor sobreadaptación alrededor de la sexualidad.

2.2.3 Mayor tendencia a conductas contradictorias.

2.3. Exilio:

2.3.1 Mayor confusión en la vida política y personal

2.3.2 Figura escindida al padre o a la madre (sentimientos de cólera contra el Padre).

2.3.3 Rasgos de sobreadaptación laboral.

Resultados:

1) Más acompañados en su dolor (en el grupo)

2) Encuentran otro significado a su experiencia

3) Romper silencio

4) Son más activos después de la auto-gestión

Realizar un trabajo concreto con los jóvenes es muy importante porque los ayuda a superar sus experiencias pero también hay que tomar en cuenta que esas experiencias abren un espacio de reflexión.

Fisioterapia para los Sobrevivientes de la Tortura

Dra. Lone Tived

Sobrevivientes de la Tortura: La mayoría de víctimas que se reciben en el IRCT son originarios del Medio Oriente (Palestina, Irán, Turquía). El IRCT cuenta con médicos, enfermeras, fisioterapeutas, psiquiatras, psicólogos, etc.

Los problemas más comunes para las personas que son tratadas por esta institución son situaciones de inadaptación a la cultura danesa, el idioma.

Presentación de un caso clínico

Es un hombre de 27 años de edad que trabajaba en su país, pero además le interesaba la política, una amiga lo denunció a la policía que lo capturó y fue retenido por un año sin ser juzgado.

Siempre hay una relación entre la tortura física y la psicológica (el aislamiento). Posteriormente a una experiencia de tortura se hacen presentes problemas de concentración, sufrimiento de pesadillas, dolor corporal.

Secuelas de la tortura física

Se sensibiliza la piel, los tejidos y los músculos se hinchan y posteriormente se ponen rígidos y fibrosos lo que dificulta la actividad física y hay más sensibilidad al frío. Para el tratamiento se le pone al paciente una ropa interior especial que lo aísla.

Cuando se mantiene a una persona con los brazos sobre la cabeza, con cuerdas apretadas en las muñecas, posteriormente queda una sensación de dolores difusos en las articulaciones del codo, hombro, clavícula, están estirados los músculos traseros y en los frontales hay contradicciones. Quedan sin mucha movilidad las articulaciones superiores y se sienten las muñecas flojas. Las manos sudan mucho y tienen tendencia a hincharse.

Cuando una persona es encerrada dentro de una caja pequeña (la cabeza pegada a las rodillas y las piernas flexionadas) es imposible la movilización, por lo que hay un estiramiento de los músculos de la espalda, estiramiento de los ligamentos y las articulaciones. Por lo tanto queda una sensación de inestabilidad en la columna y se produce un gran dolor. Las personas después de estar muchas horas en esta posición quedan con una sensación de pesadez.

Si una persona es suspendida con la cabeza para abajo, las piernas para arriba y amarradas, además de golpeársele la planta de los pies. Después de pasadas tres o cuatro semanas de haber recibido los golpes hay una hinchazón que va desde la planta de los pies hasta las rodillas, posteriormente viene una rigidez de los músculos y las articulaciones de los pies. En la planta de los pies se crean hematomas, los nervios son transtornados, hay un dolor punzante que se agudiza con el calor, hay una tendencia de sudor en los pies; la piel queda floja.

En el pie hay un tendón ancho que sirve para mantener el marco del pie pero si sufre alguna ruptura el pie queda sin flexibilidad y hay una sensación de dolor y de pesadez. Si la estructura de los carcañales se daña, ésta se ensancha y ya no amortigua el paso; éste es un mal irreversible.

Tratamiento y fisioterapia

Durante el primer contacto con la persona que ha sufrido la tortura, debe de ganarse su confianza, y ésto se hace a través de preguntarle cómo cree que va a ser el tratamiento; también se le presenta un esquema corporal fraccionado, para que en él, el paciente pueda señalar las áreas donde siente más dolor. El tratamiento sólo alivia, no cura.

Personas que han estado suspendidas, al transtomarse su posición física, posteriormente presentan una respiración superficial y acelerada (ocasionada por la ansiedad), la movilidad del cuerpo queda atrofiada, hay una tensión aumentada en los musculos del estómago, en las piernas. También los musculos se contraen al escuchar sonidos fuertes.

Al existir dolor en la cabeza, en la región femoral, desde la nuca; éste se alivia con un masaje. Se recomienda el masaje en el pelo, en la parte posterior de la cabeza porque después de tantos golpes esta región se encuentra muy rígida. Muchas veces el masaje es preferido si conlleva un poco de presión.

Cuando hay rigidez en el tórax se realiza un tratamiento en el cual se empuja el tórax y se le da también un masaje específico del tejido conjuntivo.

También hay un tratamiento en que el paciente debe hacer contrapeso al fisioterapeuta, éste ayuda a que se saque cierta tensión, lo que permite más tarde entablar una conversación.

La cama elástica es un buen instrumento que ayuda al entrenamiento de los musculos, además de ser suave para la planta del pie.

Existe un aparato que puede ayudar a aliviar el dolor lumbar, éste funciona a través de electrodos que conducen unas leves descargas eléctricas.

Para algunos, la piscina de agua caliente les ayuda a aliviar el dolor; quienes han sufrido Tortura Submarina

debe ayudárseles a quitarse el miedo poco a poco. También ayuda la bolsa de agua y las artesas de agua caliente.

El cuello ortopédico ayuda a solucionar problemas de nuca porque los músculos están débiles y se siente vértigo, el cuello ayuda a superar estas incomodidades.

El corsé es otra herramienta útil para aliviar el dolor lumbar; así como los vendajes elásticos en las piernas ayudan a aliviar el dolor en esta región.

Las plantillas ayudan a soportar el dolor en la planta del pie y es bueno usar zapatos con plantilla delgada.

El tratamiento en el Centro tiene una duración de seis a nueve meses (generalmente se prolonga más), y se dan ejercicios para hacer en casa y, cuando se tiene oportunidad, se trata también a la familia del afectado para ayudarla y que ésta asista en la recuperación del paciente.

Para lograr tratar la “Humillación Psicológica” que supone la tortura, se cuenta con un psicólogo que trabaja paralelamente con el fisioterapeuta. Además muchas veces es necesaria la intervención de un intérprete, éste debe tener la absoluta confianza del paciente.

Intervenciones de los participantes

- 1) El intérprete es a la vez un co-terapeuta y sería positivo involucrarlo más activamente en el tratamiento del paciente.
- 2) Las experiencias de la tortura **nunca** son olvidadas, pero sí es posible mejorar la vida de quienes la han sufrido.
- 3) En nuestros países, la Psicología debe contemplar tratamientos familiares y hasta comunitarios.
- 4) Sería positivo utilizar las técnicas fisioterapéuticas propias de los países de origen de los afectados por la tortura, o elementos propios de su cultura para lograr su recuperación.

Experiencia de Trabajo en Centro de Rehabilitación de Víctimas de la Tortura

Dr. Juan Almendares
(Honduras)

Este centro recibe el apoyo del IRCT. Una de las dificultades que encontró el Centro es que los profesionales actuales tienen una formación médica ortodoxa, además de que muchos ni siquiera tienen interés en las luchas populares y en la lucha por la Defensa de los Derechos Humanos.

Se discutió mucho si gente que estaba marcada por el ejército podría hacerse cargo de este Centro y la práctica demostró, que más que poderse, era **necesaria** su participación. La Comisión encargada de darle vida al Centro debía tener **credibilidad** ante la población hondureña.

Otro problema que se afrontó fue sobre la visión que debía tener el Centro, y entonces se logró conformar un equipo que tiene credibilidad política y capacidad profesional. También se discutió sobre el tipo de atención que debía darse (Académica o Alternativa), a pesar de que la mayoría le tenía más confianza a la atención académica. No obstante, se logró crear un nexo entre lo "alternativo" y lo académico.

El centro maneja el Concepto de Tortura de las NN.UU. para enmarcarse dentro de un contexto internacional, pero además lo complementa con el pensamiento de que la Tortura en Honduras se refleja en cualquier acto de violencia que vulnere a la persona, en todas sus facetas

de ser humano. La gente que se empezó a atender eran las referidas por las Organizaciones de Derechos Humanos y estas personas llegaban y llegan por la Visión Alternativa que se maneja.

Se ha recibido la colaboración y apoyo de los sectores indígenas, de los desfavorecidos, de compañeros de los EE.UU., de la gente de España, del País Vasco, y se ha aceptado toda esta ayuda porque se trata de depurar los prejuicios con que se nos cría.

El equipo de trabajo del Centro es interdisciplinario y todos sus miembros tienen una participación activa dentro del proceso de recuperación del afectado, desde la señora que hace la limpieza hasta el Director, sin que sea necesario un nivel académico.

En lo que se refiera a Salud Mental tuvimos que repensar los términos y su función, llegamos al punto de crear un lenguaje interno y otro externo para poder comunicarnos efectivamente dentro y fuera del Centro.

Los requisitos para trabajar dentro del Centro son capacidad de amar, estar conscientes de la situación de constante violación a los Derechos Humanos, espiritualidad, sentimientos de solidaridad, abnegación, sacrificio.

Dentro del Centro se desarrollan varios programas: a) Rehabilitación de víctimas, sobrevivientes de la tortura y sus familiares; b) Prevención de la Tortura, a través de charlas a maestros, personal que labora en Centros de Detención, charlas en el Colegio de Enfermeras, de Médicos, etc. ; c) Desarrollo de las capacidades del personal que trabaja en el Centro.

Uno de los aspectos que estamos considerando, es la atención a los prisioneros en los Centros de Detención. Las cárceles están tan pobladas que ya existe un gran hacinamiento humano, pero como el problema delincuencial va en aumento, los detenidos cada vez son más y por ende tendrá que crecer la población dentro de las prisiones.

Se busca trabajar una concepción de Salud que vaya más allá de lo que contempla la Organización Mundial de la Salud, que para curar se tome como base a la comunidad y el método considere los cinco elementos (tierra, energía, agua, aire, fuego, movimiento). Muchas veces se tiene la idea de que se está enfermo porque lo de adentro está mal (Subjetividad) y entonces para poderlo curar (Objetividad) hay que tratar lo de adentro.

Para poderse mantener sano hay que comer sanamente, debería la persona alimentarse con las plantas y no sería necesaria la carne. Una dieta sana es una vida sana y logra una armonía.

Para lograr un servicio efectivo comunitario debe tenerse una visión universal de la salud.



Modelos de Asistencia a los Afectados

**Psq. Lucila Edelman
(Argentina)**

La sociedad argentina no tiene la existencia de comunidades como Guatemala, sólo unas cien mil personas entre treinta y tres millones de habitantes de la Argentina viven en comunidades indígenas (esta población ha atravesado por dos períodos de exterminio, uno en la época de la Colonia Española y el otro dirigido por los Terratenientes Argentinos); la población es mayoritariamente urbana y la población rural es totalmente distinta a la población rural centroamericana.

Los tratamientos que se da a los afectados por la violencia son en clínicas y/o consultorios, además de que allá sí son utilizados los Conceptos Técnicos aprendidos en la Universidad.

Primero se trabajó con los familiares de los desaparecidos y a través de esta experiencia se fue construyendo un modelo conceptual, haciendo una crítica constante entre la teoría estudiada y la práctica sostenida. Debemos mantener una actitud crítica hacia los conceptos pero logrando elaborar conceptos apropiados.

Para referirnos a las personas que tratamos se les llama "Afectados". No se les quiso poner el término de "Paciente" porque la palabra traía consigo la idea de que las personas afectadas por la Represión Política podrían tener alguna anormalidad, reforzando la posición del

Estado, el cual se refería a las “Madres de la Plaza de Mayo” como “Las Locas de la Plaza de Mayo”. Tampoco se quiso llamarles “Víctimas” porque son personas que están luchando por salir adelante.

Hay algunas palabras que no pueden ser usadas (a solicitud de las Organizaciones Pro-Derechos Humanos) como “duelo” ya que la misma trae consigo la idea de la muerte, a pesar de que el “duelo” abarca mucho más que esto.

Concepción general del abordaje

La idea de “abordaje” es que hay un proceso de práctica social que va dominando el cómo se va realizando socialmente la elaboración de las situaciones traumáticas. Esta práctica social es el proceso más importante del abordaje, porque la misma genera determinados sentimientos y símbolos de lo que ocurrió, y además implica algo interno.

En el modelo de abordaje es muy importante incluir, dentro de cualquier técnica que se use para el tratamiento, el discurso social. Este discurso social es el conjunto de interpretaciones que se da a una situación, esto conlleva a la limitación del papel del profesional, el cual debe simplemente acompañar y no protagonizar. El profesional también colaboró para elaborar una práctica social, y simultáneamente se incide en esa práctica social y se revisa la elaboración del proceso.

Cuando se habla de práctica social se quiere decir; en la sociedad argentina se conformaron grupos con funciones específicas (reclamar por los desaparecidos, exigir que aparecieran con vida, denunciar la práctica de secuestros)) pero además estos grupos servían, simultáneamente, de apoyo para las personas que los integraban.

También hay un abordaje mientras los sucesos están ocurriendo, por ejemplo: Hace dos años se dió un

movimiento muy grande de huelga en una empresa metalúrgica en Tierra del Fuego, ciudad más austral del mundo, queda más o menos lejos de Buenos Aires y está en una isla. Hubo una gran represión, en un momento dado la fábrica, que estaba ocupada, fue desalojada por la policía. Hubo muertos, heridos de bala, gente lisiada. La gente pidió ayuda y se optó porque se llegara al lugar de los hechos. En el local del Sindicato de Metalúrgicos se organizaron reuniones de grupos de reflexión, con esto se trató de que la situación traumática, generada por la represión, fuera elaborada grupalmente. Que el grupo pudiera hablar de los aspectos subjetivos de lo sentido respecto a..., es un espacio donde se puede trabajar con técnica verbal y técnica traumática. Los resultados que arrojaron los grupos de reflexión es que existía un sentimiento de pérdida (murieron compañeros), culpa inducida social y particularmente desde el Poder (había una mujer que se sentía culpable por la muerte de un compañero). Entonces es donde aparece la importancia del grupo, porque aquí se intercambian opiniones, el grupo de reflexión se transforma en grupo de ayuda y se logra vislumbrar cuál es la incidencia de estas inducciones para producir sentimientos de culpa. Ahí aparece el comentario: "Toda lucha tiene pérdidas" y así surge la idea que al luchar también se pueden sufrir pérdidas. En caso que el grupo no pueda generar la ayuda o cambio de visión se el ayuda.

La idea de "salud mental" no tienen ninguna definición pero sí tiene implícita una posición activa de la transformación de la realidad, es decir, no negar la realidad sino tomar una actitud de transformación en el sentido de que los seres humanos somos capaces de trabajar, amar y crear algo.

Cuál es la ventaja del grupo. El grupo es necesario a lo largo de toda la vida como sostenimiento de nuestra identidad y ésto se hace visible en todas las situaciones de crisis y de ruptura.

Cuando hay situaciones de crisis sociales o de ruptura, el grupo de afectados tiene algunas funciones adicionales a aquellas para las cuales ha sido formado, funciones desconocidas o reconocidas por aquellos que lo forman pero que tienen que ver con “espíritu de cuerpo”, en el momento de mayor posibilidad de destrucción personal, el grupo protege contra la probabilidad de desestructuración, porque existe un sentimiento de solidaridad, están unidos ante cierta situación. La pertenencia implica un sentimiento de protección frente a sentimientos de desamparo e indefensión.

Cuando se hace este tipo de trabajo, muy cerca de la ocurrencia de los hechos traumáticos (caso de familiares desaparecidos) este trabajo tiene una función de prevención, en el sentido de que se pueden evitar riesgos mayores desde el punto de vista de lo que implica la situación traumática sobre el sujeto (primer abordaje).

Caso de personas que han sufrido tortura física

Existe una especificidad en el tratamiento de las personas que han sido torturadas físicamente. Existe una evidencia física (señales en el cuerpo y persistencia de dolor) y hay un recuerdo de “humillación”. Para cada persona que ha sido torturada se encontró que hay un lugar donde sienten que se quebró su autoestima, y a veces podría considerarse hasta absurdo, pero existe (llorar frente a los torturadores).

Muchas personas tienen dificultad para hablar de la situación de tortura, a veces pueden hablar de manera testimonial pero no como algo personal, a veces se pasa muchísimo tiempo en tratamiento hasta que se logra hablar; y ésto es consecuencia de la vivencia de humillación y de una situación de confusión, generada por la situación de extremo aislamiento y soledad.

Las personas afectadas por la tortura física son tratadas a través de terapia individual, generalmente estas personas piden ser tratadas mucho después de lo sucedido.

El problema de hacer un abordaje desde lo corporal es importante porque hay una agresión del “yo corporal” que debe ser abordada desde el propio cuerpo. El contacto a nivel corporal con otro es importante.

El abordaje individual y con los familiares se hacía en el primer período. Esto se hacía cuando algunas personas estaban muy deprimidas y eran las mismas madres quienes lo pedían (no el afectado).

Cuando la consulta se llevaba a cabo mucho tiempo después de los hechos, especialmente se dió cuando se cumplieron 20 años de la dictadura, evento que vino a conmocionar a la sociedad argentina. Los argentinos realizaron todo tipo de conmemoraciones como repudio a estos hechos. Muchos de los torturados pidieron tratamiento porque de golpe aparecían las experiencias vividas, por ejemplo: Ciringo confirmó en público que se tiraban personas vivas al mar. Esta declaración conmocionó a la sociedad argentina, a pesar de ser algo ya conocido por todos, y como consecuencia se revivió la situación traumática y muchas personas quedaron igual que al principio de los hechos (con una sensación de angustia). El tratamiento que se aplicó fue de abordaje individual o familiar.

Requisitos mínimos para el Abordaje:

- 1) La confianza: Es necesaria en cualquier vínculo para que éste pueda ser terapéutico. En el caso de la Argentina, durante la dictadura, existía un buen sistema de salud pública y la gente recurría a él, pero se tuvo que dejar de frecuentarlo por motivos (reales o ficticios) de seguridad, ante ésta falta de confianza al sistema de seguridad pública se formó la Solidaridad Popular que se empezó a hacer cargo de estos

casos. Fue una situación distinta en los lugares donde hay ONG que podían tomar los casos.

Dentro del aspecto de confianza también se considera que el Terapeuta tenga una comprensión social de lo que ocurre.

- 2) **No Neutralidad:** No mantener una posición objetiva e indiferente ante la situación que se estaba viviendo.
- 3) **No manipulación:** No hay que decirle a las personas lo que tienen que hacer. Es la inclusión de lo social en el tratamiento, tiene que ver con la comprensión de lo que ocurre.

Problemas del equipo profesional

- 1) **Conflicto Institucional:** Las madres no querían que se realizaran exhumaciones porque pensaban que no había una actitud de justicia contra los culpables y sólo se realizaban acciones parciales, mientras que para muchos era muy importante el encontrar el cuerpo de sus desaparecidos, saber qué les pasó y cumplir ciertos ritos.

Se dió el caso que se trabajó en una institución que tenía rótulos “No a las Exhumaciones” pero muchos de los que trabajaban en las mismas sí creían que estas eran necesarias. A pesar de existir obligatoriedad sólo para la directiva de apoyar esta posición, se daba el conflicto de estar en contra de lo que quería la institución, que iba en contra del deseo personal.

- 2) **Miedo:** El equipo profesional también sentía miedo, cómo podían trabajar el miedo. El miedo puede servir para la protección propia pero el hecho de estar en contacto con afectados de la violencia, genera más

-
- miedo y **no** menos miedo. Muchas veces los miembros del equipo se sentían más seguros dentro de la Casa de las Madres de la Plaza de Mayo (a pesar de ser un punto de alto riesgo) que en la calle.
- 3) Pena de muerte: Es duro trabajar con situaciones vinculadas a la muerte, pero esto tiene una consecuencia: la actitud de lucha es una actitud de vida.
 - 4) Modelos conceptuales: La única forma posible de un trabajo profesional (durante mucho tiempo) es usar al mismo equipo como un grupo de apoyo, y por otro lado se hace un trabajo permanente de elaboración de lo que se está haciendo.

Lo que se hacía y lo que se está haciendo parte de las cuestiones más teóricas.

Las "revelaciones", que ya no lo son porque casi todo ha sido dicho y hasta probado durante el período de enjuiciamiento a las Juntas, tuvieron impacto por quién las contaba. Son más impresionantes si las cuenta el mismo represor, este tipo de revelaciones generó dos actitudes: a) se dijo que era positivo, que se siguiera haciendo; y b) que era una maniobra política. Mientras las reacciones de los familiares era que querían saber pero eso no evitaba que quedaran destruidos.

En cuanto a la consigna "Que aparezcan con vida", fue muy discutida, en el sentido de que si esa era una consigna desligada de la realidad, sobre todo desde el inicio del gobierno constitucional. Las madres mantenían la consigna aunque ya no la usan, probablemente para obligar al gobierno a que diga lo que sucedió.



Exilio, Retorno y Reintegración

Dr. Darío Páez
(España)

Diferencias entre exilio individual y colectivo. Choques culturales (salida y retorno). Impacto en la identidad individual, familiar, grupal/comunitario. Variables del contexto en cuanto al exilio y el retorno (pobreza, racismo, económico, integración, cambios dentro del país, etc.). Factores positivos de cara a un proceso de reintegración social. Elementos a tomar en cuenta en los proyectos de salud mental (a manera de conclusiones).

Ejercicio

(Preparado por: Roberto Cabrera, Alejandra Flores, Walter Herrera, Guillermo Monroy y Darío Páez)

- Objetivo del trabajo: a) compartir y contrastar conocimiento sobre exilio y retorno de refugiados latinoamericanos con centroamericanos;
b) Elaborar similitudes y diferencias en experiencias y objetivos en esas vivencias.

Método: Grupo de discusión de expertos

Plan:

- 1) Formación de grupos por experiencia homogénea.
Propuesta: Costa Rica / Nicaragua; Salvador / Hon-

duras; Guatemala, exiliados; Guatemala, desplazados internos; Guatemala, residentes. Argentina, EE.UU., Dinamarca y España se integren con el grupo que crean experiencia más cercana.

2) Exposición y evaluación de afirmaciones:

- a) A continuación se dan una serie de preguntas a las cuales deben responder a partir de su experiencia y reflexión. Se dan varias respuestas (si la afirmación es correcta marque con uno, relativamente correcta con un dos, incorrecta con un tres). Tenga en cuenta que es evidente que siempre hay vivencias diferentes y variadas pero les pedimos que respondan pensando en la mayoría de los refugiados o exiliados.
- b) Responda rápidamente las preguntas que le falten.

3) Puesta en común:

- a) Elijan a un coordinador de grupo
- b) Ponerlas en común: decirla en voz alta, que el coordinador de cada grupo haga un recuento en un cuestionario grupal (en cinco minutos). Entregar el cuestionario grupal al grupo de animación.
- c) Las afirmaciones que mayoritariamente fueron clasificadas como incorrectas o que no afectan a nadie, analicenlas colectivamente y ponganlas en común durante 20 minutos. Si hay muchas, seleccionen las más relevantes.

4) Animadores describen similitudes y diferencias cuantitativas entre grupos. Cada coordinador expone en cinco minutos los aspectos más relevantes de su discusión.

5) Discusión final general de diagnóstico y objetivos de trabajos con refugiados.

-
1. En una fase inicial los refugiados hacen comparaciones críticas entre lo bueno de su país y lo malo del país de acogida.
Nadie _____ Minoría _____ Mayoría _____
 2. Poco a poco y sin darse cuenta, los refugiados adoptan formas de pensar, sentir y hacer del país de acogida.
Nadie _____ Minoría _____ Mayoría _____
 3. La mayoría de refugiados opta por identificarse, por opinar bien tanto del país de origen como del de acogida (mexicano-guatemalteco, nica-tico, etc.)
 4. a. Una minoría importante rechaza la cultura de acogida y sólo se identifica o aprecia la cultura de origen (p.e. sólo guatemalteco y nada mexicano).
b. Esta actitud es más frecuente en los exiliados de origen popular.
 5. Una minoría rechaza la cultura de origen y sólo se identifica o aprecia la cultura de acogida.
 6. Las mismas personas pasan por diferentes actitudes, primero de asimilarse a la cultura de acogida, y posteriormente pasar a recuperar su identidad cultural de origen.
 7. La idea del retorno inmediato se mantiene durante mucho tiempo, independientemente de la situación del país (mito del retorno)
 8. El recuerdo de los hechos traumáticos es frecuente en una primera fase, luego se opta por evitar hablar (silencio y quemazón sobre el tema).

-
9. a) Se recuerdan los aspectos positivos de lo ocurrido en el pasado (el compañerismo, la situación económica, etc.)
b) Los refugiados que hablan mucho de lo negativo ocurrido y se reúnen a llorar sus penas están peor que los que hacen cosas (políticas, económicas).

10. Los refugiados se sorprenden, les chocan, les parecen raras o negativas las costumbres del país de acogida (choque cultural)

Nadie _____ Minoría _____ Mayoría _____

11. La existencia de una comunidad organizada de refugiados disminuye el choque cultural y el sentirse mal.

12. Las personas que más sufrieron en el país de origen y en el exilio tienen más dificultades para adaptarse.

13. Los refugiados se preocupan y los afectan más los problemas sociales del momento que la tortura y los problemas del pasado.

14. La experiencia de ser de dos países, de dos culturas, de no ser ni salvadoreños ni hondureños, la vive:

Nadie _____ Minoría _____ Mayoría _____

15. El retorno se asocia a personas con (no son excluyentes):

Más compromiso político

Menor estancia en el extranjero

Mayores recursos sociales

16. El quedarse en el exilio se asocia a:

Miedo/represión

Miedo/incertidumbre económica

No dividir familia

17. El retorno se asocia a una vivencia de no entender al país, ha cambiado, es diferente:

Nadie _____ Minoría _____ Mayoría _____

18. Los retornados traen una visión crítica del país de origen y piden cosas, ven las cosas de forma diferente:

Nadie _____ Minoría _____ Mayoría _____

19. La gente reprocha a los retornados el no haberse quedado, no haber compartido su experiencia en el país, no entender lo que ocurre ahora en éste y estar anclados en el pasado.

Objetivos del trabajo con refugiados:

- a) Apoyo inserción social
- b) Elaborar una narración del por qué y cómo salieron, una historia que justifique su experiencia
- c) Reforzar su:
 - c.1. Auto estima o sentirse una persona digna
 - c.2. Idea clara de quién es o auto-concepto.
 - c.3. Trabajar la ambivalencia, las tensiones entre la identificación con dos culturas
- d) Reforzar las formas de organización comunitaria
- e) Facilitar la integración crítica en el país de acogida
- f) Facilitar el retorno voluntario

Balance experiencia Colat y APN:

- a) Organizaciones culturales, de mantenimiento de costumbres y organización de encuentros, permite que las personas de mayor identificación con el país de origen y que han sufrido más el choque cultural estén igual de bien que gente que lo sufrió menos.
- b) Refuerzo de la identificación con la cultura de origen no crea problemas de adaptación.
- c) Retorno es minoritario (20%)

-
- d) Jóvenes tienden a ser bi-culturales y a apearse al país de acogida.

Conclusiones de los grupos

Grupo Nicaragua/Costa Rica

Se hace la salvedad que Costa Rica recibe refugiados políticos y es receptor de emigrantes por causas económicas.

Nicaragua es un país con un alto flujo migratorio, hay unos 700 mil o más emigrantes jóvenes en Costa Rica, por causas económicas.

Los grupos pueden rechazar la cultura de origen pero muchas veces ésto se debe a la presión de la cultura del país de acogida, se ven obligados a "invisibilizarse".

En cuanto a la experiencia del retorno, ha sido un retorno *impuesto* por el país de acogida, especialmente a través de su legislación.

Las migraciones por causas económicas vienen a crear, en los países de acogida, una problemática jurídica, económica. Es necesario estudiar las consecuencias de las migraciones.

Grupo Salvador/Honduras y Panamá

Los refugiados adoptan formas de pensar, hacer y sentir del país de acogida. Pero se hace la salvedad, que después de una larga discusión, que depende de cómo se defina el concepto "refugiado" (o también ¿abarcan con este término al desplazado interno?) y bajo qué forma (individual, colectivo).

También hay que tomar en cuenta el deseo de regresar de los refugiados, ésto incide en la aceptación o rechazo de la cultura del país de acogida, también otra cosa que incide es el apoyo que el anfitrión les dé.

Refugiados optan por identificarse con el país de origen y el de acogida. Si se mantiene esta ambivalencia

muchas veces se debe al sentimiento de gratitud que inspira el país de acogida, y también está influida por la situación concreta del país del cual se salió, cuando se abandonó.

Otras veces los refugiados chocan con la cultura del país de acogida por el grado de cercanía de la cultura entre los países (origen y acogida).

Objetivo

- 1) Trabajar con refugiados reforzando las formas de organización común.
- 2) Apoyo a la inserción social puede globalizarse a todos.

Guatemala, residentes

A la pregunta # 1, los resultados se encontraron divididos, los tres incisos tuvieron 3 puntos cada uno.

Pregunta # 5, la posición del grupo se encontró dividida.

Pregunta # 15 el inciso a fue el que dominó.

Objetivo

- 1) Todas las opciones son importantes pero hay que definir las necesidades de los refugiados, por experiencias se ha podido comprobar que es necesario reforzar formas de organización comunitaria, afianzar su estancia en el país de acogida.

Observación: La redacción del cuestionario está muy confusa y esto fue el causante de las discrepancias en el grupo.

Guatemala, desplazados:

La migración en Guatemala era originada por la represión, pero ahora es causada por cuestiones económicas. Los desplazamientos (campo-ciudad) han ido en aumento.

Pregunta 1: Los refugiados hacen comparaciones críticas entre el país de origen y el de destino. Esto es subjetivo pero si se hacen las comparaciones entre lo dejado, causas de la salida, el abandono y las posibilidades de desarrollo.

Pregunta 4: Minoría rechaza la cultura de acogida y aprecia la propia. En este punto se aclara que no es que haya un rechazo, mas bien se puede hablar de *adaptación* a esa cultura, y en esto influye el tiempo, cohesión de grupo, grado de discriminación.

Pregunta 5: Las circunstancias hacen que las minorías rechacen la cultura de origen y aprecien la de acogida, esto se da como un mecanismo de defensa ante la discriminación. Los jóvenes son los más susceptibles a estas reacciones.

Objetivo

- 1) Facilitar el retorno voluntario
- 2) Reformar las formas de organización comunitaria.
Hay que trabajar primero al individuo como parte del todo.
- 3) Reforzar la autoestima, su auto-concepto y la ambivalencia entre las dos culturas.

Guatemala, exiliados

Los refugiados se adaptan a las formas de pensar, sentir y hacer del país de acogida. Los refugiados en Chiapas por vivir en un campamento cerrado no fueron permeados por la nueva cultura.

Los cambios que se dan en los refugiados son conscientes porque son una forma de adaptación y sobrevivencia. Las modificaciones están relacionadas con la edad y el país de acogida.

Objetivo

- 1) Hay que darle poder a la gente sobre su propia vida, eliminar la relación de dependencia.

Intervención de los aspirantes

- 1) Guatemala presenta un sinnúmero de variables que deben ser consideradas (pluricultural, multiétnica, multilingüe), las formas de desplazamiento (colectivo o individual)
- 2) El retorno muchas veces tuvo un trasfondo económico y político, se llegó a estigmatizar a los grupos de retornados.
- 3) Muchas veces a los retornados se les reprocha (los que tuvieron algún tipo de militancia popular, política, insurgente) el no quedarse en el país enfrentando la situación.
- 4) Costa Rica ha recibido a nicaragüenses y salvadoreños desde hace mucho tiempo, pero esta movilización se agudizó por la guerra, ahora la misma tiene una motivación económica. La migración en la coyuntura actual es masiva e ilegal y está produciendo xenofobia dentro de los costarricenses.
- 5) Refugio masivo, es una característica de Centro América y esto tiene que ver con el apoyo mutuo, la creación de una red social, la parte organizativa que presupone este refugio, ahora el retorno también está siendo masivo.
- 6) Se mantuvo un alto grado de integración social entre los que estaban afuera con los de adentro (del país de origen).
- 7) El alto grado de organización entre los que han salido de su país ha sido positivo porque se han ayudado mutuamente a superar la situación, pero es negativo cuando por ello se llegan a abstraer del contexto socio-

político en el que viven. El apoyo social maneja la conducta social pero no maneja el bienestar colectivo.

3.1 La Transculturación o adquisición de una segunda cultura y el choque cultural

La adquisición de una segunda cultura ha sido analizado desde varias perspectivas. Se ha planteado que toda inmigración implica una desocialización y una resocialización o socialización secundaria. En palabras de Nair y Bideau (1996) se sufre un «destierro» del lugar de origen viéndose en la necesidad de «integrarse» en el nuevo entorno. El emigrante debe transformar la imagen de sí y los valores adquiridos en la cultura de origen adaptándolos a la cultura de acogida. Esta desocialización conducirá a una resocialización o socialización secundaria (Taft, 1977). Generalmente se habla de asimilación, resocialización, aculturación o integración como fenómenos asociados, o diferentes aspectos del proceso de adquisición de una segunda cultura. Diferenciaremos cada concepto, asociándolo al modelo implícito de aprendizaje de la segunda cultura. Todos los modelos plantean que el aprendizaje de una segunda cultura se asocia al denominado choque cultural y al estrés aculturativo. El concepto de choque cultural fue elaborado por Oberg en 1961, quien lo definió como el estado general de depresión, frustración y desorientación de la gente que vive en una nueva cultura (Smith y Bond, 1993). Se han diferenciado los siguientes fenómenos dentro del choque cultural:

- a) La tensión o fatiga cultural provocada por el esfuerzo de adaptarse a una nueva cultural, análoga a la fatiga provocada en el bilingüe no muy avanzado al realizar el esfuerzo que supone hablar en la segunda lengua.

Es una sobrecarga cognitiva, debido a la necesidad de operar permanentemente de forma consciente y voluntaria. Se manifiesta en irritabilidad, insatisfacción y síntomas de activación.

- b) Sentido de pérdida y de privación de la nación o cultura de origen, así como sentimientos de nostalgia.
- c) El rechazo sentido por el emigrante de la población de acogida.
- d) Confusión sobre los roles y expectativas de roles, vinculado a depresión y trastornos psicósomáticos.
- e) Un tomar conciencia de las diferencias entre culturas y sentirse desorientado por ello, esto va acompañado de sorpresa, disgusto, ansiedad, indignación y alteración.
- f) Un sentimiento de impotencia, debida a la incapacidad de actuar competentemente en la nueva cultura (Taft, 1977).

Dado el carácter demasiado englobante de este concepto, vamos a optar por centrarnos en los aspectos «a», «d» y «f», integrándolos en el concepto de estrés aculturativo. Los otros aspectos, se consideraran factores de la transculturación («b» y «c») o un aspecto puntual del proceso general (el choque cultural como momento climático negativo del proceso de transculturación, cercano al fenómeno «f»). Dentro de este marco, el estrés aculturativo es la tensión producto de la confrontación con una nueva cultura, que se manifiesta en forma de problemas de salud psicológicos, somáticos y de relación social (Berry y Kim, 1987).

A continuación constataremos de que manera ha funcionado la transculturación en diferentes grupos y que estrategias han empleado estos colectivos.

3.2 La Transculturación como asimilación

El modelo de la asimilación, de origen sociológico, presupone que el individuo aprende su nueva cultura, perdiendo la original. Para Eisenstadt, un investigador trabajando sobre la emigración a Israel, la asimilación exitosa implica una integración total en las instituciones del país de acogida y la identificación total con este (Sayegh y Lasry, 1993). La perspectiva de la asimilación es un modelo de identidad social sustractiva, la identidad sociocultural original se pierde a medida que se adquiere la identidad de la nación de acogida (La Fromboise, Coleman y Gerton, 1993). La asimilación se ha definido como «un proceso de interpenetración y fusión mediante el cual las personas o grupos adquieren las memorias, sentimientos y actitudes de otras personas o grupos, y compartiendo sus experiencias e historia, son incorporados junto con estos últimos en una vida cultura común» (Park y Burgess, citados en Sayegh y Lasry; 1993, pág. 99). Esta perspectiva se corresponde con la política de inmigración de EE.UU. y de Francia, que de diferente manera insisten en la asimilación de los inmigrantes a la cultura nacional. La fuente del estrés sería en este caso la lentitud en la asimilación o los factores que obstaculizan la asimilación cultural.

3.3 La transculturación como aculturación

El modelo de la aculturación, al igual que el modelo de la asimilación, también enfatiza la adquisición de la nueva cultura, así como la relación unidireccional entre la cultura de acogida sobre la original, en la que la primera tiene un status jerárquico superior. Sin embargo, el modelo de la aculturación plantea que el inmigrante o refugiado puede convertirse en un miembro competente de la nueva cultura,

manteniendo su identidad cultural original. Además su origen es antropológico. La definición de la aculturación, desarrollada por el Social Science Research Council en 1954 fue la siguiente: «La aculturación puede ser definida como un cambio cultural iniciado por el contacto de dos o mas sistemas culturales autónomos. Su dinámica puede ser concebida como la adaptación selectiva del sistema de valores, los procesos de integración y diferenciación, la generación de secuencias de desarrollo, y la operación de los determinantes de roles y factores de personalidad» (en Sayegh y Lasry; 1993, pág. 99). Desde una perspectiva más psicosocial, la aculturación se define como la aparición de nuevos comportamiento y estrategias de interacción, producto del contacto entre dos grupos culturales diferentes (Sabatier y Berry, 1994).

A pesar de que los autores que se inscriben dentro de esta perspectiva aceptan que el contacto de culturas es un proceso interactivo, rechazando una visión colonialista de la aculturación de las culturas inferiores dentro de las superiores, coincidimos con La Framboise et al. (1993) y con Vásquez y Araujo (1990) en que el concepto tiene implícito una relación unidireccional. Esta perspectiva plantea una visión aditiva o sumativa, en la cual la nueva cultura se integra en la identidad social, manteniéndose la cultura original como una parte distinta y aparte de la misma identidad. Desde esta perspectiva se habla de un biculturalismo sumativo (Moghaddam, Taylor y Wrigth, 1993). En este caso las fuentes de estrés serían los factores de la identidad cultural original que obstaculizan la asimilación, así como la discriminación, rechazo y status subordinado de la memoria cultural de origen en el país de acogida.

3.4 La transculturación como desarrollo de un biculturalismo

Una perspectiva similar a la anterior es la del modelo de alternancia de adquisición de una segunda cultura. En este se plantea que el sujeto, como los bilingües desarrollados que pueden alternar y sintonizar exitosamente con dos o más idiomas, es capaz de conocer y actuar en dos culturas al mismo nivel. También es un modelo aditivo, en el cual ambas culturas e identidades tienen un nivel de desarrollo similar (LaFramboise et al, 1993). Sin embargo, a diferencia del anterior, este modelo plantea una relación bidireccional y ortogonal entre la cultura de origen y la segunda cultura, así como no plantea una jerarquía entre la cultura dominante de acogida y la dominada original. Este modelo afirma que los sujetos que son capaces de alternar sus conductas para adaptarse a ambas culturas, estarán menos estresados que los que se han asimilado y aculturado. Los primeros porque al perder su identidad cultural original pueden sufrir el rechazo de su comunidad de origen así como la tensión insuperable de intentar eliminar ciertas conductas y hábitos fuertemente anclados de la cultura original y contradictorios con la cultura de acogida. Los segundos, porque además de lo anterior, pueden sufrir el rechazo de los miembros de la cultura de acogida debido al mantenimiento «subordinado» de su identidad cultural original, sin obtener refuerzos de esta. Este modelo tiene fuertes similitudes con el modelo étnico de integración de las minorías en Gran Bretaña.

El modelo multicultural postula un biculturalismo interactivo, donde el sujeto adquiere dos o más culturas, sin que estas se fusionen pública o privadamente y las contradicciones y estrés transculturales tienen un efecto positivo, de crecimiento. Este modelo postula que el sujeto puede mantener una identidad cultural original positiva,

al mismo tiempo que desarrollar una identidad positiva integrándose en una institución social más amplia que incluye a otros grupos culturales, además del suyo, en el país de acogida. Los dos últimos modelos se apoyan en los efectos positivos del bilingüismo, y aunque hay evidencia que apoya la mayor flexibilidad cognitiva y conductual de los biculturales, esta es limitada. Este modelo es cercano a los postulados de la política migratoria canadiense y australiana (Bourish y Gagnon, 1994). La falta de control del contacto con las otras culturas y los fenómenos de rechazo y discriminación, serían las fuentes de estrés en este modelo.

Los modelos biculturales se asocian a la adquisición de una segunda cultura como un proceso de transculturización, en particular de mantenimiento, cambio y defensa de la identidad étnica de los inmigrantes.

A pesar de lo expuesto hasta ahora creemos importante detenernos un momento en el contexto socio-económico en el que empezamos a movernos a finales del siglo XX. En los últimos años se está produciendo un fuerte proceso de globalización de la economía mundial y de las comunicaciones, esto está llevando a que conceptos formados durante la edad moderna como son el de «Estadonación» comiencen a verse sometidos a fuertes presiones y debates. Como menciona Jacobson (1996) el Estado ya no es sinónimo de nación, y el hecho de postularse una serie de derechos universales que traspasan los límites de las fronteras lleva a que la propia identidad se este «des-territorializando», diferentes comunidades pueden vivir en un mismo territorio sin que necesariamente su «nicho central» de normas o valores tenga porque ubicarse en ese mismo territorio. La pregunta que surge es si las fronteras son cada vez más permeables (sobre todo en el sentido económico y comunicacional) y los límites de los Estados están cada vez más difusos, ¿qué sentido tiene integrarse tan decididamente en una determinada cultura de acogida

si se puede tener lazos económicos y sociales fuertes con las culturas de origen? Sin lugar a dudas es este un nuevo reto al que habrá de hacer frente en el futuro, el estudio no sólo de la identidad, sino de la adaptación de diferentes grupos sociales a culturas que no son las suyas de origen.

3.5 Identidad étnica y transculturación de emigrantes

Etnico ha sido la palabra utilizada para reemplazar a lo racial. La etnicidad ha sido un concepto difícil de definir. Lo que algunos investigadores designan como identidad étnica otros califican de regionalismo, sectarismo religioso, nacionalismo político, identidad lingüística y simplemente racismo sin base objetiva. La etnicidad es un concepto particularmente difuso, vago y sobre el que el consenso es bajo (Giles y Coupland, 1991).

Se define a la identidad étnica como una versión no biologizada de la identidad racial. La identidad étnica es una actitud personal positiva y de apego a un grupo con el que el sujeto cree que comparte características socio-culturales y lingüísticas (Bourish, 1994). En el marco de nuestra problemática utilizaremos el concepto de identidad étnica como sinónimo de pertenencia a una comunidad inmigrante, que comparte una lengua, una cultura y en algunos casos rasgos físicos «visibles», así como la pertenencia actual o pasada a otro país o nación. La identidad social étnica es un fenómeno multidimensional. Dentro de este tipo de identidad social se diferencian los siguientes aspectos (Kalin y Berry, 1994; Rosenman y Feldman, 1990 citado en Smith y Bond, 1993):

- a) La autocategorización subjetiva o identidad simbólica (¿cual es la etiqueta o categoría étnica con la que yo me defino?)

-
- b) El significado evaluativo que le doy a la pertenencia al grupo étnico (evaluación positiva-negativa)
 - c) Identidad étnica conductual o las prácticas culturales que realizo (uso del idioma, consumo de comida, selección de amistades, asistencia a actividades de ocio y sociales de la comunidad)
 - d) Importancia atribuida a las prácticas anteriores. Estos aspectos no siempre van unidos entre ellos. La siguiente cita de una entrevista es un ejemplo de identidad latina conductual y no subjetiva, la persona no se categoriza como chilena, no tiene mucha interacción con compatriotas, su estilo de vida es diferente, y sin embargo, constata que actúa en algunos aspectos de acuerdo a su cultura de origen:

«Desde el punto de vista del modo de vivir no tengo nada de chileno, ya que siempre he vivido en Francia, desde los 12 años de edad. Fui a un liceo en París aunque no vivía allí. No frecuento a ningún chileno, a excepción de unos primos, pero ellos también son más franceses que chilenos. La mayoría de mis amigos son franceses, a excepción de una amiga marroquí y dos amigos españoles.

Sin embargo, con mis amigos franceses constato algunas diferencias que creo son chilenas. Por ejemplo, tengo la característica de ser muy sociable y cariñosa, y esto viene de mi educación «a la chilena». También cuando bailo tengo el ritmo más chileno, especialmente con la salsa o el merengue. Además mi puntualidad deja bastante que desear.

Me gusta mucho Chile, pero me doy cuenta que llevo un ritmo de vida (o trato de llevarlo) más parecido al del París. Es por eso que me gustaría ir a un país donde no conozco a nadie y me gustaría hablar perfectamente el inglés. En resumen, diría que me encanta vivir en Francia, porque tengo una libertad plena de vivir como quiero y ser como realmente soy, cosa que en Chile no podría serlo,

porque uno no puede ser independiente económicamente.»(Montupil, 1993; págs. 106-107).

El impacto de la transculturación se ha medido mediante los siguientes indicadores vinculados a la identidad étnica:

- 1) Uso del idioma o giros típicos (chilenos en nuestro caso concreto).
- 2) Hábitos culturales (consumo cultural, comidas, bebidas, etc.).
- 3) Identidad étnica positiva (en nuestro caso valoración positiva de la nacionalidad chilena).
- 4) Interacción interétnica (contacto con autóctonos o nativos frente a compatriotas).
- 5) Distancia interétnica.

Varias investigaciones realizadas con armenios y judíos emigrantes en EE.UU., así como con emigrantes en Canadá (Sayegh y Lawry, 1993) han mostrado que la correlación entre el grado de identificación con el país huésped y con el grupo cultural original son bajas, confirmando que la identificación con el país de origen y el de acogida son fenómenos parcialmente independientes.

Además, las investigaciones realizadas con emigrantes asiáticos han mostrado que las dimensiones de la identidad étnica están asociadas sólo de manera moderada. Las prácticas culturales y el autocategorizarse como Chino declinaban de la primera a la segunda generación de emigrantes, pero no seguía decayendo en la tercera. La evaluación de la identidad étnica y la importancia atribuida a las prácticas no decaían entre los emigrantes (Smith y Bond, 1993). Generalizando, se puede decir que los aspectos conductuales y de autocategorización sufren un proceso de pérdida en la transculturización, mientras que los aspectos subjetivos decaen menos fuertemente. Pero recordemos que esto tenía lugar en un grupo de emigrantes

relativamente valorizado (el estereotipo asiático es medianamente positivo en Canadá y Australia), de minorías «visibles» (con rasgos físicos que la diferencian claramente de los autóctonos) y en un contexto multicultural.

Otros estudios realizados han mostrado que la estancia en el país disminuye la identidad étnica de los inmigrantes, aún dentro de la misma generación. Esta identidad declina de la primera a la segunda generación de emigrantes, aunque el declive es menor en la tercera generación. Incluso se ha hablado de un fenómeno de revitalización étnica en la tercera generación. Este interés renovado por la identidad étnica es más simbólico (se muestra un interés por la cultura, el pasado) que concreto (no se muestra interés por restablecer lazos concretos con el país de origen o de aprender el idioma) (Bourish, 1994). Los miembros de grupos inmigrantes que tienen mejor acogida, tanto debido a que los estereotipos y actitudes hacia ellos son más favorables, como por el hecho de que son menos visibles, muestran mayor interés en mantener la herencia cultural. En el caso canadiense se ha constatado que emigrantes de Europa Central y del Sur manifiestan más interés en conservar su cultura que los emigrantes latinoamericanos, indios, haitianos y asiáticos. En otras palabras, la motivación para defender la identidad y cultura original se daba más fuertemente entre las minorías «no visibles» en Quebec (europeos, judíos) que entre las «visibles» (indios, sudamericanos, haitianos y vietnamitas). Esto se interpretaba como una forma de ambivalencia que reflejaba la experiencia de prejuicio y discriminación de estos emigrantes (Bourish, 1994).

3.6 Factores que intervienen en las dificultades de la transculturización

Berry (Williams y Berry, 1991) ha planteado el concepto de estrés de aculturación definiéndolo como ansiedad, depresión, sentimientos de marginalidad y alienación, síntomas psicossomáticos y confusión de identidad.

Las fuentes del estrés aculturativo y de las dificultades de adaptación más importantes son:

- a) La acumulación de traumas: en el caso del exilio, es posible la acumulación de hechos traumáticos vinculados a la represión, tortura, prisión y la propia expulsión o huida del país.
- b) Estrés: aún en el mejor de los casos, el cambio de una nación a otra y de una cultura a otra implica incertidumbre y grandes dosis de cambio simplemente aplicando la escala de estrés de Holmes y Rahe, vemos que un cambio de cultura implica: separación, adquisición de nueva casa, (potenciales pero generalmente muy reales) problemas con vecinos o compañeros de trabajo. En el caso de los refugiados políticos además hay que agregar el estrés de los hechos traumáticos extremos —la represión, la eventual prisión y tortura—, y las peripecias de la huida. Las investigaciones han confirmado que a mayor cantidad de sucesos vitales estresantes, mayores dificultades de adaptación por parte de los emigrantes y refugiados (Ward, 1996).
- c) Sentido de Pérdida: la partida de la cultura de origen implica el estar privado de su status, rol, posesiones y relaciones sociales. Este sentido de pérdida será aún mayor en el caso de los refugiados, los que por una parte han sufrido probablemente el exilio interior o el rechazo social en el país de origen, y además

se han visto forzados a abandonar este mismopaís. Con respecto a la pérdida de status social y laboral, se ha observado que la movilidad social descendente, hecho común, era otro factor del estrés del exilio. Se ha constatado que, contrariamente a la hipótesis del choque cultural, los problemas de adaptación se agravan entre los refugiados particularmente cuando estos sufren una descalificación profesional (Stein, 1974; Boman y Edwards, 1984).

- d) Sentimientos de Impotencia: la incapacidad para enfrentarse al nuevo medio y los sentimientos de incompetencia asociados a esta, son la causa más frecuentemente citada de las dificultades de inserción en una nueva cultura.
- e) Choque cultural. El pasar de una cultura a otra es una fuente de tensión en particular si se pasa de una sociedad tradicional más colectivista y femenina a una más individualista y menos expresiva, como fue el caso de los exiliados de América Latina en Europa. Masuda et al. (1980) y Lin et al. (1982) han adoptado la teoría del choque cultural al explicar los problemas psicosociales de los refugiados del Sudeste asiático en los EE.UU. Se ha constatado que a mayor distancia cultural percibida, mayor estrés, mayores dificultades psicológicas y de adaptación o aprendizaje sociocultural (Ward, 1996).
- f) La anomalía y el aislamiento social. Los emigrantes, y con mayor motivo los exiliados-refugiados, provienen de países en rápido cambio sociocultural y en muchas ocasiones en estado de desorganización social. La emigración-exilio refuerza este fenómeno, que puede verse acrecentado si la población del país de acogida tiene una actitud etnocéntrica y de discriminación (Bolzman, 1992). El hecho de que las personas aisladas, sin apoyo social (solteros, separados, personas mayores solas) presenten más

problemas psicológicos, así como que la existencia de una comunidad étnica organizada amortigüe el estrés, se citan como apoyo a esta tesis. Como veremos más abajo, un alto apoyo social, en particular familiar, marital y de los compatriotas emigrantes se asocia a una mejor adaptación psicológica (Ward, 1996).

g) Aculturación y marginalidad. Si la teoría del choque cultural sitúa los problemas de los refugiados-exiliados a corto plazo, la teoría de la aculturación sitúa los problemas a largo plazo en el efecto disolvente de la identidad social del sujeto que puede suponer la estancia prolongada en otro país y cultura. Se puede interpretar esta tesis en el sentido de la marginalidad cultural, es decir, de las personas entre dos culturas o biculturales, que no se adaptan satisfactoriamente a ninguna de las dos (Park, 1928 citado en Boizman, 1992; La Fromboise, Coleman y Gerton, 1993). Una revisión general de las investigaciones sobre «hispanicos» inmigrantes en EE.UU. confirmó una asociación entre aculturación y problemas psicosociales. Aunque no todas las investigaciones han encontrado esta relación, y, de hecho, una parte no desdeñable mostraba asociaciones inversas, eran más los sujetos que presentaban menos problemas (Ward, 1996).

Algunos estudios sugieren que después de una primera fase de adaptación exitosa se manifiestan problemas psicológicos entre los refugiados. La aculturación haría que los refugiados adoptaran e interiorizaran los valores de la sociedad de residencia, perdiendo parcialmente su identidad y cultura original, que es desvalorizada en el nuevo entorno. Esto generaría conflictos de lealtades, sentimientos de alienación, de culpabilidad e inadaptación. Este tipo de problemática estaría más marcada entre los

refugiados de larga estancia, así como entre la segunda generación que viviera entre dos mundos culturales conflictivos (Bolzman, 1992).

- h) Etnocentrismo: la visión negativa que tienen los miembros de la cultura de acogida acerca de la cultura de origen, que generalmente se evalúa como inferior, más atrasada y se desvaloriza, es otra fuente de problemas en el proceso de transculturización. Se ha confirmado que la percepción de prejuicio entre la población autóctona se asocia a dificultades de adaptación cultural en emigrantes y refugiados (Ward, 1996).

3.7 Variables que influyen en la adaptación transcultural

Los factores que se han postulado como determinantes de la adaptación del exiliado, refugiado e inmigrante son (Bolzman, 1991):

A. Los factores de «empuje» o partida

- A.1 El nivel del trauma: es lógico pensar que a mayores traumas, mayores dificultades de adaptación. Por ejemplo, Van Willigen y Hondius (1991) confirmaron que el 56% de una muestra de refugiados políticos en Holanda (iraníes y turcos) que habían sufrido tortura, presentaban muchos síntomas mentales y físicos, lo que ocurría en solo el 23% de los refugiados que habían sido perseguidos, pero, no torturados. Thomson (1991) encontró resultados similares en una muestra de refugiados latinos (chilenos y salvadoreños): las personas torturadas tenían mayor sintomatología que los refugiados no torturados y más que los inmigrantes.

A.2 El tipo de grupo: las mayorías dominantes identificadas con el país, pero, opuestas al régimen, sufrirían mayores problemas de adaptación, este sería el caso del exilio latinoamericano. Las minorías identificadas que tienen una relación ambivalente con la sociedad de origen y no se conciben como parte de la sociedad sufrirían menos problemas de adaptación. Los primeros, sobre todo cuando se exilian por reacción a la represión, etc., desarrollan actividades ligadas al país. Los grupos minoritarios sufren menos la situación de exilio, aunque difícilmente se asimilan totalmente al país de refugio (Bolzman, 1991).

A.3 Las condiciones del «exilio» interior: dentro de ellas podemos diferenciar la intensidad del conflicto (guerra civil, guerra de baja intensidad, guerra sucia), las características de la represión, de la tortura, y de la prisión y la propia expulsión o huida del país.

En el caso del exilio europeo, a los sentimientos iniciales, hay que agregar el desconocimiento del idioma. No se entiende lo que hablan, no se puede contestar, no se sabe lo que piensan. Además, no logran comunicarse adecuadamente para dar a conocer su historia personal, las experiencias vividas. A esta confusión inicial se va agregando el corte biográfico, la inexperiencia, el distanciamiento espacial y temporal, unido a una sensación de no poder luchar para que la situación cambie. La expresión más nítida de esta atemporalidad es la dependencia obsesiva de lo que está sucediendo en el interior del país natal. El estar de manera permanente en situación de espera, con súbitas esperanzas de que «ahora sí que voy a poder volver», hace que en muchas oportunidades no se elaboren planes para insertarse y asumir el exilio.

En el caso concreto de España hay que reconocer que durante la década de los años 70 se tuvo una política

positiva de acogida a los refugiados latinos y un laxismo para el trabajo ilegal.

A.4 Los estereotipos, etnocentrismo y racismo y/o apertura hacia los extranjeros: los emigrantes y exiliados latinos y chilenos deben afrontar el etnocentrismo de los países de acogida. En Francia, Suiza y Canadá los refugiados asiáticos tienen mejor imagen y se les acepta más como asalariados. Los latinoamericanos tienen una posición intermedia baja (agresivos, reivindicativos, politizados) y los haitianos y africanos, por su parte, la imagen más negativa (falta de puntualidad, descuido y poca seriedad (Bolzman, 1992; Bourish y Gagnon, 1992). Por ejemplo, en el caso de Quebec, los latinoamericanos eran percibidos como más agresivos, menos trabajadores y respetuosos con las regulaciones escolares que la media. Como hemos dicho con anterioridad, el prejuicio percibido se asocia a dificultades de adaptación en refugiados y emigrantes (Ward, 1996). El etnocentrismo en la percepción predominante de los sudamericanos, y más ampliamente de los oriundos de los países del «Tercer Mundo», constituyó también un problema añadido. Estos eran vistos a menudo no sólo como personas diferentes desde el punto de vista cultural, sino como personas que no poseían suficientes elementos para integrarse adecuadamente en una sociedad industrial moderna. Una de las manifestaciones de esta percepción fue la desvalorización de la experiencia pasada de los exiliados a nivel laboral y escolar. El resultado fue una descalificación profesional de la mayoría de los que encontraron trabajo y la dificultad de los más jóvenes para continuar con sus estudios.

3.8 Factores mediadores en la adaptación transcultural

- a) La divergencia cultural entre la sociedad de origen y la actual: se ha encontrado que más importante que el grado más o menos objetivo de distancia cultural, es el grado subjetivo de distancia cultural el que más se asocia a problemas de adaptación (Sabatier y Berry, 1994; Moghaddam, Taylor y Wriqth, 1993, Ward, 1996). Se ha confirmado que a mayor distancia cultural percibida, peor adaptación (Ward, 1996).
- b) El nivel de apoyo social en el país de acogida: la relación estrecha con personas de la sociedad de acogida amortigua el estrés aculturativo y se asocia a una mejor adaptación transcultural. Aunque al mismo tiempo, se ha constatado que es difícil para los inmigrantes entablar relaciones de amistad con los nativos (Moghaddam, Taylor y Wriqth, 1993). Por otro lado, también se ha constatado que un alto contacto con autóctonos se asocia a mayores problemas psicológicos, probablemente por la «fatiga cultural» provocada por la interacción continuada con personas de otra cultura (Ward, 1996). Confirmando lo problemático de la interacción entre personas de culturas diferentes, se encuentra que los matrimonios interculturales muestran una tasa mayor de divorcio que los monoculturales (Smith y Bond, 1993). En el caso específico de un grupo de coreanos en Canadá (Noh y Avenson, 1996) el apoyo social de los autóctonos tenía menos impacto en el bienestar de inmigrantes que el apoyo recibido de miembros de su propia comunidad étnica.
- B. Los factores de la comunidad exiliada o refugiada que facilitarían la adaptación son:
- B.1 La edad y la adaptabilidad al mercado: los más jóvenes se adaptan mejor. La probabilidad de

encontrar un empleo es inversamente proporcional a la edad de los refugiados.

B.2 El buen conocimiento de la lengua del país de acogida es una condición necesaria, pero no suficiente. Taft (1977) demuestra que los niños sudamericanos en Australia se integran mejor desde el punto de vista social, emocional y académico en la escuela australiana que los niños originarios de Malta, que entran a la escuela sabiendo hablar inglés.

B.3 La poca distancia cultural entre la sociedad de origen y la actual o compatibilidad cultural: se ha encontrado que en los EE.UU. los exiliados de Europa Central y los cubanos anticastristas de clase más alta se adaptaron mejor por su cercanía cultural. De manera similar, los refugiados asiáticos vietnamitas y de Laos, más occidentalizados, se adaptan mejor que los camboyanos, menos occidentalizados (Ward 1996). Un problema central es la desvalorización de la cultura de los padres en la sociedad de acogida. Ana Vásquez (1980, citada en Colat, 1981) describía que los exiliados chilenos y latinos en Francia criticaban las exigencias escolares relativas a la puntualidad o que se fomentaran determinados valores como el individualismo y la competición. Por su parte, los profesores subestiman ciertos comportamientos de los niños inmigrantes que son totalmente aceptados en su medio de origen. La falta de comunicación entre padres y profesores (mal conocimiento de la lengua, etc.), también era un elemento que reforzaba las dificultades de adaptación.

B.4 Una formación profesional o ser obrero cualificado: Una formación superior facilita la adaptación a largo plazo, aunque a corto plazo, las personas de instrucción superior sufren de paro y/o trabajos subcualificados. Los obreros especializados se integran más rápidamente. La adaptación laboral de los

exiliados se estima que se produce en tres o cuatro años, tiempo necesario para aprender la lengua y controlar el mercado laboral (Bolzman, 1991).

B.5 La baja distancia socioeconómica y el prestigio del país de origen: una menor distancia socioeconómica facilita la adaptación. La pertenencia a la élite de un país sin grandes diferencias socioeconómicas, a pesar de la relativa distancia cultural, como en el caso de los refugiados judíos y de Europa Central en EE.UU., facilita la adaptación. Inclusive, estos grupos no se vieron forzados a la aculturación y se integraban bien gracias a su especificidad cultural (Silvers, 1965 citado en Bolzman. 1991).

B.6 El nivel de apoyo social en el país de acogida y la existencia de una comunidad de refugiados cohesionada y estructurada: diversas investigaciones corroboran que la recepción ofrecida a los sujetos que han experimentado alguna de las formas de violencia organizada (incluyendo la migración forzada) y la provisión temporal de apoyo social con el que hacer frente a las experiencias traumáticas y al estrés de aculturación son fundamentales para evitar que los refugiados presenten posteriormente consecuencias médicas graves. Keilson, en un estudio sobre las consecuencias de la violencia de la guerra en huérfanos judíos, postuló que la forma en la que fueron recibidas estas personas después de la II Guerra Mundial tuvo mucha más influencia en las consecuencias médicas posteriores que la intensidad de las experiencias traumáticas durante la guerra. En un estudio llevado a cabo en Holanda sobre las consecuencias posteriores de los secuestros, el apoyo social y el ofrecimiento activo de atención en el momento preciso tuvo un efecto positivo en las consecuencias somáticas y psicosociales. Asimismo, un estudio de Kinzie y col. sobre refugiados

adolescentes camboyanos en los EE.UU. mostró que las condiciones en las que éstos viven actualmente tiene más influencia en su estado mental que la intensidad de experiencias traumáticas que sufrieron en su país de origen (Van Willigen y Hondius, 1991). Por último, Shisana y Cenlento (1987), en un estudio sobre la relación entre estrés crónico, apoyo social, estilo de asimilación y la salud de refugiados de Namibia, concluyeron que aquellos refugiados que experimentan en mayor medida el apoyo social, tienen menos síntomas y gozan de un estado de salud mejor que el que tienen los sujetos que carecen de este apoyo (citado en Schell y Hendriks, 1991). En general el apoyo social se asocia a un buen estado psicológico de los emigrantes, aunque se haya discutido que puede obstaculizar, la adaptación cultural (Ward, 1996).

La existencia de una colonia o comunidad del mismo país de origen también es una variable que mejora la adaptación transcultural. Se ha encontrado en varios estudios que los inmigrantes que mantienen lazos étnicos con su cultura, además de entrar en contacto con la cultura de acogida, presentan mejor estado de salud física y mental que los inmigrantes asimilacionistas o tradicionalistas (Noh y Avinson, 1996; Ward, 1996). La propia comunidad étnica de los inmigrantes cumple una serie de funciones entre las que destacan las siguientes:

- a) **Función mediadora.** La comunidad étnica sirve para preservar las tradiciones culturales adaptándolas a la nueva situación, amortiguando así el choque cultural y la transculturación.
- b) **Cohesión y participación social.** También cumple una función de cohesión y participación social, ofreciendo una red social a los refugiados.

-
- c) Apoyo directo: es también una fuente de apoyo instrumental y psicológica para la instalación en el país.
- d) Refuerzo de la identidad étnica y social: es una fuente de identidad, permite mantener los lazos con la cultura, darle un sentido al pasado y recrear prácticas sociales a las que se está apegado (Bolzman, 1992). Beiser (1987), por su parte, encontró que los refugiados asiáticos que iban a EE.UU. con otros miembros de su familia, o a ciudades donde había una colonia o comunidad de su cultura, de tamaño importante, estaban menos deprimidos después de un año que los que iban solos o no tenían relaciones con gente de su cultura. Igualmente, aquellos portorriqueños que vivían en el ghetto tenían actitudes más positivas hacia el éxito económico y manifestaban sentir menos la discriminación, que aquellos que vivían en suburbios anglosajones (Bolzman, 1992). Sin embargo, también se puede pensar que una interacción intensa con los miembros de la cultura de origen, si bien mantiene un buen estado psicológico, puede obstaculizar la adquisición de los valores y normas del país de acogida, es decir, obstaculizar la adaptación sociocultural (Ward, 1996).

Por otro lado, la asociación y el compartir social con otras personas que están en un nivel similar de estrés y de afectividad negativa, produce un efecto de contagio. El compartir las historias personales de problemas con los nativos, y el recuerdo romántico de la cultura de origen pueden reforzar las frustraciones con el nuevo medio cultural, así como los sentimientos de nostalgia. La conmiseración entre compatriotas que vivencian el estrés del ajuste transcultural, puede producir una moral de «barco que se hunde», que reducirá aun más las capacidades de afrontamiento.

B.7 Las expectativas sobre el país de acogida. Algunas investigaciones han mostrado un efecto de congruencia: los que se esperaban lo peor, tuvieron más dificultades para adaptarse (Moghaddam, Taylor y Wright, 1993). Otras investigaciones han mostrado que en general, aún para los emigrantes de inmejorables condiciones (estudiantes de intercambio becados de EE.UU. a Europa) el permanecer en el país de acogida ha provocado un deterioro de la imagen positiva que se tiene de él (Stroebe y Jonas, 1988). Algunos autores han argumentado que una imagen en exceso positiva puede ser un factor que refuerce el estrés aculturativo. Se ha constatado que cuando las expectativas positivas de los refugiados e inmigrantes sobre los países de acogida no se cumplen (asiáticos en Australia, Nueva Zelanda y Gran Bretaña), se producen más problemas como por ejemplo los relacionados con la depresión (Ward, 1996; Martin y Harrell, 1996).

C. Los factores del país de acogida

C.1 La política de integración y demográfica. Un elemento esencial para la adaptación de los emigrados son las políticas económicas y demográficas de los países de acogida.

Con respecto a la adaptación económica de los exiliados en los países de inmigración, se ha constatado que el paro es más alto entre exiliados del Sudeste asiático en Canadá, EE.UU. y Australia que en la población local. Además, sus primeros empleos son poco cualificados. Finalmente, existe una movilidad socio-profesional descendente aunque una minoría logra con el tiempo reciclarse y ocupar su status original (Bolzman, 1992). Los datos sobre exiliados latinoamericanos en Europa y América del Norte dan resultados similares. Por ejemplo,

un estudio hecho en Francia sobre la situación laboral de un grupo de 80 exiliados, demostró que al cabo de 3 años sólo 30 de ellos habían conseguido una cierta estabilidad económica y que sobre un total de 40 profesionales sólo tres tenían un trabajo similar al que tenían en Chile antes de partir (Colat, 1991).

4 Fases de adaptación a la emigración

Las fases de la emigración Según Eisendstat son:

1. El aprendizaje de nuevos códigos culturales
2. Aprender nuevos roles
3. Reconstruir una nueva identidad
4. Asimilación o integración:
 - a) económica o instrumental;
 - b) social o expresiva (Eisendstat, 1954 en Germani, 1971).

Se han planteado una serie de diferentes modelos para el exilio. Stein (1981, citado en Bolzman, 1992) en general ha descrito:

1. Duelo por lo perdido, problemas psicológicos asociados al trauma de la huida, descalificación profesional, cuestionamiento de roles y de la identidad cultural (tiene lugar entre los 6 y 12 meses de la llegada).
2. Recuperación de lo perdido y rehacer la vida (1-2 años). Aprendizaje del idioma, reciclaje, reagrupación con compatriotas (1-2 años).
3. Adaptación a la nueva sociedad (4-5 años). Porvenir claro, ya sea manteniendo status laboral o transferencia a la nueva generación.
4. Estabilidad, aunque a pesar de los esfuerzos realizados durante la segunda fase, en general hay una movilidad social descendente.

En el caso del exilio latinoamericano se han planteado varios modelos de fases elaborados de manera impresionista (Colat, 1981; Vázquez y Araujo, 1990; Bolzman, 1992). Por ejemplo, según Bustos y Ramirez (1988), basándose en su experiencia en Escandinavia con chilenos, el refugiado atraviesa cinco fases en el proceso de integración en el país de asilo:

1. La fase de sorpresa, que dura de seis a doce meses después de la llegada, en la que el mundo es comprendido en relaciones blanquinegras. Un estancamiento en esta fase puede llevar a un miedo agudo, pasividad sexual y/o impotencia, sentimientos ambivalentes para consigo mismo y para con los otros, agresiones y dificultades de concentración junto con un creciente aislamiento social y cultural.
2. La fase de desilusión que puede durar desde los seis meses hasta los dos años de exilio. En esta fase la realidad obliga al refugiado a contemplar tanto lo bueno como lo malo de su propia situación. Los síntomas de esta fase son; quejas psicossomáticas problemas de sueño, falta de apetito y fobias.
3. La fase depresiva, que se desarrolla normalmente entre el segundo y el cuarto año de exiliado. La persona va concientizándose cada día más de las dificultades para adaptarse a su nuevo país.
4. La adaptación armónica, en la que se ven con más claridad los aspectos positivos de la situación de exilio. Algunos comienzan a planificar su regreso a la patria.
5. Una integración crítica alcanzada por muy pocos refugiados. En esta fase el refugiado puede sentir amor por su nuevo país sin que pierda el amor por su país de origen.

Estos distintos modelos de fases, bien pueden ser integrados en cuatro grandes fases, cada una de ellas asociada a diferentes factores de estrés de transculturación, como se constata en el siguiente cuadro:

FASE I. Esta fase se caracteriza por la sorpresa, duelo y efectos del trauma (6-12 meses). Los factores de estrés son:

- a) Afrontamiento retrospectivo del trauma y culpabilidad
- b) Choque cultural y distancia cultural

FASE II. En esta fase de daño; la desilusión o la defensa y activismo sociopolítico (1-4 años). Muchos exiliados siguen desarrollando formas de actividad política y mantienen su identidad «étnico-política». Otras problemáticas importante son el asumir que el exilio es más o menos estable y la reinserción sociolaboral. Los factores de estrés son:

- a) Anomia y aislamiento;
- b) Transculturación y aculturación.

FASE III. En la tercera fase, debido a la falta de perspectivas de cambio en el país de origen y a la disminución o alejamiento de la actividad política, se produce un cuestionamiento de la identidad del exiliado, una reconstrucción de la identidad étnica, el desarrollo de identidades biculturales y la adaptación al país de acogida (4-10 años). El factor de estrés de transculturación es el desarrollo del biculturalismo en el país de exilio.

FASE IV. La última fase es aquella en la cual se plantea la estancia en el país de acogida como algo estable, se pasa de exiliado a emigrado, o se ensaya el retorno, ya sea temporal o permanente. En esta fase el factor de estrés de transculturación es el del biculturalismo y desexilio;

ya sea que retorne o se quede en el país de acogida, el exiliado es consciente de su biculturalismo en el país de origen.

En cuanto a los mecanismos de afrontamiento que se emplean en cada una de estas fases podemos señalar los siguiente:

FASE I. De forma impresionista, y sin saber cual era la frecuencia e importancia real de cada mecanismo de afrontamiento del estrés de aculturación, sobre la base de los escritos psicológicos descriptivos del exilio se pueden describir los siguientes mecanismos de afrontamiento. En primer lugar los sentimientos de culpabilidad asociados al trauma, la huida y a sobrevivir, mientras otros próximos y pares mueren, se ha visto confirmado por las investigaciones sobre catástrofes y refugiados (Janoff-Bulman, 1992). Esta culpabilidad se afronta de diversas maneras:

- 1) Ilusión de control retrospectiva: «Cada exiliado recuerda incansablemente aquel tiempo, terriblemente intenso, entre el golpe de Estado y su partida al exilio para repetirse que tal vez todo podría haber pasado de otra manera» (Vasquez y Araujo, 1990, pag. 37).
- 2) La Construcción de una historia: la elaboración de una narración organizada de hechos traumáticos y sucesos vitales, ha demostrado ser un mecanismo adecuado para disminuir el impacto afectivo de estos (Pennebaker, 1994). Además, en el caso de los refugiados, esta narración permitía justificar el exilio y el abandono del «frente», como dicen Vásquez y Araujo: «asociado a lo que «no se hizo» se encuentra la enumeración de los sufrimientos que deben soportar los que se quedaron «allá» (se leen cartas, se comentan las noticias más recientes), seguido de una explicación del por qué se está en Europa: «la partida resultó inevitable», «fueron los compañeros los que decidieron

y no yo», «estaba preso y los militares decretaron mi expulsión». (Vasquez y Araujo, 1990; pág. 38).

- 3) El humor y la desdramatización: también el distanciamiento de los hechos traumáticos mediante la ironía es una forma de afrontamiento frecuente.
- 4) Enfatizar lo positivo de los hechos traumáticos. Se afronta el recuerdo del pasado enfatizando lo positivo de las experiencias pasadas, como por ejemplo la prisión. Las siguientes dos citas son ilustrativas de este hecho:

«Cuando se reúnen los Dawsonianos (ex presos políticos de la isla de Dawson en Chile), en general lo que hay es una visión de las experiencias gratas. Puede que sea un mecanismo de defensa, recordar las experiencias gratas, incluso las más ingratas viéndoles su lado absurdo» (Rodríguez, 1990; pág. 27).

«Curiosamente la memoria ahí es un poco selectiva, a uno le cuesta recordar los momentos más difíciles de la prisión. Uno recuerda las anécdotas, lo que nos cocinábamos, cómo armábamos unas cosas que no se por qué las habíamos bautizado como los «piticlines», unos artefactos con los que hacíamos hervir agua...» (Rodríguez, 1990; pág. 129).

Investigaciones sistemáticas con ex presos de la II Guerra Mundial, han confirmado que enfatizar lo positivo es la forma de afrontamiento más adaptativa del recuerdo de hechos negativos. Tanto el aislamiento como la búsqueda de apoyo afectivo para confrontar los recuerdos traumáticos se asociaban a mayor sintomatología (Fairbank, Hansen y Fitterling, 1991).

El afrontamiento del choque cultural se producía de la siguiente manera:

-
1. Un primer mecanismo de defensa básico era el rechazo del país de refugio y de todos sus símbolos. Este rechazo se acompaña de un repliegue en el seno de la propia comunidad, como si cada uno sólo pudiera sentirse cómodo entre los suyos. La tendencia de los refugiados a aislarse y rechazar el nuevo medio se ha confirmado (Zwigman y otros, 1973, citados en Bolzman, 1992)
 2. Olvido selectivo y nostalgia. Los sentimientos de nostalgia aparecen frecuentemente en exiliados y emigrantes. El recuerdo del país de origen da lugar a una idealización del allá: «cuando los exiliados se reúnen evocan con gusto los paisajes maravillosos, la simpatía cálida de la gente y, sobre todo, la comida. Los «¿te acuerdas, te acordás? parecen olvidar las dificultades, los riesgos, la represión, la tortura...» (Vásquez V Araujo, 1990, 42).
 3. Comparación social positiva. Se comparaba de manera favorable la cultura de origen con la del país de acogida. Como manifiesta un ex refugiado en Alemania: «Para los chilenos, los alemanes no lograban entender nada y lo pasaban pésimo en su vida. Los únicos que saben divertirse, los únicos que saben pasarlo bien, los únicos que comen y toman bien, son los chilenos». (Rodríguez, 1990; pag. 35)
 4. Activismo exacerbado. La fuerte militancia de la mayoría de los exiliados, especialmente durante la primera etapa del exilio, fue la expresión y continuación del compromiso y la identidad política. Permitía mantener una sensación de continuidad, una inserción social y una ilusión de control (Colat. 1981).
 5. Afrontamiento defensivo «paranoico». Se constataban reacciones «paranoicas»: los exiliados temen que los sigan en la calle, cualquier extranjero a la comunidad se percibía como agente enemigo o potencial confidente o amenaza. Esta actitud se ha confirmado

-
- en otras poblaciones de refugiados como por ejemplo en Canadá (Tyhurst. 1977, citado en Bolzman, 1992).
6. Repliegue hacia la pareja y familia. Dadas las dificultades lingüísticas, de inserción laboral y social que acontecen durante el primer período del exilio, la pareja se transforma en el centro del mundo y en el espacio único donde cada uno se expresa realmente. Las circunstancias hacen que de alguna manera la pareja asuma el papel de puente entre el país perdido y la nueva realidad. La ruptura de la pareja provoca, como siempre y en cualquier lugar, una sensación de abandono o de culpa. La ruptura de la pareja exiliada simboliza entonces la pérdida de las últimas raíces que unen al pasado y a la sociedad de origen (Colat, 1981; Vásquez y Araujo. 1990).
 7. El mito del retorno. Este mito es un hecho importante aún en refugiados y emigrantes de larga duración. Diferentes autores sugieren que el mito del regreso permite a los trabajadores extranjeros ya radicados resolver idealmente una situación contradictoria: no se renuncia a la idea de la vuelta al país de origen, pero se organiza la vida práctica: trabajo, vivienda, educación de los hijos, en términos de una estancia indefinida. (Bolzman, 1992). Como dice una psicóloga refiriéndose a Escandinavia, aunque el fenómeno fue genérico, «la colectividad de exiliados se refugió en el pensamiento reparador: ese exilio sería solamente algo transitorio. Estarían de vuelta en Chile entre un año, o máximo tres años. Así se fue gestando la idea del exilio como un «paréntesis», que marcaba la transitoriedad de esta estadía involuntaria en el extranjero» (Jessen, 1993).

Fantasear un regreso a corto plazo también aparece en otras poblaciones de refugiados.

FASE II. En esta segunda fase, un hecho central era la situación de subordinación del exiliado. El no ser considerado por las instituciones como un adulto responsable, capaz de desenvolverse de manera autónoma, conduce a roles infantilizantes que generan estrés. El resultado era o una relación de dependencia o de conflicto, una desconfianza y ambivalencia mutua entre la institución y el refugiado (Colat, 1981).

En esta fase emergen dos formas de adaptación a la nueva cultura y de defensa de la identidad, es decir, dos mecanismos:

- a) Comparación social positiva más elaborada. Generalmente, si bien se aceptaba de la superioridad socioeconómica del país de acogida, se percibía con claridad la superioridad afectivo-moral del país de origen. Este fenómeno se ejemplifica bien en el caso de Francia: «Los mismos que en sus países estaban embebidos del mito europeo o soñaban con París, ahora se dedicarán a sobrevalorar sus propios códigos culturales. Las maneras de ser de «allá» serán presentadas como más «humanas» o más «simpáticas», mientras que la cultura europea, antaño tan admirada, se transformará en un símbolo de frialdad y rigidez». (Vásquez y Araujo, 1990; pag. 48)
«En Chile vas a encontrar una viejita en la población muerta de hambre y muerta de risa, aquí vas a encontrar a la persona que vive muerta de hambre y con calmantes, desesperada. Ninguno de los dos come, porque el asistido social en Montreal alcanza a comer hasta el 20 o el 22 de cada mes solamente...pero creo que es preferible ser pobre allá que aquí» (Del Pozo, 1992; pág. 298).
Según el recuerdo nostálgico idealizado, todo en Chile era mejor: la gente, la fruta, etc. Pero los cambios que rápidamente estaba sufriendo Chile no eran

accesibles, por lo tanto se ignoraban (Jessen, 1993; págs. 127-128)

- b) La crítica a la cultura local: se critican los valores del país de acogida. Por ejemplo, en el caso canadiense, las críticas de los exiliados chilenos se dirigen a la falta de cultura política de la población en general, al escaso interés que la gente demuestra hacia lo que ocurre en el resto del mundo o dentro de su propio país. También se cuestiona una sociedad impregnada de valores «individualistas», donde la gente crece «orientada hacia el consumo» y donde «la familia no tiene mucha importancia». Esto no impide que se reconozca la superioridad de la cultura o el país de acogida, como en el caso de Canadá, en el que el sistema de salud y educativo son juzgados de manera muy favorable (Del Pozo, 1992; págs 298-299).

La investigación de Kornblit (1993) con una muestra de argentinos de origen italiano que han emigrado a Italia confirma la generalidad del anterior resultado. La mayoría de los entrevistados constataban el desarrollo económico italiano y un superior nivel de vida pero a la vez constataban una falta de sociabilidad, de apertura a las relaciones sociales con ellos. Finalmente, también manifestaban haber sufrido un rechazo («para qué vienen aquí, a quitarnos trabajo y a vivir de la seguridad social?»). De ello se deduce, aunque de manera impresionista, que si este fenómeno ocurre aún en el caso de unos exiliados de similar etnia y origen cultural, es muy probable que sea un fenómeno general.

La anomia y el aislamiento se afrontaban generalmente mediante la búsqueda de apoyo instrumental, afectivo y cognitivo en la comunidad exiliada.

Ahora bien, pese a estos mecanismos de defensa los exiliados se iban adaptando paulatinamente al funcionamiento de la cultura local.

FASE III. En la tercera fase, la adaptación al país de acogida hace que predominen las formas de afrontamiento instrumental. En esta fase se debilitaban tanto las formas de sociabilidad como de identificación «étnico-políticas». Las actividades colectivas se debilitaban y paulatinamente los exiliados abandonaban sus señas de identidad socio-política. Dos formas de afrontamiento típicas de esta fase son:

- a) La integración e identificación con el país de acogida. La búsqueda de integración y apoyo social con autóctonos, así como una «hiper-identificación», eran dos mecanismos de afrontamiento frecuentes. Los exiliados cultivaban al máximo las amistades y contactos autóctonos.
- b) La evitación cognitiva y conductual del exilio y los exiliados. También se evitaba en cierta medida el contacto social y el pensar o hablar sobre temas del exilio. Una especie de «quemazón» con la colectividad e identidad hacía que las personas prefirieran escapar a las discusiones y contactos con exiliados. Ambos mecanismos reforzaban el desarrollo de una identidad bicultural.

FASE IV. Finalmente, y este es un fenómeno constatable tanto en las personas retornadas como en las que se quedan en el exilio, para enfrentar el biculturalismo doble, el ser «belga» o «español» en Chile, y el ser «emigrante» en Bélgica o España, se desarrolla una especie de relativismo cultural, una toma de distancia de ambas culturas y la asunción de formas de identidad «cosmopolitas». Este es el fenómeno antes descrito del hombre entre varias culturas, del hombre marginal o del hombre tricultural. Este parece ser un fenómeno que se produce en todo tipo de personas que han pasado un largo período en otra cultura (Martin y Harrell, 1996). La búsqueda de

un significado positivo de la experiencia de emigración y de exilio, la reinterpretación positiva de este (que le ha permitido crecer como persona, tener una visión más rica y amplia de la vida, etc.) es otra forma de afrontamiento frecuente en esta fase.

Debemos decir que este modelo de fases no niega que existan personas que se hayan quedado en algunas de ellas. También es muy frecuente que las personas apliquen simultáneamente formas de afrontamiento aparentemente contradictorias: por ejemplo la búsqueda de integración social en el país de acogida y la fuerte crítica a la cultura de éste. Por otro lado, personas que han pasado por fases de «hiper-integración», después de obtener una cierta estabilidad, vuelven a reconstruir una identidad «chilena» y retoman contacto con compatriotas y prácticas culturales del país de origen.

En las páginas siguientes examinaremos las fuentes de conflicto cultural identificadas en los refugiados de América Latina en Europa (Vasquez y Araujo, 1990; Bolzman, 1993).

Además de ser una fuente de tensión que producía el choque cultural, estas diferencias serán el marco en el que los exiliados-refugiados se resocializan, por lo que serán el origen de los procesos de aculturación y marginalidad.

5 El retorno como mito y la permanencia en la emigración

Como adecuadamente dice Bolzman sobre el exilio político latino y chileno en Europa: «el retorno ha constituido hasta ahora un fenómeno minoritario y una mayoría de exiliados ha optado, de hecho, por la permanencia en Suiza. Así, una emigración que era percibida al principio como previsoría tiende a convertirse con el tiempo en una realidad permanente». En 1990 se estimaba que menos de

un 10% de los exiliados políticos había retornado a Chile (Rodríguez, 1990). Las cifras para el exilio chileno suizo en 1995 eran ligeramente superiores: 10-15% (Bolzman, 1995).

El retorno es una aspiración muy arraigada entre los exiliados y los emigrantes. Incluso después de muchos años de permanencia en otro país, el deseo de recomenzar su vida en la sociedad de origen, a menudo idealizada, persiste. Es lo que se ha denominado el mito del retorno o mito de Ulises —recordemos que éste en la Odisea realiza grandes esfuerzos para regresar a su patria de origen, a la que al fin vuelve victorioso— (Vásquez y Araujo, 1990). Así por ejemplo, en 1988, poco antes del comienzo de la transición a la democracia, la casi totalidad de una muestra de exiliados chilenos residentes en Canadá y cerca del 60% de los exiliados chilenos residentes en Suiza querían regresar. Para dos tercios de ellos, se trataba, sin embargo, de un deseo cuya realización no llegaban a vislumbrar de manera concreta: no se habían dado ningún plazo, incluso hipotético, para volver. En el caso de Canadá, en los tres años posteriores a 1988, sólo el 10% de los exiliados contactados había vuelto (Del Pozo, 1992; Bolzman, 1996). Al margen de la situación política del país de origen, que juega un papel primordial en el ejemplo mencionado, los factores económicos y la adaptación de la segunda generación al país de acogida son dos aspectos importantes que llevan a una mayoría de sudamericanos a optar por la permanencia del emigrante y exiliado en el exterior. Estos aspectos no son, sin embargo, los únicos importantes.

5.1 El choque del retorno: el desexilio y el nuevo choque cultural

Uno de los principales obstáculos al retorno de los emigrantes y exiliados es de origen psicosocial. Es el famoso problema del desexilio evocado por Mario

Benedetti. En efecto, la adaptación a un nuevo sistema cultural puede resultar en un choque cultural invertido cuando las personas vuelven a su cultura de origen. Los hábitos adaptativos adquiridos en la nueva cultura pueden no ser adaptativos en la cultura de origen y se requiere reaprender los hábitos locales. En algunas culturas y situaciones se devalúa a los emigrantes o se les considera contaminados por experiencias extrañas. Los conocidos pueden ser indiferentes a las experiencias en otra cultura y ser vistos como provincianos y de mente estrecha. Los retornados pueden constatar que sus valores han evolucionado producto de su experiencia en el extranjero, dejándolos alienados de su cultura de origen. Este choque del retorno es típicamente inesperado, lo que lo hace peor (Smith y Bond, 1992). Estos fenómenos también se han constatado en el exilio latinoamericano. Una exiliada uruguaya retornada, ejemplifica el problema de la luna de miel seguida del problema de adaptación del retorno: «La llegada fue un día de alegría y de fiesta, pero después me sentí extranjera en mi propio país, estaba perdida. Ya no me reconocía. Me sentí mal. Muy mal. Era como un sentimiento de desposesión de mi pasado, de una parte de mí misma. ¿Qué iba a hacer con todo lo que había vivido en Europa? ¿Cómo comunicarlo? ¿Cómo darle un contenido a mi vida?» (Vasquez y Araujo, pag. 228). Salamovich y Domínguez (1984 citado en López, 1996) también mencionan las dos fases que se experimentan al volver al país de origen, en primer lugar la euforia, el haber vuelto a casa, la estabilidad, en una palabra la vuelta a las raíces. Pero a continuación surge la segunda fase, la de depresión, se sienten extraños, la gente ya no es lo que era, las cosas se han hecho sin ellos/as, los referentes que se dejaron al irse ya no son los mismos que se tiene al volver, etc. Para algunos psicólogos, el proceso de reinserción social en Chile que el retorno origina, se asemeja en muchos aspectos al proceso de pérdida que los

refugiados vivieron en el país de exilio. Aunque Chile se siente como patria —país de origen— el Chile que se dejó hace 10, 15 ó 20 años no es el mismo (Jessen, 1993).

La siguiente cita describe la experiencia de los chilenos exiliados en Dinamarca: «Igual como tuvieron que aprender a desenvolverse en Dinamarca, los retornados tienen que reaprender a desenvolverse en su propio país. Por ejemplo, el sistema de bancos es distinto, o que los referentes geográficos o emocionales ya no existen. Aceptar que la gente ha cambiado, que son otros los parámetros que se usan para definir éxito social. Que los amigos que se tuvieron a lo mejor ya no están, y que la familia se ha empobrecido, etc.» (Jessen, 1993: pág. 131).

La adaptación a un nuevo sistema cultural puede resultar en un choque cultural invertido cuando las personas vuelven a su cultura de origen. Los hábitos adaptativos adquiridos en la nueva cultura pueden no ser adaptativos en la cultura de origen y se requiere reaprender los hábitos locales. Los retornados pueden constatar que sus valores han evolucionado producto de su experiencia en el extranjero, dejándolos alienados de su cultura de origen. El siguiente testimonio de un retornado argentino ejemplifica la problemática del sentimiento de alienación que afecta al emigrante que retorna después de un cierto tiempo a su país y el nuevo esfuerzo de adaptación que exige el desexilio: «Al principio me consideraban como un extranjero. Mis ideas, mi relación con el tiempo, la puntualidad, las relaciones hombre-mujer. Ahora me cuido de no chocar demasiado. Sin embargo, me quedo aquí. Aquí quiero construir mi centro. Sé que voy a seguir viajando, lo necesito. Pero Buenos Aires será mi puerto aunque yo sea, y lo seré siempre, un ser de ninguna parte. Hoy necesito un ancla en algún lugar del mundo» (Vasquez y Araujo, 1990; pág. 229).

Dos dimensiones centrales de este proceso de nueva emigración al regreso al país de origen son la asimilación

de las normas culturales del país de acogida y el rechazo a los cambios culturales en los países de origen. Basquees y Arruado (1990) describen muy bien el fenómeno de la asimilación de las normas del país de acogida: «Al principio veían a los europeos con la mirada del extranjero de paso, interpretaban sus costumbres como manías u obsesiones. Pero en la medida en que pasan los años, cuando reciben a los amigos o parientes que vienen del otro lado del océano, el reencuentro hace revelador, y los exiliados se ven reflejados —tal como eran al llegar— en las costumbres de sus compatriotas: entonces se quejan de la impuntualidad, de esa «horrible costumbre de hablar fuerte en la calle», se avergüenzan porque le piden una información a cualquier persona en vez de buscarla en el plano. «Son maleducados», comentan, sin darse cuenta de que son sus propias normas las que han cambiado» (Vásquez y Arruado, 1990; pág. 54). Un segundo proceso, complementario al anterior, es el rechazo a los cambios culturales del país de origen, como en el siguiente extracto en el que la persona retornada no «reconoce» su cultura de origen: «Pero no encontré mi país. Era otro Chile. Pinochet está ahí, con el terror y la miseria que corrompen todo, incluso la amistad. Y no sólo es eso, sino que sus ideas lo han impregnado todo. Antes había cosas que nos parecían evidentes, el aborto, el divorcio, las relaciones hombre/mujer, el hecho de que a trabajo igual, hombre y mujer recibieran el mismo salario» (Vasquez y Araujo, 1990, pág. 229).

Pero estas dificultades no afectan a todos los emigrados de igual manera, como señala López (1996) en su estudio acerca de la emigración retornada a Chile el 68% de las personas retornadas censadas son de clase media mientras que sólo el 15.6% son de clase trabajadora. La vuelta al mercado laboral chileno se hace más dura para los trabajadores sin cualificaciones o ahorros que para aquellos emigrados que han podido aprender algunas

nuevas habilidades en el país de acogida o han podido ahorrar algún dinero. También las mujeres, especialmente las que han vivido en países occidentales industrializados, vuelven a una sociedad más cerrada hacia la incorporación de la mujer al mercado laboral. Otro segmento de la población que sufre mayores dificultades al volver son los jóvenes de la segunda generación, a muchos de los cuales no se les ha pedido su opinión acerca del regreso o cuando se ha hecho ha sido en base a una imagen distorsionada de Chile, la «imagen que recuerdan los padres» que en general es más positiva de lo que en realidad era o es. Para los jóvenes nacidos o que han vivido la mayor parte de sus vidas...”



Cultura e identidad

Psi. Brinton Likes
(EE.UU)

**Reflexión sistemática de la Cultura/Identidad,
cómo tenerla en cuenta en los trabajos de Salud Mental.**

Los temas a tratar: "Cultura" e "Identidad" son muy amplios y con un bagaje histórico muy largo. La presente disertación no pretende dar un enfoque antropológico, solamente es un acercamiento a la cultura.

En todas las partes del mundo los psicólogos han estado tratando de estudiar las representaciones hechas por los niños, y sobre una, hay diversas formas de interpretación. La representación es utilizada cuando no se puede o no se quiere hablar directamente sobre determinada situación; su importancia radica en que a través de ella se pueden entender las relaciones sociales y culturales, además de ser una forma de expresión no oral.

Se observa que todos los grupos coinciden en señalar ciertos elementos como:

- 1) Aspecto Geográfico: (Rural/Urbano) implica el desplazamiento hacia un lugar y también el Punto de Origen.
- 2) Idea de Nacionalidad: Cuando nos referimos a la cultura, ¿hasta dónde nos referimos a nacionalidad?; ésto se hace más evidente en los países que tienen una experiencia de Dominación sobre sí.

-
- 3) Naturaleza: Es un lugar de ubicación y punto de referencia para entender las relaciones con la tierra y la tradición. Algunas veces se suele relacionar Naturaleza y Geografía pero esto tendría más que ver con el Medio Ambiente.
 - 4) Historia: Esta forma parte del secreto (el no conocer el propio origen).
 - 5) Economía: Sale de discusiones de campesinos, gente que es campesina y se relaciona luego con la cultura y la etnia. La cultura y la etnia pesa más para la economía. Muchas veces se toma en cuenta las diferencias sociales que se hacen a partir de la economía.
 - 6) Sistema de Valores (normativa): Es propio al grupo al cual pertenezco.
 - 7) Físico (color, raza)
 - 8) Lo Genético: Esto tiene que ver más en los grupos mayas y su cosmovisión.
 - 9) Estructura de la Sociedad: Tiene que ver en cómo nos organizamos, nuestras prácticas como grupo. Estas prácticas nos ayudan a entendernos.

En el año de 1952 dentro de un grupo, se hizo un estudio el cual trató de explicar la cultura y el mismo dió como resultado 6 definiciones similares al ejercicio efectuado por los participantes de este Seminario, las cuales son:

- 1) Descriptiva
- 2) Historia (acumulación de experiencias a través de un tiempo).
- 3) Normas (pone énfasis en relación de comportamiento).
- 4) Aspecto Psicológico (Adaptaciones, relaciones intergrupales, interculturales).
- 5) Estructural (Organización y patrones de la cultura y la sociedad).

-
- 6) Genética: (Desde la ingerencia cultural hasta características físicas de las personas).

La importancia de este ejercicio radica en que nos permite el intercambio de experiencias al hablar de algo que consideramos como fijo pero que a la vez es un proceso que se da a lo largo de la vida. Además nos permite ubicarnos en los diferentes niveles donde hablamos de "Cultura" o "Identidad Cultural" a) dentro las relaciones interpersonales, microsociales; b) dentro del marco social (ideología, relaciones de poder en una sociedad y relación de clase); c) en un nivel medio (educación); y, d) Medio Ambiente, éste incide en lo que es la apariencia física.

Aportes de los participantes

- 1) Los ladinos tenemos menos identificación, lo contrario de los mayas. Los ladinos tenemos un pasado pero negado y el encontrar nuestros valores e identificarlos nos ayudaría a luchar con un fin común.
- 2) Es necesario crear un lenguaje común tanto para ladinos como para indígenas, porque hay palabras en ambas lenguas que no pueden traducirse.
- 3) Es necesario no confundir la cultura con el folklore, éste último es un comercio, mientras que la cultura va más allá.
- 4) La nacionalidad es el derecho para definir una cultura, y a los indígenas se les ha negado la nacionalidad y la territorialidad. Guatemala es un Estado sin Nación además que hay una Nación sin un Estado.
- 5) La identidad es algo complementario, y tanto el ladino como el indígena coexisten en un mismo tiempo, espacio y contexto.

Ultimamente ha crecido una gran preocupación dentro de la Psicología Euro-Americana, para precisar a fondo las diversas orientaciones hacia el individuo.

El aporte de la Antropología ha sido muy importante para precisar que estas fuertes orientaciones al interior de la Psicología Euro-Americana (en la cual el individuo es el centro de la moralidad y la cosmogonía) nos hace difícil entender que se trata de una concepción del mundo propia de la cultura occidental. El antropólogo Clifford Geertz nos dice que “el concepto occidental de la persona como un universo motivacional y cognoscitivo, ligado, único, más o menos integrado; como un centro dinámico de conciencia, emoción, juicio y acción organizado en forma de una *totalidad* diferenciada, pero enfrentada con otras *totalidades* (personas) semejantes y con un trasfondo social y natural, es, aunque a nosotros nos parezca un hecho incontrovertible, una idea más bien peculiar en el contexto de las culturas mundiales”.

Esta perspectiva no nos ayuda mucho a entender a la mayoría de las sociedades del mundo, en las cuales el concepto de “individuo” y la vida intra-psíquica no tienen un rol central. En estudios recientes dos de mis estudiantes, uno de la China y el otro de Irán, me permitieron comprobar que la familia y las relaciones familiares son más importantes para la persona que sus deseos individuales, y el manejo de estas relaciones ocupa una prioridad central en su vida cotidiana. Los problemas psicológicos se derivan más de dificultades en el manejo de las relaciones, que de las contradicciones internas de la persona.

Tenemos que reconocer que el individuo, como un ente descontextualizado, no es ni el centro ni el punto de partida para un alto porcentaje de los seres humanos. No es suficiente decir que el individuo está determinado por características sociales, políticas y culturales. Debemos analizar más a fondo la imagen que tenemos del ser humano y de la psicología.

En segundo lugar quiero tratar brevemente el tema del universalismo de los procesos psicológicos. Ese asunto incide en muchos aspectos diferentes de la psicología, incluyendo en los conceptos de las enfermedades mentales y de la salud mental. Hay muchos que han pensado que tenemos características de personalidad y capacidades humanas... que se pueden comparar de una sociedad a otra. Pensamos que si podemos identificar los mismos síntomas o signos en sociedades distintas, éstos significan la misma cosa. El antropólogo médico Arthur Kleinman afirma que ese es un "error categórico", un proceso que se deriva de nuestra tendencia a aplicar un concepto (desarrollado en un grupo cultural específico) a miembros de otra cultura, para la cual tal vez no tenga la misma relación y validez.

El Psicólogo social y sacerdote Jesuita, Ignacio Martín-Baró desarrolló su trabajo desde el contexto centroamericano, más específicamente, partiendo de la realidad socio-histórica y política del país (El Salvador), apoyándose en los asuntos de la Psicología Social. La importancia de su trabajo no era sólo ayudarnos a reconocer la necesidad de partir desde las realidades de nuestras experiencias, además de insistir en el aporte de algunos métodos científicos para poder rescatar las palabras de la gente hacia la **re-creación** (reconceptualización) de una teoría adecuada para rendir los significados de sus experiencias.

Todos los que trabajamos Salud Mental dentro de Guatemala enfrentamos una serie de preguntas significativas ¿Qué queremos decir por una Psicología Cultural? ¿Cuál es el aporte de una orientación multicultural en el campo de la Salud Mental, de la Psicología, de la Espiritualidad? Si partimos de una perspectiva cultural ¿Cómo organizaremos un trabajo con las comunidades afectadas directamente por la violencia estructurada?

Intervención de los participantes

- 1) En cuanto a la Reconceptualización de los conceptos psicológicos, por lo general éstos tienen a la persona como el centro de todo, pero la Psicología Cultural debe tomar en cuenta el equilibrio y la complementariedad con todo, especialmente con la naturaleza y las propias creencias.
- 2) Por ser el concepto de "Cultura" algo muy amplio, se debe buscar uno que abarque la tradición con el folklore.

Trabajo

- 3) ¿Quién soy?

Relacionado con Identidad Múltiple

¿Qué soy?

Procedencia

- 4) La Identidad es algo que se transforma, y la misma no se define sólo por oposición, en relación al otro.

En Guatemala misma ha habido un proceso de destrucción y reconstrucción de la identidad, que fue motivado por el proceso político-social.

Metodología

- 1) Hay que trabajar desde la cultura pero sin negar la propia.
- 2) Hay que dialogar las experiencias y presiones de las comunidades, luego se debe intentar sistematizar y reflexionar acerca del trabajo.
- 3) Ejes del trabajo: El juego, expresión corporal, palabra.
- 4) La cosmovisión se trabaja como un proceso evolutivo de descubrimiento, se descubren las representaciones.

-
- 5) Quienes trabajan con la comunidad son agentes conocidos y aceptados por ésta.
 - 6) No se debe limitar la práctica metodológica a una simple investigación.



El Trabajo Internacional Contra la Tortura

**Dr. Ole Vedel
Rasmussen**

Se define la tortura como el sufrimiento físico o mental infligido en forma deliberada, sistemática o caprichosa por una o más personas actuando sola o bajo las órdenes de cualquier autoridad, con el fin de forzar a otra persona a dar información, hacerla confesar o por cualquier otra razón.

Según la declaración de las Naciones Unidas en 1948 se dijo que "Nadie será sometido a torturas, penas o tratos crueles, inhumanos o degradantes". Y esta pena es la violación más grave contra los Derechos Humanos.

La tortura es una práctica que se da a nivel mundial a pesar de la ratificación de la Declaración Universal de los Derechos Humanos.

Según Eva Forest "El horror de la tortura está tan vinculado a la locura, al dolor, al sufrimiento y a las pesadillas que sólo aquellos que no la han experimentado en su propio cuerpo NUNCA llegarán a comprenderla cabalmente".

En síntesis: El objetivo de la tortura es:

Destruir a la persona como ser humano

Matar el alma, no el cuerpo

Crear secuelas

El Método de la tortura es:

Una mezcla de tortura psicológica y física.

Las organizaciones que luchan por la erradicación de la tortura se dan a nivel gubernamental (ONU-CAT, OEA, CPT), y no gubernamentales (OMCT, AI, IIDH, IRCT, y las organizaciones nacionales).

El IIDH con sede en Costa Rica no está haciendo denuncias, colabora con tres programas: con la enseñanza en Derechos Humanos y prevención de la tortura, especialmente al personal que trabaja en las cárceles; mejorar el sistema penitenciario; además de esto promueve el tratamiento de las víctimas, prueba de ello es este seminario.

El Consejo Internacional de Víctimas de la Tortura tampoco denuncia, apoya con una red internacional, con centros y tratamientos para víctimas de la tortura, y con programas para prevenir la tortura.

A nivel de NN. UU. hay una Convención contra la Tortura que unos setenta países han ratificado, la misma entró en vigor el 26 de junio de 1987. Según el Art. dos de esta convención nada justifica la práctica de la tortura. Sus funciones son las de educar, rehabilitar, sancionar, recibir quejas individuales. Las NN. UU. no hacen visitas de verificación y esta función sería necesario imponerla dentro de su mandato.

La Convención Europea para la Prevención de la Tortura y otras Penas o Tratos Inhumanos o Degradantes es un instrumento con mucha fuerza que existe desde 1987, entró en vigor en 1989.

El objetivo del Comité de Prevención contra la Tortura es la de prevenir la tortura y para ello suele visitar los lugares en donde hay personas privadas de su libertad, la misma funciona con la cooperación de los gobiernos de los países que visita. Su informe es de carácter "confidencial" y se hace en base a las respuestas que de el gobierno (cooperación) a ciertos cuestionamientos que se le hacen. En caso que el Gobierno se niegue a cooperar, el informe que se realice ya no tiene carácter confidencial, se le hace público (a manera de sanción).

El IECT es un Comité para la rehabilitación de las víctimas de la tortura, y para ello cuenta con cuatro actividades: a) Información, ha desarrollado un servicio de información y capacitación; b) documentación, cuenta con un Centro de Documentación Internacional que se estableció en 1987, a manera de recolectar y diseminar literatura sobre la tortura; c) Publicaciones, ha publicado libros y materiales acerca de la tortura, sus consecuencias y tratamiento; d) Apoyo y Desarrollo de Centros de Rehabilitación.

Etica profesional

Obligaciones Específicas: a) Juramento de Hipócrates "Por eso hago el voto de para siempre en mi profesión de médico, utilizar mis conocimientos en bien de la sociedad y de los hombres..."; b) Declaración de Tokyo (Asociación Médica Mundial) en 1975; c) Principios de Etica Médica, ONU 1982.

Obligaciones Generales: a) Declaración contra la tortura, ONU, 1984; b) Leyes Nacionales.

La Etica Profesional también norma el papel de las enfermeras.

Declaraciones del Consejo Internacional de Enfermeras.

El Rol de la Enfermera en la atención de Detenidos y Presos Políticos y Comunes 1975.

1. Son cuatro los aspectos que reviste la responsabilidad de la enfermera: mantener y restaurar la salud, evitar las enfermedades y aliviar el sufrimiento.
2. La enfermera debe atender en primer término a aquellas personas que necesiten de sus servicios profesionales.
3. En el ejercicio de su profesión, la enfermera debe mantener una conducta irreprochable que dé crédito a su profesión.

-
4. Cuando los cuidados que recibe un paciente son puestos en peligro por un colega u otra persona, la enfermera debe tomar la decisión más adecuada para protegerlo, y actuar en consecuencia.

El Consejo Internacional de Enfermeras, sobre la Enfermera y la Tortura legisla que ninguna enfermera debe participar voluntariamente en ninguna forma de tortura física o psicológica, porque se le puede pedir: llevar a cabo exámenes físicos de sospechosos antes de que sean sometidos a diferentes formas de interrogatorio que pueden incluir en tortura; asistir a una sesión de tortura a fin de intervenir cuando peligre la vida de la víctima; tratar los efectos físicos directos de la tortura a fin de que se pueda continuar con el interrogatorio.

La importancia de estas declaraciones radica en que se tiene conocimiento que profesionales de la salud participan en el proceso de la tortura (presencia durante la tortura, trato de lesiones de las torturas, exámenes a personas antes o después de la tortura, desarrollo de métodos de la tortura y falsificando certificados de defunción).

La declaración de Tokyo claramente expresa que ningún médico debe favorecer la práctica de la tortura, no proveerá insumos para facilitar esta práctica; no deberá estar presente durante estas prácticas.

Según los principios de Etica Médica de NN. UU. Los médicos deben proteger a las personas presas contra la tortura (dic. 1982).

El principal objetivo de la tortura es la destrucción de la persona, no su muerte; pero en Centro América el patrón cambia, después de la tortura, la víctima es asesinada.

Uno de los resultados de la tortura es la propagación general del miedo.

Nuestras obligaciones ante la lucha contra la tortura

Tratamiento de las víctimas de la tortura.

Publicación de los hallazgos

Protección a los detenidos (hacer un examen al detenido antes y después del interrogatorio para poder recabar pruebas que puedan ayudar a la víctima para iniciar posteriormente un proceso judicial).

Recolectar información.

Enjuiciar a los médicos participantes en la práctica de la tortura.

Enseñar ética médica.

Elementos para la Prevención de la Tortura.

Visita de cárceles

Enseñanza (estudiantes, médicos de alto riesgo, funcionarios en cárceles, policía, fuerzas armadas)

Protección a médicos que luchan contra la tortura.

Fortalecimiento de instituciones nacionales e internacionales.

La tortura sólo es posible en el contexto de la Impunidad, con la complicidad de Instituciones del Estado. La misma lleva implícita el componente de hacer sufrir más allá del dolor a la persona y se debe trabajar para erradicar este tipo de prácticas en nuestros países.

Efectos Psicosociales de la Impunidad

Dra. Lucilla Edelmann

La impunidad tiene que ver directamente con el mantenimiento del aparato represivo en cuestiones diferentes, cuando se logra un Gobierno Constitucional, y efectivamente forma parte de formas de violencia, más o menos, directa o indirecta que ejerce el Estado.

Si hay impunidad no hay sanción del crimen, no hay vigencia de algunas de las leyes sociales básicas porque en la información de cualquier sociedad hay alguna forma de sanción del crimen. Si esto no se da es que hay una carencia de la vigencia real de algún tipo de leyes.

La sanción del crimen y la vigencia de la ley

Cuando existe algún tipo de ley o sanción del crimen se supone que hay normas que, teóricamente, serían válidas para el conjunto completo. El hecho que existan estas normas generales tiene que ver con un problema importante que es el tema de la Cohesión y Pertenencia Social. Las reglas vienen a normar representaciones sociales, determinados modelos, a las cuales deben adaptarse todos los miembros de su conjunto.

La sanción del crimen tiene la función de "Reparación Simbólica", esta función se da a nivel social o individual. Un crimen ha sido cometido, no se puede volver

atrás, el daño está hecho, pero por lo menos existe la posibilidad de una reparación simbólica: “La justicia”. Durante esta reparación se especifica quién es la víctima y quién el victimario, el castigo en sí mismo lo señala.

En Argentina se logró juzgar a las Juntas Militares y se les condenó, fue establecido el Comité Nacional de Desaparición de Personas, formado por personalidades de intachable reputación, su misión era la de recoger información testimonial de personas secuestradas acerca de lo que les había ocurrido y como resultado salió a la luz el informe “Nunca Más”, con un listado de los desaparecidos, aunque hacen falta algunos.

Se inició un debate nacional en cuanto a la utilidad de la Comisión, ya que recogía testimonios de los afectados, pero no tenía derecho a enjuiciar. A pesar de esto su importancia radicó en romper el silencio sobre lo ocurrido, aunque no haya logrado romper la impunidad.

El proceso de Impunidad implica:

- a) Autoamnistía;
- b) Ley de Obediencia Debida y Punto Final. Esta es una argumentación que tiene que ver con los militares, y se basa en que éstos tienen que obedecer órdenes, independientemente de sus implicaciones; los soldados no pueden evaluar la situación por su cuenta.
- c) Teoría de los dos Demonios;
- d) Indultos.

Los efectos Directos de la Impunidad en Argentina son: a) Número de niños no devueltos; b) Represores políticos; c) Mano de Obra desocupada, es cuando después de que se formó parte del aparato represivo del Estado, los implicados pasan a establecer sus propias agencias de seguridad; d) gatillo fácil, es cuando se justifican como “accidentes” los asesinatos cometidos por la policía, esto

es una clara representación del desprecio que se tiene a la vida (lo que se cataloga así más frecuentemente son las acciones represivas internacionales contra los jóvenes de las áreas marginales); es la manera como la policía garantiza la impunidad a sus miembros.

Campañas de inducción psicológica

Con esto se refiere a las campañas de propaganda dirigida desde el mismo Estado y los Medios de Comunicación. Esta campaña de los elementos de cómo se deben procesar los acontecimientos que se desarrollan en un momento dado, especialmente bajo regímenes dictatoriales. A pesar que el silencio ha sido roto de múltiples maneras y se tiene conciencia de lo que pasa, el Estado crea mecanismos de consenso por lo que realiza las campañas de inducción psicológica utilizando los medios de comunicación, su táctica es decir alguna frase solapada que cree opinión pública, una frase tendenciosa.

Consecuencias:

- 1) Renegación social de la existencia de los desaparecidos, esto tiene que ver con: La Historia la cuentan los Vencedores. Es la historia oficial, sostenida hasta por los mismos afectados a manera de sostener la “verdad histórica”, por ej.: cuando un niño desaparecido es localizado, entra la polémica de si debe ser devuelto a la familia (con el justificativo que se le puede dañar psicológicamente si sabe la verdad) lo que conlleva a una negación de lo que le ocurrió a sus padres.
- 2) Inversión de la culpa. Se tiende a invertir la culpa sobre la víctima y no sobre el responsable, lo que no se circunscribe a cuestiones políticas sino también sociales.

-
- 3) Dilusión de Responsabilidades. Esta era otra campaña de la dictadura sobre lo que pasó, somos todos culpables (Teoría de los dos demonios) dos bandos se enfrentaron de igual forma. Pero los desaparecidos no pertenecían siquiera a uno de estos bandos enfrentados.

Consecuencias Psicosociales

- 1) Persistencia de sentimientos de temor en la población (vivencia de indefensión, inseguridad, vivencias persecutorias colectivas). El Estado responde con tácticas para infundir temor como respuesta a determinados problemas.
- 2) Impunidad como modelo (afectación de ideales sociales). Hay valores sociales hegemónicos y contrahegemónicos y este es un modelo que determina los valores sociales y los afecta a tal punto de generar la idea que si los que mataron a 30 mil personas están libres, por qué encarcelan a quién mató a una sola.
- 3) Incremento en las conductas agresivas.
- 4) Justicia por “propia mano” (linchamientos). El incremento de los hechos delictivos comunes y los realizados por las fuerzas de seguridad; en este marco de inseguridad dentro del contexto de impunidad se va estableciendo la tendencia natural a la justicia por propia mano. Es instrumentado desde el Estado, porque se estimula este tipo de justicia o se plantea que hay que aplicar penas más severas (Pena de Muerte).
- 5) Exaltación de la “Mano Dura”
- 6) Pena de Muerte y Gatillo fácil
- 7) Nueva Ley antiterrorista, recompensa en Us\$.
- 8) Falta de perspectiva (nada sirve, todo está igual)

La Impunidad viene a facilitar la convivencia Pseudo-normal entre víctimas y victimarios, además facilita la reaparición de la situación traumática y dificulta la elaboración del duelo. La impunidad fomenta la impunidad.

Memoria Histórica y Reparación Psicosocial

Dr. Darío Páez

Qué valor tiene la memoria histórica en los procesos de reparación. Cómo se utiliza la memoria como elemento de control y daño social. Que características debe tener la investigación de la memoria histórica.

¿Qué hechos traumáticos son difíciles de recordar?

¿Por qué sería importante recordarlos?

Recordar hechos traumáticos colectivos que afectaron a un grupo es algo conflictivo y tiene un costo psicológico. Cuando se recuerda se hace a partir de lo que esta ocurriendo en el momento. Generalmente la memoria colectiva siempre deja una lección moral.

Por lo general el “silencio” es la respuesta individual dominante a los hechos traumáticos y esto no implica un duelo postergado, tanto por parte de victimarios como de víctimas. La situación es distinta cuando el silencio es colectivo porque se refuerzan las reminiscencias y alteraciones (víctimas/victimarios).

El recuerdo

Si una comunidad no conmemora los hechos, no le da sentido a la experiencia, entonces es probable que esta comunidad sí tenga algún trastorno psicológico.

El recuerdo colectivo tiende a ser convencionalizado (cuántos indígenas recuerdan la Masacre de Patzicía donde las víctimas fueron 14 campesinos ladinos). Cada quien recuerda lo coherente con sus valores, por ejemplo: los indígenas recuerdan los hechos contra los indígenas.

No se puede recordar algún hecho o alguna persona sin ningún sentido, el recuerdo debe ser algo que recupere lo positivo y darle sentido a lo que pasó. Al recordar los hechos hay que sacar una lección moral.

Se debe recuperar la memoria oral y narrativamente porque la costumbre del pueblo indígena no recuerda a través de libros, lo hace a través de la narración de historias, entonces para que una historia tenga impacto debe ser narrativa. Además la historia debe ser orientada a un sujeto específico.

El recuerdo como un ritual

En la recuperación de la memoria es importante integrar y respetar los elementos culturales y simbólicos del grupo al que se orienta (ritos mayas, el compartir la comida con los muertos).

La ausencia de un entierro se asocia al duelo alterado, a fuertes alteraciones afectivas por no saber dónde están los restos, ni siquiera haberlos preparado para celebrar la ceremonia del entierro.

La conmemoración de los hechos debe ser colectiva y centrada en el hecho y la emoción colectiva, y debe hacerse en forma de rito: a) recuperación del ausente en forma positiva (foto e historia), b) separación y aceptación (rosario y entierro), c) agregación, que del suceso se saque una acción que busque ir para adelante (murió para que esto no vuelva a suceder).

Debe haber respeto y sumisión con el ausente (dedicación de actos o acciones) esto mantiene la relación de uno con la persona, aunque no haya presencia física.

Algo que es necesario es la reubicación de los muertos en la red de relaciones (el caso que una viuda quiera tener un nuevo compañero).

Es necesario reforzar la identidad y lazos sociales, aunque esto es muy difícil porque en una misma comunidad viven víctimas y victimarios.

Monumentos

Generalmente un monumento implica:

- 1) Nombres de las víctimas (reconocimiento individual)
- 2) Se plasma en él que todos son miembros de una nación
- 3) No se plasma las causas por qué cayeron las víctimas
- 4) Este tipo de monumentos es ambiguo para los hechos colectivos que dividen.

Contenido

- 1) Es importante conocer la verdad de lo sucedido, superar el olvido.
- 2) Hacer una evaluación de lo vivido (dignificación de la persona)
- 3) Consenso en el hecho, una asociación de lo ocurrido

Qué hacer

- 1) Olvido y reconciliación
- 2) Reconocimiento de los hechos y pedir perdón
- 3) Reparación económica y socio-política
- 4) Juzgar y amnistiar (Argentina)
- 5) Juzgar y castigo limitado (Argentina y Salvador)

El recuerdo crónico es negativo y se puede llegar a convertir en una rutina.

Trabajo de recuerdo no finalizado

- 1) Las víctimas no le encuentran sentido ni explicación a lo que pasó.

-
- 2) En casos masivos y extremos, es difícil atribuirles sentido a las acciones contrainsurgentes y las respuestas más comunes de la gente a esta situación son envidia y lucha por tierras.

Se ha visto que a mediano plazo la mitad de las personas no sufren alteraciones importantes. Mientras que las personas que han sufrido traumas, a largo plazo tienen una visión más negativa del mundo social.

También ha habido estudios que comprueban que no hay una transmisión trans-generacional del trauma, lo que sí muestran los familiares de los afectados por la violencia (una o dos generaciones después) es una mayor vulnerabilidad al estrés.

Intervención de los participantes

- 1) Para cuando se conmemoró los 20 años de la dictadura en Argentina se formaron agrupaciones de hijos de desaparecidos llamados “Hijos con la Identidad y la Justicia”, esto demostró la gran necesidad de elaboración de una memoria colectiva.
- 2) Después de los hechos de violencia se observa en los familiares de los afectados una retracción endogámica, hay un repliegue familiar que ve lo externo como algo peligroso y es el sentimiento que transmiten al resto de la familia o a las nuevas generaciones en la familia.
- 3) La memoria colectiva del costarricense es muy corta, y encima se suman más hechos. Costa Rica ha tenido gobiernos de mano dura, se tuvo una guerra civil con un saldo de 2,000 muertos y estos fenómenos son minimizados. Hasta se llegan a descalzar o desvalorizar ciertas situaciones a través de la mofa.
- 4) Las clases dominantes suelen borrar hechos históricos, por lo tanto deberían mejorarse e implementarse programas escolares de historia.

-
- 5) Los sectores sociales también encuentran mecanismos para descalificar los monumentos.
 - 6) Una manera de resarcimiento sería denunciar los hechos sucedidos y responder a las necesidades y exigencias de las comunidades.

Evaluación del V Seminario de Salud Mental

Grupo de Derechos Humanos

- 1) Se observó que todavía persiste una sistemática y permanente violación a los Derechos Humanos en todos nuestros países.
- 2) No se ha incluido el enfoque de género en las terapias.
- 3) Es necesario crear un enfoque integral en las terapias y que se incluya el potencial cultural de cada país de Centroamérica.
- 4) Debido a la guerra el desarrollo de la violencia organizada se observa un cambio que lo hace aparecer como “violencia social”. Creemos necesario tomar en cuenta la situación socio-económica como factor clave en la violación a los Derechos Humanos (violencia organizada).
- 5) No hay interés de los gobiernos para reparar el daño, por lo que se observa impunidad lo que a su vez provoca sentimientos de frustración en la población.
- 6) Se siguen cometiendo torturas y no hay una aplicación efectiva de la justicia, lo que viene a abonar la impunidad.
- 7) Existe un compromiso político para la defensa de los Derechos Humanos de las ONGs, lo que no se observa en los gobiernos.
- 8) En algunos países la Iglesia Católica está muy comprometida en la defensa de los Derechos Humanos.

Niñez y jóvenes

1) Conclusiones:

- 1.1. La problemática a nivel de Centroamérica es muy parecida aunque son diferentes realidades.
- 1.2. La convivencia del grupo fue enriquecedora.
- 1.3. El seminario nos sirvió para encontrar nuestras raíces.
- 1.4. Se extiende una felicitación a los organizadores del evento
- 1.5. Lo aprendido en el curso servirá como herramientas en el trabajo que realizamos en nuestros respectivos países.
- 1.6. Los menores son muy afectados por la situación económica, política y social.
- 1.7. Continuamos observando que la problemática de la niñez no es prioridad en cada país.

2) Recomendaciones:

- 2.1. El seminario debe enfocar más la temática acerca de jóvenes, niños y niñas, así como víctimas de la violencia organizada.
- 2.2. El seminario debe abarcar más sobre el aspecto preventivo en lo que es la zona rural y urbana del país en relación a los menores.

Reparación psico-social

- 1) Se dieron varios terminos con los que se puede nombrar a la “reparación psicosocial” entre las que están: abordaje, intervención, atención y acompañamiento.
- 2) Es importante tomar al individuo dentro del contexto de su comunidad, no separarlo de ella.
- 3) Es necesario profundizar más en las concepciones de trabajo de cada lugar, independientemente de donde vengan los participantes.

-
- 4) Hay que buscar el equilibrio entre concepciones, experiencia y preparación de la persona que hace el abordaje psico-social con la cultura del grupo o comunidad en la que va a participar.

Cultura

- 1) Entender la cultura como algo abierto, entenderse y respetarse mutuamente.
- 2) El seminario ha buscado conocer las experiencias de cada cultura para contrarrestar la violencia y ayudar en salud mental.
- 3) Ser diferente no quiere decir ser desigual y poseedor de toda la verdad.
- 4) Cultura es un elemento básico para la reconstrucción psico-social de nuestros pueblos.
- 5) Las culturas tienen elementos propios y ajenos que ayudan a su reconocimiento.

Migración

- 1) Muchas veces la población migrante no está documentada.
- 2) Es necesario conocer y entender las dinámicas migratorias propias de nuestros países.
- 3) Hay una diferencia entre el significado del exilio en el pasado y en el momento actual.
- 4) El retorno de los refugiados y exiliados a nuestros países ha venido a innovar nuestros conocimientos, relaciones sociales, etc.
- 5) El incremento de movimientos migratorios de un país a otro ha empezado a generar sentimientos de prejuicio y xenofobia en contra de los migrantes.
- 6) La circunstancia de salida y retorno al país puede crear una dinámica de innovación cultural y desarrollo social.

-
- 7) Diferenciar el tipo de refugiados, hay que tomar en cuenta algunos elementos que les dan cierto tipo de especificidad (individuales o colectivos).
 - 8) Todo proceso de Migración Forzada ha dado como resultado una transculturización de la persona que ha salido de su país.
 - 9) El querer recuperar la memoria histórica debe ser con el fin de encontrar la verdad, no hacerse uno mismo justicia.

Sugerencias generales

- 1) Usar más los recursos audiovisuales para hacer las exposiciones más dinámicas y vivenciales.
- 2) Es necesario ampliar el concepto de tortura, que trascienda al individuo y se generalice al grupo social.
- 3) Es importante realizar un trabajo comunitario, tomando en cuenta la dinámica propia de nuestros países.
- 4) No tenemos que olvidar que en el momento actual se están dando nuevas formas de violencia, ahora está presente en nuestras sociedades la violencia organizada y los seminarios sólo se están refiriendo a hechos pasados. Si no atendemos el presente corremos el riesgo de perder el futuro.
- 5) La presentación del tratamiento de la tortura desde la visión terapéutica y biológica ha sido muy positivo.
- 6) Fue muy enriquecedor el conocer las opciones que nos presentan los países participantes.
- 7) Los temas fueron muy teóricos.
- 8) El seminario estuvo muy interesante pero por el temario fue muy denso.

Despedida

Este seminario fue realizado exitosamente gracias a los donantes (PRODECA), los participantes, que siempre estuvieron activos durante el desarrollo del mismo, a los expositores que han hecho un excelente trabajo al dirigirse a nosotros, gracias a la ODHA, que estuvo a cargo del montaje del evento y gracias al IIDH, que fue el medio a través del cual se distribuyeron las invitaciones.

El invitar a estos seminarios a gente que desde sus organizaciones lucha por la defensa de los derechos humanos ha sido muy enriquecedor y cada vez vemos un desarrollo positivo de los conocimientos que vamos adquiriendo.

Este es el último año que los acompaño pero a mi sucesor le pediré que continúe con esta serie de actividades que son en beneficio de ustedes y de sus pueblos.

Cierre del Seminario

Con este seminario queremos dar herramientas para hacer frente a los desafíos que se nos presentan, gracias por aceptar esta invitación que aunque hecha con premura, se hizo un esfuerzo por llevar a un exitoso término la actividad, y este trabajo fue posible gracias a ustedes y a la gente de la ODHA que estuvo con nosotros y al área de administración que nos apoyó desde la base.

La actividad nos ayudó a enfrentar las cosas, cambiarlas para bien. Los invito a que nos demos un abrazo y emprendamos juntos el camino de la esperanza.

Muchas gracias.

Indice

Objetivo del Seminario	5
<i>Salud Mental en el Contexto de la Violencia Organizada</i>	
Ronalth Ochaeta	7
Palabras de Bienvenida	11
<i>Salud Mental Comunitaria</i>	
Dr. Carlos Beristain (España)	13
<i>Niños Afectados por la Violencia Organizada</i>	
Psi. Priscila Cervellón (El Salvador)	39
<i>Fisioterapia para los Sobrevivientes de la Tortura</i>	
Dra. Lone Tived	43
<i>Experiencia de Trabajo en Centro de Rehabilitación de Víctimas de la Tortura</i>	
Dr. Juan Almendares (Honduras)	47
<i>Modelos de Asistencia a los Afectados</i>	
Psi. Lucila Edelman (Argentina)	51
<i>Exilio, Retorno y Reintegración</i>	
Dr. Darío Páez (España)	59
<i>Cultura e Identidad</i>	
Psi. Brinton Likes (EE.UU)	107
<i>El Trabajo Internacional Contra la Tortura</i>	
Dr. Ole Vedel Rssmussen	115
<i>Efectos Psicosociales de la Impunidad</i>	
Dra. Lucila Edelman	121
<i>Memoria Histórica y Reparación Social</i>	
Dr. Darío Páez	125



La edición de *Reparación Psicosocial y Derechos Humanos* se terminó de imprimir en Magna Terra editores, en octubre de 1997. El Tiro, sobre bond blanco, es de 1000 ejemplares.



Reparación Psicosocial y Derechos Humanos

Si bien es cierto que la región Centroamericana vive hoy un proceso de pacificación formal, aún queda mucho por hacer para que esta paz sea sustentable. Un trabajo en Salud Mental sin las acciones necesarias en el campo de la defensa de los Derechos Humanos, en la lucha contra la impunidad enraizada en nuestras sociedades; sin la lucha por recuperar la verdad y la dignidad; sin acciones concretas para que se propicie una cultura de diálogo y participación para abordar los conflictos; y sin la lucha por alcanzar un desarrollo humano integral con participación plena, solamente constituirá un paliativo a la problemática.

Ronalth Ochaeta



ODHA