

Cómo curar la herida del refugiado

Implementar una ética de la acogida con una oferta psicoterapéutica y socioterapéutica accesible, profesional y eficaz es uno de los retos de Europa

RACHID BENNEGADI

27 MAR 2016 - 00:11 CET



Un psicólogo habla con un familiar de una de las víctimas del accidente del avión del aeropuerto de Rostov, el 19 de marzo. **SERGEI PIVOVAROV (REUTERS)**

La resiliencia, concepto descrito por [John Bowlby](#), Michael Rutter, Mary Ainsworth y [Boris Cyrulnik](#), es un proceso psicológico que acompaña al trauma. La sufren personas emigrantes o refugiadas: los desplazamientos migratorios y los itinerarios del exilio son casi siempre auténticas pruebas de supervivencia.

La respuesta a por qué algunos de los afectados por esos traumas se reconstruyen rápidamente y superan los problemas y por qué otros no lo logran

radica en la comprensión de varios elementos: el proceso mismo de resiliencia, los mecanismos de defensa psicológicos y el impacto de los determinantes sociales.

Una persona que se ha visto obligada a abandonar su país, que ha sido torturada por razones políticas o ha sufrido adversidades indecibles para llegar a Europa echará mano de todos sus recursos conscientes e inconscientes para rehacerse, para volver a ponerse en pie y continuar viviendo, que no es lo mismo que seguir sobreviviendo.

Una de las explicaciones más plausibles consiste en remitirse a la estructura misma del apego que todos experimentamos hacia las figuras de los padres.

Los que han crecido en el marco de un *apego seguro* estarán en mejores condiciones de explotar el proceso de resiliencia

Los que han crecido en el marco de un *apego seguro* estarán en mejores condiciones de explotar el proceso de resiliencia. Más aún si hay de mecanismos de defensa psicológicos maduros (que defienden la integridad del yo frente al choque del trauma). Y por supuesto, el último elemento es la capacidad de acogida y la empatía que se genere para permitir que estos individuos traumatizados se reconstruyan.

Las personas que, por distintas razones, han desarrollado un *apego inseguro* o *intermedio* tendrán dificultades para activar un neodesarrollo que haga posible que el proceso de resiliencia les ayude a salir de su letargo y su confusión. Incluso podríamos decir que, muy a menudo, en la clínica psicoterapéutica de apoyo a las personas psicotraumatizadas, observamos ese vínculo entre eficacia del proceso de resiliencia y equilibrio psicológico.

Los trastornos de la personalidad se desarrollan más rápidamente cuando el proceso de resiliencia fracasa. La memoria traumática invade el campo de conciencia y perturba la acción de los mecanismos de defensa, de modo que no se

consigue disolver el sufrimiento psíquico con la migración. Existen factores psicoantropológicos en toda persona que ha sufrido el impacto violento de un traumatismo psíquico cuyo corolario ineludible es la destrucción del yo y la fractura persecutoria que a menudo habita los lamentos de los psicotraumatizados.

La psicoterapia, en general, es una excelente respuesta —ya sea de orientación psicoanalítica, cognitiva o integrativa—. Esto permite a la persona expresar su sufrimiento psíquico en un contexto profesional, poner palabras a lo que era imposible decir. Le permite pensar y, por tanto, dejar a un lado su propio infortunio para reactivar su vida psíquica.

Hay que decir que, a veces, es necesario prescribir un tratamiento farmacológico cuando la semiología psiquiátrica es muy importante, como en el caso de los trastornos severos del sueño, las ideas suicidas o las efracciones delirantes. En resumen, toda violencia provoca daños más o menos desestructurantes en la psique del ser humano.

Nada es más ajeno al humanismo que fingir no comprender lo que pasa actualmente con esos hombres, mujeres y niños mantenidos por defecto en una errancia psicológica

No hay fatalismo ante este infortunio, sino más bien necesidad de poner en marcha una acogida digna de tal nombre, una detección precoz de los trastornos psicotraumáticos y una oferta de cuidados y apoyo psicoterapéutico centrados en la persona.

También existe un fenómeno muy interesante que en general corresponde a los resultados de un proceso de resiliencia subyacente y exitoso. Se trata de un síndrome intermedio en el que los trastornos psiquiátricos no están presentes. Este síndrome corresponde a lo que el profesor Joseba Achotegui define como *síndrome de Ulises*.

La metáfora remite a la capacidad de muchos psicotraumatisados para resolver los problemas mediante lo que denominaré *resiliencia social*. Esta resiliencia social depende de la interacción entre la persona traumatizada y la acogida dispensada para permitirle reponerse y volver a encontrar un sentido a su proyecto migratorio o a su vida en el exilio. No se trata de decir que el psicotraumatismo no pueda tener consecuencias psiquiátricas, sino de formular esta transición psicosocial que depende totalmente de la calidad de la *resiliencia social*. Más que nunca, la globalización será el escenario de una humanidad de acogida o de rechazo. No es posible imaginar un futuro sin las migraciones internacionales.

Una de las condiciones que ponen de manifiesto [los dramas que vivimos actualmente](#), las poblaciones de migrantes y refugiados que llaman a nuestra puerta, consiste en implementar una ética de la acogida con una oferta psicoterapéutica y socioterapéutica accesible, profesional y eficaz — en el terreno de la comunicación y de la competencia cultural — pues nada es más ajeno al humanismo que fingir no comprender lo que pasa actualmente con esos hombres, mujeres y niños mantenidos por defecto en una errancia psicológica que impide que puedan activar los procesos de resiliencia psicológica y social.

Rachid Bennegadi es secretario general de la Asociación Mundial de Psiquiatría Social y del Centro Minkowska de París

Traducción: José Luis Sánchez-Silva

 **ARCHIVADO EN:**

Crisis refugiados Europa · Crisis migratoria · Refugiados · Crisis humanitaria
· Inmigración irregular · Víctimas guerra · Política migración · Catástrofes · Migración · Desastres