

**Referencia para citar este artículo:** Pinillos, M. (2012). Intervención psicosocial y educativa para prevención de riesgos asociados a procesos migratorios. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 10 (1), pp. 579-591.

# Intervención psicosocial y educativa para prevención de riesgos asociados a procesos migratorios\*

**MÓNICA PINILLOS\*\***

Profesora de Psicología Evolutiva y de la Educación,  
Facultad de Educación. Universidad Complutense de Madrid, España

*Artículo recibido en noviembre 4 de 2009; artículo aceptado en mayo 14 de 2010 (Eds.)*

· **Resumen:** *Con este artículo se trata de describir los principales modelos teóricos formulados para analizar la vinculación entre el proceso migratorio y los factores de riesgo para la salud psíquica asociados al mismo.*

*Se describen los trastornos que pueden surgir y se presentan unas pautas de prevención e intervención. Se propone una intervención integral a través de un modelo multivariado, con programas comunitarios y de atención psicológica. Se insiste en la necesidad de tener presentes los factores de la sociedad de origen y los relacionados con el proceso migratorio y con la sociedad de acogida y en combinar medidas preventivas con terapéuticas. Desde el punto de vista pedagógico se propugna la educación intercultural y se ofrecen algunos criterios para su implementación.*

**Palabras clave:** Proceso migratorio, riesgos asociados, intervención psicosocial y educativa, educación intercultural.

## Intervenção psicossocial e educativa para a prevenção de riscos associados a processos migratórios

· **Resumo:** *Este artigo trata de descrever os principais modelos teóricos formulados para analisar a vinculação entre o processo migratório e os fatores de risco para a saúde psíquica associados aos mesmos.*

*São descritos os transtornos que podem surgir e são apresentadas pautas de prevenção e intervenção. -Propõe-se uma intervenção integral através de um modelo multivariado, com programas comunitários e de atenção psicológica. -Enfatiza-se a necessidade de manter presentes os fatores da sociedade de origem e relacioná-los com o processo migratório e com a sociedade que acolhe combinados à medidas preventivas com terapêuticas.*

*Do ponto de vista pedagógico se propõe a educação intercultural e se oferece alguns critérios para a sua implementação.*

**Palavras-chave:** Processo migratório, riscos associados, intervenção psicossocial e educativa, educação intercultural.

---

\* Este **artículo de reflexión** es una síntesis actualizada de la investigación sobre procesos migratorios presentada por la autora para optar al título de Magíster en Acción Solidaria Internacional. Universidad Carlos III de Madrid. 2004.

\*\* Máster en Acción Solidaria Internacional por la Universidad Carlos III de Madrid. Mediadora Sociolaboral para la Inmigración. Correo electrónico: [mpinillo@edu.ucm.es](mailto:mpinillo@edu.ucm.es)

## Psychosocial and educational interventions to prevent risks associated with migratory processes

**Abstract:** *this article aimed to describe the main theoretical models employed to analyze the relationship between migratory processes and the risk factors associated with changes in mental health.*

*Common mental diseases that can arise as a result of migration are analyzed, and patterns of prevention and intervention are also suggested. A comprehensive intervention is proposed through a multivariate model that combines community and psychological assistance programs. We insist in the need to consider at the same level the factors depending on the society of origin of migrants, those related to the migratory process itself, and the factors depending on the society accepting the migrants. We also emphasize upon the need to combine preventive and therapeutic measures. From the pedagogical point of view, an intercultural education system is proposed, and criteria for its implementation are offered.*

**Key words:** Migratory process, associated risks, psychosocial and educational intervention, intercultural education.

**-1. Introducción. -2. Principales modelos teóricos sobre la inmigración y la salud psíquica. -3. Factores de riesgo para la salud mental propios del proceso migratorio. -3.1. Tipo de proceso migratorio. -3.2. La situación en el país de acogida. -3.3. Adaptación a las nuevas pautas culturales. -3.4. El apoyo social. -3.5. Discriminación por motivos racistas o xenófobos. -4. Principales trastornos que pueden surgir. -4.1. Trastornos adaptativos. -4.2. Trastornos depresivos. -4.3. Trastornos por somatización. -5. Pautas de prevención e intervención. -5.1. Intervención integral en un modelo multivariado. -5.2. La salud va más allá de lo estrictamente sanitario. -5.3. Importancia de los programas comunitarios. -5.4. Programas de atención psicológica. -5.5. La educación intercultural. -5.6. ¿Ilegales o xenofobia? -6. Consideraciones finales: a modo de conclusión. -Lista de referencias.**

### 1. Introducción

Los cambios de entorno asociados a las migraciones pueden implicar que, de manera frecuente y mantenida, el inmigrante se vea expuesto a niveles elevados de *estrés*, los cuales, si no se adoptan medidas adecuadas de intervención, influyan negativamente sobre su salud física y psicológica y, por ende, en su integración en diferentes ámbitos sociales, como son el laboral, o el educativo.

Los cambios culturales, sociales y en las relaciones interpersonales, las frecuentes circunstancias de inestabilidad laboral asociadas a la inmigración, los problemas para regularizar la estancia, el rechazo social, o diversas formas de discriminación, son aspectos decisivos que van a influir notablemente en el surgimiento de dificultades de adaptación al nuevo entorno.

Autores como Berkman (1995) han podido comprobar que las alteraciones psicológicas y físicas son mayores en grupos cuyos vínculos y redes sociales han sido interrumpidos por

la migración. El proceso migratorio comporta desarraigo, el cual es un acontecimiento desestabilizador, al implicar trastornos en la vida familiar y una ruptura radical con la cultura y los valores en que fue socializado el inmigrante. Estos hechos generan incertidumbre lo que, a su vez, puede agudizar el estrés y la angustia, característicos de los procesos de integración del inmigrante en una nueva sociedad.

Hertz (1988) o Parkes (1971), afirman que la inmigración se puede considerar una situación de crisis durante la cual el sujeto se enfrenta a procesos similares a los del duelo que sucede al fallecimiento de una persona próxima; puesto que se produce tanto una ruptura e interrupción de los vínculos afectivos con el país de origen, como la necesidad de que el inmigrante o la inmigrante modifique su manera de ver el mundo y hasta cambie planteamientos vitales que hasta entonces no había cuestionado.

Pese a lo anterior, el proceso migratorio no tiene que ir necesariamente acompañado de efectos negativos sobre la salud psíquica de la

persona que emigra. Como señala Díaz-López (2003), emigrar puede ser una oportunidad para dejar atrás limitaciones existentes en el país de origen y lograr nuevas oportunidades que mejoren la calidad de vida y contribuyan al bienestar psicológico de la persona. Los efectos que el proceso conlleve, dependerán del nivel de estrés que provoque en la persona del inmigrante, y en dicho nivel de estrés influirán los recursos de los que disponga la persona para hacer frente a la situación, así como el apoyo que reciba en el país de acogida.

## **2. Principales modelos teóricos sobre la inmigración y la salud psíquica.**

Son diversos los modelos teóricos que se han postulado para analizar la vinculación entre el proceso migratorio y los posibles riesgos para la salud psíquica asociados al mismo.

En 1945, Odegaard propuso la *Teoría de la Selección Social*, según la cual, si surgen dificultades psicológicas vinculadas al proceso migratorio, serían debidas a la predisposición del individuo, con lo que se minimizaba la importancia de las dificultades con las que puede encontrarse la persona emigrante en la nueva sociedad. Por el contrario, en 1959, Eitinger formula la *Teoría de la Causa Social*, que atribuye las alteraciones psicológicas que pueden surgir durante el proceso migratorio, exclusivamente al estrés externo que se produzca durante el mismo.

Ambos modelos se centraron en aspectos muy concretos y limitados del proceso migratorio, por lo que muchas de las variables vinculadas al mismo no se tenían en consideración. Por ello surge, en 1974, el *Modelo Multivariado* enunciado por Goldlust y Richmond. En dicho modelo se afirma que, en la aparición de alteraciones en la salud psíquica vinculadas al proceso migratorio, influyen variables que engloban características de la preinmigración, tales como problemas familiares, razones para inmigrar, estrategias de afrontamiento del inmigrante antes de emigrar, etc.; características del individuo, entre las que se cuenta la edad en el momento de llegada al país, entre otras, y factores postinmigración en la nueva sociedad, entre los que descuellan algunos como discriminación o desempleo.

Este último modelo es el que ha recibido

una mayor aceptación, al considerarse que la adecuada adaptación de las personas inmigrantes en el nuevo medio social, sin que aparezcan riesgos para su salud psíquica, está determinada por factores vinculados a la sociedad de origen, por factores relacionados con la propia migración y por factores que actúan en la sociedad de acogida. De acuerdo con Murphy (1977), el resultado de la interacción de todos estos factores estaría mediada por las estrategias de las que dispone la propia persona que emigra: empatía, habilidades sociales, tolerancia, autoestima, confianza en sí mismo y control cognitivo, es decir, la percepción que tiene la persona de que controla su propia vida.

## **3. Factores de riesgo para la salud mental propios del proceso migratorio.**

El proceso migratorio supone que la persona debe enfrentarse a situaciones frente a las que puede sentir que las demandas del entorno son mayores que sus recursos de afrontamiento y, además, el desconocimiento del país de acogida puede implicar una disminución de tales recursos. De ahí la importancia, tal y como expone Díaz-López (2003), de tener muy presentes los factores del fenómeno migratorio que pueden aumentar la vulnerabilidad del sujeto.

### **3.1. Tipo de proceso migratorio**

Las repercusiones del proceso migratorio no serán las mismas si la persona ha tenido que emigrar de una manera forzada, como en el caso de los refugiados, o si la inmigración ha tenido lugar tras una decisión meditada y voluntaria. Evidentemente, en este último caso, en la decisión de emigrar influyen factores sociales y económicos en el país de origen que son los que propician la decisión de emigrar, pero dicha decisión no ha sido adoptada de un modo tan forzoso como cuando existe un riesgo apremiante sobre la propia vida.

Aunque, indudablemente, las dos situaciones comparten el riesgo de posibles consecuencias psicológicas derivadas -nostalgia del país, o de la familia, entre otras- hay aspectos que las diferencian. En el caso de

los refugiados, la fuente de estrés anterior al proceso migratorio tiene una mayor intensidad, pues el sujeto ha sentido que su propia vida o la de sus seres queridos ha estado en peligro y ello puede haber aumentado su vulnerabilidad ante la aparición de situaciones nuevamente estresantes.

Además, en las personas refugiadas ha tenido lugar una pérdida muy brusca de todo lo que suponía e implicaba su vida anterior, puesto que al producirse una salida muy precipitada de su entorno originario, no ha habido tiempo material para que el inmigrante se prepare mínimamente para el viaje, ni haya podido diseñar un proyecto migratorio vinculado al mismo. Esa salida tan precipitada supone que los contactos en el país de acogida sean mucho más difíciles, lo que origina una mayor desvinculación y aislamiento al llegar al nuevo país.

### 3.2. La situación en el país de acogida

En los casos en que existe una situación de *irregularidad*, por no estar en posesión de *papeles*, se va a producir una constante percepción del riesgo de ser retornado a su país de origen, la dificultad de poder trabajar legalmente, e incluso el restringido acceso a recursos. Todo ello da lugar a que aumente considerablemente la ansiedad vinculada al proceso migratorio. Como afirma Criado (2001), en relación con los inmigrantes no documentados, la clandestinidad es un factor que quebranta su día a día y la imagen que tienen de sí mismos, llevándoles a una situación de alarma permanente que les va a impedir moverse libremente y, por ende, relacionarse con los demás con facilidad.

Además, por norma general, la posición social que suelen ocupar las personas inmigrantes en los países de acogida suele corresponderse con trabajos de bajo status, escasa cualificación y situaciones de precariedad laboral, quedando muchos de ellos encapsulados en estas situaciones iniciales, las cuales repercuten en la salud tanto física como mental del sujeto.

### 3.3. Adaptación a las nuevas pautas culturales

Se ha empleado el concepto de *aculturación* para referirse al proceso durante el cual las personas se van adaptando progresivamente a un nuevo ambiente. Se ha podido comprobar que la distancia cultural entre la sociedad de origen y la de acogida puede hacer más complejo y dificultoso dicho proceso de aculturación, ya que el esfuerzo para la adaptación ha de ser mayor, al tener que aprender un idioma, valores y normas culturales muy diferentes a las conocidas, por lo que también será mayor el riesgo de que la persona sienta que las demandas del entorno sobrepasan sus recursos de afrontamiento, pudiendo percibir que la situación le desborda, o que no es capaz de controlarla.

Según consideran Valiente, Sandín, Chorot y Santed (1999), los procesos migratorios pueden considerarse sucesos vitales potencialmente estresantes. Indudablemente, los efectos que se deriven de estos sucesos dependerán de la capacidad de respuesta de cada persona para abordar esa situación estresante. De acuerdo con Berry (1990), las expectativas, que tiene la persona que emigra, sobre el proceso de aculturación, influyen en las propias estrategias para el afrontamiento que ese sujeto va a poder desplegar y en su capacidad de adaptación y, lógicamente, también en los niveles de estrés que va a padecer. De este modo, las personas que valoran los cambios inherentes al proceso de aculturación como oportunidades, es más probable que sufran un nivel menor de estrés que los sujetos que los valoran, por ejemplo, como un riesgo o amenaza.

En multitud de ocasiones, a las personas inmigrantes les resulta complejo poder conjugar actitudes y pautas culturales del país de acogida y del suyo propio y sienten, frecuentemente, que deben elegir entre su cultura de origen o la nueva cultura del país que les acoge, lo que les sitúa en una disyuntiva generadora de enormes dificultades de adaptación e integración.

### 3.4. El apoyo social

Diversos estudios han puesto de manifiesto que el apoyo recibido de las redes sociales ejerce

un efecto de protección frente a sucesos vitales estresantes, por lo que emigrar a un lugar donde no haya una comunidad de la cultura de origen -como en el supuesto paradigmático del mundo hispano, de ambas orillas del Atlántico- es especialmente estresante y parece incrementar los síntomas de ansiedad y depresión.

También se ha podido constatar que el apoyo por parte del país de acogida ayuda a disminuir, incluso eliminar, las situaciones de estrés. En ese sentido, se ha observado que unos de los mayores precursores de estrés psicológico entre inmigrantes, en los primeros momentos de la llegada al nuevo país, suelen ser aspectos vinculados con la vivienda, por lo que un apoyo del país de acogida que facilite el proceso de búsqueda de vivienda, favorece el descenso del estrés.

### **3.5. Discriminación por motivos racistas o xenófobos**

Los entornos sociales racistas y xenófobos son -obvio es decirlo- un factor negativo para la salud y la adecuada integración. Múltiples investigaciones han permitido comprobar que la discriminación aumenta los síntomas depresivos. Si a este hecho se añade la expectativa de que se va a continuar siendo discriminado, con independencia de los logros que se obtengan en el trabajo, o en el esfuerzo de integración en la comunidad de acogida, el riesgo de síntomas depresivos y baja autoestima será todavía mayor.

## **4. Principales trastornos que pueden surgir**

### **4.1. Trastornos adaptativos**

Los trastornos adaptativos consisten en estados de malestar subjetivo y alteraciones emocionales, que repercuten negativamente en la actividad social y que surgen cuando la persona se está adaptando a un cambio biográfico significativo o a un suceso vital estresante. Los síntomas que pueden surgir son

muy diversos e incluyen los de tipo depresivo y ansioso -o incluso una mezcla de ambos-, sentimientos de incapacidad para hacer frente a los problemas, para planear el futuro, para ser capaz de mantenerse en la situación presente, y un cierto grado de deterioro en la realización de las actividades y rutinas diarias.

A través de algunas investigaciones se ha podido constatar que, en el riesgo de que surjan los trastornos de adaptación influye, de manera considerable, la existencia de una predisposición o vulnerabilidad de la persona, pero también se vincula, de un modo específico, con diversos estresores entre los que se encuentran la ansiedad laboral, debida a las frecuentes condiciones de precariedad en el trabajo a las que ya se ha hecho referencia, el desconocimiento del idioma y las pautas culturales del país de acogida, la percepción de rechazo hacia los inmigrantes y la ansiedad o inseguridad con respecto al futuro, mientras que parece existir un curso positivo del trastorno cuando se logra que disminuyan fuentes de estrés como las referidas.

### **4.2. Trastornos depresivos**

Diversas investigaciones han reflejado que la sintomatología depresiva se da en mayor proporción en la población inmigrante, que en la población general.

Según el *Modelo de Hovey y King (1997)*, numerosos factores culturales y psicológicos pueden intervenir en la aparición -o en su caso prevención- de estos síntomas depresivos como, por ejemplo, el apoyo social encontrado en el país de acogida, las redes sociales de apoyo familiar, el nivel socioeconómico, variables premigratorias tales como el conocimiento de la lengua y de la cultura del país de acogida, o el control y elección -voluntaria o forzosa- en la decisión de emigrar, así como las variables cognitivas, entre las que ocupan lugar principal las expectativas de esperanza o desesperanza sobre el futuro. De este modo, personas inmigrantes que muestren expectativas positivas hacia el futuro y cuenten con un adecuado apoyo social tienen menos posibilidad de padecer trastornos depresivos que los individuos sin las mismas expectativas y carentes de apoyo.

### 4.3. Trastornos por somatización

En este tipo de trastornos, la persona va a mostrar uno o más síntomas somáticos, tales como dolor de cabeza, o dolor en el pecho, sin que exista una razón médica específica. Los trastornos de esta naturaleza se manifiestan con mayor frecuencia en los inmigrantes que padecen estrés por aculturación, que en los que no se presenta, y generalmente se puede encontrar una asociación de la somatización con la presencia de depresión, de modo que las quejas físicas se producen muy a menudo en las personas diagnosticadas de depresión.

## 5. Pautas de prevención e intervención

### 5.1. Intervención integral en un modelo multivariado

Partiendo, como se ha partido, del *Modelo Multivariado de Goldlust y Richmoond* (1974), se reitera que en las consecuencias psicológicas que el proceso migratorio puede generar, van a influir los factores de la sociedad de origen, los relacionados con la propia inmigración y los de la sociedad de acogida, por lo que no debemos olvidar la relevancia de considerar todos ellos conjuntamente, con el fin de proporcionar una intervención lo más integral posible, e igualmente es preciso desplegar tanto medidas preventivas como terapéuticas. Sin duda alguna, la mejor forma de prevención consiste en facilitar la adaptación del inmigrante al nuevo medio social.

### 5.2. La salud va más allá de lo estrictamente sanitario

Puesto que el estado de salud de la población inmigrante está en relación con sus condiciones en el país de acogida: laborales, sanitarias, de vivienda, educativas, etc., es necesario acrecentar el bienestar socio-económico de los inmigrantes y reducir las desigualdades sociales inherentes al fenómeno de la inmigración. Ello es simple y llanamente prioritario. Si de verdad se busca la integración, se impone evitar, por

definición, las condiciones de precariedad laboral específicas de la población inmigrante y tener muy presente que el trabajo es no sólo uno de los principales factores de integración en otra sociedad, sino también de identificación personal, por lo que es igualmente prioritario luchar contra los nichos laborales en los que, con frecuencia, la población inmigrante se ve encapsulada, permitiéndoles el acceso a los mismos sectores laborales que a la población autóctona. Además, como se ha podido comprobar, la ansiedad laboral es uno de los factores principales de riesgo de aparición de los trastornos de adaptación.

No habría que olvidar, en ningún momento, la advertencia de la OMS, en cuanto a que la salud de una persona no debe entenderse de una forma tan-limitada como *ausencia de enfermedad*, sino que es un estado de bienestar físico, social y mental. De ahí que sea preciso encauzar las diversas acciones que se desarrollen, con el fin de conseguir que la persona que emigra pueda afrontar adecuadamente el proceso migratorio y adaptarse, en los más diversos aspectos de la vida, al país de acogida.

Es esencial tener presente que las diferencias culturales entre los profesionales autóctonos de la Psicología, fundamentalmente -aunque no sólo de ésta- y los propios inmigrantes, pueden dificultar el proceso de recuperación de éstos, al interpretar los síntomas desde una perspectiva psicopatológica y no como indicadores de que se están produciendo dificultades en el proceso adaptativo. La cultura establece la forma en que una persona expresa la dolencia. Puede ser que en otras culturas los enfermos atribuyan su estado anímico a un *mal de ojo*, o que sigan ciertos *ritos* para intentar superarlos. Hay que evitar caer en el error de interpretar la sintomatología de los inmigrantes, de acuerdo a las normas sociales del país de acogida y no conforme a los de su cultura de origen.-

Entre las medidas de intervención, es muy importante que se desplieguen programas de acogida centrados en el acompañamiento y la mediación, para lograr que la adaptación de la persona inmigrante sea lo más integral posible. Desde el punto de vista psicológico, hay que abordar la familiarización del sujeto inmigrante con el nuevo entorno y prever mediaciones en

caso de choques culturales concretos, al mismo tiempo que se les ofrece el apoyo emocional preciso para una correcta superación del *duelo* vinculado a todo proceso migratorio.

La emergencia de nuevas disciplinas, como la Psicología Transcultural, la Etnopsiquiatría, o la Psiquiatría Intercultural, son una muestra evidente de que los servicios de salud, entre otros, se han visto impulsados a adaptarse a una realidad multicultural, que solicita acomodarse a las necesidades y características de la población inmigrante, teniendo en consideración las diferencias en la lengua, religión y otros factores culturales relevantes.

Un último aspecto de crucial relevancia a destacar es que la atención prestada a la población inmigrante no habría de convertirse en un modo de *patologizar* y cronificar los aspectos de frustración, dolor o sufrimiento, sino en una vía para ayudar a afrontarlos y transformarlos en una oportunidad de crecimiento. Tal y como afirma el psiquiatra Pérez-Sales (2001), la psicología es una ciencia en la que, habitualmente, la atención se focaliza en los puntos débiles y posibles patologías de las personas, siendo necesario que también se tengan en consideración los puntos fuertes y la capacidad de resistencia de los sujetos ante acontecimientos que, como es el caso de la inmigración, pueden ser estresantes. Estoy completamente de acuerdo con Pérez Sales cuando plantea la relevancia de reforzar y acrecentar las estrategias de afrontamiento y de resistencia. Para ello propone fomentar los elementos más notables de la capacidad de resistencia que, en su opinión, son el compromiso (capacidad de la persona para involucrarse en actividades de la vida diaria, laborales y de relación social) y el control (sentir que tenemos la capacidad de influencia personal en los sucesos que nos acontecen).

### 5.3. Importancia de los programas comunitarios

Desde el punto de vista de la facilitación de la adaptación psicosocial del-inmigrante, es esencial que, en todo momento, la persona sea consciente de su situación real, para lo cual hay

que ayudarles a ajustar sus expectativas con las circunstancias reales del país de acogida y potenciar al máximo sus propios recursos, y así coadyuvar a que los inmigrantes sean protagonistas del propio proceso de adaptación al nuevo país. En ocasiones habrá que abordar directamente aspectos muy vinculados a la adaptación psicosocial, como por ejemplo, el desarrollo, cuando sea preciso, de habilidades sociales básicas para lograr una mayor integración sociolaboral, o el incremento de las redes sociales, entre otras acciones.

No habría que olvidar tampoco la gran influencia que la reagrupación familiar ejerce en la integración, así como la importancia de políticas de promoción y mejora de las redes sociales. En este sentido, el desarrollo de programas comunitarios es muy útil, ya que produce un aumento del apoyo social y de las redes sociales, lo que puede ayudar a reducir el estrés durante el proceso de adaptación y los niveles de depresión, como señala el *Modelo de Hovey y King* (1997).

Si de lo que se trata es de lograr una adecuada adaptación a la nueva cultura, es primordial conocer la realidad de los inmigrantes y específicamente de los refugiados, cuáles son sus necesidades, sus medios de vida, sus características, sus expectativas... Es igualmente imprescindible contar para ello con la participación activa de los implicados-y proporcionarles un sentido de control sobre su vida, por ejemplo, como antes se decía, abriéndoles la posibilidad de trabajar en programas comunitarios que consideren a las personas inmigrantes como protagonistas del proceso migratorio y no como meros sujetos pasivos. En esta línea hay que fomentar la participación ciudadana de los inmigrantes a través del movimiento asociativo, en el ámbito vecinal, en asociaciones de padres y madres en los colegios, etc.

Conocer cuál es el proyecto migratorio de la persona y las expectativas vinculadas al mismo, permitirá ajustar estas últimas a las condiciones reales en el país de acogida, siempre mediante el fomento de la percepción de la experiencia migratoria como oportunidad pues, tal y como expone Berry (1990), dicha percepción

aumentará las estrategias de afrontamiento, lo que permite disminuir el estrés y facilitar la adaptación. Siempre hay que promover las expectativas positivas hacia el futuro, pues con ello se consigue disminuir la posibilidad de aparición de la depresión, como bien postula el *Modelo de Hovey y King* (1997).

El mundo de la emigración no es nada homogéneo. El nivel de estudios, la profesión, el estatuto legal, la religión, el idioma... son aspectos muy diversos que hacen que exista una gran heterogeneidad en las características y necesidades específicas de la población inmigrante. Ello se traduce en la necesidad de una atención individualizada y de desplegar un abanico diverso de acciones, en función de las circunstancias que se den en cada persona o colectivo.

Las prestaciones, en consecuencia, habrían de ser suministradas de forma multidireccional, administrarlas al grupo, país, etnia y a todos sus miembros, sean niños,-adultos, ancianos, hombres o mujeres, con el propósito de que nadie quede excluido del proceso de integración. Precisamente, con el objetivo de lograr la misma, las actuaciones deben regirse por el principio de normalización de servicios, y la atención que se preste en los diversos ámbitos -como el laboral, escolar, o social- debe proporcionarse en los servicios habituales de la comunidad, a los que acude o recurre el resto de la población; pero es imprescindible reforzar tales servicios con mecanismos de apoyo individual y colectivo, que se adecuen a las necesidades concretas de la población inmigrante y de los diversos grupos e individuos que la integran.

Una apropiada intervención habría asimismo de fundamentarse en la estrecha colaboración y coordinación entre las administraciones locales, autonómicas y estatales, y de éstas con las asociaciones y organizaciones no gubernamentales que trabajan en el sector, a fin de conseguir aunar esfuerzos y experiencias y aportar, de este modo, una atención más integral y eficaz.

Por fin, no hay que olvidar la necesidad de otorgar preeminencia al proceso de seguimiento de las diversas acciones emprendidas -a su implementación, a fin de cuentas-, pues muchas de las intervenciones que se desarrollan en

todas las áreas, no sólo en la psicológica, se centran en una intervención inmediata, como puede ser procurar una incorporación laboral lo más rápida posible; pero sin que se lleve a cabo una actividad de seguimiento posterior, a fin de obtener un *feedback* sobre los resultados a medio y largo plazo, como observar si se continúa trabajando, en el ejemplo apuntado. A fin de cuentas no se está hablando sino de un principio básico de organización, que requiere ineludiblemente del control de resultados de las acciones emprendidas, conforme expuso la propia autora en un reciente trabajo colectivo sobre dicha materia (Pinillos-Ribalda, González-Uriel & González-Calleja, 2008).

#### 5.4. Programas de atención psicológica

Aunque la sensibilización sobre la importancia de la asistencia psicológica, dentro de una atención integral a la población inmigrante cada vez es mayor, y diversos autores, como Luque-García (1997), han soslayado, hace ya años, la relevancia del apoyo psicológico a las personas inmigrantes en la actualidad todavía nos queda mucho camino por recorrer, tanto como la mayor parte... y la legislación vigente muy a menudo no ayuda, hasta el punto de que en no pocas ocasiones marcha en sentido contrario del que se apunta desde la psicología o la asistencia social. Con frecuencia se brindan numerosos recursos, de gran utilidad para la población inmigrante, como pueden ser la atención jurídica, la orientación y mediación laboral, entre otros; pero no es tan habitual que se ofrezca a los inmigrantes una adecuada atención psicológica. Este hecho quizá sea debido a que existe una escasa información sobre la repercusión de la intervención psicológica dentro de un proceso global de integración, como elemento facilitador y potenciador de otras áreas, tan importantes como la laboral, y sin duda podría favorecer una más rápida y adecuada inserción de los inmigrantes en el mundo del trabajo y colaborar a evitar su expulsión del mismo.

Otro aspecto a considerar, es la relevancia del componente preventivo y no sólo paliativo de la atención psicológica, por lo que habría que

articular mecanismos destinados a proporcionar una atención psicológica preventiva ya en el país de origen, lo que desde luego sería posible si las actividades de cooperación estuvieran mejor enfocadas. En esta actividad psicopedagógica, se le enseñaría a afrontar al potencial sujeto inmigrante los posibles choques culturales y sociales que se va a encontrar en el país de acogida, o a preparar el diseño de un proyecto migratorio coherente, que adaptase las expectativas a las condiciones reales del país de acogida. No se trata de fomentar los procesos migratorios. Se trata de no cerrar los ojos ante una realidad que constituye uno de los hechos sociales más relevantes de este principio del siglo XXI, y sólo asimilando la realidad -no negándola o pretendiendo en vano evitarla- se conseguirá encauzarla de manera adecuada.

### 5.5. La educación intercultural

Desde el punto de vista pedagógico, habría que primar la educación intercultural, formar al inmigrante -e insisto, también a la población autóctona- en actitudes y valores de conocimiento y respeto de las distintas culturas y aceptación mutua, para conseguir, de este modo, que la diversidad y las diferencias sean algo enriquecedor. Con frecuencia tendemos a concebir la integración como un proceso que afecta únicamente al-inmigrante, pero es un proceso que requiere cambios y acciones también por parte de la sociedad de acogida. Y esto habría que tenerlo muy presente.

Como bien considera Muñoz-Sedano (1997), el valor clave de la educación intercultural es la dignidad de la persona, pero también deben estar presentes otros valores basados en los derechos individuales como la libertad, y valores sociales como la igualdad, solidaridad o el respeto a los demás. Por ello, si se desea instaurar una educación intercultural en las aulas, hay que hacerlo desde el reconocimiento de las diversas culturas y fomentar la interacción y comunicación entre ellas.

Los docentes tenemos una gran responsabilidad y capacidad de influencia. No se trata sólo de que reconozcamos la relevancia de este tipo de educación, sino que habría que

plasmarla, como acertadamente expone Marín-Morales (2009), en métodos y actividades didácticas concretas en las aulas y transmitir, tal y como destaca Guerrero-Pacheco (2009), una pedagogía intercultural desde los primeros momentos de la etapa escolar pues, indudablemente, muchos de los esquemas de valores que poseemos los adultos, los hemos aprendido en nuestras primeras experiencias en el contexto educativo. Precisamente por ello es prioritario revisar nuestras propias creencias y posibles prejuicios hacia ciertos grupos étnicos o culturales, e intentar ampliar nuestros conocimientos sobre los mismos, pues, si deseamos formar en valores, el punto de partida está en la propia coherencia. Más frecuentemente de lo que se piensa, esta coherencia entre nuestras actitudes, o entre el funcionamiento interno del centro educativo y los valores en los que -se supone- estamos formando, no está suficientemente presente. Y este aspecto no pasa en absoluto desapercibido a nuestros alumnos.

Los alumnos de diferentes culturas han de aprender la lengua y las pautas culturales del país de acogida, pero no por ello han de abandonar, sino por el contrario mantener, su lengua materna y su cultura de origen. No se trata de que sean asimilados o absorbidos por la nueva cultura, sino de que se preste una educación intercultural. Pensemos en los fenómenos migratorios internos de la propia España -que se dieron con intensidad hace no tantos años- y en las políticas educativas de determinadas Comunidades Autónomas, hoy claramente puestas en cuestión, para entender lo que se está diciendo. Para alcanzar los objetivos propuestos, resulta imprescindible la información y sensibilización de la población autóctona y, en este sentido, el papel de los medios de comunicación es prioritario en la condena de la xenofobia y del racismo, por cuanto que los *mass media* son una vía privilegiada de sensibilización de la opinión pública. Autores como Jiménez-Pulido (2005), han remarcado la utilidad del cine, por ejemplo, como un vehículo a través del cual plasmar y fomentar la educación intercultural.

También son muy funcionales para el objetivo propuesto los encuentros

interculturales, pues a través de ellos se ofrece a los inmigrantes un papel activo, de forma que son ellos mismos quienes hacen llegar su cultura y específica problemática a la sociedad de acogida. Esto no es sino un modo de establecer un *feedback* comunicativo entre diferentes culturas. En idéntica medida habría que tener presente la importancia de los programas educativos de sensibilización en las escuelas y universidades.

Para favorecer una educación intercultural, hay que evaluar también la existencia de variables que pueden influir negativamente en la intervención educativa. Se trata, en primer lugar, de conocer el entorno socio-familiar en el que vive el alumno, pues es muy frecuente que exista una inestabilidad en la escolarización debida a que la familia todavía no está ubicada definitivamente en una ciudad o barrio específico, con frecuentes cambios de domicilio. Asimismo habría que tener muy presente si la lengua materna del alumno es muy diferente a la de los demás alumnos, y todavía no puede comunicarse en el propio idioma, o si los códigos y prácticas de comunicación de su cultura son muy distintos, pues ello puede hacer que surjan importantes dificultades de comunicación y de lenguaje. Además, debido a que los sistemas educativos y los currículos escolares de los distintos países son muy diferentes, es fácil que nos hallemos ante un importante desfase curricular del alumno inmigrante respecto a los demás alumnos de su misma edad cronológica, lo que obvio es decirlo puede derivar, si no se facilita la adecuada intervención, en serios problemas de aprendizaje.

Uno de los mayores objetivos de la educación intercultural, ha de ser transmitir, en todas y cada una de las áreas de conocimiento, contenidos relacionados con actitudes y valores que permitan motivar el interés, curiosidad y respeto de los alumnos por lo que es diferente y puedan constatar las aportaciones de todas las culturas a la ciencia y a la civilización de la humanidad. Justo lo contrario de lo que se hace a partir de los demasiado frecuentes planteamientos etnocentristas. Se trata de buscar una convivencia en la diversidad como, muy acertadamente, plasman Milla-Pluma y García-Milla (2010) al proponer pautas

muy concretas de educación intercultural, mediante un programa que permite organizar actividades que promueven la tolerancia y el respeto al alumnado, tanto de Primaria como de Secundaria, procedente de otras culturas.

Sin duda, favorecer la formación en valores y actitudes es mucho más complejo que centrarse con exclusividad en aspectos conceptuales, pues hay que abordar elementos no sólo cognitivos, sino también conductuales y afectivos. Para trabajar educativamente con tales elementos se hace necesario introducir aspectos reflexivos en el aula, a fin de que los alumnos puedan plantearse a qué se refieren ciertos valores y cómo podemos observar los mismos en nuestro día a día. Este tipo de formación requiere complementar la impartición de conocimientos con la introducción de actividades, tales como jornadas culturales o visitas interculturales, que permitan a los alumnos, y a los propios docentes, ampliar el conocimiento sobre otras culturas. Otra posibilidad de favorecer el conocimiento sobre esas otras culturas son los trabajos en equipo y los agrupamientos flexibles en el aula, con los que se consigue que tenga lugar la interacción entre todos los miembros del grupo. Además, es posible y también conveniente recurrir a materiales educativos interculturales, en los cuales esté presente la diversidad, tanto cultural como étnica, del alumnado.

La intervención educativa requiere asimismo trabajar específicamente el autoconcepto, tanto individual como grupal, de las minorías étnicas y culturales existentes en las aulas, puesto que cuando el autoconcepto es positivo, la adaptación de los alumnos a la nueva realidad educativa y cultural, será mucho más sencilla.

La intervención educativa ha de prestar especial atención al entorno familiar del alumno. No conviene obviar la importancia de facilitar información a las familias autóctonas acerca de las minorías étnicas y culturales presentes en el centro educativo y propiciar la participación activa de todos los padres y madres, a la hora de hacer frente a posibles problemas que puedan surgir en el proceso de integración, y también para planificar múltiples actividades y encuentros que faciliten

la interculturalidad. Además, es necesario que las familias inmigrantes sientan que se les acepta y se entienden las dificultades que conlleva la integración de sus hijos a un nuevo entorno cultural y educativo. Para conseguir este objetivo son de especial importancia las entrevistas que los docentes, y especialmente los tutores, mantengan con los padres de los alumnos.

La comunicación con las familias permitirá, además, lograr un seguimiento eficaz y por ende un adecuado control del absentismo escolar. Este es un aspecto especialmente relevante, pues ciertas circunstancias familiares o pautas culturales de algunas minorías, pueden propiciar que estas familias sean más permisivas con el absentismo escolar de sus hijos, aspecto que habría de ser abordado específicamente.

La Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación, contempla, en el Capítulo II, la compensación de las desigualdades a través de programas específicos en centros educativos en los que sea necesaria una intervención educativa compensatoria. En el punto segundo del artículo 80 se afirma que las políticas de educación compensatoria reforzarán la acción del sistema educativo, para que se eviten desigualdades derivadas de diversos factores, entre los que señala expresamente los de carácter cultural o étnico.

De este modo se están desarrollando programas de educación compensatoria en los que se intenta erradicar carencias en conocimientos esenciales y fomentar la adquisición de la lengua y cultura del país de acogida; pero no habría que olvidar en tales programas, mantener también, en la medida de lo posible, la lengua y cultura del país de origen para lograr, como ya se ha comentado, no una asimilación o absorción a la nueva cultura, sino una educación intercultural. Además es imprescindible que la implementación de estos programas se lleve a cabo de forma simultánea con la escolarización de los alumnos en los grupos ordinarios.

### 5.6. ¿Ilegales o xenofobia?

Por último *-last but not least-* es preciso luchar contra la imagen del-inmigrante, de

todo punto injusta y xenófoba, que le relaciona con problemas y conflictos, y por supuesto también contra el término *ilegal* -cuando paradójicamente se acepta la jerga terrorista de *legales* aplicada a algunos de sus comandos-, que de nuevo con radical injusticia vincula a los inmigrantes con conductas delictivas y les genera una gran inseguridad. Este es un tema muy complejo, que por sí solo ha sido y seguirá siendo fuente de múltiples estudios, donde el ingrediente jurídico ocupa una función nuclear, dado el inevitable punto de referencia que supone la *legislación de extranjería*, actualmente contenida en España en la Ley Orgánica 4/2000 de 11 de enero -que ha sido objeto de varias modificaciones-, por lo que adentrarse más en este tipo de cuestiones escapa al propósito del presente trabajo.

En todo caso, no procedería terminar el mismo sin insistir en que las políticas de asistencia e integración deben enfocarse a todo el colectivo inmigrante y no sólo a los documentados o *regulares* pues, como ya se ha visto, precisamente los que se hallan en situación irregular pueden requerir aún más ayuda, debido a la situación de continua alerta ante la posibilidad de ser retornados, lo que provoca un mayor riesgo de ansiedad y de disminución del círculo social de contactos.

### 6. Consideraciones finales: a modo de conclusión

Los procesos migratorios, sin duda implican cambios profundos en el contexto socio-familiar, que pueden provocar altos niveles de estrés por aculturación o choque cultural; pero tales cambios no han de producir inevitablemente consecuencias psicológicas negativas, sino que también pueden ser vividos de manera positiva, con lo que aumentaría el bienestar psicológico de la persona, al suponer, por ejemplo, nuevas oportunidades de mejora de las condiciones de vida. Los efectos que ocasione el proceso migratorio, dependerán en muy buena medida de la vivencia que la persona tenga acerca del mismo. Y no se olvide que en esa vivencia, si bien influyen aspectos individuales, como pueden ser los recursos de los que disponga la persona para hacer frente a la situación, resulta todavía más relevante

el apoyo que reciba el inmigrante-en el país de acogida. En consecuencia, el gran desafío que tenemos la responsabilidad de afrontar los países de acogida es -como acertadamente muestra Márquez (2002)- la integración de las personas inmigrantes, con beneficios inducidos en su propia salud psíquica.

Las sociedades de acogida tienen asimismo un papel muy relevante en el proceso migratorio en cuanto tal, puesto que pueden facilitarlo con programas específicos y, sobre todo, con actitudes positivas hacia la convivencia multicultural, lo que favorece que los inmigrantes puedan, además de conocer la nueva cultura, identificarse con ella. Es vital que se desarrollen políticas plenas de integración, políticas que permitan y aun faciliten el mantenimiento de las culturas, lenguas, costumbres y religiones de los diversos grupos de inmigrantes. El objetivo no debe ser tanto conseguir la asimilación del inmigrante a la nueva cultura -lo que de una forma u otra supone una marginación de su propia cultura-, sino una integración propiamente dicha en la cultura de acogida, que no excluya el mantenimiento de la propia identidad cultural del inmigrante.

No cabe duda que uno de los mayores retos que ha llevado consigo el advenimiento del siglo XXI, como certeramente apostilla Sabariego-Puig (2008), es la educación intercultural. Si de apostar por esta educación se trata, es indispensable que uno de los grandes centros neurálgicos de la formación, se centre en promover actitudes y valores de conocimiento y respeto de las distintas culturas, y aceptación mutua, para lograr que la diversidad y las diferencias sean algo enriquecedor y se conviertan, de este modo, como muy bien subrayan Flores-Fernández y Mendia-Gallardo (2007), en una oportunidad única para aprender a convivir. Convivir todos, inmigrantes y autóctonos, que habrían de ser educados con idénticas pautas. En consecuencia, es tiempo de que se plantee la integración, no de un modo unidireccional, como un proceso que atañe exclusivamente a la persona que llega a una nueva cultura -como demasiadas veces se ha hecho-, sino bidireccionalmente, como una adaptación y aprendizaje que permite el enriquecimiento mutuo.

## Lista de referencias

- Berkman, L. F. (1995). The role of social relations in health promotion, *Psychosomatic Medicine*, 57, pp. 245-254.
- Berry, J. (1990). *Psychology of acculturation*. Lincoln: University of Nebraska Press.
- Criado, M. J. (2001). *La línea quebrada: historias de vida de migrantes*. Madrid: Colección Estudios.
- Díaz-López, M. (2003). Apoyo social y salud mental en inmigrantes: sus efectos sobre la integración. Madrid: Consejería de Servicios Sociales.
- Eitinger, L. (1959). The incidence of mental disease among refugees in Norway. *Jal of Mental Science*, 105, pp. 326-338.
- Flores-Fernández, R. & Mendia-Gallardo, R. (2007). *Aprendiendo a convivir: una propuesta para la educación intercultural*. Bilbao: Publicaciones Edex.
- Goldlust, J. & Richmond, A. H. (1974). A multivariate model of immigrant adaptation. *International Migration Review*, 8, pp. 193-225.
- Guerrero Pacheco, A. E. (2009). *Pedagogía intercultural aplicada a la etapa de educación infantil*. Málaga: Ediciones Didácticas y Pedagógicas, S. L.
- Hertz, D. (1988). Identity-Lost and found: patterns of immigration and psychological and psychosocial adjustment. *Acta Psychiatrica Scandinavica, Supplement*, 334, pp. 159-165.
- Hovey, J. & King, C. (1997). Suicidality among acculturating Mexican-Americans: current Knowledge and directions for research. *Suicide and Life-Threatening Behavior*, 27, pp. 92-103.
- Jiménez-Pulido, J. (2005). *La educación intercultural a través del cine*. Granada: Port-Royal Ediciones.
- Luque-García, A. (1997). *Problemas psicológicos de los inmigrantes y refugiados*. Madrid: Cruz Roja Española.
- Marín-Morales, G. (2009). *La educación intercultural y su didáctica*. Málaga: Castilla Ruiz.

- Márquez, I. (2002). Nuevos desafíos: integración y salud mental de los jóvenes inmigrantes y transeúntes, *Avances en Salud Mental relacional*, 2(1), pp. 1-3.
- Milla-Pluma, S. & García-Milla, M. (2010). *Convivencia y Diversidad: cuarenta propuestas de educación intercultural para Primaria y Secundaria*. Valencia: Brief.
- Muñoz-Sedano, A. (1997) *Educación Intercultural. Teoría y Práctica*. Madrid: Escuela Española.
- Murphy, H. (1977). Migration, culture and mental health. *Psychological Medicine*, 7, pp. 677-684
- Odegaard, O. (1945). The distribution of mental diseases in Norway. *Acta Psychiatrica Neurological*, 20, pp. 247-252.
- Parkes, C. (1971). Psycho-social transitions: a field for study. *Social Science and Medicine*, 1(5), pp. 101-115.
- Pérez-Sales, P. & Vázquez-Valverde, C. (2001). Reconceptualizar la psicología del trauma desde los recursos positivos: apuntes para una visión diferente. *Interpsiquis*, 2, pp. 1-6.
- Pinillos-Ribalda, M., González-Uriel, A., & González-Calleja, F. (2008). *Manual para Incrementar las Competencias en Planificación y Organización*. Madrid: Calleja.
- Sabriego-Puig, M. (2008). *La educación intercultural ante los retos del siglo XXI*. Bilbao: Desclée de Broker.
- Valiente, R. M.; Sandin-Ferrero, B.; Chorot-Paso, P. & Santed-Germán, M. A. (1999). Sucesos vitales mayores y estrés: efectos psicopatológicos asociados al cambio por migración. Madrid: Uned.