

Construcción de la realidad e imaginario en un migrante deportado. Estudio de caso

Construction of Reality and an Imaginary in a Deported Migrant. A Case Report

Jazmín del Cielo Vázquez Salazar y Bertha Margarita Viñas Velázquez
Centro Psicológico de Atención Psicológica e Investigación, México

Resumen: En este estudio de caso se analiza la experiencia de deportación de un migrante proveniente de San Diego, E.U.A; establecido en Tijuana, México, el cual llega a psicoterapia por tener dificultades en el establecimiento de vínculos afectivos. Se trabajó mediante psicoterapia breve con enfoque Gestalt, para así lograr el reconocimiento de su experiencia, trabajando el contacto con él mismo y conociendo su construcción del mundo, la cual se basa en un imaginario de esquemas contradictorios, lo que lleva al paciente a establecer relaciones confluentes conflictivas. Con Juan se logra analizar cómo el hecho de ser migrante es clave en la manera de construir la realidad, en este caso de manera ambivalente y contradictoria, llevando ahí el reflejo de las dos diferentes culturas a las que pertenece.

Palabras clave: Migrante, migración, psicoterapia Gestalt, ambivalencia, confluencia.

Abstract: This case report analyzes the experience of migrant deported from San Diego, USA, and living in Tijuana, Mexico, who attended psychotherapy for difficulty in establishing affective bonds. Brief psychotherapy with a Gestalt approach was used to achieve recognition of his experience, working contact with himself and knowing his construction of the world, which is based on an imaginary of conflicting schemes, which leads him to establish troublesome confluent relations. The case of Juan allows for analyzing how being a migrant is key for the way in which reality is constructed, which is in this case ambivalent and contradictory, as a reflection of the two different cultures to which he belongs.

Keywords: Migrant, migration, Gestalt psychotherapy, ambivalence, confluence.

Agradecimientos: A Fidel Alonso Ruíz Reyes por ser guía y mentor y Ahmed Alí Asadi González, por el impulso a crear.

La correspondencia sobre este artículo debe dirigirse a la primera autora al Centro Psicológico de Atención Psicológica e Investigación, Universidad Autónoma de Baja California, Facultad de Medicina y Psicología. Calzada Universidad 14418. Parque Industrial Internacional 22390 Tijuana. México. E-mail: vazquez.jazmin@uabc.edu.mx



Este es un artículo Open Access bajo la licencia CC BY-NC-ND.

Desde que el hombre habita el planeta ha sido nómada por naturaleza: nómada buscando una mejor calidad de vida. Desde que el humano es consciente de su existencia, como mencionan Sládková y Bond (2011) las personas migran no solo por el hecho de “cambiar de aires”, sino que van hacia nuevos lugares en busca de proveerse de mejores recursos materiales, espirituales, médicos y/o educativos.

No solo se habla de un cambio de domicilio, la persona que migra, es un sujeto que debe afrontar la lucha entre mantener lo constituido como persona y aquellas nuevas pautas que debe aprehender e incorporar para poder sobrevivir a nuevas circunstancias (Passalacqua et al., 2013). Al llegar a un nuevo lugar, con un nuevo contexto y nuevos rituales, es comprensible que se deje lo conocido a un lado, por la simple necesidad (que llega a ser de evolutiva hasta deliberada) de adaptarse para sobrevivir. Berry, Phone, Sam y Vader (2006) hablan de esto, refiriéndolo como “aculturación”, señalando así al proceso definidor de una resocialización que logra involucrar características psicológicas como el cambio de actitudes y valores, el aprendizaje de habilidades sociales y de nuevas normas, así como los cambios en afiliaciones a diferentes o nuevos grupos y el ajuste o adaptación a un ambiente diferente, aplicando así cuando la migración es visiblemente acompañada de un plan de vida seguro.

El caso que nos ocupa, fue migrante a corta edad sin ser consultado para ello. Aparentemente fue difícil para él construir una identidad con la cultura estadounidense por las diferencias de clase y de raza, en donde se le llama “mexicano” despectivamente, y se reconoce como tal, más por la repetición constante, tanto en la familia como de los grupos sociales que por una verdadera identidad cultural mexicana. Por otra parte, un proceso de deportación sigue siendo migración forzada, que por su naturaleza involuntaria, se convierte en un fenómeno más complejo, ya que se obliga a dejar el país que muchas veces ya se considera propio. La deportación lleva a la persona a encontrarse con lo desconocido, una vez más, a considerarse ajeno al lugar, una vez más.

En México el fenómeno de la migración es bastante habitual. Migran una gran cantidad de personas de diferentes estados de la República Mexicana, algunos de ellos son Sinaloa, Jalisco, Aguascalientes, Michoacán y Guerrero (Velasco y Albicker, 2013). En años recientes, 2002 en adelante, el vecino país ha reforzado sus políticas de inspección y refrenamiento de la migración indocumentada, por lo que el número de deportaciones anuales van en aumento, entre otras cosas por los ataques del 11 de septiembre, 2001.

Para el año 2012, se agudizan aún más las medidas de refrenamiento de la migración a los Estados Unidos. La Encuesta de migración en la frontera Norte de México (Emif Norte, 2013) estimó un total de 352.188 deportaciones en ese año, de los cuales, 59.845 se registraron en la ciudad de Tijuana, Baja California. Lo que trajo un problema social de hacinamiento en las orillas del cauce del río Tijuana, “El Bordo”, por haber sobrepasado la capacidad de recepción de migrantes y, deportados, como en este caso, en los albergues, casas de acogida y asociaciones civiles de la ciudad (Velasco y Albicker, 2013). La mayoría de los deportados hacinados en “El Bordo” eran hombres (96%) en edad promedio de 40.8 años, de los cuales el 67.3% padres de familia que tuvieron que abandonar a sus hijos.

Los efectos negativos en todo este fenómeno migratorio, especialmente el de la deportación, no se hacen esperar, comenzando por la afectación inmediata de las familias al tener que abandonar pareja, hijos/as, seguido por el llegar desprovistos de recursos que les permita regresar a sus lugares de origen. Pero, además, les trae otra complicación que es el de la estigmatización, debido a que son personas que se fueron con el *sueño americano*, y regresan a una *pesadilla mexicana* de fracaso y rechazo social; antaño se les veía como en un momento de transición y había que brindarles todo el apoyo, mientras que en estos tiempos recientes se les cataloga como posibles delincuentes, vinculándose con problemas de seguridad pública, crimen y drogadicción (Albicker y Velasco, 2016).

Siguiendo esta línea, cabe preguntar, ¿qué pasa con la identidad de esta persona? ¿A dónde considerará pertenecer? Los migrantes pueden no cuestionarse los aspectos de su experiencia migratoria, ni concebirlo siquiera, y este fue el caso de la persona bajo tratamiento, a quien se le llamará Juan por motivos de confidencialidad. Juan vivía decepcionado de quienes lo rodeaban y de sí mismo, tenía expectativas que no lograba, la ambivalencia (descubierta con el paso de las sesiones) en su sentir y pensar no le permitía ver las cosas por lo que son, sino por la gama de posibilidades que podrían ser, y con el paso del proceso psicoterapéutico, se logró ver la continuidad de dicha manera de percibir la vida. El adjudicar atributos que no correspondían, a largo plazo, le trajo problemas para encontrarse solo y paradójicamente, también en los vínculos que establecía.

El objetivo del proceso psicoterapéutico fue analizar las aparentes formas en las que el paciente reconocía su experiencia, para así conocer los introyectos, considerando la existencia o no de una base de seguridad, según la Teoría del Apego (Bowlby, 1969), la cual se refiere a los vínculos que se establecen a largo plazo, teniendo como referencia la base de seguridad, que es proporcionada normalmente por los padres y el contexto. La protección y congruencia que se haya tenido de infante, se verá reflejada en los vínculos a establecer en la adultez. Se revisó la teoría mencionada, y con ella los modelos internos de trabajo y/o la construcción del imaginario de Juan, así como lo que menciona Spagnuolo (2002) sobre las posibles interrupciones del contacto, ligando a esto la experiencia de ser migrante y deportado a la vez, mediante una psicoterapia con enfoque Gestalt. En sí, la intención del proceso fue llegar a un estado saludable en la personalidad del paciente, reconociendo la confluencia y dejando fluir el ser; como dijo Perls (1975), la salud es la posibilidad de mantener contacto auténtico permanente con la realidad interior, así como con la exterior.

Cabe mencionar, cómo el hecho de ligar las bases de la teoría del apego de John Bowlby (1969), llevó a encontrar en la psicoterapia breve Gestalt (PBG) la figura significativa que el paciente lograba estructurar, considerando la existencia o no de una base de seguridad como una fuerte determinante para la creación de dichas figuras, que lo llevaban a construir su realidad.

El trabajo de psicoterapia consistió en 11 sesiones semanales, cada una con duración de 50 minutos, trabajando desde la PBG, y utilizando estrategias terapéuticas, tales como el reflejo, confrontación, la sustitución de la cosificación, la no-intelectualización, la exposición a la vivencia, reubicación en el aquí y ahora, una escucha activa y la connotación positiva. La psicoterapeuta llevó a cabo el registro de cada sesión, por medio de descripciones fenomenológicas, para la comprensión más precisa del caso, iniciando el análisis desde el modo en cómo se presentó en consulta. Todo esto con el fin de llevar a Juan al contacto con él mismo, encontrando o, recuperando, los recursos que disponía.

Identificación del paciente

Juan es un hombre de 36 años, radica en Tijuana, México, desde el año 2012, donde a pesar de ser la ciudad en la que nació, no había recuerdos de haber vivido en ella; Juan llega a Tijuana tras ser deportado de San Diego, E.U.A., ciudad en la que vivió desde la infancia, donde creció y se desarrolló, tras la oleada de deportaciones de ese año. El paciente proviene de una familia que consta de madre, el padre, falleció cuando Juan tenía 4 años de edad, acontecimiento que menciona avanzadas las sesiones. Tiene un hermano menor, del cual no habla. Se ignoran más detalles de su crecimiento debido a que Juan en realidad no habló de ello, o de sus recuerdos tempranos, cuestión que se respetó en el transcurso del proceso. Juan estudia hasta la preparatoria, cuando su etapa de estudiante terminó, se dedicó, según sus propias palabras a “trabajar y divertirse”; cuando se le preguntó cómo se divertía o qué era divertirse para él en ese momento de su vida, su rostro cambiaba muy rápido, miraba al piso y hablaba con un tono más seco al de costumbre “*Pues me iba ya sabes de fiesta, a tomar y esas cosas de jóvenes, cuando no piensas en las consecuencias*”. Considerando así, podrían ser los inicios de la búsqueda de identidad que le proporciona la adicción al alcohol (Ovejero, 2000).

Cuando llega a la adultez, logra establecer una relación con una mujer a quien se llamará Diana, con la cual procrea 2 hijos: un varón de 13 años y una mujer de 12 años. “*Tormentosa y rara para toda la familia*”, describía Juan la relación con Diana, y a pesar de dichos adjetivos, la relación dura alrededor de 8 años. Diana y Juan vivieron en unión libre durante todo ese tiempo, Juan decía “*nunca estuvo en los planes casarse, y pues no lo hicimos, y estuvo bien porque ya después eso hizo sencilla nuestra separación*”. Juan hablaba de cómo en dicha experiencia en pareja no se sentía “bien” del todo, evitando dar una respuesta más consistente, solo agrega: “*Claro que lo mejor que me pasó con ella fueron mis hijos*”. Durante las sesiones, Juan apenas tocaba el hablar de su expareja Diana, mientras que se desinhibía mucho más al hablar de sus dos hijos, así como la frecuencia con que lo hacía era notablemente mayor.

Juan contaba que cuando hablaba por teléfono con sus hijos les decía “*No estoy con ustedes allá, pero siguen teniendo padre*” [sesión 5], expresión que se interpreta a un “estoy contigo, pero a la vez no puedo estarlo”, cuestión paradójica que se refleja en sus relaciones, como se verá más adelante. Juan lamentaba en voz alta,

probablemente en cada una de las sesiones, el no poder ver a sus hijos crecer, convertirse en jóvenes responsables. Durante el proceso fue la graduación de *middle school* (escuela secundaria) de su hijo mayor, y hablaba con un entusiasmo palpable sobre el tema. Juan decía “*yo no estoy pero toda mi familia los acompaña, por lo menos eso me llena de gusto. Como ayer en la graduación, mi mamá estuvo ahí con él, ya con eso es como si yo también hubiera estado*”. Así mismo, es inevitable no tocar el vínculo establecido con su madre, el cual por supuesto, es la base para considerar los vínculos que después logra crear.

Cuando Juan hablaba de su madre, le cambiaba el rostro por completo, “*me da miedo que mamá muera y yo no poder volverla a ver*” [sesión 4]. Juan creció en una familia en la que las figuras “*estaban y no estaban*” -así como ahora él-, y se dice esto ya que de su padre, Juan no tenía recuerdos, solo recordaba cuando falleció y lo mucho que sufrió, “*tenía un padre que ya no estaba*”, decía, siguiendo en este discurso paradójico. Al fallecer el padre de Juan, la entonces viuda salió a trabajar, preocupándose por el porvenir de sus hijos, “*Mi mamá salió pues a ver por sus hijos, y al poco tiempo encontró un hombre, mi padrastro, pero aun con un hombre, mi mamá siguió viendo por nosotros, como una madre lo hace... la verdad es que yo a mi madre la quiero como a nadie*” [sesión 5].

El paciente creció con una madre que físicamente no estaba en casa con su familia, pero por ellos era por quienes trabajaba, faltando así en los momentos en los que de una u otra manera se le necesitaba: “*Si no estoy contigo, es por ti*”, es el mensaje que Juan lograba comprender de su situación siendo un niño. ¿Es un mensaje confuso? Sí; ¿es un mensaje contradictorio? Sí; ¿es un mensaje comprensible? Juan lo hizo y comprendió que puede ser y a la vez no; se quiere estar pero no se está; se ama pero lastima dicho amor; se pertenece y se excluye a la vez; la actividad es pasividad misma. Y sumado a su situación familiar, su situación cultural que tampoco era tan sencilla de comprender para un niño que había perdido y compensado en muchos sentidos: muere tu padre, llega un padrastro; comprendes el español, deberías comprender el inglés; al comprender el inglés, ya no eres el mismo; mamá hace todo por mí, pero no está conmigo... Dichos enunciados son probables ejemplos de mensajes ambivalentes con los que Juan creció, forjando en su crecimiento desde la niñez, una visión bilateral de toda situación.

Siguiendo con la adultez de Juan, al terminar la relación con Diana, al tiempo establece un nuevo vínculo con una mujer estadounidense, a quien se le nombrará Anna, con la cual, en el momento de las consultas, continuaba la relación, “*... a pesar de todo, ella es mi conexión con Estados Unidos... con mi vida de antes*”, [sesión 9]. Ha estado con Anna desde hace 4 años, un poco más de lo que tiene como deportado.

El paciente al explicar sobre el porqué de su deportación, cuenta cómo un día llegaron unos oficiales al lugar donde trabajaba, estos le pidieron algunas identificaciones, y al no contar con dichos documentos, se le deporto a la ciudad de Tijuana. Este acontecimiento llevó a Juan al encuentro con una vida totalmente diferente a la que conocía, orillándolo así a una serie de decisiones, y una de ellas fue comenzar con un proceso psicoterapéutico.

Proceso evolutivo

El paciente llega al Centro de Atención Psicológica e Investigación de la Universidad Autónoma de Baja California, por lo que él denominó una crisis de ansiedad y depresión, lo cual fue el detonante para buscar apoyo psicológico. En cuanto llegó el paciente, habla de su situación de deportado en la ciudad de Tijuana, deportación que tuvo lugar a sus 32 años. Avanzando en las sesiones habla de no haber sido su primera deportación, pero si la definitiva, ya que por cuestiones legales el regreso a Estados Unidos de América era impensable. Esta situación fue (menciona en la sesión 5) de las más complicadas que la vida le ha presentado, ya que fue casi paralelo con el inicio de la relación con Anna, la cual considera la mujer de su vida. A pesar de que durante las sesiones hablaba de su expareja Diana, destacando más de una vez el hecho de que ella “*es como él*”: mexicana.

Juan crece y se desenvuelve en E.U.A., siendo nacido en México, él lo reconoce y en todas las sesiones lo mencionaba (o se lo recordaba a sí mismo). Habla con beneplácito de su origen mexicano, y de cómo sigue las costumbres que él conoce como “*básicas*” o “*mexicanas como yo*”, para así no abandonar su mexicanidad. Para él, en estas costumbres se encuentra el beber alcohol, “*... cuando comencé a vivir aquí, me gustaba llegar a casa después del trabajo y tomarme unas cervezas, como buen mexicano ¿no?*”. Siguiendo a Perls (1975),

en esta frase se conoce un introyecto de Juan: “no dejaré a un lado la identidad que mi madre me enseñó”, [sesión 6].

Juan habla de cómo la ingesta de alcohol casi diaria a la que estaba acostumbrado, era probablemente el detonante de lo que él consideraba “la crisis con la que tocó fondo”. Como consecuencia, Juan duró una semana en inactividad total, permaneciendo en casa. Juan menciona “no me importó nada, se me olvidó todo lo importante, no fui a trabajar, ni atendía el teléfono, fue horrible, no se lo deseo a nadie, y todo por tomar”, esto sucede aparentemente cuando la identidad que le proporciona la adicción, ya no le satisface, y busca construir una nueva identidad. Lo que él ignoraba es que al “tocar fondo” sería inevitable que salieran a la luz las figuras y se percatara de su existencia. En una de las primeras sesiones comenta:

J- “Ya no tomo, no quiero que me vuelva a pasar, mejor cuando me invitan o pasa algo le doy la vuelta, ahorita tengo a puros amigos que solo toman, bueno, ellos ni son amigos ¿verdad? Un amigo no me invitaría a tomar, ellos solo quieren tomar, y yo ya no quiero. Tengo que estar bien, y para estar bien me tengo que alejar del alcohol y de esas personas”

T- ¿Tienes que estar bien?

J- “Sí, tengo que estar bien para estar bien en mi trabajo, y con Anna. Si lo miro bien, no tengo porque estar así, no puedo creerlo, y todo por tomar”, [sesión 3].

En este pequeño pero conciso fragmento destacan los debeísmos (Perls, 1975) que el paciente concibe, al hablar del “tener que estar bien”, alejándose de la vivencia, y como dice Naranjo (2004) para estos casos, lo que corresponde hacer es llevar a la suspensión del razonamiento y así ir en favor de la auto-observación. En ese momento, se trabajó mediante el reflejo, buscando así la confrontación. Se le preguntó al paciente ¿Tienes que estar bien?”, repitiendo exactamente lo que él mismo había dicho, la respuesta siguió en la línea de los debeísmos introyectados en esta sesión y durante muchas otras. Ese fue parte del gran trabajo con Juan, el reflejar muchas veces el absurdo y la no-necesidad de ciertos pensamientos, consiguiendo dirigir su atención a los aspectos de su conducta que parecen formar parte de sus pautas automáticas de respuesta o que chocan con sus acciones intencionales (Naranjo, 2004), tomando esto como el mismo reflejo que muchas veces puede ser más confrontativo, para conducirlo así, a la vivencia y abandonar las evitaciones o autosabotajes. En este caso, los debeísmos eran probablemente el resultado de un no saber cómo vivir sus emociones, haciéndolas a un lado de la experiencia, siguiendo así con las “convicciones” aprendidas, evitando de esta manera el Yo.

Por otra parte, la auto-recriminación por el hecho de beber en exceso, era notoria y frecuente. La recriminación también se manejó con el trabajo de reflejar y confrontar, mediante preguntas que llevaban a Juan a encontrar las consecuencias o el absurdo mismo de su inapropiada ingesta de alcohol, así también, se utilizó la regla de No-intelectualización (Naranjo, 2004) donde ante toda autorecriminación de la que era víctima y verdugo, se le cuestionaba el para qué de todo lo que se decía, encontrando la nula necesidad de lo mismo, logrando así la eliminación o reestructuración de dicho esquema.

Juan durante todo el proceso hablaba de cómo la empresa en la que trabaja, confiaba en él, ya que le dieron una segunda oportunidad después de la semana en la que desapareció, de hecho, Juan asistía a las sesiones en horario de trabajo, ya que contaba con la aprobación y apoyo de sus jefes. Era comprensible que el repetitivo “tengo que estar bien”, podría venir de la gran responsabilidad que sentía, una crisis más y la empresa ya no lo toleraría por todo lo que implicaría -la empresa enfrentaría pérdidas económicas por la inversión que se está haciendo, lo cual llevaría a una probable pérdida del empleo-. Juan una vez, mientras hablaba del trabajo comentó: “Imagínate, yo no conozco a nadie aquí, me voy de ahí y ¿qué voy a hacer? No contratan a personas en mi situación; tengo la ventaja de ser bilingüe, pero y ¿qué?, solo en “call centers” aceptan deportados, tuve mucha suerte de encontrar este trabajo, ellos creen en mí...” [sesión 8].

Esto es muy importante, no solo por ser su medio de sobrevivencia, sino porque realmente estaba solo en la ciudad, porque tuvo que dejar sus amistades, y a toda su familia (desde su madre hasta sus hijos) se encontraban al otro lado de la frontera, por lo que mantenía comunicación por medio de llamadas telefónicas y/o mensajes vía internet. Las personas que podían visitarlo solo eran su pareja Anna y los dos hijos de Juan, que en ocasiones acompañaban a la misma Anna en sus visitas a Tijuana. Puede decirse que la única persona de la ciudad en la que Juan confiaba era su psicoterapeuta.

Transcurrieron las sesiones, y se indagaba y encontraba más sentido a la peculiar forma de construcción del imaginario de realidad. El paciente presentaba exigencias introyectadas en forma de mandatos ambivalentes muy claros, lo que lo orillaba a dos polos opuestos; por un lado, su interés de complacer a los demás y por otro, su fracaso en su intento de hacerlo, tal vez como resultado de ajustarse a las demandas que él mismo se exige. Para explicarlo mejor, durante su infancia dentro de casa él era mexicano y hablaba español, y si hablaba inglés su madre lo reprendía, mientras que cuando salía de casa y él hablaba español, las personas lo miraban, lo etiquetaban como el “mexicano”, etiqueta que siempre estuvo de más y a Juan no le gustaba, “... *no sabía cómo hacerle, no sabía quién era o en dónde era quién...*”. El hecho de ser migrante puede que no sea determinante en una persona, pero por supuesto que influye en la construcción de la realidad. En el caso de Juan, el tener una madre presente/ausente, recordando claro que ante la teoría expuesta, el vínculo y apego logrado con la madre es primordial para el desarrollo de la persona, el migrar y las paradójicas fallas que parece presentar en esta misma aculturación son aparentes determinantes para los vínculos ambivalentes que se producen en su vida adulta.

De acuerdo con Bolwby (1969) la base de seguridad se produce desde la infancia, momento donde también se integran los elementos para formar un modelo interno de trabajo o como menciona Allierand (1992), las construcciones del imaginario, las cuales dependen de las situaciones de la infancia para el porvenir de esta persona. En el caso de Juan, lo que le ayudaba a autosabotearse por completo era la ambivalencia en su pensar y en sus vínculos, o su confluencia, como interrupción del contacto, según la psicoterapia Gestalt. Cabe recordar que en esta perspectiva psicoterapéutica, las emociones no pueden existir ni expresarse sino en relación directa con el Otro, se necesita tomar contacto con el propio self para así tomar contacto con el Otro (Castanedo, 2007).

Lo que sucedía con Juan es que no había aprendido a relacionarse con el Otro de manera segura, puesto que el primer Tú con quien tuvo contacto fue su madre. Tomando en cuenta la forma de ser y existir de Juan, tanto consigo mismo como con el Otro, se puede tomar en cuenta lo que dijeron Ainsworth, Blehar, Waters y Wall (1978) respecto al momento de reconocer el tipo de apego cuando se es niño, dejando este momento como clave en el establecimiento de vínculos cuando se crece; las autoras hablan de la importancia del vínculo que la madre desarrolla con el hijo. Cuando este es ambivalente desequilibra al niño, pues no entiende cuándo su madre estará y cuándo no, lo que lleva al niño a sentir furia o pasividad.

El paciente no reconocía donde terminaba el Otro y comenzaba él mismo, esto le originaba un enojo que no sabía manifestar, que le impedía autorregularse orgánicamente, de ahí la ingesta excesiva de alcohol y la posible crisis derivada de la misma; Juan aprendió a lo largo de vida a reducir la diferencia entre él mismo y los demás. Se recupera un momento del proceso para explicar mejor lo mencionado:

J- *“Yo creo que la vida me enseñó, siempre cuando se es débil se cae, como en mi crisis, ahí caí y le hice daño a la gente que quiero, y no quiero hacerlo. Si lo puedo evitar que mejor, como a mi mamá, ella me pregunta si estoy bien, y pues yo le digo que sí, que excelente... hablamos siempre por teléfono, le digo que estoy excelente. Hace ya cuatro años que no la veo, si nos volvemos a ver o no, se lo dejo a Dios, no sé qué pueda pasar. Lo mejor que puedo hacer es estar bien, así todos estarán bien, mi mamá, Anna, mis hijos. Se me hace más importante lo que piensen ellos, quiero que me vean bien, por eso me gusta estar bien”*

T- *“¿Y dónde quedas tú?”*

J- *“¿Cómo?”*

T- *“¿Cómo es ser feliz para las demás personas, y no para ti mismo?”*

J- *“Yo me preocupo mucho por la gente que quiero, quiero que estén bien, hago lo que esté en mí, como con Anna, ¡un ejemplo!, yo a mi pareja le puedo decir que ya es hora de separarnos y todo eso, pero yo querré lo mejor para esa persona, ¡como con mi pareja pasada! yo a la madre de mis hijos, cuando nos separamos, yo le dije, OK ya lo nuestro terminó, pero no te dejaré sola, cuando encuentres a un hombre que te cuide y te quiera, ahí yo ya me iré”*.

T- *“Es como si pusieras tus condiciones”*.

J- *“No son condiciones, quiero que la otra persona sea plena”*.

Juan daba por hecho que lo que pasaba por su cabeza era la verdad, tal como las necesidades de las personas, lo que querían escuchar, lo que querían saber. Era el constructo de “sí me importas, yo te importo”, “sí me interesas, yo te intereso”, y luchaba para que este interés no se perdiera por alguna “equivocación” de su parte.

Al atribuirle necesidades erróneas a las otras personas y alimentar esas necesidades que paradójicamente ni siquiera eran reales, provocaba un lógico error al preocuparse por estas necesidades inexistentes. Juan se vivía como una persona a la que todos le demandaban amor y seguridad (cuando no era así), lo que causó mucho tiempo el fracaso en la manifestación de sus emociones, lo que llevaba a Juan a ser víctima y victimario; víctima que se vale de esto para expresar culpa, o victimario que usa la fuerza para controlar a quienes le rodean.

El concepto que Juan tiene de sí mismo es incongruente, aparentemente por los mensajes contradictorios que recibe, y que como ya se mencionó, lo lleva a respuestas contradictorias. Analógicamente, es como si las personas le fallaran, porque él busca que fallen, y siendo la psicoterapeuta el depósito de verdades y construcciones de la misma, esto también ocurriría.

Un día Juan llegó a sesión después de una semana sin asistir y sin cancelación previa (situación que se habla en la realización del encuadre por parte de la psicoterapeuta, donde se señala la cancelación previa por lo menos con un día de anticipación), la psicoterapeuta lo saluda como de costumbre y ya en el cubículo donde se realizan las sesiones comienza Juan la conversación:

J- *“Te llamé la semana pasada, como dos veces pero ni me contestaste, yo me dije no, ni me quiere contestar” (aparente broma).*

T- *“¿De verdad? Fíjate que ese día estuve llena de trabajo y mi celular quien sabe dónde lo deje”.*

J- *“Yo dije, ay ni me quiere contestar, ¡está bien, está bien!” [sesión 8].*

Se deja pasar eso, al salir de sesión, la psicoterapeuta trata de retroceder una semana y pensar en las llamadas de ese día. No recordó ninguna llamada perdida; revisó el móvil para ver las llamadas no contestadas de una semana atrás, no había llamada alguna. Juan había creado esta realidad en la que su psicoterapeuta, la persona en quien confía y quien lo escucha abiertamente, parecía defraudarlo al no contestar la llamada que jamás hizo. ¿Cómo se contesta ante un llamado no realizado? No se hace, y Juan se siente defraudado por no haber sido atendido. Él mismo construye las maneras para que las personas que lo rodean le lastimen, o no logren sus expectativas, fue la víctima. En esta misma sesión, al hablar de lo que viene y de sus planes con Anna, Juan menciona:

J- *“No estoy listo para un exceso de confianza”.*

T- *“¿Para qué estás listo?”.*

J- *“Estaré listo con el paso del tiempo, ahorita ya me doy cuenta de eso, veo atrás y veo por todo lo que he pasado. Ahora estoy trabajando en lo que tengo que hacer, pero sigo teniéndole miedo a un exceso de confianza”.*

T- *“¿Qué pasaría si confías en ti?”.*

J- *“Es que no quiero pensar que las cosas se harán por sí solas, confiar demasiado en mí y dejar de hacer las cosas. Desde que no hago eso, miro mucho progreso en mí mismo”, [sesión 8].*

Avanzando en el proceso, se trabajó con Juan, haciéndole ver los recursos que tiene, cada vez que los mencionaba, se reflejaba y se connotaba positivamente, para así, reestructurar el espacio que estos tienen dentro de su imaginario, reestructurando la realidad y dejando las incongruencias a un lado. En la sexta sesión fue cuando se encontró el comienzo del reconocimiento de sí mismo, para así después llegar al reconocimiento del otro:

J- *“Ponerme atención, el monitorearme es bien importante, e igual todos lo están haciendo: mi mujer, y mi mamá, en el trabajo, todos lo hacen y pues eso me hace mucho bien, saber que se preocupan y pues como me andan monitoreando, que me llaman o cosas así”.*

T- *“Y tú, ¿te monitoreas?”.*

J- *“¡Sí lo hago!”.*

T- *“¿Cómo lo haces?”.*

J- *“No tomo, me preocupo y ocupo, que es más importante ¿no? Al principio me costaba mucho trabajo, pero ya estoy enfocado en que no quiero seguir con eso, todo lo que tengo ahora no lo voy a derrumbar por volver a tomar”.*

T- *“¿A qué te refieres con todo lo que tengo?”.*

J- *“Si pues mi trabajo, mi familia conmigo al pendiente unos de otros, todo eso, la estabilidad que hoy tengo y hace mucho no tenía”.*

T- *“Hablando de todo esto hoy, y en sesiones anteriores, parece como si fueras muy consciente de todas las personas que te rodean y lo que éstas te brindan”.*

J- *“Si lo estoy”.*

T- “¿Crees merecerte lo que la vida te ofrece o ha ofrecido?”

J- “*Sí, claro que sí, cuando recién llegué a México, los primeros dos años yo creo, no lo entendía, me sentía bien mal, estaba todo solo y no le encontraba sentido al estar aquí. Ahora ya sé que todo es por algo, y la verdad a pesar de todo estoy tranquilo ya aquí*”, [sesión 6].

Pasaron sesiones y Juan repetía esto, manifestaba una aparente comprensión de la manera incongruente en la que se relacionaba con los demás y consigo mismo, hasta una de las últimas sesiones, donde llega con una disyuntiva con la que creía no saber cómo actuar:

J- “*Anna y yo, creo que terminamos. Es muy difícil, le dije que ya era muy cansado estar en nuestra situación de vernos cada mes. Ella se puso bien triste y no sé qué hacer*”.

T- ¿Qué te gustaría hacer?

J- “*Es que hay otra situación, he estado mirando a una vecina, es una mujer muy hermosa, pero no es Anna. No me quiero alejar de Anna, pero tampoco de esta mujer. No sé si es porque llegó a mi vida en un momento en el que me he sentido solo, pero ahora que lo digo, mi prioridad es Anna, siempre*”.

T- “¿Entonces? ¿En qué dudas?”.

J- “*En sí es la mejor decisión, aunque lo digo y amo a Anna, pero no sé*”.

T- “Creo que después de todo lo que has pasado, te mereces este voto de confianza. Deja a un lado tus pensamientos, siente, escucha más allá de lo que piensas. Se vale escucharte, se vale que ames”.

J- “*Ya me cansé de no hacerlo, ¿no lo hacía verdad?*”.

T- “No lo haces Juan”.

J- “*Ya me cansé, ya no quiero*”, [sesión 9].

Para la siguiente sesión Juan cuenta de cómo habló seriamente con estas dos mujeres, y de cómo decidió escuchar sus sentimientos hacia Anna. Con este último suceso se logró un insight muy valioso, “...*fue como que todo el tiempo que vine, me sirviera en un momento. Así será ya, tengo muchas ganas de vivir, de disfrutar lo que tengo y trabajar por lo que no tengo y deseo*”. De esta manera, Juan, a través del proceso psicoterapéutico, logró liberarse de las sombras que cargaba y no le ayudaban. Fue la culminación de lo que según Naranjo (2004) son las peticiones constantes de que el paciente percatara la experiencia subyacente a su conducta evitativa del presente para así expresarla.

Como se le dijo en la última sesión, el conocimiento y reconocimiento es constante, el automonitoreo de manera positiva es esencial, lo cual se logra conociendo quien es Juan (en este caso), no se puede decir que el paciente realmente logró darse cuenta totalmente de quién es, pero ahora sabe que es posible darse cuenta, así como lo valioso que es el escucharse primero que a los demás, al igual que lo innecesario de creer en suposiciones de lo que otros quieren, y sobretodo, muy importante es saber responsabilizarse de las emociones que se tienen y las acciones que se toman.

Análisis

Realmente fue un logro el reinstalar una base de seguridad, para llegar al reconocimiento de sí mismo, con lo que el establecimiento de límites se convierte en una cosa sencilla. Este simple hecho, lleva a reconocer los límites de otro y por ende darse cuenta que hay un Otro, con una estructura definitivamente diferente a la propia, rompiendo poco a poco con los introyectos derivados y la confluencia e incongruencia que se originaba de los mismos, respetando al Otro en el respeto a uno mismo.

Mediante todo el proceso psicoterapéutico, el objetivo fue que Juan logrará dejar dichas incongruencias a un lado, dejando de intelectualizar las situaciones de sobremanera, y dejándose llevar por el momento, escuchando lo que su cuerpo le decía, recordando a Kurt Goldstein y su teoría organísmica (Quitman, 1989) manteniendo una tendencia al funcionamiento del ser, llevándolo así al desarrollo del organismo atendiendo a la totalidad del mismo. Esto mereció mucho trabajo por las partes involucradas, pero al final se vio el reflejo de todo, en las últimas sesiones no había necesidad de que la psicoterapeuta hablará, en los silencios Juan se cuestionaba a sí mismo los preceptos anteriores, o recordaba sesiones pasadas, cambiando ahora la perspectiva de las situaciones, logrando muchas veces, la sustitución de la cosificación por la responsabilidad del Yo.

La relación entre ser migrante y tener varios ámbitos para pertenecer, parecen ser clave en la construcción de realidad de la persona, donde sí existen consecuencias en la manera de relacionarse del migrante ya adulto. Pensar en la ambivalencia en el manejo de vínculos, no es inaudito. La posición del psicoterapeuta debe ser de suma comprensión, entender y acompañar en cómo la dificultad de contactar consigo mismo es porque no se tiene claro quién se es. Desconociendo esto, es imposible conocer al Otro, se ignora dónde comienza el Tú y donde el Yo, ya que el migrante desconoce quién es, por la misma cultura que le dice no pertenecer cuando él consideraba que sí, o viceversa, al momento de la deportación en que es estigmatizado como un potencial delincuente, situación que lo lleva a la absoluta confluencia al momento de relacionarse.

Juan vivía interrumpiendo el contacto por medio de la confluencia, lo que lo ayudaba a evadir o ignorar lo que nacía en él -pensamientos, actitudes, emociones, manifestaciones de afecto...-, lo mismo que lo llevaba a observar figuras que le funcionaban muy poco en la búsqueda de su bienestar. Esto ocurría porque la base de seguridad del paciente, realmente era muy pobre, considerando la relación de adhesión y rechazo simultáneo ante su madre, la cual es la principal figura de apego, y aunado a esto, se encontraba la ambivalencia de constructos de realidad que le comunicaron de pequeño, cuestión que lo llevaba a sentirse protegido en su hogar y a la vez desprotegido, ya que lo que vivía ahí dentro, discrepaba con la cultura estadounidense. Y, aun así, paradójicamente, esto ocurría mientras se le enseñaba a pertenecer a la cultura mexicana, que en el momento podría estar geográficamente lejana, pero en casa eso no importaba.

El migrante deportado llega con un imaginario construido por esquemas aprendidos de todo lugar o persona que le haya impuesto alguno, logrando con esta misma imposición, el desconocimiento de la discriminación en dichos esquemas, llegando a un punto donde el sentimiento de vacío es por la saturación de deberismos, evitando el contacto real. En los vínculos que desarrollaba y manifestaba, solo incrementaba el nivel de incongruencia, pues el nivel de constructos incongruentes aprendidos también aumentaba. Con Juan así llegaba la información, siendo desde su hogar, hasta su contexto social y cultural.

El proceso de Juan fue muy significativo en la construcción de una realidad más sólida en el sentido de querer terminar con todo lo que lo atara a la vida estadounidense al terminar con Anna, e intentar iniciar una nueva relación con alguien que tuviera cerca, que le diera el sentido de pertenencia y apego a la cultura mexicana. En este mismo sentido, había un mensaje muy claro hacia la madre, en cuanto a “*no te puedo ver, solo te puedo escuchar, pero ahora tengo que reconstruir mi vida sin ti; no te dejo de amar, no te enojas, no te mueras, pero así tiene que ser, lo siento*”. Lo cual, es una declaración manifiesta no expresada verbalmente, que confirma, que una identidad de alcohólico que ya no ayudaba a llenar el vacío que había en él mismo. Por lo tanto, se destaca la manera en que Juan construyó bases consolidadas para recuperar su culturalización en México.

En personas migrantes, el llegar a una realidad concreta y absoluta es improbable por la forma de ver las cosas, y de construir lo que sucede. Por lo tanto, en una persona deportada, la reestructuración de la forma de ver la realidad no debería sorprender, puesto que deben afrontar muchas circunstancias adversas, agregado a todo el bagaje cultural por incorporar para tener sentido de aceptación y pertenencia.

Juan tenía ya cuatro años en la ciudad, y aun no comprendía el por qué o para qué de muchas situaciones, ya que su visión de las mismas discrepaba con la mayoría de sus experiencias e introyectos. Si las paradojas en una vida “común y corriente” suceden, en una persona que ha viajado forzadamente, alejándose de lo conocido y repelando lo nuevo, se pregunta ¿cómo será? Ahora se tiene una referencia, la referencia del paciente a quien se nombró Juan.

Referencias

- Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., y Wall, S. (1978). *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Albicker, S. y Velasco, L. (2016). Deportación y estigma en la frontera México-Estados Unidos: atrapados en Tijuana. *Norteamérica*, 11(1). Doi: <https://doi.org/10.20999/nam.2016.a004>
- Allerand, M. (1992). *Piedra libre. Apuntes sobre terapia gestáltica*. Buenos Aires, Argentina: Omeba.
- Berry, J. W., Phone, J.S., Sam, D.L. y Vader, P. (2006). Immigrant youth: Acculturation, identity and

- adaptation. *Applied Psychology: An International Review*, 55, 303-332. <https://doi.org/10.1111/j.1464-0597.2006.00256.x>
- Bowlby, J. (1969). *El apego y la pérdida*. Nueva York, Estados Unidos: Basic Books.
- Castanedo, C. (2007). *Terapia Gestalt. Enfoque centrado en el aquí y el ahora*. Barcelona, España: Herder Editorial.
- El Colegio de la Frontera Norte (2013). *Encuesta de migración en la frontera Norte de México Emif Norte. Informe Anual de resultados, 2013*. México D.F., México: El COLEF, SEGOB-Unidad de Política Migratoria, SEGOB-Consejo Nacional de Población, Secretaría de Gobernación, Secretaría de Relaciones Exteriores, Secretaría del Trabajo y Previsión Social. Recuperado de <https://www.colef.mx/emif/resultados/informes/2013/Norte/EMIF-NORTE.pdf>
- Naranjo, C. (2004). *La vieja y novísima Gestalt. Actitud y práctica de un experiencialismo atóxico*. Santiago de Chile, Chile: Cuatro Vientos Editorial.
- Ovejero, A. (2000). La adicción como búsqueda de identidad: una base teórica psicosocial para una intervención eficaz. *Intervención psicosocial: Revista sobre igualdad y calidad de vida*, 9, 199-216.
- Passalacqua, A., Castro, F., Menestrina, N., Alvarado, M., Piccone, A., Boustoure, A. y Gherardi, C. (2013). La migración y sus consecuencias en diferentes franjas etarias. *Anuario de Investigaciones*, 20(1), 387-393.
- Perls, F.S. (1975). *Yo, hambre y agresión. Los comienzos de la terapia gestaltista*. México D.F., México: Fondo de Cultura Económica.
- Quitman, H. (1989). *Psicología Humanística*. Barcelona, España: Herder Editorial.
- Sládková, J., y Bond, M. (2011). Migration as a Context-Dependent Dynamic in a World of Global Inequalities. *Psychosocial Intervention*, 20, 327-332. <http://dx.doi.org/10.5093/in2011v20n3a9>
- Spagnuolo, M. (2002). *Psicoterapia de la Gestalt*. Barcelona, España: Gedisa.
- Velasco, L. y Albicker, S. (2013). Estigmatización y caracterización de la población residente en “El Bordo” del canal del Río Tijuana. Reporte ejecutivo de resultados de investigación. México D.F., México: El Colegio de la Frontera Norte. Recuperado de <http://centrosconacyt.mx/wp-content/uploads/2015/01/Reporte-ejecutivo-El-Bordo-FINAL.pdf>

Artículo recibido: 16/08/2016

Revisión recibida: 18/10/2016

Artículo aceptado: 20/10/2016