

Facilitar la “esperanza razonable” en los refugiados y solicitantes de asilo

Greg Turner

La pérdida de la esperanza a lo largo del tiempo ha causado desesperación y una crisis de salud mental en los refugiados y los solicitantes de asilo en la isla Manus y Nauru. El uso del principio de “esperanza razonable”, sin embargo, puede apoyar su salud mental y bienestar.

Las razones por las que las personas buscan asilo son diversas, pero el factor común es la imperiosa necesidad de huir y la esperanza de una vida mejor. Para muchos solicitantes de asilo, Australia parecía ofrecer todo lo que ellos deseaban. Pero en agosto de 2012, ante el nerviosismo que generó la percepción pública de estar “agobiado” por los solicitantes de asilo, el Gobierno australiano aprobó leyes que decretaron que todas las llegadas marítimas irregulares (solicitantes de asilo que llegaban en barco) serían enviadas a la isla Manus en Papúa Nueva Guinea o a Nauru para el procesamiento de sus solicitudes de asilo. Además, en septiembre de ese año, el Gobierno anunció que los refugiados que habían llegado en barco después del 13 de agosto de 2012 ya no tendrían derecho a patrocinio a sus familiares para que se reasentaran, y en octubre de 2016, el Gobierno anunció que a las personas que habían sido enviadas a la isla Manus o a Nauru desde julio de 2013 nunca se les permitiría instalarse en Australia bajo ninguna circunstancia.

Por lo tanto, el hecho de que una persona permaneciera detenida en Australia o fuera enviada a Nauru o Manus se convirtió en una cuestión relacionada con la fecha de llegada o con el medio de transporte utilizado, u ocasionalmente otras razones, a veces inexplicables. La incapacidad de comprender el proceso o de anticiparse a los acontecimientos, su impotencia y la injusticia evidente del proceso no solo son factores de riesgo para la salud mental, sino que se trata de una receta para el deterioro cognitivo y la degradación de la salud mental¹.

En el limbo en Nauru

Nauru es una pequeña isla en el océano Pacífico; es tan pequeña que se puede recorrer en media hora en vehículo. En la última década, sus mayores fuentes de ingresos han sido los centros de detención de inmigrantes construidos y mantenidos por el Gobierno australiano. Los solicitantes de asilo enviados

a Nauru son detenidos mientras se procesan sus solicitudes; a la mayoría de ellos se los reconoce como refugiados y luego son “asentados” en varios campamentos ubicados alrededor de la isla. Fuera del centro de detención, la vida puede ser incluso más difícil que en su interior, ya que existen denuncias de asaltos, violaciones, acoso de niños, educación precaria, atención médica deficiente y una gran variedad de causantes de estrés psicosociales y factores de riesgo para la salud mental. Esto no es lo que esperaban.

La corriente de esperanza y de desesperación debilita de forma paulatina la salud mental, y mientras los meses se convierten en años, y los años pasan, la esperanza de llegar a Australia o a algún otro país se convierte en una fijación. Durante un período de dos años hasta diciembre de 2016, trabajé como psicólogo consultor y brindé apoyo y capacitación a los trabajadores del asentamiento de refugiados en Nauru, que incluía a los propios refugiados². Durante este tiempo, me di cuenta de los factores de riesgo para la salud mental asociados con esta fijación abrumadora en lo que yo llamo la “Gran esperanza” (es decir, dejar Nauru) y cómo la idea de “esperanza razonable” que articuló Kaethe Weingarten podría ayudar a mantener procesos mentales saludables y preservar la salud mental³.

Los trabajadores de apoyo y los profesionales de la salud mental a menudo luchan para encontrar estrategias viables para poder mantener la salud mental de los refugiados en Nauru. Algunos de los profesionales se preocupan por el hecho de estar alentando una esperanza frente a algo que a menudo puede parecer completamente desesperanzador, y temen estar apoyando falsas esperanzas. Otros fomentan la “Gran esperanza”, quizás con la ilusión de que la imagen de refugiados desesperados ayudará a “demostrar” que el asentamiento en Nauru no está funcionando y que, por lo tanto, deben ser reasentados en Australia o en otro país. A pesar

junio 2017

www.fmreview.org/es/alojamiento

de las buenas intenciones que esto pueda tener, el resultado es una preocupación constante sobre el futuro y sobre lo que puede ser una esperanza inalcanzable de reasentamiento. Este tipo de obsesión ha causado graves problemas de salud mental y de conducta suicida que en algunos casos ha terminado en lesiones graves y la muerte. Este es particularmente el caso después de ciertas oportunidades percibidas, como elecciones o visitas de ACNUR, la Agencia de la ONU para los Refugiados-Desde una perspectiva neurológica, el resultado del enfoque constante en una esperanza lejana es el refuerzo de las vías neuronales asociadas con esa esperanza y la descomposición de las vías neuronales que no están asociadas con ella. En esta situación, a las personas se les hace difícil mantener actividades significativas y procesos mentales saludables para la vida diaria.

De la desesperación a la esperanza “razonable”

Una de las tareas principales del trabajador del asentamiento de refugiados es, o debería ser, ayudar a su cliente a mantener procesos mentales saludables a pesar de la incertidumbre, la decepción y la aparente desesperanza. Aunque los recursos sean escasos, los trabajadores pueden utilizar intervenciones y prácticas basadas en la evidencia, aplicadas con profesionalidad, persistencia e imaginación. Un propósito primordial de esto es estimular vías en el cerebro, no para estimular la negación o la extinción de la “Gran esperanza”, sino para fomentar el desarrollo y el refuerzo de otras vías neuronales, es decir, otros procesos de pensamiento, a través de la identificación de otras esperanzas que tienen posibilidades relativamente altas de suceder.

“El objetivo de la esperanza razonable es el proceso de comprender lo que existe ahora para creer que esto nos prepara para enfrentarnos con lo que nos espera. Con la esperanza razonable, el presente está lleno de trabajo, no de espera; [...] proporciona una manera de pensar en la esperanza tanto para el terapeuta como para el cliente que hace que sea más accesible incluso en las circunstancias más sombrías...”

Kaethe Weingarten

Según Weingarten, existen cinco características principales de la esperanza razonable:

- En primer lugar, es “relacional” porque florece en las relaciones y no es un atributo meramente individual. Descubrí que esto hizo



Programa de Medición de la Radiación Atmosférica del Departamento de Energía de los Estados Unidos

Nauru

eco en los refugiados de Nauru, ya que viven en contacto cercano con otros que padecen la misma situación y reciben el apoyo de trabajadores empáticos.

- En segundo lugar, consiste en una práctica que es un proceso diario en lugar de tratarse de un punto final; se trata de hacer en lugar de desear. Esto es muy importante para los refugiados con la “Gran esperanza”, que generalmente se relaciona con un punto final, como salir de Nauru o conseguir una visa. Esta característica de la esperanza razonable cambia el refuerzo de las vías neuronales asociadas con la “Gran esperanza” para reforzar aquellas asociadas con la vida diaria.
- En tercer lugar, sostiene que el futuro es incierto pero abierto. Aunque la incertidumbre sea un factor de riesgo importante para la salud mental de los solicitantes de asilo y de los refugiados, estas características sostienen que aún existen posibilidades. Nadie puede predecir lo que pasará en el futuro. Utilicé esto muchas veces con los refugiados en Nauru para desafiar su desesperación y su pesimismo.
- En cuarto lugar, busca metas y vías hacia objetivos identificados. Al identificar objetivos realistas, y vías para lograr estos objetivos, los refugiados pueden obtener (por lo general a través de un proceso de prueba y error) un sentido de control y de previsibilidad sobre la vida cotidiana. A medida que se activan cada vez más vías y redes neuronales, la cognición mejora, al igual que la salud mental y el bienestar general.
- En quinto lugar, se adapta a la duda, las contradicciones y la desesperación, algo muy apropiado en el entorno en el que se encuentran los refugiados.

La capacitación para facilitar la esperanza razonable les ofrece a aquellos que apoyan a los

www.fmreview.org/es/alojamiento

junio 2017

refugiados y solicitantes de asilo mecanismos prácticos para ayudar a sus clientes a centrarse en el presente y a reforzar los procesos cognitivos positivos. Mi intención no es privar a los refugiados y a los solicitantes de asilo de la esperanza de salir de la isla Manus o de Nauru. La “Gran esperanza” siempre estará en sus mentes. Sin embargo, en lugar de dejar que esa esperanza única y lejana domine sus vidas, el concepto de esperanza razonable puede proporcionar otros puntos de enfoque en el presente y el futuro inmediato, lo que ayuda a las personas a identificar esperanzas alcanzables, por más humildes que sean, que les dan satisfacción y motivación. Cuando los refugiados y los solicitantes de asilo lleguen finalmente a un lugar seguro, sus procesos

mentales estarán intactos y estarán en una posición más fuerte para afrontar los desafíos del asentamiento y llevar vidas productivas.

Greg Turner

greg.turner@globalcommunityconsulting.com

Propietario y psicólogo consultor, Global Community Consulting www.globalcommunityconsulting.com

1. Los archivos de Nauru, *The Guardian* www.theguardian.com/news/series/nauru-files
2. La organización del asentamiento empleaba a los refugiados en funciones administrativas y de apoyo operativo, lo que les ofrecía beneficios en términos de participación, pero generaba conflictos de intereses y desafíos en las relaciones.
3. Weingarten K (2010) “Reasonable hope: Construct, clinical applications and supports” [Esperanza razonable: la construcción, las aplicaciones clínicas y los apoyos], *Family Process*, 49 (1): 5-25 <http://www.kean.edu/~psych/doc/reasonable%20hope.pdf>