



Liberando la carga en lienzo: historias de arte y migración

Dafne A. González-Zatarain¹; Bertha M. Viñas-Velázquez²; Deysy M. Tovar-Hernández³

Recibido: 11 de marzo de 2020 / Aceptado: 2 de septiembre de 2020

Resumen. El tejido de la ciudad de Tijuana está urdido por múltiples historias migratorias, siendo un lugar de aterrizaje y de paso, un vestíbulo para el que emigra mientras encuentra su lugar en el mundo, o bien, para residir. Estas historias, en su mayoría invisibilizadas, comprenden otras formas de transitar la vida y nos muestran las dificultades para subsistir que se presentan camino a su destino. Así, el propósito del presente estudio es dar espacio (lienzo) para plasmar emociones, experiencias, sueños e historias de migración, manifestarlo en obra artística y compartirlo mediante un programa de arteterapia llevado a cabo en dos albergues de esta ciudad. Durante la intervención, observamos que, efectivamente, el arte y sus manifestaciones son un medio para fomentar resiliencia, la expresión de emociones y pesares; al mismo tiempo que posibilita la toma de decisiones. Los participantes manifestaron alivio ante la ansiedad y desahogo de emociones tales como el dolor, tristeza y enojo, a la vez que despertaron alegría y gozo; refirieron también, haber recobrado motivación y coraje para continuar su trayecto. Entre los frutos de la intervención destacan la creación de redes de apoyo, recuperar claridad y aliento, y la posibilidad de expresar sus travesías.

Palabras clave: Migración; arteterapia; crisis; intervención; resiliencia.

[en] Releasing the load on canvas: stories of art and migration

Abstract. The fabric of the city of Tijuana is woven by multiple migratory histories, being a place of landing and passage, a lobby for those who emigrate while finding their place in the world, or to reside. These stories, most of which are invisible, include other ways of going through life and show us the difficulties of surviving on the way to their destination. Thus, the purpose of this study is to give space and canvas to capture emotions, experiences, dreams and stories of migration, manifest it in artistic work and share it through an art therapy program carried out in two shelters in this city. During the intervention, we observed that art and its manifestations, is indeed a means of access to foster resilience, the expression of emotions and grief, while enabling decision making. The participants expressed relief from anxiety and release of emotions such as pain, sadness, and anger, while awakening joy and happiness; they also reported having regained motivation and courage to continue their journey. Among the fruits of the intervention were the creation of support networks, regaining clarity and encouragement, and the possibility of expressing their journey.

Keywords: Migration; art therapy; crisis; intervention; resilience.

¹ Universidad Autónoma de Baja California (México)
E-mail: aniella.gonzalez@uabc.edu.mx
<https://orcid.org/0000-0003-2341-0881>

² Universidad Autónoma de Baja California (México)
E-mail: margarita.vinas@uabc.edu.mx
<https://orcid.org/0000-0001-8364-0385>

³ Universidad Autónoma de Baja California (México)
E-mail: margarita.tovar@uabc.edu.mx
<https://orcid.org/0000-0003-0059-5836>

Sumario: 1. En situación de nómadas. 2. El arte para las almas deambulantes. 2.1. ¿Por qué Arteterapia? 3. Acercamiento y vivencias en los albergues. 4. ¿Qué ocurrió durante los encuentros? Semillas, frutos y germinados de la vivencia. 4.1. ¿Quiénes son y cómo se encuentran estas personas? Condiciones migratorias. 4.2. Crisis de productividad vs estancamiento. 4.3. Crisis ante la pérdida y ante el rechazo. 4.4. Rasgos de salud mental que presentaban y riesgos asociados. 4.5. El impacto de estas intervenciones. 5. Principales temas expresados en la obra (análisis). 6. Lienzos inacabados: asuntos pendientes para el trabajo de la desigualdad (Conclusiones). Referencias.

Cómo citar: González-Zatarain, D.A.; Viñas-Velázquez, B.M.; Tovar-Hernández, D.M. (2021) Liberando la carga en lienzo: historias de arte y migración. *Arte, Individuo y Sociedad* 33(1), 283-303.

1. En situación de nómadas

El propósito del presente estudio es propiciar un espacio, tiempo y lienzo, este último traducido como los distintos medios para plasmar aquello que se ha convertido en una carga, como emociones disruptivas y experiencias traumáticas durante el transcurrir migrante donde quedan disueltos los sueños y las historias estancadas, facilitando liberar este peso con el fin último de conducir a los participantes a la esfera resiliente mediante dos ingredientes esenciales, el poder manifestarlo en obra artística y compartirlo grupalmente en un ambiente facilitador a través de un programa de arteterapia llevado a cabo en dos albergues de la ciudad de Tijuana. Para ello, exploramos el contexto migratorio y se consideran las condiciones de salud mental en las que llegan a los albergues, para guiar la partida y los posibles alcances del empleo de la arteterapia.

La migración es una crisis humanitaria que, según la Oficina del Alto Comisionado de las Naciones Unidas (ACNUDH, 2013), es también una respuesta ante las crecientes desigualdades a nivel mundial. Aunque gran parte de los migrantes buscan ampliar sus oportunidades al cruzar fronteras y por elección propia, otros se desplazan de forma obligada debido a diversas problemáticas sociales y lo que subyace a este fenómeno es la desigualdad; ejemplo son la pobreza, el desempleo, la violencia, violación de los derechos humanos, conflictos armados, deterioro del medio ambiente, entre otros (ACNUDH, 2013).

Ante estos movimientos, la postura prevalente es xenofóbica, o sea, un odio, repugnancia u hostilidad hacia los extranjeros (Real Academia Española [RAE], 2014 s. p.). Actualmente, muchos de los países destino no acogen a los migrantes, por el contrario, han aumentado los dispositivos de control y sanción, así como el recorte a sus derechos humanos según su condición migratoria (Ceriani, 2016) a pesar de existir en la Declaración Universal de los Derechos Humanos (Naciones Unidas, 1948, art. 13) el derecho a salir y regresar de cualquier país, la discrepancia entre realidades y discursos prima en la resistencia de los gobiernos receptores y los oriundos, proveedores de una atmósfera discriminatoria.

México, país de paso, receptor y asilo en el retorno de migrantes, colinda al norte con Estados Unidos de América (EE. UU.) y su frontera de 3,141 kilómetros, es la más dinámica del mundo en cuanto a comercio y flujo de personas (Secretaría de Relaciones Exteriores, 2016). A pesar de este activo tránsito, solo aquellos que cuentan con el privilegio de adquirir documentos propios para el cruce, serán los que se abstengan de padecer las secuelas de la desigualdad. La Secretaría de Gobernación a través del Consejo Nacional para la Prevención de la Discriminación se menciona:

Todas las personas migrantes comparten problemas derivados de la discriminación estructural: la violación de sus derechos humanos por parte de funcionarias y funcionarios de todos los niveles de gobierno; la violencia de grupos criminales (robos, secuestros, violaciones, trata de personas); las detenciones arbitrarias; la falta de acceso a servicios básicos como atención médica y acceso a la justicia, así como los pagos inferiores a los que reciben personas no migrantes por hacer el mismo trabajo, entre otros (CONAPRED, s/f, p.1).

Tijuana adquiere protagonismo en este fenómeno migratorio al ser una ciudad limítrofe, cuna y vestíbulo de “sueños americanos”. La ciudad acoge no solo a transeúntes que vienen de sur a norte, también recibe personas repatriadas de EE. UU. Tan solo en 2019, la Unidad de Política Migratoria reporta 41,724 mexicanos repatriados solo por Tijuana (Chaparral). Un porcentaje de estos continuarán su camino o regresarán a sus hogares, otro grupo significativo estanca su curso intentando recuperarse en albergues y otros pocos espacios que brinden apoyo.

Ante este panorama, nos preguntamos ¿qué tipo de intervención social pudiera propiciar los medios para la resiliencia, fortalecimiento y desplazar este sentir invisible hacia historias y un porvenir esperanzador para personas inmigrantes? Así, se planteó que una de estas intervenciones podría ser programas a través del arte.

2. El arte para las almas deambulantes

Los múltiples fines del arte han sido reconocidos desde tiempos inmemoriales. Entre los griegos, Aristóteles ya hablaba de la importancia del proceso creativo más que el producto final. Demócrito destacó el placer y el júbilo que se puede obtener de la contemplación de la obra artística. Sócrates (Filebo 51), al preguntársele sobre los placeres, contesta: “Los que se relacionan con los colores llamados bellos, con las formas y la mayoría de los olores y de los sonidos, y cuantas cosas, cuya falta no es sensible ni penosa, proporcionan plenitudes sensibles y agradables, libres de dolores” (Citado en García, 2011, p. 47).

Fue en la Segunda Guerra Mundial con los trabajos de Adrian Hill en Inglaterra, un artista convaleciente que canaliza su angustia y nostalgia pintando, que se comienza a reconocer al arte como un medio terapéutico. Adrian trabajó en el hospital y fue reconocido como el primer arteterapeuta (López, 2004). Menciona Marxen (2011) que la arteterapia se ha desarrollado principalmente por dos ramas teóricas: la psicoterapia psicoanalítica y la educación artística. Aportes a la disciplina vienen de la Escuela Británica del psicoanálisis, con conceptos de Melanie Klein y Donald Winnicott (Marxen, 2011). En EE. UU., como una de las pioneras de la arteterapia se le reconoce a Margaret Naumburg (1997). Con base a estos antecedentes, nos decantamos por un marco psicoanalítico para la intervención y análisis.

Los mecanismos psicodinámicos que aquí atañen son la proyección, la condensación y la sublimación. La proyección se define como: “Operación por medio de la cual el sujeto expulsa de sí y localiza en el otro (persona o cosa) cualidades, sentimientos, deseos, incluso «objetos», que no reconoce o que rechaza en sí mismo” (Laplanche y Pontalis, 2004, p. 306). En el proceso artístico, el individuo proyecta sobre la obra extractos de sí mismo que aún no reconoce, y lo que plasma no le es nocivo pues, tanto los colores, la abstracción, las formas y las imágenes que acompañan la proyección, configuran un escenario que les resguarda. La condensación es: “Uno de los modos

esenciales de funcionamiento de los procesos inconscientes: una representación única representa por sí sola varias cadenas asociativas, en la intersección de las cuales se encuentra” (Laplanche y Pontalis, 2004, p. 76). De este modo, en la obra se condensan las ideas, deseos, conflictos y demás material inconsciente, de manera que al compartirse pueda abordarse lo plasmado en asociación con otras ideas y afectos y así significarse el contenido.

Respecto a la sublimación, Freud (1932) había reconocido este mecanismo donde las pulsiones eran desexualizadas redirigiéndose a un fin socialmente aceptado como la creación artística, la cultura y la religión. Kramer, artista y profesora de arte, destacó que la actividad artística ya tiene en sí utilidad y efectos terapéuticos. El concepto que define su teoría es la sublimación. Kramer retoma los aspectos de la teoría kleiniana, hablando de la reparación de objetos como sublimación donde, según Klein, reparando al objeto escindido (alguna vez destruido por conductas arcaicas) se consigue una forma nueva y se trasciende el conflicto. Aquí se iguala la obra creada con el objeto reparado, ésta actúa simbólicamente como una reparación y resignificación del conflicto (Segal, 1984), y como una oportunidad de ordenar lo que previamente ha sido disgregador para el Yo.

Como se verá en el análisis, los participantes plasmaron continuamente en sus obras el sentimiento de añoranza, o de pérdida. Por lo tanto, el duelo y su proceso, es conveniente precisarlo. Freud (1917) lo definió como “la reacción a la pérdida de un ser amado o de una abstracción equivalente: la patria, la libertad, el ideal, etc.” (p. 2091), vista como un proceso natural cuyas características son: un estado de ánimo doliente, desinterés por el mundo exterior, incapacidad para elegir un nuevo objeto amoroso, y, alejamiento de actividades no relacionadas con la memoria del ser querido.

La teoría de Bowlby define el duelo “como el proceso psicológico que se pone en marcha debido a la pérdida de una persona amada” (1993, p.31). Propone cuatro fases: de embotamiento; de anhelo y búsqueda de la figura perdida; de desorganización y desesperación; y, fase de un grado mayor o menor de reorganización.

Es indudable que el duelo, siempre va a implicar una adaptación a la nueva situación ante la pérdida. En el caso de las personas migrantes se trata de duelo parcial al tenerse la posibilidad de reunirse con el objeto perdido, y múltiple, al diferenciarse siete duelos: La familia y amigos; el lenguaje; la cultura; la tierra; el estatus social; contacto con el grupo de pertenencia; y, los riesgos para la integridad física (Achoategui, 2009). Dependiendo de las condiciones migratoria, puede tratarse de un duelo simple, al ser voluntaria y contar con los elementos psicológicos adecuados y el lugar de acogida lo recibe sin problemas; duelo complicado si alguno de los elementos anteriores no se cumple, causando más pérdidas que ganancias por la migración; o puede ser duelo extremo tan complejo, no elaborable al superar los recursos adaptativos del individuo e implica un estrés crónico, al cual Achoategui (2004) ha denominado Síndrome de Ulises haciendo alusión al personaje de La Odisea. Este último, sobresalió entre los inmigrantes que participaron en el estudio.

2.1. ¿Por qué Arteterapia?

Jean Pierre Klein (2006) menciona a la arteterapia como un “(...) acompañamiento de la persona en dificultad” (p.13). El trabajo de la arteterapia se ve reflejado en la reducción del malestar (Calderón-Garrido, Martín-Piñol, Gustems-Carnicer y

Portela-Fontán, 2018). Asimismo, desarrolla herramientas como la creatividad, para resolver problemas internos y externos, favorece la autoestima y una mejor comunicación, desencadenando un mayor desarrollo personal (Morales, 2018).

Esta disciplina suscita también la resiliencia, definida como la capacidad de desenvolverse adecuadamente de acuerdo con las etapas de desarrollo y lograr salir adelante a pesar de la adversidad (Kotliarenco, Cáceres y Fontecilla, 1997). Es por esto que el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (Castañer y Díaz, 2017) promueve la arteterapia para impulsar la resiliencia entre niños y adolescentes que han experimentado situaciones de abuso y violencia social, como el tráfico de personas, la prostitución, así como la migración.

Acá se propone tanto el proceso artístico como arteterapia como herramientas fundamentales para propiciar resiliencia en estos participantes que se encuentran en esta especie de limbo entre patrias sin conocer un destino cierto, debilitados por el camino y señalados y deshumanizados por el estigma. Creemos importante visibilizar su trayectoria emocional, por lo tanto, en este abordaje se presta atención a los contenidos emergentes durante el proceso artístico para dar espacio a la expresión de su sentir; se facilita un diálogo que conecta y empatiza con el colectivo y se presta lienzo, metafóricamente hablando, para plasmar y contar historias que permanecían en silencio.

3. Acercamiento y vivencias en los albergues

La presente intervención se realizó en Casa del Migrante y Ejército de Salvación y tiene, como objetivos, que los inmigrantes participantes reconstruyan sus experiencias a través del arte, resignificar lo que conlleva la experiencia migratoria para canalizar los efectos negativos e integrar las lecciones del camino. En este escrito se relata la práctica y el registro de cómo ellos viven el proceso de intervenciones arteterapéuticas desde una observación participante, así como las historias que se narran y que son leídas a través de un enfoque cualitativo y descriptivo.

Los lugares donde se desarrolla son espacios donde deambulan sin determinación exacta de tiempo y en condiciones heterogéneas. Se consideró el momento propicio para la intervención pues en estos albergues sus necesidades básicas se encuentran parcialmente satisfechas dando paso a tratar otros aspectos como su fortalecimiento y capacidad resiliente, mediante la creación artística donde la belleza de la obra queda en un segundo plano, pues el primero lo ocupan tanto el proceso en si mismo como los contenidos y expresión de la obra.

El área de oportunidad en esta situación es evidenciar los alcances e impacto de la arteterapia como auxiliar en la crisis que atraviesan estos caminantes, brindar escucha y compañía en su duelo, pues han perdido en el camino vínculos familiares, formas de vida que les permitía jugar su papel tradicional masculino de manutención familiar, autoridad, y hombría, además de fortalecerles para su reinserción a la sociedad con los medios que la expresión artística ofrece. Es importante resignificar la experiencia traumática del migrante en condiciones desiguales y permitirle instaurar o restaurar su condición resiliente.

La cualidad del análisis ayuda a generar un mapa de cómo abordar brevemente los principales temas de interés en estos grupos. Para ello, se anotaron los comentarios de los participantes durante el programa, se registró por medio de fotografía y diario

de campo de talleristas y se recopiló parte de la obra. Reunida toda la información, se procedió a la reducción y clasificación de datos para el análisis.

Las consideraciones éticas. Se solicitó el acceso a los líderes de los albergues en una carta de consentimiento informado, donde autorizan la publicación de los resultados y la mención del nombre de los albergues. A los participantes se les invitó a participar en cada sesión y se procedió al asentimiento informado para permitir ser fotografiados, tanto ellos como sus creaciones artísticas, y en caso de no desear una u otra, lo dijeran para omitir hacer tomas de ellos o sus obras. De igual forma, se les indicó que sus nombres se mantendrían anónimos a menos que prefirieran lo contrario. Algunos prefirieron que se mencionaran sus nombres propios y así se hizo, pues aluden al deseo de ser visibilizados.

3.1. Actividades del programa

El programa completo transcurrió a lo largo de un mes, alternando una semana en Casa del Migrante y otra en Ejército de Salvación. Por semana se intervino a un grupo de migrantes dos días seguidos con una duración de dos horas y media por día, logrando cinco horas a la semana por albergue con una totalidad de 22 horas totales en el transcurso del mes. Actividades al día:

Primer día.

Presentación: Nombre + Fruto + adjetivo. Ej. Rodolfo Coco Rallado

Actividad de caldeamiento:

En fila india se da un paso a la izquierda si no concuerda conmigo y un paso a la derecha si estoy de acuerdo. Se dicen frases como: “Hoy disfruté mis alimentos, me gusta cantar en la ducha, hablo más de un idioma, me siento de buen humor...”

Creación de obra:

Collage de identidades utilizando recortes, materiales varios, frases, colores, etc. para expresar sobre sí mismos lo siguiente: quiénes son, qué les gusta, qué no ha cambiado de su persona desde la niñez, u otros aspectos de su interés.

Segundo día.

Presentación: Nombre + dos cosas que me gustan + dos cosas que me desagradan.

Actividad caldeamiento:

En una hoja blanca escriben cómo se encuentran el día de hoy como si le contaran a una persona conocida: amigo, familiar... Nadie lee la hoja. Pueden dibujar, escribir, romper, intervenir.

Creación de obra:

Libro de artista. Se crea un libro donde se cuenta la historia de un momento cumbre en su vida y se plasma con imágenes, palabras, recortes; cómo fue que salieron adelante, con qué recursos contaban, qué aprendizajes obtuvieron. Con el propósito de propiciar la resiliencia.

4. ¿Qué ocurrió durante los encuentros? Semillas, frutos y germinados de la vivencia

Mediante la aplicación de este programa se alcanzaron los siguientes objetivos específicos: 1) Acercamiento profundo de cómo se encontraban los inmigrantes participantes e identificación de factores de riesgo; 2) descripción del impacto de

las intervenciones a través del arte; y, 3) extraer y compartir historias basadas en su discurso, obras y vivencias.

4.1. ¿Quiénes son y cómo se encuentran estas personas? Condiciones migratorias

Espero tiempo, espero calor, necesito paz, necesito amor...

Rubén Naranja Jugosa (Rubén participante que firma con su nombre de presentación, 46 años aprox., procedente del centro de la República Mexicana, devuelto en intento de cruce, Casa del migrante)

Los participantes son hombres en un rango de edad amplio, aproximadamente entre los 18 a los 67 años con una edad promedio de 42 años salvo casos excepcionales en Casa del Migrante con dos adolescentes de 15 años, dos niños entre los 9-12 y otros dos de 7 años (hijos de participantes). En estos albergues son atendidos cordialmente y se satisfacen necesidades básicas: alimento, espacio para descansar, asearse, comunicarse con familiares y en ocasiones se les facilitan pláticas y talleres.

Los casos de migración aquí expuestos son variados. El tránsito es relativamente corto y cada perfil tiene diferente historia, por lo que, la intervención fue breve en función de sus necesidades de pertenencia y estima.

Es posible, hayan sido expulsados de EE. UU. por cualquier falta, o regresados por las autoridades migratorias en el intento de cruzar, la mayoría se encuentra transitando hacia una etapa incierta por tiempo indefinido. Los grupos en los que se intervino se conformaron principalmente por tres tipos de migrantes deportados de EE. UU. y repatriados, todos con variación en el tiempo de haber permanecido en EE. UU. También inmigrantes procedentes de la República Mexicana que fueron detenidos una o más veces en el intento de cruce, e inmigrantes procedentes de Sudamérica en la misma situación de devueltos. Algunos van de regreso a su ciudad natal con su familia, mayormente los procedentes de la República Mexicana. Aquellos que han sido deportados y sus familias aún se encuentran en EE. UU. piensan establecerse en Tijuana, buscar empleo y estabilidad mientras arreglan papeles o intentan regresar. En los planes a futuro, comentan su incertidumbre del tiempo que permanecerán en Tijuana.

Además de conocer su condición migratoria, para procurar mayor acercamiento a la realidad de estos hombres, se visibiliza las circunstancias que abarca la crisis por la cual transitan, por ejemplo, su rol, el estigma, el duelo, para comprender la necesidad y los resultados de las intervenciones a esta población. De igual forma, fue necesario observar la fase del desarrollo que atraviesan y el estado psico-emocional en el que se encuentran con base a lo que discurre constantemente en su discurso y en su obra.

4.2. Crisis de productividad vs estancamiento

Erikson (Bordignon, 2005) explica el desarrollo en etapas como las fases de la vida por las que todo ser humano transita. Cada etapa está asociada con una crisis, una virtud y un ritual. La crisis es producto del conflicto entre la interacción de la maduración fisiológica y los requerimientos que la sociedad propone.



Figura 1. Necesito Paz, necesito amor, espero tiempo, espero calor. Collage por Rubén.
(Fotografía de la primera autora).

En este nicho, la mayoría se encuentra en la etapa de crisis de productividad vs. estancamiento, es la séptima etapa propia de la adultez, y en dicha etapa, la virtud propia es el cuidado y el amor. Este sentimiento de responsabilidad que trasciende la atención a la propia familia y al trabajo. Cuando la virtud no se alcanza surgen sentimientos tales como fracaso, estancamiento o depresión. Lo anterior imposibilita la eficiencia en el amor y en el trabajo (Bordignon, 2005).

Esta obra en particular (Fig. 1) condensa de forma concreta y honesta su necesidad y sentir. Rubén (46 años, procedente del centro de la República Mexicana, devuelto en intento de cruce, Casa del migrante) hizo referencia a que la incertidumbre le tiene mal, saturado, sintiéndose imposibilitado en su productividad. Lo que indica, precisamente, el sentimiento de estancamiento en su desarrollo. Al compartir su obra, con palabras entrecortadas pide amor, paz y calor. Termina agradeciendo por permitirle expresarse.

Cuando estas personas son deportadas se experimentan en estado de estancamiento, resultante ante el hecho de no haber cumplido con el rol que asumen culturalmente. Tal rol supone ser proveedores en sus familias y generar ingresos en otro país, con aparentemente, mejores oportunidades. Asimismo, desean dar y recibir el amor de su familia y la situación que viven definitivamente no lo propicia. Esta crisis es expresada sobre todo en su discurso matizado de frustración y tristeza ante las dificultades que ahora experimentan.

4.3. Crisis ante la pérdida y ante el rechazo

Entre las principales pérdidas que refieren se encuentra la familia, los amigos, trabajo, la tierra, la cultura, el ambiente y en algunos casos la integridad (esto último

expresado verbalmente) que constituyen algunos de los 7 duelos de la migración identificados por Achotegui, 2009. Además, la pérdida de esperanza, pues en el camino tienen un objetivo claro y un anhelo de vida mejor que va desvaneciéndose al no lograr el cruce. Comentan con nostalgia, dentro del círculo y durante las actividades, que extrañan la comida. No solo los alimentos, sino lo que conlleva: nutrición, un recuerdo de la madre, esposa, cocina, familia, rituales, remembranzas típicas en distintas situaciones migratorias (Epp, 2015).

Se observaron las distintas etapas del duelo previstas por Achotegui (2009), como la negación, que se presenta cuando no se quiere aceptar la realidad del cambio, y el individuo no la quiere ver, por ejemplo, cuando comentan que en EE. UU. aún tienen su vida, que ahí siguen y seguirán y se niegan a ver claramente donde están. Muestran resistencia, hay protesta y queja ante el esfuerzo que supone la adaptación, por ejemplo, con comentarios como “Tijuana está muy feo”, “No hay trabajo”, “No quiero estar aquí” (comentarios generales de los participantes de ambos refugios, notas de campo).

Al comentar lo anterior, se observó que lo hacían con una actitud de total rechazo. Aunque, cabe mencionar, muchos ya en la aceptación estaban muy agradecidos con Tijuana. En este sentido, en la etapa de aceptación, la persona se instala en su nueva situación, así, algunos fluían, se nutrían y conseguían recursos para seguir movilizándose hacia nuevos horizontes.

Restitución es la reconciliación efectiva con lo dejado atrás y con la nueva situación. Pocos se encontraban en esta etapa, más había quienes se sentían fortalecidos y con lecciones invaluable bien integradas para dar el siguiente paso. Era evidente que gran parte de ellos no había llegado a la etapa de adaptación, pues la incertidumbre y el dolor les habían generado estados depresivos y ansiedad que denotaban en sus rostros, en sus gestos y en su agitación. En estos casos se busca que, a través de redes de apoyo, resiliencia y otros recursos, puedan transitar a la etapa de asimilación de una nueva situación y reconciliarse con ella. En algunos casos existe ausencia de recursos emocionales y cognitivos para salir adelante, como es el caso de quienes mostraban síntomas psicóticos o un estado depresivo agudo. En general el panorama anímico no era muy prometedor, sin embargo, en el programa se acompaña en el fortalecimiento y resignificación de la experiencia produciendo respuestas bastante positivas.

Ante el rechazo. El rechazo es un sentimiento de aislamiento y alejamiento de los otros cuando el rechazo social es inhibido se puede volver contra la propia persona, como auto rechazo. De estas dificultades Luis comenta:

En la vida del migrante no siempre es necesario el dinero, sino simplemente un apretón de manos, o sea, un pequeño apoyo moral que hace que sienta uno que todavía sigue con los terrícolas porque esta vida del migrante es como la del judío errante: un nómada, una persona sin rumbo, sin país, sin patria, sin familia. Yo soy un verdadero migrante y después de tantas humillaciones, maltratos, peligros, persecuciones, golpes, torturas... el haber entrado en ese primer círculo me permitió quitar la máscara, me bajé del caballo, me senté en esa silla y escuché. Esa música de fondo me tocó el alma... De pronto me acomodé bien en la silla para disfrutar el levantón que me están dando [refiriéndose a la experiencia del programa] (sic.) (Luis, 67 años aproximadamente procedente de Sudamérica, refugiado y expulsado de su hogar por cuestiones políticas, Casa del migrante).

Luis con la sutileza de su poética, transmite lo doloroso que ha sido su andar. Además de las pérdidas por los traslados, menciona no sentirse perteneciente o bien recibido a los lugares que emigra, como si a su estilo de vida correspondiera esa deshumanización que se inscribe al hecho de ser migrante. Asimismo, agradece el espacio del programa y la oportunidad de descansar las penas, alejarse del señalamiento y ser tratado como cualquier ser humano; de permitirles sentirse como personas que disfrutaban de una sonrisa, de un apretón de manos, de sentirse acogidos, del arte, la belleza y el afecto.

4.4. Rasgos de salud mental que presentaban y riesgos asociados

Con base en el Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales (DSM V) (American Psychiatric Association [APA], 2014), los síntomas manifestados en su discurso y latentes tanto en obra como en lo no verbal, atestiguan a los individuos con rasgos de Trastorno Depresivo con Ansiedad. En ciertos casos, son visibles síntomas psicóticos como los delirios y la paranoia.

Los síntomas de depresión eran visibles y expresados cuando al preguntar cómo han dormido y cómo se encuentra su estado de ánimo, gran parte de los participantes contestaban no haber tenido un sueño reparador y sentían un estado de ánimo triste, preocupado o afligido, también atribuibles a las etapas de duelo. Algunos comentan no haber logrado disfrutar sus alimentos. Plasman el sentir en la obra con imágenes y pensamientos nostálgicos, entre otras manifestaciones. Textos que acompañan sus obras de arte:

Hay momentos en los que ya no doy un paso, me siento como una paloma sin fuerza, decaída. Hay momentos que siento que, si estuviera atrapado por las garras ajenas, que no me da libertad, no me deja volar...

Anónimo

Estos meses lejos de mi país y lejos de mi familia es lo más duro que he pasado en mi vida porque ando aquí con mis hijos y lo que menos quiero es que ellos sufran, ellos son el motor de mi vida...

Anónimo

Cuando estoy feliz siempre he pensado que no lo merezco. Cuando estoy triste es lo justo. Cuando trabajo es mi obligación y responsabilidad. Amo la soledad, disfruto la tristeza... Pero soy una persona normal.

Anónimo

Durante el programa algunos de los participantes demostraron apatía y cansancio excesivo, incapacidad para estar presentes, suspendían la atención a lo que los demás compartían o decidían retirarse de la actividad. O bien, su cuerpo no dejaba de moverse, mostrándose nerviosos y/o excesivamente tensos. Algunos, iniciaban con este tipo de reacciones e inquietudes, y conforme iba transcurriendo la sesión, se iba despertando su interés, integrándose y teniendo mayor participación en el grupo.

Al escucharlos compartir su obra se identifican coincidencias en su sentir, ante todo una tristeza al externar sus sentimientos de devaluación por no poder generar ingresos económicos para sus familias, repitiéndose el malestar de estancados sin trabajo, que les aviva el sentimiento de pérdida del control de su vida. Además de

una impotencia por las formas inhumanas en que son tratados por las autoridades migratorias al ser deportados, así como las condiciones a las que les someten en detención. Relatan su estancia en prisión⁴ donde hubo represalias, fueron golpeados, les privaron del alimento, entre otros sucesos. Mencionaban que la comida era tan mala que les causaba malestar estomacal. Una historia muy contada fue la decepción y tristeza generada por ser la autoridad migratoria latina la que más los humillo, al igual que los policías mexicanos “Nos tratan como *animales* y nos roban nuestras pertenencias” (Escuchado en Ejército de salvación) (Notas de campo). Este tema fue recurrente en ambos albergues.

En ciertos relatos se percibía culpa por haber consumido drogas o haber cometido un delito y utilizaban la religión como una herramienta compensatoria (Fig. 2) para encubrir los sentimientos de culpabilidad. Comenta un hombre al compartir su obra: “Cuando uno está en la adicción, los demonios se apoderan de su voluntad y no hay forma de salir adelante más que gracias a Dios nuestro señor” (hombre, edad aproximada de 50 años con rasgos psicóticos en Ejército de salvación, notas de campo). Si se retoma la teoría freudiana, además del arte, la religión es un medio para sublimar la energía en pugna. Así, la función de la religión en el ser humano es de soporte y alimenta al *yo* cuando la persona se encuentra en tiempos de crisis.



Figura 2. Libro de textos bíblicos, autor Anónimo. (Fotografía por Ariadna Flores).

La ansiedad es también observada en su comportamiento, dentro y fuera del programa. Constantemente inquietos, se mostraban cabizbajos y con tensión en el cuerpo. Se les percibía nerviosos a la hora de participar. Cabe resaltar la ansiedad

⁴ Las personas que inmigran ilegalmente a los E.E.U.U. capturadas por los trabajadores de inmigración de ese país, pasan un periodo en prisión antes de pasar a juicio donde se determina su deportación generalmente hacia México.

que generaba la dificultad para tomar decisiones: si se regresan a su país de origen o si intentan cruzar la frontera de nuevo. La ansiedad era comprensible en este punto dado que, el rol en sus familias y su situación económica, les generan estrés y frustración, nublando aún más la toma de decisiones.

Respecto a la psicosis, un caso anónimo de aproximadamente 30 años ya en estado psicótico en Ejército de salvación, repatriado de EE. UU. a México, presentaba discurso e ideas desorganizadas y movimientos corporales fuera de lo común. En su obra escribe la fecha en la que estamos y escribe que necesita una mujer y dinero. En otra ocasión, un hombre (50 años aproximadamente, con aparentes rasgos psicóticos en Ejército de salvación, devuelto en intento de cruce) habló de su experiencia con el consumo de drogas y cómo la religión fue su red de apoyo. Después de un rato comienza a expresar ideas delirantes, irrumpiendo a otros en su dialogo, repetidamente y con ímpetu acerca de Dios y los demonios a los que atribuía sus conflictos internos. En su discurso incita a todos a acercarse a la religión. Acá, la idea de Dios le dotaba de esperanza a la vez que no le permitía reconocer su fuerza de voluntad ni la responsabilidad sobre sus decisiones.

Otro caso con rasgos paranoides es el de Jesús, (38 años devuelto de EE. UU. después de un tiempo, Casa del migrante) quien menciona haber sido diagnosticado con un trastorno ansiedad con depresión y delirio de persecución, durante los talleres habla sobre su enfermedad y en la primera sesión nos cuenta cómo salió huyendo de su lugar natal por ideas persecutorias. Al comienzo, él parecía molesto e indiferente y remarcó no querer ser visto, sin embargo, con el trascurrir y compartir de obras fue animándose y para la segunda sesión Jesús incita a los otros a participar y a permitirse escuchar. Menciona con una sonrisa en el rostro:

Yo sufro de un trastorno mixto de ansiedad con depresión y delirio de persecución, soy muy desconfiado, no confié en nadie y pues ahorita estoy confiando, estoy confiando y pues muchas gracias (38 años devuelto de EE. UU. después de una corta estancia en ese País, Casa del migrante).

Considerando su recorrido a través de esta breve exploración de su situación y su narrativa advertimos algunos riesgos a los que esta población está expuesta. Uno de los principales es el abuso de sustancias, tema recurrente expresado verbal y gráficamente en obra, una sexta parte de los participantes comenta que ha abusado del alcohol y las drogas y eso fue lo que los ha traído hasta este momento. “Necesito un efecto”, escribe Rubén (46 años, procedente del centro de la república, devuelto en intento de cruce, Casa del migrante) debajo de una imagen de un trago con licor y menciona al compartir que “Con tanta cosa que trae en la cabeza siente la necesidad de apartarlas un rato o sentir diferente”.

Otro de los riesgos es el suicidio que, aunque no fue un tema recurrente, si la tristeza y las ansias persisten podrían conducir a tal suceso. El DSM-V reconoce comprensibles estos síntomas depresivos ante la pérdida significativa, sin embargo, advierte que se debe considerar la presencia de un episodio depresivo mayor el cual puede escalar rápidamente si no es tratado. Para considerar que es un episodio se requiere “(...) el criterio clínico basado en la historia del individuo y en las normas culturales para la expresión del malestar en el contexto de la pérdida” (APA, 2014, p. 106). Normalmente ante estas situaciones, no hay un reconocimiento de sus duelos, por lo tanto, no hay cabida para la expresión de su sentir, dejando su malestar al aire. Un participante (Fig. 3) describe en obra sus intentos de suicidio:

Camino a Ensenada tomé la decisión de aventarme por un barranco, pero caí en agua y me salvé por la gracia de Dios y cuando llegué a Ensenada me le atravesé a un tráiler y tampoco me mató, y así he tenido muchas aventuras muy horribles. Espero por la gracia de Dios superarlas y que mi corazón lata libremente (relato en obra, libro de artista, anónimo).

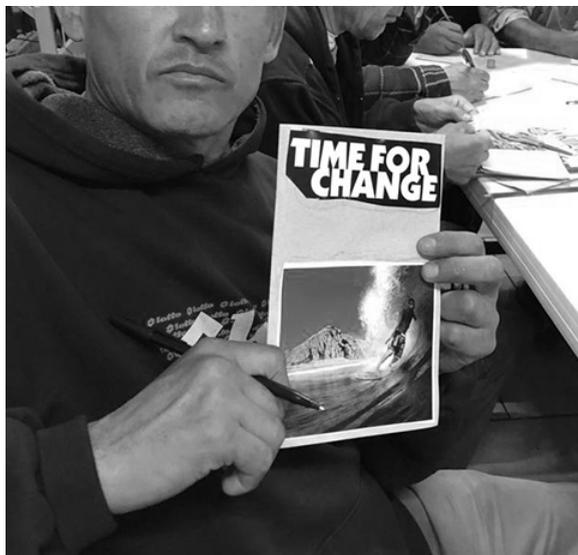


Figura 3. Darle tiempo al Cambio. Libro de artista, autor Anónimo. (Fotografía primera autora).

4.5. El impacto de estas intervenciones

A continuación, se presentan de manera agrupada diversos aspectos acerca del impacto que tuvieron las intervenciones.

a) Expresión. En el transcurrir del programa, observamos que estos hombres expresaron su sentir y sus pensamientos sobre las situaciones que atraviesan, a través de la obra artística y/o verbalmente. Al momento de mostrarla, casi todos lo hacían con buena disposición. El desahogo y a la vez saberse escuchados por los otros, conlleva un sentimiento de bienestar.

El señor Julio (50 años edad aproximada, devuelto en intento de cruce proveniente del centro de la república, Casa del migrante) nos manda llamar cuando finaliza su obra y pregunta ¿Usted sabe que a Hitler lo corrieron de una escuela de arte?

Refirió que Hitler era un gran artista, coleccionista de arte y pregunta ¿qué hubiera sido de él? si le hubieran dado la oportunidad de hacer arte. “Tal vez no hubiera habido tanta matanza, y yo creo que es lo que usted nos permite, expresar cómo nos sentimos para no terminar en tragedia o haciendo tantas cosas malas” -dijo. Lo que nos remite a lo que menciona el joven Wilmer (30 años, proveniente del sur de México, quien iba con su hijo en Casa del migrante) en su obra artística:

Gracias, señorita por dejar sacar un poco de lo que llevamos dentro, se ve que usted es una excelente persona.

También comenta Sergio (15 años, proveniente del centro de la república, quien viajaba con su primo en Casa del migrante) que a él desde chico no le gustaba participar en nada, se le dificulta expresarse y es una búsqueda que trae actualmente, el compartirse:

En el taller me costó también un poco, cuando quiero sacar algo de mi boca siempre me cuesta. En los ejercicios la verdad fue sencillo porque cuando escribo me concentro y puedo sacar todo. Pienso que cuando esté enfrente de la gente debo expresarme de lo que siento, de lo que soy. En estos proyectos me ha ayudado mucho... Lo que más me gusto en los talleres fue participar y escribir porque expresar me cuesta mucho. (15 años, proveniente del centro de la República, acompañado de su primo en Casa del migrante).

b) Reflexión. La acción de tomarse un tiempo para pensar y reflexionar sobre su vida, sus historias y el presente, les permitía claridad, ordenamiento de ideas y pensamientos, así como integrar los aprendizajes. Se comentó durante el programa que, por tantos malos tratos traen “la cabeza echa nudo” (Rúben, notas de campo), que a veces ya no se puede con tantas ideas que les causan daño y que después de este espacio que se les brindó había mayor claridad. Las ideas sobre el mundo se van resignificando. En este clavado hacia sí mismo, comenta el señor Luis, que haber tenido contacto con su raíz fue una agradable bofetada, como si le dijeran: “¡Hey, despierta!, huele el café, ya pasaron tantos años. Que no sé cómo pasaron, y lo único que he hecho es sobrevivir de maneras no comunes”. (Luis, edad aproximada 55 y 65 años procedente de Sudamérica, refugiado y expulsado de su hogar por cuestiones políticas, Casa del migrante).

c) Empatía, camaradería y redes de apoyo. Un impacto significativo fue la convivencia que se generó dentro del programa. Ciertas temáticas como la comida, la música, las revistas que compartían, fueron clave para se conocieran más entre ellos, iniciarán diálogos e incitaran bromas (Fig. 4). Al compartir sus historias se generaba empatía, se construyen alianzas, vínculos y redes de apoyo, y a la vez, la reducción en el sentimiento de soledad.



Figura 4. La camaradería y empatía. (Fotografía Ariadna Flores).

El lograr verse a través del otro y saber que están en un momento difícil colectivamente les fortalecía. Luis comentó:

Lo que me permitió abrirme fue la camaradería, la fraternidad, un apretón de manos... Ver y oír el testimonio de los compañeros me aliviano porque pensé que yo era el único cargando por la vida por más de 8 países, y escuchar a otros que pasaban por situaciones similares, extremas como la mía fue: Uff! (sonríe). (Luis, 67 años procedente de Sudamérica, refugiado y expulsado de su hogar por cuestiones políticas, Casa del migrante),

Al compartir la obra, se crean dinámicas interesantes, charlas sobre una temática que compartían, agradecimientos, cuestiones existenciales, poesía, etc... En una ocasión pidieron poner una canción para expresar su sentir y para cerrar el taller todos escuchamos la canción mientras reacomodamos el espacio, en otro cierre, un poeta (migrante de 40 años proveniente de Sudamérica, refugiado político) nos recitó una poesía de Rubén Darío (el poeta) como agradecimiento:

Es algo formidable que vio la vieja raza:
robusto tronco de árbol al hombro de un campeón
salvaje y aguerrido, cuya fornida maza
blandiera el brazo de Hércules, o el brazo de Sansón.

...

Anduvo, anduvo, anduvo. Le vio la luz del día,
le vio la tarde pálida, le vio la noche fría,
y siempre el tronco de árbol a cuestas del titán.

«¡El Toqui, el Toqui!» clama la conmovida casta.
Anduvo, anduvo, anduvo. La aurora dijo: «Basta»,
e irguióse la alta frente del gran Caupolicán.
Rubén Darío (2013)

d) Ambiente fecundo y distracción. El ambiente generado por una actitud neutra, amable y genuina, así como la manera de intervenir, incitó la disposición a participar. Winnicott resalta en su teoría la importancia del ambiente para el desarrollo óptimo de la persona, donde el reordenamiento de este tiene un efecto en beneficio de la cura (Winnicott, 1965). La ambientación de las actividades les permitió fluir:

Esa música de fondo me tocó el alma, haber puesto un Carlos Santana y artistas de ese calibre, a mí me tocó (Luis, mismo de arriba).

A la hora de compartir, comentaban que el ambiente y la actividad les ayudó a distraerse y lo veían necesario ante el momento que están pasando, un buen rato para el equilibrio. Respecto a la distracción, la mayoría comparte este resultado de apartar su mente de los conflictos que atravesaban.

Un caso que es importante destacar es el de Juan Carlos, iba con su hijo, proveniente del centro de la república, iba a intentar el cruce que en un principio no convive y al participar su voz se rompía y tartamudeaba (migrante proveniente del sur de México, 33 años, Casa del migrante). Para el último taller él se encontraba asistiendo a sus compañeros en las instrucciones del material y proceso de obra. Su actitud era ya

muy diferente para la segunda semana, se mostraba abierto, accesible, con ganas de estar presente y de convivir. En el cierre del último taller pide la palabra para agradecerlos pues comenta que le ayudó mucho a mejorar su humor y a distraerse.

Reforzar quiénes son y su potencial creador. La arteterapia se basa en la idea de que el proceso creativo tiene un carácter universal: se fundamenta en la convicción de que todos los seres humanos poseen un potencial creativo, aunque este esté inhibido. La creación artística traspasa las barreras culturales, lingüística, intelectuales y de edad (Mauro, 1998). En este caso la arteterapia atravesó una barrera gigantesca. Al ser prevalente el género masculino, se pensaría que habría poca disposición para este tipo de actividades, y, por el contrario, se mostraron participativos y creadores activos. Entre las historias del collage reafirman quiénes son, qué les gusta, de dónde vienen y acompañan las imágenes con frases motivacionales acordándose del camino que quieren trazar y las metas que quieren alcanzar. Lo anterior se expresa en la obra dentro de los principales temas.

5. Principales temas expresados en la obra (análisis)

Dentro de las posibles observaciones y análisis de la experiencia, propondríamos indagar en la conexión de dos variables, la de lo manifiesto tanto en obra (lo plasmado), como en lo verbal (en discurso o narración), en relación con lo latente: proyecciones y deseos, condensaciones de un estado mental que denota nostalgia, anhelo, pérdida, propósito, esperanza; y a partir de esto permitirnos generar interrogantes y conexiones más allá de respuestas o interpretaciones.

Los recursos simbólicos en obra (lo manifiesto) se enriquecen y adoptan otro sentido al acompañarse de relatos de experiencia, de atmósferas, de discursos, etc. Ej. Vemos un reloj de lujo en collage mientras hablan de estar estancados, de no poder generar en el ahora dinero, del detenimiento e improductividad del momento, muestran un pie marcando el reloj como acompañando el tiempo y una ansiedad en la mirada ante el transcurrir de éste (Fig. 5). Hacer una hermenéutica de las imágenes e ir más allá de la aspiración y el lujo en relojes, autos, calzado, casas; para cuestionarnos cómo podrían ligarse los diversos recursos visuales con su sentir y experiencias.



Figura 5. Anhelos en imagen, Collage por Porfirio. (Fotografía por Ariadna Flores).

La importancia de leer sus imágenes y la relación de lo plasmado con lo que subyace, se da con el tema de los alimentos. Mientras hablamos de comida, se crea una atmósfera melancólica y a la vez entusiasta (Fig. 5). A partir de la segunda sesión, identificamos cómo es un tema común e incitador para profundizar en sus anhelos de estima, de hogar, de olores, de cuidados y lo relacionado. Al acercarnos a Carlos (30 años, expulsado de EE. UU. procedente del centro de la república), quien parecía molesto desde que iniciamos ese día el taller, se comenta sobre los platillos que acomoda en su collage, hacemos referencia al goce y el honor que los alimentos merecen; él lo recibe y abre la puerta a un Carlos sereno y a la vez apasionado que cuenta su historia (notas de campo). Él es cocinero y allá en su tierra él cocinaba manjares deliciosos con ingredientes frescos y productos endémicos de la región. Con nostalgia comparte que en EE. UU. los ingredientes no son muy frescos, que hay una saturación de sabores por los aditivos y que ha sido difícil encontrar los mismos sabores y sentires que envuelve el ritual de la cocina mexicana.

Y así como en los alimentos, cada imagen contenía una historia y un sentir, que fuera visible o no es lo de menos, de alguna forma supone una liberación y una forma de permitir a la emoción integrarse. Otros símbolos que propician nuevas interrogantes es la cuestión del lenguaje, así como ellos, se presentaba multifacético, matizado por dos culturas, no solo por el idioma, también las expresiones. Algunas acompañadas de ese fervor característico del sur, otros serenos y concretos, como los vecinos estadounidenses.

Algunas asociaciones percibidas: el tiempo, su preocupación y la ansiedad podría representarse a través de imágenes de relojes. Tenis, aviones y carros simbolizando el traslado. Familias y casas se plasmaban cuando compartían su experiencia, era frecuente la mención de sus hogares mostrando un sentimiento de añoranza hacia su

familia y el afecto. Este tema fue el más cargado de nostalgia, en un par de casos se acompaña de palabras entrecortadas y ojos cristalinos. La comida fue de las temáticas principales, había cierto gozo al hablar de sus platillos, el comer es una experiencia que colectivamente se disfruta a pesar de la variación en los gustos, que nos remite a una necesidad esencial de sobrevivencia con base a recuerdos primitivos y enlazados a vínculos afectivos que cubren otro tipo de necesidades (más elevadas) de orden emocional, seguridad y protección.

Imágenes relacionadas al trabajo no faltaron mientras ellos expresaban lo importante que era trabajar y generar bienes para sus familias, la mayoría estaban decididos a moverse para construir un mejor futuro y comentan que consideran el trabajo como la mejor virtud que poseen, que, a final de cuentas es el punto crucial por el cual, en primer lugar, decidieron migrar, por la carencia de oportunidades en sus lugares de origen.

Las ventanas, los espacios abiertos, la naturaleza, los animales e imágenes referentes a la libertad fueron el fondo que tomaba protagonismo en la obra sin que se expresaran verbalmente. Muchos narran la experiencia de cuando estuvieron detenidos y cómo ha sido de las más traumáticas de sus vidas, y cómo valoran poder estar en esos momentos en un espacio abierto. Las imágenes de casas, corazones, y pareja, recuerdan a los anhelos de afecto y seguridad que comparten y también como representantes de su humanidad; estos símbolos pueden condensar múltiples ideas y podríamos generar un supuesto vinculado a la mejora en su calidad de vida.

Bebidas embriagantes e imágenes de éxtasis figuraron para representar adicciones o necesidad de ausencia. Por último, imágenes y frases religiosas denotando las necesidades del espíritu y como un recurso esperanzador para afrontar las adversidades. Las palabras de soporte, citas bíblicas, agradecimiento a los albergues y a las facilitadoras no faltaron. Se lee en las obras frases, algunas en el idioma inglés debido al periodo de vida en EE. UU, como: “For God hath not given us the spirit of fear; but of power, and of love, and of a sound mind”, “En Cristo todo lo puedo”, “ánimo, fuerza, trabajo”, entre otras frases que encuentran motivantes.

6. Lienzos inacabados: asuntos pendientes para el trabajo de la desigualdad (Conclusiones)

El tránsito de vida impulsado por las desigualdades de los países de origen de los participantes de este estudio estuvo lleno de más experiencias en detrimento de su salud mental. La expresión y contemplación a través del arte fue un lugar para estar, un lienzo, metafóricamente hablando, pues se emplearon además de la pintura, el Collage, la escritura, la música de fondo, en el cual expresar los malestares, las expectativas personales y colectivas, les facilitó la posibilidad de crear (Mauro, 1998; Morales, 2018).

Apropiarse de la poesía, poner en el collage sus esperanzas, escribir sus reflexiones en versos, posibilitaron situar las experiencias de las personas migrantes en su capacidad de creadores de arte, lo que permite que dejen de situarse como sujetos estáticos (Macaya y Valero, 2019), estancados o varados, al movilizar parte de sus sueños y de sus deseos al plasmarlos y darles movimiento en la expresión.

Así, el arte no solo debe ser visto como una estrategia de intervención sino también como medio de expresión subjetiva y política. Materializar las desigualdades

mediante la expresión artística y en colectivo resulta pertinente en tiempos donde se desdibuja al individuo que va en busca de un bien-estar, circunscribiéndolo a temas demográficos y de polémicas nacionalistas en los que se les enuncia en cifras estadísticas.

Ante las diferentes opresiones históricas y culturales, encuentran en Tijuana y en específico en el programa y en los medios artísticos, una respuesta ante la desigualdad, su capacidad de resiliencia, expuesta y compartida entre quienes participaron, pero también representativa de muchas realidades.

La experiencia mientras se transitan los territorios no conlleva las mismas dificultades para todas las personas migrantes, se acentúan para quienes se encuentran en posiciones de desigualdad, por lo que las actividades artísticas fueron una herramienta, que expresaron metafóricamente los participantes como “poner afuera”, “soltar las ideas”, externalizar, resignificar los conflictos (Segal, 1984), liberar la carga, darse el momento para “bajarse del caballo” y “sentarse en la silla”, (palabras de Luis, de Sergio y de Rubén, notas de campo) es decir crear un espacio de descanso, posibilitándoles un estado de bienestar (Calderón-Garrido et al., 2018), un momento de apreciación de lo que había quedado detrás de sí y en qué lugar estaban para alcanzar esos sueños que los motivaron a salir de su lugar de procedencia, compartir las experiencias de desesperanza de las desigualdades sociales, sin necesidad de venir del mismo contexto (Marxen, 2011; Morales, 2018).

Por otra parte, es importante reconocer que Tijuana es una ciudad habitada por un gran número de personas migrantes, por lo que es pertinente procurarles que tengan la posibilidad de crear comunidades ricas, con matices y diversidad cultural, a través del acercamiento de actividades que permitan el trabajo resiliente que abone a su salud mental.

¿Qué aprendimos? Que el aplicar este programa de arteterapia facilita mecanismos de defensa útiles como la sublimación, y se apoya de un buen uso de la condensación y la proyección. Mediante el proceso artístico se fortalece las partes del Yo dañadas, y permite al inmigrante a convertir sus experiencias en fuentes de resiliencia. El utilizar el proceso artístico para la expresión emocional resulta poco o nada amenazante al tratarse de estrategias de acompañamiento que, lo que menos buscan es la confrontación.

Destacamos que el programa de arteterapia no fue el protagonista ni el único facilitador para esta experiencia fértil, también el contacto con el arte en general acompañó y reforzó la propuesta: la música, sus fotografías, las intervenciones con poesía, contemplar las imágenes ofrecidas, y demás manifestaciones y contemplaciones del arte, que no fueron previstas, nos llevó a nuevas interrogantes sobre futuras intervenciones con arte a estas poblaciones. Con lo anterior pensaríamos que, ante un estímulo de cualidades artísticas, la respuesta o reacción sería incitar su potencial o dejarse contagiar por las múltiples virtudes que el arte ofrece.

Otro elemento importante para lograr los resultados esperados fue el hecho de nunca haber tratado a los participantes como víctimas, se les atendió validando sus experiencias y emociones con escucha atenta, trato amable y digno. Al final, los matices de sus experiencias y la expresión de sus historias condensadas en producto artístico, fue lo que sumó riqueza a la interacción, y por consecuencia a los resultados del programa. Entonces, tuvo un efecto sincrónico en donde, ante panoramas de desdicha y pesimismo se propone arte, ambientes fértiles, compañía y una visión en imágenes esperanzadoras.

Finalmente, se recomienda que el trabajo de investigación con una intervención desde el arte fomente relaciones de empatía entre quienes integran los grupos de trabajo. En el presente trabajo fue un factor de gran relevancia la relación entre investigadoras y participantes, debido a que no es suficiente entablar la relación de investigadora o facilitadora del programa y los participantes, la clave de estas intervenciones está en humanizarnos en colectivo a través del arte (Macaya y Valero, 2019).

Referencias

- Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Derechos Humanos (ACNUDH) (2013). *Migración y derechos humanos. Mejoramiento de la gobernanza basada en los derechos humanos de la migración internacional*. Nueva York. Recuperado de https://www.ohchr.org/Documents/Issues/Migration/MigrationHR_improvingHR_ReporsPt.pdf
- Achotegui, J. (2004). Emigrar en situación extrema. El síndrome del inmigrante con estrés crónico y múltiple (síndrome de Ulises), *Revista Norte de Salud Mental*, 5(21), pág. 39-53.
- Achotegui, J. (2009). Migración y salud mental. El síndrome del inmigrante con estrés crónico y múltiple (síndrome de Ulises). *Revista de Servicios Sociales Zerbitzuan*, 46, 163-171.
- American Psychiatric Association. (2014). *Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales (DSM-5)*. Editorial médica panamericana.
- Bowlby, J. (1993). *El apego y la pérdida: La pérdida*. Madrid: Espasa.
- Bordignon, N. A. (2005). El desarrollo psicosocial de Eric Erikson. El diagrama epigenético del adulto. *Revista Lasallista de Investigación*, 2(2),50-63. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/695/69520210.pdf>
- Calderón-Garrido, D., Martín-Piñol, C., Gustems-Carnicer, J., & Portela-Fontán, A. (2018). La influencia de las Artes como motor de bienestar: un estudio exploratorio. *Arte, Individuo y Sociedad*, 30(1), 77-93. <https://doi.org/10.5209/ARIS.56350>
- Castañer, A. y Díaz Y. (2017). *Manual de actividades que propicien resiliencia en niñas, niños y adolescentes migrantes y refugiados alojados en centros de asistencia social*. Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. UNICEF: México.
- Ceriani, P. (2016). El lenguaje como herramienta de la política migratoria. Sur - *Revista Internacional de Derechos Humanos* (13)23, 97 – 112. Recuperado de <https://sur.conectas.org/wp-content/uploads/2016/09/8-sur-23-espanhol-pablo-ceriani-cernadas.pdf>
- Darío, R. (2013). *Libro Azul*. Pequeño Dios Editores: Chile. [original 1888]. Recuperado de <http://www.xn--pequeodios-x9a.cl/wp-content/uploads/2015/10/Azul-Rub%C3%A9n-Dar%C3%ADo.pdf>
- Epp, M. (2015). ‘The dumpling in my soup was lonely just like me’: food in the memories of Mennonite women refugees, *Women’s History Review*, Doi:10.1080/09612025.2015.1071575
- Freud, S. (1917). Duelo y melancolía. Sigmund Freud, *Obras completas Tomo II* (1905-1917). 4ª. Ed. (1981), pp. 2091-2100. Madrid: Biblioteca Nueva.
- Freud, S. (1932). *Nuevas conferencias de introducción al psicoanálisis y otras obras*. Ed. (1991). Amorrortu editores: Paraguay.

- García, J. T. (Julio, 2011). La respuesta aristotélica de las emociones estéticas en la obra de Apeles de Cos. Trabajo presentado en Art, Emotion and Value Proceedings of the 5th Mediterranean Congress of Aesthetics. Cartagena (España). Recuperado de <https://www.um.es/vmca/proceedings/docs/VMCA-Proceedings.pdf>
- Klein, J. P. (2006). La creación como proceso de transformación. *Arteterapia. Papeles de arteterapia y educación artística para la inclusión social* 11(1): 11-18.
- Kotliarenco, M. A., Cáceres, I. y Fontecilla, M. (1997). *Estado del arte en resiliencia*. Washington, D. C.: Organización Panamericana de la Salud.
- Laplanche, J. y Pontalis, J.B. (2004). *Diccionario de psicoanálisis*. (6ª. Reimp.) Buenos Aires: Paidós.
- López, B. (2004). Arte terapia. Otra forma de curar. *Educación y futuro: revista de investigación aplicada y experiencias educativas*, 10, 101-110. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2044648>
- Macaya, A. y Valero, E. (2019). Proyecto Retrato Social: lo que la educación formal puede aprender del arte comunitario. *Arte, Individuo y Sociedad*, 31(1), 165. Recuperado de <https://revistas.ucm.es/index.php/ARIS/article/view/60086/4564456548630>
- Marxen, E. (2011). *Diálogos entre arte y terapia*. Ed. Gedisa: Barcelona.
- Mauro, M. K. (1998). The Use of Art Therapy in Identity. En A. R. Hiscox, y Calisch, Abby C. (eds), *Trapestry of Cultural Issues in Art Therapy*. Londres y Filadelfia: Jessica Kingsley Publishers.
- Morales, E. C. (2018). Arteterapia y sus aplicaciones en problemáticas socioemocionales. Un estudio de revisión. *Temática Psicológica*, 14, 27-40. Recuperado de <http://revistas.unife.edu.pe/index.php/tematicapsicologica/article/view/1808/2096>
- Naciones Unidas (1948). *Declaración Universal de los Derechos Humanos*. Artículo 13. Recuperado de <https://www.un.org/chinese/center/chbus/events/hurights/spanish.htm>
- Naumburg, M. (1997). La terapia artística: su alcance y función. En E. F. Hammer, *Tests proyectivos gráficos*. Barcelona/Buenos Aires: Paidós.
- Real Academia Española. (2014). *Diccionario de la lengua española* (23ª. ed.). Madrid, España: Autor. Recuperado de <http://www.rae.es/la-institucion>
- Secretaría de Gobernación, Consejo Nacional para la Prevención de la Discriminación (CONAPRED) (s/f). *Ficha Temática: "Personas Migrantes"* p. 1. Recuperado de https://www.conapred.org.mx/index.php?contenido=pagina&id=115&id_opcion=43&op=43https://www.conapred.org.mx/userfiles/files/FichaTematica_Personas_migrantes.pdf
- Secretaría de Relaciones Exteriores (2016). *México y Estados Unidos: Una Relación Dinámica, Multitemática y Estratégica*. La relación México-EUA es regida por el principio de responsabilidad compartida. Además de los lazos comerciales y culturales, hoy la agenda prioriza temas de educación, innovación e igualdad de género. Recuperado de <https://www.gob.mx/sre/acciones-y-programas/mexico-y-estados-unidos-una-relacion-dinamica-multitematica-y-estrategica>
- Segal, H. (1984). *Introducción a la obra de Melanie Klein*. Paidós: Barcelona.
- Unidad de Política Migratoria. V Repatriación de mexicanos, 2019. Eventos de repatriación de mexicanos desde Estados Unidos, según entidad federativa y punto de recepción, 2019. Recuperado de <http://portales.segob.gob.mx/es/PoliticaMigratoria/CuadrosBOLETIN?Anual=2019&Secc=5>
- Winnicott, D. W. (1965). *Los procesos de maduración y el ambiente facilitador. Estudios para una teoría del desarrollo emocional*. Buenos Aires, Argentina: Paidós SAICF.