



forojudio.com

EL FORO DE LA COMUNIDAD EN MÉXICO Y EL MUNDO



Inmigrantes: Vida entre dos tierras

por: Dra. Alicia Abadi | Abril 27, 2011

Columnista de Foro Judío



Llegar a un nuevo país e integrarse a una nueva cultura no es cosa fácil. Aun cuando la decisión de emigrar se da en la mayoría de los casos para llevar una vida mejor, el encontrarse con una nueva forma de vivir, un nuevo idioma y nuevos valores pueden causar gran estrés, frustración y depresión

Es común encontrarse con gente de cualquier nivel socioeconómico que por estar ilegalmente en el país viven la tensión de ser encontrados por la migra, de ser expulsados en cualquier momento, con miedo de que amigos o compañeros los descubran, piensen menos de ellos y los rechacen. Aunado a esto viven con la tristeza de no poder salir del país, de no ver a los familiares y amigos que dejaron atrás, de no compartir con ellos sus alegrías y tristezas.

Muchos viven con el sueño de algún día regresar a su país, haciendo mas dura la adaptación a la nueva cultura.

Hay quien por no hablar el nuevo idioma se encuentran en una postura de total dependencia, la que no conocían en su país, viviendo con una sensación de aislamiento, inseguridad, frustración y parálisis.

Otros experimentan una perdida de identidad y una baja auto-estima al encontrar que no les es permitido ejercer en su nuevo hogar la profesión que practicaban en su país de origen, perdiendo el status y reconocimiento que ahí gozaban y teniendo que aceptar un trabajo que esta por debajo de sus aptitudes.

En ocasiones hay un choque entre los valores culturales del país del que se viene y el país en el que se esta. La educación que se da a los hijos puede estar en conflicto con los valores de la nueva sociedad causándoles incertidumbre e inseguridad además de tensión intrafamiliar.

Al venir de sociedades donde la familia ocupa un lugar central es difícil aceptar el ver a los hijos partir, establecerse en otras ciudades, alejarse del núcleo familiar. Entonces surge el cuestionamiento, la incertidumbre de haber tomado una buena decisión al optar por emigrar.

Ante la tensión de todos los cambios que se viven al inmigrar, hay quien decide asimilarse, olvidar sus raíces, sus valores y su idioma, lo que no es posible lograr totalmente ya que los rasgos de la cultura que se quiere dejar permean a la superficie recordando siempre su origen. Otros optan por separarse de la nueva cultura, mantener la propia sin integrarse nunca, quedando aislados y permaneciendo extraños en su nuevo hogar. También hay los que integran los valores de las dos culturas, manteniendo su moral y sus costumbres y aceptando con mente abierta y flexible lo nuevo y positivo que la nueva tierra les ofrece.

Es verdad que el proceso de emigrar puede ser duro y doloroso pero hay que recordar que todos poseemos recursos para salir adelante y cuando creemos que no los poseemos siempre esta la posibilidad de buscar apoyo en otros o de pedir ayuda profesional.

Dra. Alicia Abadi

Es doctora en psicoterapia egresada de San Diego University Integrative Studies (SDUIS)

La doctora es especialista en terapia individual, de familia, y terapia floral de Bach

Telefono: 858- 361-4597

Email: yahad@san.rr.com

315 Laurel St San Diego CA, 92101