

**Balance del proyecto migratorio: el
arrepentimiento de los inmigrantes
marroquíes en Almería**
Balance of the migratory project:
The regret of Moroccan Immigrants in
Almeria

**Amal Bendaoued¹, Marisol Navas², Beatriz González-
Martín³**

¹ Departamento de Psicología, Universidad de Almería, Almería, España

² Departamento de Psicología, CEMyRI, Universidad de Almería, Almería, España

³ Departamento de Geografía, Historia y Humanidades, CEMyRI, Universidad de Almería, Almería, España

Recibido: 16/04/2016

Aceptado: 2/11/2016

Correspondencia: Marisol Navas Luque. Departamento de Psicología. Facultad de Psicología, Universidad de Almería. Cañada de San Urbano, s/n, Almería, 04120. España. E-mail: msnavas@ual.es

© Revista Internacional de Estudios Migratorios. CEMyRI. UAL (España)

Resumen

Introducción: el sentimiento de arrepentimiento relaciona aspectos emocionales y cognitivos. Se experimenta por haber realizado algo en el pasado cuyas consecuencias proporcionan un malestar en la actualidad o por no haber realizado algo que creemos que habría cambiado la situación actual que nos incomoda. Este trabajo pretende estudiar en qué medida las personas se arrepienten de haber llevado a cabo su proyecto migratorio. Con este objetivo se analiza la existencia o no de arrepentimiento en inmigrantes marroquíes de larga estancia residentes en Almería, identificando causas, consecuencias del arrepentimiento y estrategias de afrontamiento.

Método: metodología cualitativa basada en dos grupos focales formados por 7 mujeres y 5 hombres de origen marroquí, mayores de 30 años, con un tiempo de residencia en España entre 8 y 25 años. Los grupos se realizaron separados por sexo para comparar sus discursos.

Resultados: aparecen pensamientos y sentimientos de arrepentimiento, ocurridos en algún momento de su estancia en España. Entre los motivos para experimentarlo destacan los de tipo afectivo: la ausencia de la familia, el desarraigo cultural o la añoranza del país de origen (en las mujeres), y las experiencias de discriminación (relatadas por hombres). Ambos grupos emplean estrategias de afrontamiento del arrepentimiento: piensan en el sacrificio que han hecho por darles un futuro mejor a sus hijos/as (especialmente las mujeres). Destacan aspectos positivos que su emigración les ha proporcionado en ámbitos económico, político, educativo, etc.

Conclusión: ambos grupos han experimentado pensamientos y sentimientos de arrepentimiento, pero dependiendo del grupo se acentúan más unas causas que otras (p.e., ausencia de la familia en las mujeres, y experiencias de rechazo en los hombres). Ambos grupos utilizan estrategias de afrontamiento del arrepentimiento similares: valorar 'lo que han ganado', pero sobre todo la certeza de estar haciendo 'lo correcto' por darles una vida y un futuro mejor a sus hijos.

Palabras Clave: arrepentimiento, inmigrantes, marroquíes, grupos de discusión, proyecto migratorio

Abstract

Introduction: the feeling of regret relates emotional and cognitive aspects. It is felt after having done something in the past whose consequences make us feel discomfort today or when we have not done something that we think it would have changed this actual uncomfortable situation. This work aims to study to which extend immigrants people regret of their migration. Our main objective is to analyze the existence of regret or not in long-stay residents in Almería Moroccan immigrants. Some causes and consequences of the regret and also some coping strategies are identified.

Method: qualitative methodology based on two focus groups made up of 7 women and 5 men of Moroccan origin, all of them older than 30 years old and with a residence time in Spain between 8 and 25 years. In order to compare their discourses the groups were separated by sex.

Results: thoughts and feelings of regret have emerged at some time during their stay in Spain. The main reasons to experience it seem to be affective ones: the absence of family, the cultural uprooting or the homesickness for the country of origin (in women discourses), and discriminatory experiences (in men discourses). Both groups implement some regret coping strategies: they think about the sacrifice made by them to give a better future to their children (mainly in women discourses). They also point out the positive aspects in economic, political and educational areas that their migration has provided them.

Conclusion: thoughts and feelings of regret have been experienced by both groups. Depending on the group some causes are more emphasized than others (e.g., absence of the family especially for women, and rejection experiences for men). Both groups implement similar regret coping strategies: they appreciate 'what they have won' but above all, they have the certainty that they have done 'the right thing' to give a better life and future to their children.

Keywords: regret, immigrants, Moroccans, discussion groups, migratory project

1. Introducción

La situación geográfica de España, entre África y el resto de Europa, favorece la entrada de inmigrantes desde el continente vecino, ya sea de forma regular o irregular (p.e., con contratos de trabajo en origen, visados, reagrupación familiar, ‘pateras’, etc.). Aunque muchos de ellos utilizan España como un país de tránsito, otros muchos se establecen en nuestro país durante muchos años, y a veces se quedan para siempre.

El presente trabajo trata de indagar en los pensamientos, sentimientos y estrategias de afrontamiento que desarrollan las personas a raíz del cambio que se produce en sus vidas durante el proyecto migratorio, entendido como “actitudes, expectativas e imágenes que se traen y que se llevan los migrantes” (Izquierdo, 2000: 226). Este proyecto incluye los motivos que llevan a emigrar hacia un destino concreto, los planes de establecerse y las expectativas de retorno si las hay (Izquierdo, 2000).

Concretamente, el objetivo fundamental de la investigación es analizar la existencia, o no, de arrepentimiento en relación con el proyecto migratorio en dos grupos (uno de hombres y otro de mujeres) de inmigrantes marroquíes de larga estancia en la provincia de Almería. Asimismo, se han analizado las causas, consecuencias y estrategias de afrontamiento de dicho arrepentimiento.

El arrepentimiento es un sentimiento humano que se experimenta por haber realizado algo en un pasado cuyas consecuencias nos proporcionan actualmente un malestar que nos lleva a pensar en cómo sería esta misma situación si no hubiéramos actuado de tal manera. O también puede ser generado por exactamente lo contrario, es decir, por no haber hecho algo que creemos que habría cambiado la situación actual que nos incomoda.

La Psicología define el arrepentimiento “como un sentimiento en el que se relacionan aspectos emocionales (tristeza, a veces enfado, vergüenza o inquietud) y aspectos cognitivos (evaluación que muestra no haber actuado como se debería). El arrepentimiento puede darse tanto por una acción como por una ausencia o falta de acción: por haber hecho algo que no habría debido hacerse, o, a la inversa, por no haber hecho lo que se hubiera debido hacer” (André, 2006: 28). También Gilovich (1995) lo define como un estado cognitivo y emocional doloroso en el que se experimentan sentimientos de lástima y pérdida, bien por acción, bien por omisión.

Parece, por tanto, que el arrepentimiento es un fenómeno psicológico común, experimentado por prácticamente la totalidad de la población adulta (Lupien, 2007). No todo sentimiento de arrepentimiento tiene las mismas consecuencias. Depende de su

intensidad que, a su vez, viene determinada por el acto que causa el arrepentimiento. Las decisiones importantes y de estrecha relación con el entorno familiar y laboral son las que causan mayor malestar. Se detecta con expresiones como “si hubiera sabido que esto iba a pasar...”, “si no hubiera hecho esto...”, “si hubiera actuado de tal manera...”, “si pudiera...”.

Lamentarse por las cosas que ocurren en el transcurso de la vida implica generalmente experimentar emociones negativas como tristeza, enfado, desesperación o culpabilidad. Estas emociones no afectan por igual a todas las personas sino que existen diferencias individuales. Por ejemplo, en adultos mayores, además de estas emociones se predicen sintomatologías depresivas por enfrentarse a una mayor dificultad para cambiar la situación aversiva. Estas personas a menudo carecen de oportunidades para deshacerse de las consecuencias negativas causadas por los comportamientos de los que se lamentan (Lupien, 2007). El hecho de no poder rectificar los actos del pasado genera una angustia tan fuerte que incluso puede producir alteraciones biológicas que hacen a las personas más vulnerables a padecer enfermedades. Los eventos desafiantes y angustiosos tienen el potencial de modificar biológicamente procesos en el sistema endocrino y en el sistema inmunológico, de manera que aumenta la vulnerabilidad a la enfermedad (Lupien, 2007).

El arrepentimiento, a pesar de tener consecuencias negativas, no deja de ser un mecanismo psicológico imprescindible para mantener el equilibrio psíquico y permitir la adaptación al entorno en el que nos desenvolvemos haciendo un balance de nuestros actos y aprendiendo para el futuro (André, 2006).

Las emociones que produce el arrepentimiento varían según se trate de un arrepentimiento inmediato tras haber hecho algo, en este caso se denomina “arrepentimiento en caliente”, o de un arrepentimiento a la larga por no haber realizado algo, que se denomina “arrepentimiento nostálgico o melancólico”. De acuerdo con André (2006), el primero lleva asociado una serie de emociones (cólera, vergüenza, culpabilidad, frustración) más intensas que el segundo (tristeza, nostalgia, desengaño).

Otro elemento importante y de interés es saber cómo se afronta este cúmulo de sentimientos y pensamientos negativos, es decir, qué estrategias utilizan las personas para contrarrestar las consecuencias negativas que produce el arrepentimiento. Para ello hay diversos fenómenos que actúan dependiendo de cada situación. Cuando se trata de remordimientos causados por una acción realizada en el pasado, las personas utilizan estrategias psicológicas que reducen las consecuencias negativas de sus actos. Esto hace

que se fijen solamente en los aspectos positivos de la situación actual y dejen a un lado los negativos. No ocurre lo mismo cuando el arrepentimiento viene determinado por una ausencia de acción. En este caso, la lucha contra el malestar es más difícil porque ciertos mecanismos tienden a amplificarlo. De modo que cuando el arrepentimiento se produce por algo “mal hecho” las consecuencias son limitadas y se pueden identificar. Mientras que cuando el arrepentimiento se debe a una ausencia de actuación “como era debido” las consecuencias son infinitas (André, 2006).

La gravedad del arrepentimiento no depende sólo de su etiología y las estrategias que se utilizan para afrontarlo, sino que también viene determinada por ciertos rasgos de personalidad que pueden agravar o aligerar los efectos del arrepentimiento. Las personas que habitualmente tienen una perspectiva más positiva suelen tener menos arrepentimiento que, por ejemplo, aquellas que tiende a ser perfeccionistas (André, 2006).

En la presente investigación se ha estudiado la existencia de arrepentimiento por haber realizado algo (por haber emigrado a otro país), pero no de forma inmediata, sino que buscamos consecuencias a largo plazo. Esperamos encontrar pensamientos contrafactuales y sentimientos de nostalgia, tristeza e incluso culpabilidad, ya que las personas que han emigrado se lamentan con cierta frecuencia por la pérdida de aspectos de índole afectiva difícilmente recuperables y de los que se hacen conscientes con el paso del tiempo (p.e., el cariño de la familia, la añoranza de vivencias agradables del pasado, etc.).

Para ello se han seleccionado inmigrantes marroquíes de larga estancia en Almería. Se ha elegido a este grupo de inmigrantes para estudiar su arrepentimiento por ser el primer grupo de inmigrantes extranjeros que llegó a Almería en los años 80-90 del siglo XX. Como señalan Navas et al. (2004: 164), el grupo etnocultural de magrebíes “es, con diferencia, la procedencia dominante dentro de los africanos residentes en Almería”. Suponíamos que para experimentar arrepentimiento las personas debían residir un largo tiempo en otro lugar, de manera que pudieran hacer un balance de sus vidas, comparando expectativas iniciales y resultados obtenidos finalmente, ganancias y pérdidas vitales. Por eso se eligió a este grupo étnico.

2. Método

2.1. Sujetos

Participaron voluntariamente en la investigación un total de 12 personas (7 mujeres y 5 hombres), todas ellas inmigrantes de origen marroquí y residentes en España desde hace un mínimo de 8 años (aunque la mayoría de ellas superan los 15). Sus edades estaban comprendidas entre 32 y 55 años en el caso de las mujeres, y entre 30 y 37 años en el caso de los hombres. El contacto con los participantes y su reclutamiento se realizó a través de las redes personales del equipo investigador. En la selección de los participantes se consideró como criterio clave que el nivel de conocimiento de castellano de los participantes fuera suficientemente fluido para participar en la discusión grupal.

Tabla 1. Características de los participantes de los grupos focales

Grupo Focal 1:							
Pseudónimo	Edad	Lugar Nacimiento	Estado Civil	Hijos	Situación Laboral	Años en España	Tipo de emigración
Fátima	32	Rabat	Casada	Si	Ama de casa	25	Reagrupación Familiar
Samira	40	Fes	Casada	Si	Parada	16	Individual
Karima	44	Casablanca	Casada	Si	Parada	20	Reagrupación Familiar
Maryam	40	Casablanca	Casada	Si	Agricultora	17	Familiar
Naima	55	Casablanca	Viuda	Si	Agricultora	20	Reagrupación Familiar
Latifa	46	Nador	Casada	Si	Ama de casa	26	Individual
Sabah	40	Nador	Casada	No	Parada	15	Individual
Grupo Focal 2: Hombres							
Mohamed	33	Khenifra	Casado	Si	Agricultor	20	Reagrupación Familiar
Abdellah	32	Casablanca	Soltero	No	Estudiante	21	Familiar
Omar	37	Fes	Divorciado	No	Peluquero	21	Individual
Hasan	33	Kenitra	Casad	Si	Jubilado parcialmente y agricultor	8	Individual
Karim	30	Azro	Casad	Si	Mecánico	11	Reagrupación Familiar

2.2. Estructura y características de los Grupos Focales

Se llevaron a cabo dos grupos focales (Callejo, 2009), uno formado por mujeres y otro por hombres. Esta división por sexo se hizo con la intención de poder comparar los discursos de ambos grupos, analizando las similitudes y diferencias que pudieran hallarse entre ambos. Además, al tratarse de personas procedentes de una cultura árabe incluso se consideró más aconsejable hacer estos dos grupos en función del sexo. Tal y como señalan Navas et al. (2004: 164), “las realidades entre hombres y mujeres en la inmigración pueden tener matices notablemente diferentes, y... se considera que la separación entre sexos es mayor en la cultura islámica”. De esta forma se pretendió evitar que las mujeres se sintieran cohibidas en presencia de los hombres y que ello afectase a la fluidez de sus discursos.

Los grupos se desarrollaron en lengua castellana y se grabaron en su totalidad con la autorización de los participantes, garantizándoles la confidencialidad. Las grabaciones fueron transcritas en su totalidad para su posterior análisis e interpretación.

El grupo de las mujeres se realizó en una sala de la Casa de la Juventud del Ayuntamiento de V́icar, mientras que el de los hombres se llevó a cabo en una sala de grupos de trabajo de la biblioteca Nicolás Salmerón de la Universidad de Almería.

2.3. Guion de los Grupos Focales

El guion que se ha utilizado en ambos grupos focales ha sido estructurado en función de los objetivos de la investigación. Esta estructura ha sido idéntica para los dos grupos, respondiendo al carácter comparativo con el que se ha concebido esta investigación (véase Anexo).

El guion consta de un bloque de preguntas introductorias, para ‘romper el hielo’ entre los participantes y generar un clima de confianza y comodidad en el grupo. Seguido de otro con preguntas comparativas entre la vida en el país de origen antes de emigrar y la vida actual. Posteriormente se realizan preguntas enfocadas a detectar pensamientos y sentimientos de arrepentimiento. Se finaliza con las preguntas destinadas a conocer las estrategias que utilizan aquellas personas que mostraban cierto arrepentimiento por haber emigrado.

3. Resultados

Los elementos que han guiado este análisis han sido los planteados inicialmente como objetivos del estudio. Esto es, analizar la existencia de pensamientos y sentimientos de arrepentimiento, sus causas y consecuencias, así como las estrategias de afrontamiento que los participantes utilizan para vivir con él. Con esta aclaración se pretende evitar la impresión de querer dramatizar o llevar a un extremo de negatividad el fenómeno migratorio y dejar claro que, al igual que se han hallado sentimientos de nostalgia, anhelo, lamento, tristeza, o insatisfacción en algunos aspectos, también han estado presentes en todo momento en los discursos la satisfacción de los participantes con su vida actual, la comodidad y el bienestar conseguidos en aspectos básicos como educación, sanidad, seguridad personal, derechos y libertades, entre otros. No obstante, todo inmigrante parece llevar una ‘espinas clavada’ por haber tenido que salir de su país y tener la vivencia de ser ‘un inmigrante’ en busca de una vida mejor o más confortable

en trabajo, salario, educación, salud, derechos humanos, dignidad, libertad de expresión y un largo etcétera propio del estilo de vida europeo.

Apoyándonos siempre en las narraciones de los participantes, y con el fin de hacer más clara la exposición de los resultados, agruparemos el análisis de los discursos en dos apartados: arrepentimiento (causas y consecuencias) y estrategias de afrontamiento del arrepentimiento.

3.1. *Arrepentimiento (causas y consecuencias)*

En los discursos de los participantes de ambos grupos focales se detectan numerosas reflexiones que podrían considerarse como pensamientos y sentimientos de arrepentimiento, lamento, nostalgia o añoranza del país de origen, ocurridos en algún momento del tiempo que llevan viviendo en España.

Los motivos que provocan o causan pensamientos y sentimientos de arrepentimiento por haber emigrado, según las argumentaciones de los participantes, son variados. Estos aparecen sobre todo cuando se mencionan ciertos temas como la familia, los hijos, las tradiciones, la cultura propia, la religión o el rechazo sufrido en España. A través de los discursos se detecta que algunos factores parecen afectar más a las mujeres y otros a los hombres.

En el caso del *grupo de mujeres* los discursos permiten apreciar mayor tristeza al hablar de *la familia*. Sienten que han desaprovechado un tiempo irrecuperable viviendo lejos de sus seres más queridos y plantean reiteradamente si ha merecido la pena. Las participantes manifiestan que, en ciertos momentos, cuando por motivos de trabajo, falta de dinero, o por estar cobrando alguna prestación social, no han tenido libertad para viajar a su país y visitar a sus familias, entonces, se arrepienten de haber sacrificado tantos años lejos de ellos. Y se plantean hasta qué punto han conseguido mejorar la calidad de sus vidas cuando no sólo han vivido lejos de sus seres más queridos sino que, en la mayoría de los casos, no han podido estar en los momentos más importantes, como una boda, enfermedad o muerte.

Además se observa que si la pérdida de familiares es dolorosa en sí, siendo inmigrante lo es aún más por el tiempo que suelen llevar sin ver a esa persona que acaban de perder, por no poder compartir con ella los últimos días, por no poder despedirse, por no llegar a tiempo al entierro, etc. Todo esto causa arrepentimiento:

“Llevaba dos años sin ver a mi madre y al final llamarme y decirme está muerta ¿por qué he venido aquí? Te da un coraje” (Samira, GF1).

En el grupo focal de *hombres* las manifestaciones acerca de la ausencia de familia como causa de arrepentimiento han sido menos frecuentes, lo que podría significar que parece afectarles menos. No obstante, algunos participantes, como es el caso de Omar (GF2), también lo manifiestan afirmando que ganan “calidad de vida” pero no disfrutan de su familia.

Otro factor que destaca en los discursos como influyente en el arrepentimiento y que parece afectar por igual a *ambos grupos* es el *desarraigo* que produce alejarse de tu tierra y, por tanto, de todo lo que esté relacionado con ella. Se producen sentimientos de añoranza de vivencias de fiestas tradicionales, aspectos culturales y religiosos. Los testimonios transmiten que este desarraigo, con el paso de los años produce un vacío enorme en sus vidas:

“Yo creo que el sacrificio, sacrificas tiempo o mucho tiempo en España y después ganas dinero, pero el dinero se va. Son muchas cosas, el sentimiento que tienes que estar entre familia, ese Ramadán que tienes que estar ahí con tu familia, son muchas cosas, pero bueno...” (Abdellah, GF2).

La toma de la decisión de emigrar parece también jugar un papel muy importante, ya que no es lo mismo que sea una decisión propia a que la tomen otros por ti. Este es el caso manifestado por algunos participantes que no tuvieron elección pues vinieron con sus padres. A pesar de entender la decisión de sus padres, estar totalmente de acuerdo con ellos y agradecerles la vida que tienen hoy día, manifiestan haber perdido oportunidades que tenían en su país. Un ejemplo de ello es la buena adaptación escolar que tenían algunos participantes en su país de origen (p.e., buenas calificaciones, amigos, etc.) y que pierden por completo al llegar a España, obligados a empezar ‘de cero’ (p.e., aprendiendo el idioma, adaptándose a un nuevo entorno, etc.). Algo similar ocurre con la posibilidad de seguir estudios universitarios, que en el nuevo país se complica precisamente por el tiempo necesario para adaptarse y por la necesidad de trabajar en cuanto sea posible para ayudar económicamente a la familia. En la mayoría de casos estas personas que llegaron acompañando a sus padres no consiguen adaptarse completamente al nuevo sistema educativo, entre otras cosas, por no superar la frustración que produce el desajuste de nivel académico que se produce al principio de su llegada.

Lo mismo ocurre con las mujeres que se vieron obligadas a venir a España para estar cerca de sus maridos, teniendo que renunciar a sus trabajos y a la vida que tenían en Marruecos para mantener a la familia unida:

“Yo no quiere venir aquí porque si me gusta mi trabajo a Marruecos...por obligación con mi marido” (Naima, GF1).

Sus vidas cambian una vez que están aquí. Independientemente de la clase de vida que llevaban en Marruecos, de estar estudiando, trabajando en una oficina, o de tener su propio negocio, aquí en España, parece que todas tienen un mismo destino: trabajar en la agricultura, los ‘almacenes’ o la limpieza, trabajos que no habían realizado en Marruecos ni pensaron realizar nunca. Sus discursos muestran la pérdida que les supone haber asumido el ‘rol del inmigrante’ que, según relatan, es trabajar y salir adelante económicamente, porque si abandonaron su país fue para mejorar su vida. Así, cuando eres inmigrante pasas a tener un único objetivo en la vida: trabajar y ganar dinero para ayudar a los padres, a la familia, enviar dinero ‘a casa’, etc. Ya no piensan en estudiar o aprender cosas nuevas fuera del contexto laboral, asumen un rol previamente definido y se resignan a desempeñarlo.

Otra causa de arrepentimiento es que con el transcurso del tiempo se sienten ‘entre la espada y la pared’. Por un lado, cuanto más tiempo llevan fuera de su país más lo añoran, echan de menos a sus familiares, las fiestas, las tradiciones, la cultura, etc. pero, por otro lado, al mismo tiempo han echado nuevas raíces en el país de acogida que, según manifiestan, les impiden tomar la decisión de regresar:

“Nunca va a tener una solución porque cuando ya ponen mayor y ya vas a querer volver a Marruecos vas a tener otra familia aquí, otras vidas aquí, vas a tener tus nietos, nueras y va a seguir así, cada vez vas a tener más familia” (Fátima, GF1).

Numerosos argumentos esgrimidos por los participantes ponen de manifiesto la sorpresa de sentirse ‘inmigrantes’ o extranjeros no sólo en España sino también en Marruecos. Aquí son “los marroquíes” y allí son “los españoles”:

“En Marruecos ya cuando pierdes la infancia, cuando ya no eres, ya, ya no puedes ir allí, ya tienes que ir como inmigrante y empezar de cero...vuelves a ser inmigrante otra vez” (Mohamed, GF2).

Se detecta un nudo discursivo entre la mayor parte de los padres y madres participantes cuyos hijos han crecido en España, alejados de la cultura del país de origen. Creen que sus hijos cuando sean mayores pasarán exactamente por la misma situación y se sentirán ‘extranjeros o inmigrantes’ en su propio país de origen por no conocer la cultura ni el idioma.

Finalmente, el *rechazo* por parte de la sociedad de acogida es otro de los temas que ha aflorado en los discursos del *grupo de hombres* y que parece tener una gran

repercusión en sus niveles de arrepentimiento respecto a la experiencia migratoria. Si en el caso de *las mujeres* la privación del *cariño* de sus seres queridos parece la causa principal de arrepentimiento, en las argumentaciones de los hombres son los episodios de discriminación los que destacan como causa más relevante:

“Cuando uno te dice ‘vete a tu país’ o así, una cosa así, dices ‘tío, si yo vivo aquí, ¿por qué lo dice?’. Eso te ha pasado, a todo el mundo. Dices... si tiene razón ‘por qué no te vas a tu país’” (Mohamed, GF2).

3.2. Estrategias de afrontamiento del arrepentimiento

Las principales estrategias de afrontamiento que se han detectado en los discursos de ambos grupos focales están basadas en la creencia de que todo ha merecido la pena ‘por el bien de sus hijos’. Este discurso sobresale mayoritariamente en el grupo de las mujeres: “*por mis hijos*”. Como consecuencia de lo que sienten depositan gran confianza en sus hijos, en que estos van a tener un buen futuro, para así contrarrestar el malestar producido por esos sentimientos negativos. Pero así ‘se la juegan’, en el sentido de que si sus hijos deciden no estudiar o no tener esa clase de futuro que los padres desean para ellos, entonces sí que se sentirán totalmente fracasados, habrán “perdido” su vida y la de sus hijos.

Enlazado con la esperanza que se tiene de un futuro mejor para sus hijos surge en los discursos el tema de la educación que tienen garantizada en España. El que sus hijos tengan acceso a una educación pública y de calidad, que no disponen en Marruecos, es otro elemento de apoyo muy importante para afrontar el arrepentimiento.

Otra estrategia de afrontamiento del arrepentimiento que destaca en los argumentos esgrimidos en ambos grupos, es el reconocimiento de los numerosos aspectos que han mejorado en sus vidas desde que viven en España en comparación con Marruecos, aportándoles calidad de vida. Por ejemplo, en el *ámbito económico* no sólo se trata de encontrar un trabajo en España sino que el sueldo aquí es mucho más alto. Esto explicaría por qué incluso las personas que tienen un buen trabajo en Marruecos deciden sacrificarlo por otros trabajos más duros y de menor prestigio social en España, con tal de ganar más dinero. Algunas participantes, como Sabah (GF1), afirman haber abandonado su puesto de trabajo como secretaria para emigrar y trabajar en “un almacén”. Y a pesar del cambio que perciben, se sienten satisfechas porque con el sueldo actual pueden ayudar a sus familias, mientras que con el anterior apenas les daba para mantenerse ellas mismas.

Resulta relevante descubrir en las manifestaciones de ambos grupos la importancia que tienen aspectos *políticos* o de *derechos*. Se descubre como uno de los motivos por los que algunas personas no vuelven al país de origen pues aquí gozan de derechos de los que no disponen en Marruecos. En esa misma línea se desarrollan los discursos respecto a la asistencia sanitaria y el acceso ‘gratuito’ a la misma. Se trata de servicios que o bien no existen en Marruecos, o son muy escasos o muy caros. Esta comodidad, este sentimiento de confort, hace que merezca la pena lo arriesgado por estar aquí:

“Para mí el médico y el derecho de las mujeres, también muchos derechos tenemos aquí más que en Marruecos” (Samira, GF1).

El siguiente testimonio, ofrecido por una mujer, resume, a nuestro juicio, cuál es la recompensa a tanto esfuerzo, dolor, pérdidas, y experiencias negativas que viven los inmigrantes fuera de su país:

“Ahora vivimos aquí como la gente rica de allí, salimos igual” (Maryam, GF1).

4. Discusión

Suponíamos, basándonos en la literatura revisada (p.e., Navas et al., 2004), que mujeres y hombres experimentarían por igual arrepentimiento por haber llevado a cabo su proyecto migratorio, pero quizás los motivos de dicho arrepentimiento, algunas de sus consecuencias o las estrategias de afrontamiento utilizadas fuesen distintas en hombres y en mujeres, en función también de sus experiencias migratorias.

El análisis de los discursos de los participantes permite afirmar que, efectivamente, se detectan pensamientos y sentimientos de arrepentimiento comunes en ambos grupos. Las causas fundamentales de este arrepentimiento, así como sus consecuencias en los sentimientos provocados son, por ejemplo, echar de menos el cariño de la familia, la tristeza por sentir que pierden sus raíces, la nostalgia por su país, la preocupación por la educación y sobre todo por el desarraigo de sus hijos. Temen que éstos puedan acabar alejándose de su país de origen, de su cultura, religión, etc., adoptando un estilo ‘europeo’ y asimilándose completamente a la cultura de la sociedad de acogida. Este tipo de pensamientos y sentimientos está asociado a arrepentimiento a largo plazo (arrepentimiento nostálgico o melancólico) y trae consigo emociones de tristeza, nostalgia y desengaño (André, 2006). Estos sentimientos en la mayoría de casos desembocan también en culpabilidad.

Como se ha mencionado, el arrepentimiento no afecta por igual a todas las personas (Lupien, 2007). De hecho se ha observado que hay aspectos, causantes de arrepentimiento, que se acentúan más en unos que en otros y, por tanto, afectan de forma diferente. Se cree que esto es así porque depende de ciertos rasgos de personalidad, de la experiencia individual, así como de la percepción subjetiva que tiene cada persona de los hechos que le suceden.

En nuestro estudio se observan ciertas diferencias dependiendo de la edad a la que llegaron a España, el rol que ocupan en la familia, las circunstancias en las que han viajado, el estilo de vida que tenían en Marruecos o la experiencia vivida en España, entre otros. Pero las diferencias más importantes en los discursos se han producido, tal como esperábamos, en función del sexo de los participantes.

Las *mujeres* se centran más en el cariño perdido de la *familia* (padres, hermanos, etc.), mostrando una gran desolación por los años vividos lejos de ellos, sobre todo aquellas mujeres que perdieron a seres queridos estando ellas en España y sin poder despedirse de ellos. Estas pérdidas hacen que se arrepientan en muchas ocasiones por haberse marchado de su tierra. Este resultado no es de extrañar porque coincide con lo mencionado anteriormente acerca de que las decisiones que guardan una estrecha relación con la familia son las que causan mayor malestar (Lupien, 2007). Por otro lado, una de sus mayores preocupaciones son *sus hijos*, temen que se sientan auténticos extraños estando en su país de origen y acaben siendo inmigrantes y extranjeros aquí y allí. Sin tener un país de retorno donde refugiarse del hecho de 'ser inmigrante'.

Como estrategia de afrontamiento piensan en lo que han ganado (numerosos aspectos positivos en diferentes ámbitos: economía, salud, derechos, educación, etc.), pero sobre todo en la certeza de estar haciendo 'lo correcto' por darles una vida mejor a sus hijos y la esperanza de que tengan un buen futuro. Esto es lo que fundamentalmente les ayuda a atenuar los pensamientos y sentimientos negativos que experimentan con el arrepentimiento.

Por su parte, los *hombres*, a pesar de mencionar la pérdida del cariño familiar y de sus costumbres, o cierta preocupación por la educación de sus hijos, donde más sensibles se han mostrado ha sido al hablar de la *pérdida de sus raíces*. Son conscientes de que por el hecho de haber crecido en otro país han perdido la vivencia de etapas de la vida a las que ya no van a regresar. Quizás esto se dé en hombres más que en mujeres, porque ellas suelen vivir más sumergidas en el ambiente familiar, que suele ser rico en costumbres, tradiciones, cumplimiento de preceptos y obligaciones religiosas, etc. Todo

esto acerca a las mujeres, más que a los hombres, a un ambiente propio del país de origen. Es decir, las mujeres suelen ocuparse en mayor medida que los hombres de garantizar el mantenimiento de la cultura de origen en sus hogares y de transmitirlo a sus hijos.

No obstante, el elemento más importante y dramático en el discurso de los hombres, que no aparece en el de las mujeres, son los *episodios de rechazo* que han vivido por parte de la sociedad de acogida, que les han hecho arrepentirse de no estar en su tierra, al menos en esos momentos. La mayoría de los hombres asegura haber vivido estos episodios en los primeros años de estancia en España, lo que hace que sus consecuencias sean aún más perjudiciales. Algunos de ellos, los que vinieron de pequeños a España, sufrieron esta discriminación en una etapa de niñez o adolescencia que es cuando más se necesita sentirse aceptado por el resto de iguales. Otros ya eran adultos y, por tanto, más conscientes de su proceso migratorio, de su naturaleza de ‘inmigrante’. De cualquier forma, en ambos casos, durante los primeros años de estancia en la sociedad de acogida es cuando descubren el país que han escogido para mejorar sus vidas; un país del que desconocen la realidad hasta que no están en él, pero a pesar de no conocer esa realidad, si se ha escogido es porque se tiene la esperanza de encontrarse con un ambiente acogedor, con una sociedad realmente ‘de acogida’. Esta esperanza se viene abajo cuando se encuentran con rechazo por parte de la sociedad en lugar de encontrarse con la aceptación de los demás que todo ser humano necesita. Al igual que en el grupo de mujeres, las estrategias que utilizan los hombres para afrontar los pensamientos y sentimientos de arrepentimiento son centrarse en los aspectos positivos que han encontrado en este país, y que abarcan la mejora en aspectos económicos, políticos, educativos, etc.

Respecto al tipo de arrepentimiento que se experimenta, ya se ha mencionado que existen fundamentalmente dos tipos: arrepentirse por lo que se ha hecho y arrepentirse por lo que no se hizo (André, 2006), siendo este último más intenso y aversivo que el primero. En el caso de las personas que han emigrado a otro país, ya han realizado una acción. Por lo tanto, pueden arrepentirse de haber hecho algo incorrecto, pero no por no haber hecho nada para mejorar su situación. Por eso sus pensamientos y sentimientos, detectados a través de los discursos, son en cierta forma ambivalentes, de pérdida en algunos casos, pero también de ganancia en otros.

5. Conclusión

Tal como se esperaba, los discursos de ambos grupos ponen de relieve pensamientos y sentimientos de arrepentimiento con causas comunes, aunque dependiendo del grupo se acentúan más unas causas que otras (p.e., la ausencia de la familia en el caso de las mujeres, y las experiencias de rechazo en el caso de los hombres). Ambos grupos utilizan también estrategias de afrontamiento del arrepentimiento similares: valorar ‘lo que han ganado’ con la emigración (numerosos aspectos positivos en diferentes ámbitos: economía, salud, derechos, educación, etc.), pero sobre todo la certeza de estar haciendo ‘lo correcto’ por darles una vida mejor a sus hijos y con esperanza de futuro.

Es importante subrayar que, en general, tanto los hombres como las mujeres de nuestro estudio, se sienten personas afortunadas por tener la vida que tienen actualmente en España. A pesar de las experiencias negativas que han vivido o siguen viviendo, se sienten recompensados en muchos aspectos importantes de sus vidas (salud, educación, y derechos especialmente) que, de acuerdo con sus discursos, no tendrían en su país de origen.

Para finalizar, debemos indicar que el presente trabajo no está exento de limitaciones: el reducido número de grupos focales que se han llevado a cabo y el haber considerado a personas inmigrantes de un sólo origen etnocultural son algunas de ellas. No obstante, creemos que esta investigación aporta alguna luz sobre un tema importante pero escasamente estudiado en el ámbito de la inmigración.

Referencias

- André, C. (2006). Psicología del arrepentimiento. *Mente y Cerebro*, 17, 21-23.
- Callejo, J. (2009). *Introducción a las técnicas de investigación social*. Madrid: Centro de Estudios Ramón Areces.
- Izquierdo, A. (2000). El proyecto migratorio de los indocumentados según género. *Papers*, 60, 225-240.
- Lupien, S. (2007). Regret intensity, diurnal cortisol secretion, and physical health in older individuals: Evidence for directional effects and protective factors. *American Psychological Association*. Recuperado de: <http://sites.northwestern.edu/foundationsofhealth/files/2013/03/07-PA-Regret-Intensity-Diurnal-Cort-Secretion-Older-Adults.pdf>

- Gilovich, T. (1995). The experience of regret: What, When, and Why. *American Psychological Association*. Recuperado de: <http://psycnet.apa.org/psycinfo/1995-24085-001>.
- Navas, M.S., Pumares, P., Sánchez, J., García, M.C., Rojas, A.J., Cuadrado, I., Asensio, M. y Fernández, J.S. (2004). *Estrategias y actitudes de aculturación: la perspectiva de los inmigrantes y de los autóctonos en Almería*. Sevilla: Dirección General de Coordinación de Políticas Migratorias. Consejería de Gobernación (Junta de Andalucía).

Anexo: Guión de preguntas de los Grupos Focales

Preguntas introductorias

- ¿Cuánto tiempo lleva viviendo en España?
- ¿Qué le motivó a salir de su país?
- ¿Por qué eligió España como destino?
- ¿A qué se dedicaba en Marruecos?, ¿a qué se dedica actualmente?
- ¿Cuál era su plan inicial cuando emigró?, ¿quedarse mucho tiempo en el país de destino o volver pronto a Marruecos?

Causas del arrepentimiento

- ¿Cómo fueron sus primeros años en España en comparación con los últimos?
- Diría Vd. que su vida aquí, en general ¿es mejor que la que tenía en Marruecos antes de emigrar?, ¿en qué aspectos?
- ¿Cree Vd. que las cosas en Marruecos están ahora mejor que cuando Vd. emigró?
- Si Vd. no hubiera emigrado ¿cómo cree que hubiera sido su vida allí?, ¿mejor o peor que la tiene ahora?, ¿en qué aspectos?
- ¿Se han cumplido las expectativas que tenía antes de emigrar?, ¿las cosas en España han ido como Vd. pensaba que irían?
- Haciendo un balance general de su vida, ¿en qué aspectos cree Vd. que ha “ha ganado” al emigrar y en que cuáles cree Vd. que “ha perdido” al emigrar?

¿Existe arrepentimiento?

- ¿Alguna vez ha lamentado haber venido a España?, ¿por qué?
- Si Vd. pudiera volver atrás, ¿volvería a emigrar?, ¿a España o a otro país?, ¿por qué?
- ¿Alguna vez ha lamentado haber abandonado Marruecos?, ¿por qué?

Estrategias de afrontamiento del arrepentimiento

- ¿Ha pensado Vd. en volver a Marruecos?, ¿es un pensamiento pasajero o frecuente?, ¿se lo está planteado seriamente?, ¿cuáles son las razones para pensar en volver?
- ¿Qué cree Vd. que ocurriría si volviera a Marruecos?, ¿cómo sería su vida de vuelta en su país?
- ¿Qué le retiene en España?, ¿por qué sigue Vd. viviendo aquí?
- Si Vd. quisiera volver a Marruecos, ¿qué le impide volver?

-Algunos inmigrantes deciden quedarse en el país de acogida el resto de sus vidas, a otros les gustaría regresar a su país de origen, ¿cuál es su plan para el futuro?