

Las vivencias emocionales de las personas migrantes sin hogar.

Emotional experiences in homeless immigrants.

Miguel Ángel Navarro Lashayas

Doctor en Migraciones internacionales contemporáneas.

Universidad Pontificia de Comillas, Madrid. Ekimen Elkartea.

Resumen: El artículo muestra las consecuencias emocionales de la falta de vivienda a través de los relatos de los afectados. Para ello se ha entrevistado a 107 personas migrantes que se encuentran durmiendo en la calle. Se exploran aspectos como las relaciones con los demás (incluidos familiares), salud mental, abuso de sustancias, emociones negativas y positivas, aprendizajes, cambios en la identidad personal, orientación hacia el futuro, sentimientos de deshumanización y estigma social. Los resultados muestran un impacto importante a medida que la situación social negativa se mantiene y avanza algunas claves psicosociales importantes a la hora de intervenir con colectivos en exclusión social.

Palabras clave: Problemas Sociales, Persona sin hogar, Migración Internacional, Impacto Psicosocial.

Abstract: The article shows the emotional consequences of homelessness through the stories of those affected. This has interviewed 107 migrants who are sleeping in the street. Aspects such as relationships with others (including family), mental health, substance abuse, negative and positive emotions, learning, changes in personal identity, orientation towards the future, feelings of dehumanization and social stigma are explored. The results show a significant impact as negative social situation continues and advances some important psychosocial keys when intervening with groups in social exclusion.

Key words: Social Problems, Homeless, Emigration and Immigration, Psychosocial Impact.

Introducción

La vivienda es una necesidad básica que cumple funciones como la de ser un espacio cerrado que nos protege del exterior y donde establecemos nuestra vida y referencias sociales. En él construimos nuestra intimidad y convivimos con el grupo familiar o afectivo más próximo y realizamos actividades sociales, convirtiéndose por tanto en un espacio de socialización. Además, para algunas personas es un lugar de trabajo y para la mayoría de nosotros es un lugar de crea-

ción personal en el que combinamos nuestros gustos y deseos. Un alojamiento digno y estable es un bien sin el cual resulta imposible satisfacer las necesidades enunciadas (1). La falta de vivienda genera una situación de inseguridad, desarraigo y falta de intimidad en la persona que le conduce a procesos de gran deterioro personal y de sus relaciones sociales. El acceso a una vivienda, como espacio propio abre la posibilidad de reconstruir la confianza en uno mismo, la generación de participación social (2) así como de construcción de identidad (3).

Sin embargo, el acceso a un alojamiento, lejos de estar garantizado, es una quimera para las miles de personas que en el Estado español duermen en la calle. La definición más extendida de persona sin hogar es la que propuso el European Observatory on Homelessness (FEANTSA) (4) según el cual son *“todas aquellas personas que no puedan acceder o conservar un alojamiento adecuado, adaptado a su situación personal, permanente y que proporcione un marco estable de convivencia, ya sea por razones económicas u otras barreras sociales, o bien porque presentan dificultades personales para llevar una vida autónoma.”* Según los datos del INE, en el Estado español hay casi 23.000 personas sin hogar (5), aunque las cifras reales son más altas ya que tan solo se contabilizan aquellas que están haciendo uso de alguno de los recursos asistenciales disponibles.

Se presentan los resultados de 107 entrevistas realizadas a personas que se encuentran durmiendo en la calle o hacen uso de recursos para personas sin hogar. También se han incluido a personas que en la actualidad se encuentran en un alojamiento estable pero el año anterior han estado durmiendo por lo menos una semana en la calle. El perfil es el de una persona joven (media de 32 años), varón, procedente del Magreb que lleva de media 13 meses sin hogar.

Las relaciones sociales

Autores como Bahr (6) hablan de la importancia de la desafiliación y desarraigo en que viven las personas sin hogar que cuentan con vínculos muy tenues con la familia y con pocos o ningún amigo. La falta de apoyo social junto con los problemas económicos son considerados los dos ejes de la exclusión social (7).

Las entrevistas muestran que muchas de las personas que llevan poco tiempo en la calle prefieren estar solas para evitar problemas, por lo que la soledad no estaría tan vinculada al tiempo de estancia en la calle como a las vivencias e incluso estrategias para salir de la misma.

“Hablo con mucha gente pero no tengo amigos, no quiero amigos, duermo yo solo en la chabola. Así menos problemas con la policía, si te ven hablando y eres argelino vienen y te

piden los papeles, la tarjeta de comedor y para menos problemas no hablo con nadie.” (Argelia, 25 años)

Sin embargo. Muchas veces el aislamiento no es una decisión personal. Es consecuencia de la vergüenza que supone el “fracaso”, que se tiende a esconder, tanto más si ese fracaso está asociado al estigma de ser un dependiente o un parásito social. De este modo desaparece “el colchón” que toda comunidad debiera suponer como factor amortiguador y protector frente a la ansiedad y el miedo que la lucha por la subsistencia genera. (8)

“Ya saben que estoy mal; uno para llamar pueden ser cuatro meses, tres meses sin llamar (...). Ellos no saben que yo duermo en la calle porque yo no puedo decirles a ellos eso (...). Cuando duermes en la calle también no vas a tener ganas de hablar y estar donde hay personas, te vas a quedar solo, aburrido porque tú te sientes solo.” (Angola, 45 años)

Cuando duermes en la calle no quieres saber nada, no quiero que sepan ni dónde estoy, ni mi familia ni mis amigos, perdí el contacto completo con todos (...). Alguna vez sí que me pasó por la cabeza el salir de allí e irme a Portugal otra vez con mis padres, pero no sabía cómo hacerlo, no tenía fuerzas, no encontraba la forma de poder volver con ellos porque me veía una persona incapaz de afrontar mi realidad (...). Es duro porque tú sabes que tienes una familia pero no puedes hablar con ellos porque tu vida la tienes toda estropeada.” (Cabo Verde, 42 años)

La mirada de la gente y las atribuciones que las personas hacen sobre las características de quienes duermen en la calle también tienen un fuerte impacto.

“Psicológicamente es peor porque... yo al principio pensaba que la gente que duerme en la calle es peligrosa, delincuente, drogadictos, y luego tú mismo te ves en esa situación, estás seguro que todo el mundo piensa de ti lo mismo, y una persona necesita sentir un poco de amor y que te valoran y si eso no lo sientes puedes hacer cosas muy malas.” (Mali, 34 años)

La dureza de la calle facilita el aislamiento social al incidir en la visión que se tiene de las relaciones



con los demás, lo que unido al estigma favorece la aparición de sentimientos de deshumanización.

“Te enfadas mucho, siempre estás mal con la cabeza y eso se nota cuando alguien te viene hablar (...). He perdido muchos amigos por dormir en la calle, ni siquiera quiero que la gente conozca que duermo en la calle porque si te ve la gente de tu barrio de Marruecos en la calle durmiendo mal, van a bajar a Marruecos y le van a decir a tu padre o a tu madre que estás perdido, que te han visto y no estás haciendo las cosas bien (...). Ahora me fio un poco menos de la gente por las hostias que te llevas, la gente es muy diferente, ahora cada uno quiere lo suyo (...). Sientes siempre que otras personas están mejor que tú. Siempre piensas por qué tú no estás viviendo como el que está en casa... bufff ojalá algún día llegue a eso (a estar en una casa) porque estoy muy cansado ya de la calle.” (Marruecos, 22 años)

Dignidad y deshumanización

Son numerosos los investigadores que apuntan a la dificultad de mantener una dignidad personal cuando no se tiene casa (9). Reconocer la dignidad de una persona es reconocer su valor como ser humano independientemente de su estatus o rol en la sociedad, es tener la capacidad de ser visto y verse como una persona valiosa (10). Hace referencia a lo que somos, no a lo que tenemos. La experiencia de dignidad es una interrelación de los individuos con su ambiente, depende tanto de cómo nos vemos nosotros mismos y cómo somos vistos y tratados por los demás.

El estigma social que acompaña a la situación sin hogar y las condiciones de degradación y deshumanización que conlleva pueden comprometer gravemente la dignidad de la persona que vive esa situación. La imagen que los demás proyectan de nosotros, junto con nuestra propia percepción de nuestro estado físico (suciedad, problemas físicos, etc.) y mental (la esperanza de poder salir de la situación en la que nos encontramos, el sentimiento de no importar a la sociedad, etc.), son variables que están influyendo en que algunas personas se vean a sí mismas deshumanizadas, más cerca de los animales que de las personas.

“Si tú duermes en la calle te sientes como un animal, tu primer sentimiento es que no eres un ser humano, eres un animal, ¿y que hace un animal? No tiene cerebro, puede hacer cualquier cosa, y si vives en la calle y te sientes como un animal, no como un ser humano, puedes hacer cualquier cosa porque te da igual, no tienes cerebro.” (Argelia, 31 años)

“Te sientes un poco animal cuando la gente te mira mal, o entras al metro y te das cuenta que hueles mal, y piensas, joe... cuatro días sin duchar y sin poder lavar la ropa y es cierto que pareces un poco animal.” (Marruecos, 27 años)

En algunos casos se da un extrañamiento de este mundo, casi una alienación, no siente que pertenece a esta sociedad. Es quizá la imposibilidad de realizar una vida normalizada junto con el estigma de la propia situación lo que facilita la visión de la calle como un universo paralelo. A ello hay que añadir la propia situación de carencia extrema, la falta de oportunidades, las vivencias y las diferentes problemáticas personales que conviven en la calle, pero lo cierto es que muchos de los entrevistados ven la calle como un mundo paralelo al mundo de los “integrados” de las personas “normales”, provocando un cierto sentido de pertenencia a ese “submundo” de los excluidos. Dicha separación se ve agravada por el hecho de ser una persona extranjera, dificultando aún más el establecimiento de puentes entre los dos “mundos”.

“Yo me veía como una persona fuera de la sociedad, completamente fuera de la sociedad sin rumbo, casi como si fuera de otro mundo. Sientes que no tienes nadie ni nada, cuando llega la noche piensas dónde vas a dormir, te vas a un puente pasando frío, hambre, llueva o no llueva (...). Te ves completamente distinto, miraba la gente que tenía sus casas, sus coches y yo pensaba que podía tener esa vida porque no era distinto a ellos, es porque había hecho cosas malas y te machacas, te comes la cabeza... es que en la calle no encuentras a nadie que te escuche, contarle lo que te ha pasado, ver cómo salir... bufff, es que es muy duro.” (Cabo Verde, 42 años)

“La calle también tiene un mundo paralelo, un mundo a veces de cariño, de compartir, aunque sea la droga, e incluso de confianza aunque sea sólo de su propio grupo.” (Marruecos, 42 años)

Emociones negativas

En un metanálisis realizado recientemente sobre los efectos psicológicos de la exclusión social (11), se llega a la conclusión de que genera aplanamiento afectivo o un estado de neutralidad emocional.

“En la calle, ¿cómo puedes dar cariño a nadie si tú no tienes cariño, si nadie te da cariño? Si no tienes las cosas importantes de la vida, las básicas no puedes dar cariño, ¿cómo puedes esperar cariño de un corazón que está fracasado?” (Marruecos, 42 años)

Sin embargo, las entrevistas muestran que dicho aplanamiento afectivo no se da en todas las personas, la mayoría muestra fuertes sentimientos de tristeza y frustración.

“Muy triste, la calle es muy dura, si en mi país sé lo que voy a pasar no voy a pasar en la calle, no vengo. No hay gente que te pueda ayudar o escuchar, ni a tu familia le dices qué te pasa, es muy duro.” (Argelia, 28 años)

“Uno se queda triste, no puedes hablar... otros se enfadan enseguida, es muy dura la calle, cada uno se lo toma de forma diferente. No sé... yo lloro mucho, cuando me levanto mis lágrimas caen siempre, te levantas y estás en la calle y piensas ¿dónde voy a ir ahora? No tienes nada.” (Congo, 45 años)

A la tristeza se le une el miedo y vergüenza por la situación que se está pasando.

“En el sitio donde duermo muy mal, mucha gente, siempre con miedo ¿sabes? Puedes estar durmiendo y viene alguien y te mata. También puede venir la policía te coge.” (Marruecos, 20 años)

“Llego a las 22:00 a dormir a la calle porque me da vergüenza, porque yo tengo valor ¿sabes? Yo tengo casa y tele y todas esas cosas en Marruecos y luego duermo en la calle ¿cómo voy a pensar? La gente no sabe que en verdad tú tienes una familia y una casa, y de todo.” (Marruecos, 50 años)

Diversos autores sostienen que la vida en la calle precipita la aparición de problemas de abuso de sustancias y de salud mental (12, 13). Tanto el alcohol como el resto de sustancias se usan como

vía de escape, como forma de olvidar, de evadirse de la realidad y en ocasiones también de relacionarse con otras personas que se encuentran en la misma situación.

“Bebía alcohol en la calle porque pensaba que me podía ayudar a superar las cosas, pero al final he visto que no es una solución. Cuando bebes piensas que te estás ayudando a pasar la situación que estás pasando pero no es cierto.” (Camerún, 35 años)

“Una persona que no se acepta a sí mismo para vivir en la calle jodidísimo, vas a estar todo el tiempo inconsciente, bebiendo, fumando para no verse a sí mismo.” (Sahara, 19 años)

La exposición a la violencia cuando se duerme en la calle se asocia a abuso de alcohol y gravedad en síntomas psicóticos (14). Son numerosas las referencias que vinculan la agresividad existente en la calle con la propia situación social que provoca que las personas se encuentren nerviosas, no puedan pensar bien y respondan de manera violenta a cualquier provocación.

“En la calle hay mucha gente que se pega porque cuando estás en la calle tu cabeza no está bien, tienes muchos problemas, piensas mucho y si una persona te habla una cosa que no está bien, directamente... puf (golpe)” (Camerún, 39 años)

Por último también se explicita un submundo, el de la calle, donde la violencia es una herramienta para hacerse respetar y ser reconocido.

“Es que en la calle hasta los diablos pueden aparecer. Yo me he peleado muchas veces en la calle... es que la calle tiene su forma, cada uno busca su vida y es difícil, tienes que defenderte, son formas de vida de la calle, es como un soldado que está dentro de la guerra.” (Mauritania, 31 años)

Identidad personal

Los cambios identitarios producidos por la situación sin hogar no han sido objeto de investigación a nivel nacional, aunque son diversas las investigaciones internacionales que han puesto su atención en ello, centrándose en la mayoría de los casos en la teoría de la identidad social (15) y las estrategias utilizadas por las personas

sin hogar para no tener una identidad social negativa (16, 17). En un trabajo clásico de estos últimos autores, muestran cómo las personas recientes sin hogar reportan una fuerte aversión hacia las personas sin hogar (mostrado en la investigación presente en la falta de contacto con otras personas sin hogar de aquellos que llevan poco tiempo en la situación), mientras que las que llevan mucho tiempo son más propensas a adoptar concepciones de sí mismas vinculadas a la imagen de sin hogar. Otros autores dejan de lado la teoría de la identidad personal y se centran en la forma en que la calle hace perder el sentido de autoestima, autoeficacia y finalmente, identidad de las personas (9) o los efectos en la personalidad de la despersonalización (no tener documento de identidad) y la estigmatización (estar o parecer sucio), encontrando una afectación importante en la autoestima y personalidad (18).

La influencia del paso del tiempo en la situación sin hogar en cómo la persona se ve a sí misma y se concibe en relación con los demás debe ser objeto de mayor atención en la investigación en el futuro. Algunos autores (19) sostienen que la exclusión social es, ante todo, un proceso de despersonalización, de pérdida de identidad personal y de intimidad. Los cambios en la identidad producidos por las condiciones de vida son lo que llevan a algunos autores a asegurar que la calle tiene un alto potencial traumático en las personas (12).

“Cuando estás en la calle pierdes las condiciones, pierdes las amistades, estás un poco sucio, la gente sabe que estás en la calle, te cambia tu personalidad, estás más opaco, sin sonrisa, más sucio, eso te machaca un poco, y para no mostrar a la gente que estás en la calle te quedas ahí en la cueva y vas perdiendo la personalidad, yo he ido perdiendo mi personalidad, antes no era tan seco, era más abierto, yo no soy el mismo, a medida que he pasado más tiempo en la calle me he ido hundiendo y cambiando.” (Colombia, 52 años)

“La calle te cambia como persona, si no tienes referencias la calle te puede cambiar completamente (...). Soy totalmente diferente antes de dormir la calle que después de dormir la calle, no bueno, yo soy el mismo,

lo que cambias la manera de ver la vida, la manera de ver la gente y la manera de pensar, porque te das cuenta que te faltan cosas, te das cuenta que tú no puedes hacer cosas porque te falta un lugar, es muy duro.” (Congo Brazzaville, 39 años)

Control de la vida y perspectiva de futuro

La motivación para establecer metas y formular planes de futuro está relacionada con la creencia que cada uno tiene en las posibilidades de controlar los acontecimientos que suceden en su vida. Aquellas personas orientadas hacia el futuro están menos tiempo en la situación de sinhogarismo mientras que los orientados al presente tienen estrategias de afrontamiento más evasivas (20). El 49% de los sujetos entrevistados cree que no puede controlar su vida cuando duerme en la calle, por lo que será difícil que establezcan una estrategia para salir de la misma.

“No puedes controlar tu vida porque tu cabeza no está bien, estás muy lejos, no entiendes nada no puedes tener nada, no entiendes nada, cuando dormía en el edificio los chicos me hablaban y no entendía nada, me decían, vamos conseguir una tarjeta para el comedor, y yo ¿una tarjeta de qué? No entiendo nada, no es vida, te levantas ¿a qué hora?, ¿para qué? Es todo un problema.” (Camerún, 32 años)

Aquellas que sí consideran que pueden controlar su vida hacen referencia a la responsabilidad personal, la esperanza de que un día las cosas van a cambiar y a la importancia de organizar la rutina diaria y no dejarse llevar por la anomia.

“Depende de ti, dices, mañana me tengo que despertar a las 7 tengo que... por ejemplo, yo estuve 15 días haciendo el curso durmiendo en la calle. Me levantaba a las 7 y sin desayunar ni poder ducharme iba el curso hasta la 13:30. Luego iba al comedor a las 14:00, y era la primera vez en todo el día que comía algo, bebes agua para engañar a la tripa.” (Marruecos, 27 años)

La recuperación del control sobre la propia vida es uno de los elementos claves en las intervenciones psicosociales, formando parte nuclear de muchas teorías. En palabras de Bandura “el ser

humano ha luchado siempre por controlar los eventos que afectan a su vida” [citado en (21)] por lo que los servicios e intervenciones realizados con las personas sin hogar debieran ir encaminados a la recuperación o refuerzo del control sobre su propia vida.

El control sobre la propia vida está relacionado con las atribuciones de causalidad sobre los acontecimientos (22). Esta atribución determinará el grado de satisfacción o frustración de la persona con el acontecimiento y, con toda seguridad, condicionará su comportamiento futuro, por eso se dice que las atribuciones se relacionan con la motivación (23). En el caso de las personas sin hogar se ha remarcado su falta de motivación para el futuro, su falta de expectativas debido al fuerte condicionamiento del entorno social, lo que lleva a considerar a algunos autores la indefensión aprendida en las personas sin hogar (24). Víktor Frankl, en su obra “El hombre en busca de sentido”, nos dice: “el hombre que no podía ver el fin de su “existencia provisional” tampoco podía aspirar a una meta última en la vida, cesaba de vivir para el futuro... El obrero parado, por ejemplo, está en una posición similar”.

“No piensas como los demás, piensas a tu manera porque no tienes fuerza, no puedes planificar tu futuro, vives día a día, ves las cosas de otra manera, te sientes inútil, imbécil. Si yo tenía un techo aunque voy a comer patatas todas las semanas vas a ver las cosas de otra manera.” (Congo, 39 años)

Sin embargo, las entrevistas muestran que la mayoría de las personas sigue considerando que puede salir de la situación en la que se encuentran, para ello es fundamental la ayuda de las asociaciones. Otras personas consideran la ayuda de las asociaciones fundamental pero le añaden una pizca de suerte, saber moverse y aguantar hasta que te llega tu oportunidad.

“Sí, con la ayuda del centro, no hay nada más, si hay trabajo bien, pero sino sólo centros, la mayoría de las personas no tenemos permiso de trabajo y no puedes tener dinero, sólo puedes salir si te ayudan los centros.” (Marruecos, 21 años)

“Hay gente que no se mueve, que no tiene objetivos, no busca la manera de salir de la calle,

hay que pensar en largo plazo, es como una escalera hasta que consigues el objetivo. Yo cuando dormía en la calle me marcaba objetivo, primero centro de acogida, segundo curso, tercero, buscar trabajo, así vas buscando lo bueno.” (Marruecos, 24 años)

Sin embargo, no todas las personas tienen igual de claro que se pueda salir de la calle. Pocas muestran una desesperanza total pero sí se deja ver una cierta desilusión. Es el momento de quiebre total y abandono personal, se asume la condición y se deja de luchar por cambiar las condiciones que le rodean. La cronificación de la situación de sinhogarismo llega a modificar la identidad personal de quien la sufre, al perder toda esperanza de cambio (25).

“Día a día en la calle te cambias, al principio vergüenza, eso no es mío... pero luego poquito a poquito te metes sin darte cuenta, si te falta un zapato al final vas a buscar hasta en la basura por si encuentras algo (...). Yo ahora por ejemplo bebo vino pero lo escondo en una botella para que no se note, bebo vino pero no se ve, pero yo creo que con el tiempo ya te da igual, te sientas en el suelo y tomas sin que te importe nada.” (Marruecos, 37 años)

“Dormir en la calle me ha dado un sentimiento de angustia; de vivir sin hacer nada me olvidaba de todo, pasaba de todo el mundo, no quería saber nada porque no veía nada.... había cosas pero era como si no hubiera porque mi mente no estaba concentrada, no podía hacer un plan, mi vida estaba acabada, era un indigente, hasta cuando te llaman indigente te miran.... “mira que pintas lleva!!” y tú sabes cómo eras antes y te metes en un mundo que todo lo que has tenido lo has perdido, ya te dan ganas de quedarte así toda tu vida.... las circunstancias te pueden llevar, pero hay algo, un indicio que te dice que tienes muchas cosas por hacer y los educadores, los trabajadores sociales, son los que te dicen que hay una oportunidad, algo para hacer diferente, algo para luchar para tener una vida digna como todo el mundo.” (Cabo Verde, 42 años)

El intento de dar un sentido a lo que se está viviendo junto con la búsqueda de salidas es lo que provoca que se dé continuamente vueltas a la cabeza.

La rumiación de la propia situación está muy presente en las personas entrevistadas.

“Se le pasan por la cabeza a uno tantas cosas que al final no sabe distinguir lo bueno de lo malo. Sólo piensas en buscar un sitio bien abrigado y listo, conseguir cartones, abrigarse bien y listo.” (Colombia, 45 años)

“Incluso durmiendo aquí muchas noches me levanto porque estoy todo el tiempo pensando, por qué yo estoy así, cómo puedo solucionar lo de mi pasaporte, etc.” (Congo, 43 años)

Sin embargo no todo es negativo. Las personas también rescatan vivencias positivas, aprendizajes, momentos de solidaridad y de esperanza de cara al futuro.

“Es un recuerdo que te queda cuando te cambia la vida. Sabes lo que es la calle te hace mejor persona, si tú pasas una situación como esta el recuerdo se te queda para toda la vida y te hace otra persona, no vuelves a cometer el mismo error seguro, sabes también como vive otra gente, ves a alguien en la calle y dices... eso lo pasé yo también.” (Marruecos, 57 años)

“Algunos vecinos son majos y señoras mayores que viven allí nos bajan comida, hay gente buena también, incluso me han dado dinero.” (Sáhara, 32 años)

“Todo el sufrimiento que he vivido me ha dado mucho coraje para seguir luchando, para tener lo que estoy buscando, eso sí, esa parte me ha ayudado.” (Camerún, 29 años)

Conclusiones

La ausencia de un techo es una situación de importante de inseguridad que puede producir en las personas miedo, desarraigo y falta de intimidad, que en caso de prolongarse en el tiempo provoca un importante deterioro personal. Algunas de las consecuencias de la estancia en la calle descritas en la investigación son, un deterioro de los vínculos sociales, vergüenza de dormir en la calle, sentimientos de fracaso del proyecto migratorio, estigma social, sentimientos de

deshumanización, pensamientos de no ser una persona digna en la sociedad, un ser servible para la sociedad, alienación, tristeza, pensamientos recurrentes y rumiación de la situación, irascibilidad, cambios en la identidad personal, falta de control sobre la propia vida, perspectiva temporal de inmediatez, anomia y en algunos casos desesperanza.

Sin embargo, no todas las vivencias en la calle son negativas. Las personas también describen cambios positivos y estrategias para salir de la situación. Además, la mitad de las personas creen que pueden hacer pequeñas acciones que les permiten controlar su vida, la mayoría cree que va a salir de la situación en la que se encuentran y también son narrados aprendizajes y experiencias positivas de solidaridad en la calle.

Todo ello nos debe llevar a incluir en el futuro perspectivas más integradoras que la psicopatología a la hora de acercarnos a los problemas de las personas sin hogar desde la psicología, sean o no extranjeras. También resulta conveniente el incluir la narrativa de estas personas en relación a cómo viven la situación por la que están pasando, ya que nos permite un acercamiento más realista que el que nos dan los meros datos estadísticos y en muchos casos nos permitirá comprender los mismos.

Por último, los resultados permiten concretar algunas claves psicosociales importantes a la hora de intervenir con colectivos en exclusión social como son la recuperación del control sobre la propia vida, la vinculación social con personas fuera del ámbito de la exclusión, la creación de rutinas que doten de sentido la existencia de las personas, el establecimiento de objetivos personales a medio-largo plazo y la intervención en la propia sociedad para evitar la estigmatización del colectivo.

Contacto

Miguel Ángel Navarro Lashayas
 m.lashayas@gmail.com
 Víctor Chavarrí 16, 3^o Izda. Portugalete (Bizkaia)

Bibliografía

- (1) Ubero, R., Oliver, J., Gallardo, G., & Sánchez, A. Los inmigrantes y sus dificultades para acceder a una vivienda ¿abrimos puertas a la integración? *Ofrim Suplementos*, 2000, 7; 11–26.
- (2) FEANTSA. The role of housing in pathways into and out of homelessness. Bruselas. 2008.
- (3) Menéndez, F., Markez, I., Gay, E., Armañanzas, G., et al. Suicidios, desahucios y más recortes. *Norte de salud mental*, 2013, Vol. XI, nº 45: 7-9.
- (4) Avramov, D. Homelessness in the European Union: Social and Legal Context of Housing Exclusion in the 1990s: Fourth Research Report of the European Observatory on Homelessness. FEANTSA.1995.
- (5) INE. Encuesta sobre las personas sin hogar (personas). Madrid: Instituto Nacional de Estadística. 2012.
- (6) Bahr, H. M. Skid Row: An Introduction to Dissafiliation. New York: Oxford University Press. 1973.
- (7) Castel, R. La metamorfosis de la cuestión social: una crónica del asalariado. Buenos Aires: Paidós. 1997.
- (8) Sennett, R. La corrosión del carácter. Barcelona: Anagrama. Colección Argumentos, 2010.
- (9) Buckner, J. C., Bassuk, E. L., & Zima, B. T. Mental health issues affecting homeless women: implications for intervention. *The American journal of orthopsychiatry*. 1993, Vol.63(3): 385–399.
- (10) Miller, A. B., & Keys, C. B. Understanding dignity in the lives of homeless persons. *American journal of community psychology*. 2001 Vol.29(2): 331–54.
- (11) Blackhart, G. C., Nelson, B. C., Knowles, M. L., & Baumeister, R. F. Rejection elicits emotional reactions but neither causes immediate distress nor lowers self-esteem: a meta-analytic review of 192 studies on social exclusion. *Personality and social psychology review an official journal of the Society for Personality and Social Psychology Inc*, 2009 Vol.13(4): 269–309.
- (12) Goodman, L., Saxe, L., & Harvey, M. Homelessness as psychological trauma. Broadening perspectives. *American Psychologist*. 1991. Vol.46(11): 1219–1225.
- (13) Thornicroft, G., & Tansella, M. The mental Health Matrix. A manual to improve services. Cambridge: Cambridge University Press; 1999.
- (14) Lam, J. A., & Rosenheck, R. The effect of victimization on clinical outcomes of homeless persons with serious mental illness. *Psychiatric Services*. 1998 Vol.49(5): 678–683.
- (15) Tajfel, H., & Turner, J. C. The social identity theory of intergroup behavior. In S. Worchel & W. G. Austin (Eds.), *Psychology of intergroup relations*. Nelson-Hall. 1986.
- (16) Farrington, A., & Robinson, W. P. Homelessness and strategies of identity maintenance: a participant observation study. *Journal of Community & Applied Social Psychology*. 1999, Vol. 9(3): 175–194.
- (17) Snow, D. A., & Anderson, L. Identity Work Among the Homeless: The Verbal Construction and Avowal of Personal Identities. *American Journal of Sociology*. 1987, Vol. 92(6): 1336–1371.
- (18) Taylor, C. On the Conduct of Homelessness Research: Lessons from A Qualitative Study



- of Women Diagnosed with Chronic Mental Illness. *Issues in Mental Health Nursing*. 1993 Vol.14: 432-453.
- (19) Valverde, J. Apuntes sobre el diálogo terapéutico en la intervención sobre personas en situación de exclusión social. In I. Markez, A. Fernández, & P. Pérez-Sales (Eds.), *Violencia y Salud Mental*. Madrid: Asociación Española de Neuropsiquiatría. 2009.
- (20) Epel, E. S., Bandura, A., & Zimbardo, P. G. (1999). Escaping homelessness: The influences of self-efficacy and time perspective on coping with homelessness. *Journal of Applied Social Psychology*, 29(3), 575-596.
- (21) Blanco, A., & Díaz, D. El rostro bifronte del fatalismo: fatalismo colectivista y fatalismo individualista. *Psicothema*. 2007 Vol.19 (4): 552-558.
- (22) Heider, F. The psychology of interpersonal relations. (F Heider, Ed.) *The psychology of interpersonal relations* New York. Wiley. 1958.
- (23) Weiner, B. *Theories of motivation: From mechanism to cognition*. Oxford: Markham. 1972.
- (24) Burn, S. M. Loss of Control, Attributions, and Helplessness in the Homeless. *Journal of Applied Social Psychology*. 1992 Vol. 22(15): 1161-1174.
- (25) Navarro, M. A. Análisis psicosocial de la exclusión residencial extrema en la población migrante. Madrid. Universidad Pontificia de Comillas; 2013.