

Choque Cultural

¿Qué es la identidad de una persona? Sabemos que todos los seres humanos somos portadores de una identidad, la que impregnada de la cualidad de la singular experiencia subjetiva, otorga ante la propia conciencia un particular sentimiento de sí mismo. Este sentimiento de mismidad con el que conviviremos durante toda la vida, forma parte de un proceso de construcción, en el que se articulan diversas determinaciones: a) arcaicas, inconscientes en su origen y no siempre objetivas dada su particular naturaleza fantasmática y b) socioculturales, de lenguaje, en un espacio y tiempo dado.

Alguna vez te has hecho la pregunta:

....No me reconozco - Ya no se quien soy?

Esta es una de las preguntas mas características en los individuos al estar pasando por el Choque Cultural, explorando los límites de la adaptación, experimentando los vacíos que van quedando que ponen en peligro la disolución de la identidad. En donde todo lo que conocían de si mismos de pronto al estar viviendo en un contexto social totalmente diferente al suyo, con características tan diferentes a las que conocían o estaban acostumbrados a vivir y que les hace perder el sentido de ubicación de si mismos hasta llegar a esta pregunta: Ya no sé quién soy?

Este sentimiento de identidad permite al individuo sentir que existe en tanto persona en todos sus roles y funciones; es a la vez sentirse aceptado y reconocido por los otros, por su grupo y su cultura. Siendo el concepto de identidad abstracto es posible entenderlo como lo cotidiano: "la cotidianeidad consiste en la unidad inseparable del hombre y de la calle por la que camina, del café donde toma un trago y discute con su amigos, de las informaciones que recibe, de las relaciones que establece. Cotidianeidad que es a la vez una percepción y vivencia de la experiencia compartida en un mundo compartible grupalmente. Cotidianeidad que supone continuidad de tiempo y espacio, repetición de significaciones, reconocimiento de sí y de la propia experiencia, sin cortes ni rupturas".

Freud decía que somos individuos sanos y al nacer en sociedades enfermas nos enfermamos, desde el psicoanálisis se dice que al nacer hay un encuentro con un entorno que seria en cierta parte un Choque de cultura -ya que el sujeto es todavía un libro en blanco. Aquí tenemos que aprender y adoptar la nueva cultura y empezar a fijar la identidad, la diferencia es que todavía no se tiene una referencia anterior y esto lo hace como ser un extranjero que empieza a escribir en un libro en blanco, al experimentar una migración con antecedentes, con un libro escrito, ¿Cómo pensar la identidad sin referentes históricos y sin la posibilidad de encontrar en las tradiciones el lugar desde donde proyectarse? Lo que lo hace aun mas difícil ya que la referencia empieza a crear una confusión de pertenencia que repercute en nuestra propia identidad y esto es el choque la confrontación entre dos ideas.

La identidad y la inmigración se pueden relacionar, son entidades muy diferentes, la identidad como un proceso de identificación y la inmigración como un hecho que ha prevalecido a lo largo de toda la historia en el hombre.

Su principal relación estaría en la confrontación que cada una tiene en relación a un otro. Por una lado la identidad formadora del sujeto desde un otro, un saber que condiciona y la inmigración como confrontación entre ese saber y un otro que a la vez confronta y que revierte en el mismo sujeto.

Se ha visto que las diferencias de la emigración son múltiples pues estas abarcan desde lo social, económico, político, o de índole emocional. Es así que entonces partimos que es un hecho movido por un deseo o intención A. Ese A como objeto alcanzado (A: espacio diferente al vivido “cultura”) eso que se alcanza o que se intenta reconocer se hace además desde una estructura mental, esto desde el sujeto que vive un proceso de adaptación en una cultura diferente.

El choque se da entre los ideales inferidos con la realidad encontrada - lo simbólico y lo real.

A lo largo de la vida el sujeto se va identificado con una personalidad. Palabra misma que en griego significa “mascara”, pero alguna vez se ha cuestionado la típica pregunta de presentación ante cualquier entorno social: ¿Quien eres? - De aquí se genera una serie de respuestas como decir el nombre, profesión, mencionar los miembros de la familia, las actividades a desempeñar etc. No obstante todo lo mencionado puede cambiar -es variable. Si se identifica con estos factores transitorios – ¿Por que no también la identidad puede cambiar?

© Psicólogos.de: Si necesitas [psicoterapia y apoyo en Frankfurt](#) contáctanos

Definición de Choque Cultural

De acuerdo al Diccionario Webster's New World Thesaurus SHOCK significa el efecto del impacto físico, colisión, choque / el efecto de un impacto mental, excitación, histeria, irritación emocional, el efecto posterior a cualquier daño, estupor, colapso / Interrupción del autocontrol. Interrupción del sentido de lo apropiado.

Según Baguley (2000: 10), el “shock” o Choque Cultural implica en general sensaciones de desorientación, miedo, desvalimiento, un sentido de inestabilidad e inseguridad e incluso cierto pánico. Todos los que lo han experimentado podrían reconocerse en estas sensaciones en diferentes grados, pues corresponde a un proceso inevitable de adaptación que se experimenta cuando se vive en un nuevo país con escasos o nulos referentes familiares, que conlleva un efecto psicológico particular.

“Choque cultural es el término usado para describir las reacciones más acentuadas de desorientación psicológica que la mayoría de la gente experimenta cuando se mudan por un período prolongado de tiempo a una cultura marcadamente diferente de la propia.” (Kohls, 1986: 87).

Este mismo autor, recomienda no ver el choque cultural como una enfermedad sino como una experiencia de aprendizaje y un hecho natural en el proceso de ajuste a una cultura diferente, inevitable si uno quiere tener el placer de experimentar otros países y culturas profundamente.

Por su parte Toffler (1973:425) advierte que según la psicología experimental y la endocrinología, exponerse al cambio continuo e intenso repercute profundamente en la salud humana, porque la cadena de acontecimientos biológicos provocada por nuestro esfuerzo de adaptarnos al cambio sostenido, a la novedad, y el consecuente estímulo excesivo del medio impone al cuerpo una sobrecarga del sistema nervioso y endocrino.

“El Choque cultural es un término utilizado para describir la ansiedad y los sentimientos (de sorpresa, desorientación, confusión, etc.) causados en un individuo por el contacto con un medio social totalmente distinto, por ejemplo en otro país. Se relaciona frecuentemente con la incapacidad de asimilar la nueva cultura, creando dificultades en saber que es apropiado y que no. Frecuentemente se combina con un fuerte rechazo (moral o estético) a ciertos aspectos de la cultura ajena” (wikipedia.org).

© Psicólogos.de: Si estas buscando psicólogos en Frankfurt .

Etapas de Choque Cultural

Este término fue introducido por primera vez en 1958 por Kalvero Oberg, y de acuerdo a la teoría desarrollada a partir de sus escritos, se definen cuatro etapas de síntomas comunes al choque. Existen diversos estudios sobre las etapas en la experiencia del Choque Cultural. En este trabajo se hace referencia a las establecidas por Oberg y Adler que son muy similares así mismo con las de otros autores (Oberg, Adler, 1960:131; 1975:156).

1. Luna de Miel, contacto intercultural. Sucede al principio del encuentro intercultural. Se sostienen las relaciones interpersonales afables y superficiales con los individuos del país anfitrión. Se producen sentimientos de entusiasmo, euforia y afán de encontrar novedades.
2. Crisis, desintegración. En esta etapa todo lo que le parecía atractivo le provoca pérdida de autoestima al individuo ya que se da cuenta de que la manera en que se actúa no es la adecuada para su contexto. Adler percibe dos aspectos de esta etapa: desintegración que sería propiamente la crisis; la otra es la reintegración.
3. Recuperación, autonomía. En esta etapa la persona encuentra formas de manejar las nuevas situaciones y empieza a superar las emociones y los sentimientos que experimentaron durante la etapa de crisis. El individuo se muestra relajado y es capaz de mantener relaciones interpersonales cálidas. Manifiesta seguridad en sí mismo y es capaz de simpatizar con los demás.
4. Adaptación, independencia. Para los dos autores, si el individuo llegara a experimentar la última etapa del choque será capaz de trabajar en su nuevo entorno y además disfrutar las experiencias en que vive. En esta etapa puede realizarse plenamente, se expresa sin dificultades y es creativo. Es capaz de expresar humor, de confiar en las personas y amarlas.

Para enfrentar esta situación está la influencia de los elementos históricos o antecedentes que son los límites sociales impuestos en todas las relaciones intergrupales por cada grupo social que forman parte de su cultura. Entre los elementos que se incluyen está la historia de las relaciones entre los diversos grupos étnicos dentro de un país, y las normas que rigen lo que se considera aceptable y lo no aceptable en cuanto al contacto entre los individuos de los diferentes grupos. Otro elemento histórico puede ser la forma en que un sujeto fue educado. Los elementos históricos son todos los aspectos del entorno del individuo en donde nace, los que se espera adquiera y acepte para llegar a ser un miembro “normal” y funcional de la Sociedad a la que pertenece. (Brislin, 1986:11). Brislin considera que el individuo difícilmente podrá adaptarse a los elementos históricos, sin embargo los factores del contexto son controlables a través del aprendizaje y le permitirán obtener una experiencia intercultural positiva.

En: <http://www.psicoterapia-frankfurt.de/choque-cultural.htm>