



San José de Cúcuta, 03 de diciembre de 2019

Señores

**COMITÉ DE TRABAJO DE GRADO
DEPARTAMENTO DE PSICOLOGÍA**

Asunto: Aprobación de proyecto de grado para sustentación

Respetuosamente presentamos el proyecto de grado titulado "*Incidencia del proceso migratorio en el estado emocional de padres de familia inmigrantes y refugiados venezolanos residentes en Cúcuta*" realizado por las estudiantes Camila Estefanía Rivera Espinosa identificada con cedula de ciudadanía 1.090.507.105 de Cúcuta y Laura Daniela Correa Calderón identificada con cedula de ciudadanía 1.110.586.837 de Ibagué para el semestre 2019-II. Para sustentación según horario asignado por el comité de trabajo de grado.

El presente documento, cuenta con la revisión y aprobación de la docente asesora Ps. Esp. Yenny Lorena Pacheco Vitery identificada con cédula de ciudadanía 1.032.437.936 de Bogotá.

Agradecemos la atención prestada.

Cordialmente,

Ps. Esp. Yenny Lorena Pacheco Vitery
Docente Asesora
Programa de Psicología
Facultad de Salud

Camila Estefanía Rivera Espinosa

Laura Daniela Correa Calderón

Psicólogas en formación

Universidad De Pamplona
Facultad De Salud
Departamento De Psicología



Incidencia Del Proceso Migratorio En El Estado Emocional De Padres De Familia
Inmigrantes Y Refugiados Venezolanos Residentes En Cúcuta.

Psicólogas En Formación:

Laura Daniela Currea Calderón

Camila Estefanía Rivera Espinosa

San José De Cúcuta

II – 2019

Universidad De Pamplona

Facultad De Salud
Departamento De Psicología



Trabajo De Grado
Incidencia Del Proceso Migratorio En El Estado Emocional De Padres De Familia Inmigrantes Y
Refugiados Venezolanos Residentes En Cúcuta.

Psicólogos En Formación:

Laura Daniela Currea Calderón

Camila Estefanía Rivera Espinosa

Director De Trabajo De Grado:

Yenny Lorena Pacheco Vitery

San José De Cúcuta

II – 2019

Resumen

La siguiente investigación cuenta con un enfoque cualitativo de tipo narrativo, realizada con el objetivo de analizar la incidencia del proceso migratorio con el estado emocional de padres de familia inmigrantes y refugiados venezolanos en la ciudad de Cúcuta, a través de técnicas cualitativas que permitan comprender dicho fenómeno, para esto se utilizó un tipo de muestra por conveniencia no probabilístico, teniendo un total de cuatro participantes, dos hombres y dos mujeres. En la metodología, se empleó el relato de vida y el grupo focal como técnicas para la recolección de información. Teniendo como resultado que, hay presencia de emociones que repercuten en el proceso de adaptación en los padres y madres venezolanos, debido el cambio drástico que ha traído consigo el proceso migratorio y por el que han tenido que dejar a sus hijos, empleos y pertenencias, manifestando afectación en su estado emocional y físico evidenciado por síntomas de estrés, llanto frecuente, bajo peso, insomnio, dolores de cabeza y espalda, baja autoestima, cansancio, sentimientos de odio y frustración.

Sin embargo, se han generado factores protectores durante el proceso de adaptación tales como: capacidades de emprendimiento, lazos fuertes de comunicación con sus hijos y familiares, redes comunitarias y apoyo social, fe, afrontamiento y actividades de esparcimiento. Concluyendo que antes las diversas situaciones por las que han pasado los padres venezolanos, sus ganas y deseos de darles una mejor calidad de vida a sus familiares los motivan a seguir en la lucha diaria, afrontando obstáculos y aprendiendo de cada experiencia para lograr su crecimiento personal. Se recomienda implementar estrategias de prevención en este tipo de población para mitigar factores de riesgo.

Palabras clave: adaptación, migración, estado emocional, factores protectores.

Abstrac

The following investigation has a qualitative approach of narrative type, carried out with the objective of analyzing the incidence of the migratory process with the emotional state of the parents of Venezuelan immigrants and refugees in the city of Cúcuta, through qualitative techniques that vary according to this phenomenon, for this there is a type of sample for non-probabilistic convenience, having a total of four participants, two men and two women. In the methodology, the life story and the focus group were used as techniques for the collection of information. Having as a result that, there is the presence of emotions that have an impact on the process of adaptation in Venezuelan fathers and mothers, due to the drastic change that has brought about complete the migration process and for which they have had to leave their children, jobs and belongings, manifestation involvement in your emotional and physical state evidenced by symptoms of stress, frequent crying, low weight, insomnia, headaches and backaches, low self-esteem, tiredness, feelings of hate and frustration.

However, protective factors have been generated during the adaptation process such as entrepreneurship skills, strong communication links with their children and families, community networks and social support, faith, coping and leisure activities. Concluding that before the various situations that Venezuelan parents have gone through, their desire and desire to give a better quality of life to their relatives motivate them to continue in the daily struggle, facing obstacles and learning from each experience to achieve personal growth. It is recommended to implement prevention strategies in this type of population to mitigate risk factors.

Keywords: adaptation, migration, emotional state, protective factors.

Agradecimientos

Damos gracias a Dios por guiarnos en este difícil pero fructífero camino, a los maestros al permitir formarnos como personas y profesionales, a nuestros hermanos por darnos los dones espirituales para lograr la meta a la que próximamente llegaremos. A todas aquellas personas que queremos y nos quieren, que confiaron en nosotras nos apoyaron y acompañaron en el gran paso que dimos para alcanzar este valioso triunfo; a nuestra Universidad por proporcionarnos el espacio para nuestra práctica y suministrar la información requerida para construir este proyecto. Igualmente a la asesora Yenny Lorena Pacheco por establecer un vínculo favorable con nosotras y por el acompañamiento en éste proceso.

También agradecemos a nuestros padres por brindarnos los recursos económicos para que nuestros sueños se hagan realidad, por ser motivo para trabajar con ahínco y esperanza, por ser el hombro para descansar cuando sentimos fatiga y nos agobian las responsabilidades; por hacernos personas cumplidoras de nuestros deberes.

Tabla de contenido

	Pág.
Resumen	4
Introducción	1
1. El problema	2
1.1 Planteamiento del problema	2
1.2 Descripción del problema	3
1.3 Formulación del problema	4
1.5 Objetivos	8
1.5.2 Objetivos específicos:	8
2. Marco referencial	8
2.1 Estado del arte	8
2.1.1 Investigación a nivel regional	8
2.1.2 Investigación a nivel nacional	9
2.1.3 Investigación a nivel internacional	10
2.2 Marco Teórico	13
2.2.1 Capítulo I: proceso migratorio	13
2.2.2 Capítulo II: familia	21
2.2.3 Capítulo III: Duelo	27
2.2.4 Capítulo IV: Estado emocional	30
2.3 Marco contextual	33
2.4 Marco legal	34
3. Metodología	36
3.1 Metodología de investigación cualitativa de tipo narrativo	36
3.4.1 Fase I: Indagación del problema	41
3.4.2 Fase II: Planteamiento de objetivos	41
3.4.3 Fase III: Conceptualización teórica	41
3.4.4 Fase IV: Desarrollo de la construcción metodológica	42
3.5 Técnicas de evaluación	42
3.5.1 Relato de vida.	42
3.5.2 Grupo focal.	43
4. Presentación de los resultados	44

4.1 Técnica 1: Relato de vida	44
4.2. Técnica 2: grupo focal	57
5. Análisis	64
Discusión	70
Conclusiones	81
Recomendaciones	83
Apéndices	91

Tabla de tablas

Tabla 1. <i>Características de población</i>	40
Tabla 5. <i>Relato de vida: Participante 1</i>	44
Tabla 6. <i>Relato de vida: Participante 2</i>	47
Tabla 7. <i>Relato de vida: Participante 3</i>	51
Tabla 8. <i>Relato de vida: Participante 4</i>	54
Tabla 9. <i>Recursos financieros</i>	85

Tabla de apéndices

Apéndice A. Matriz del relato de vida	91
Apéndice B. Formato grupo focal.....	92
Apéndice C. Formato de consentimiento informado a participantes	93
Apéndice D. Firma de validación de instrumento por juez 1	95
Apéndice E. Firma de validación instrumento por juez 2	96
Apéndice F. Firma de validación instrumento por juez 3	97

Introducción

El presente trabajo de investigación tiene como objetivo principal analizar la incidencia del proceso migratorio en el estado emocional de padres de familia inmigrantes y refugiados venezolanos en la ciudad de Cúcuta, a través de técnicas cualitativas que permitan comprender dicho fenómeno.

La importancia de estudiar este tema en particular radica en que el proceso migratorio somete a las personas a una serie de cambios en los que se ve alterado su entorno social, económico y cultural, lo que a su vez puede generar afectaciones psicoemocionales que perjudican la salud física y mental de la persona que decidió abandonar su país natal; teniendo en cuenta que la mayoría que deciden emigrar de Venezuela, no lo hacen por su propia voluntad, sino la crisis que atraviesa su país actualmente los llevan a la toma de esa decisión para obtener mejoría en su calidad de vida o simplemente para tener conseguir los productos básicos de la canasta familiar.

La investigación que aquí se presenta, pretende dar respuesta a las incógnitas que se plantean como espectadores en relación al proceso migratorio y adaptación; teniendo en cuenta todos los retos que implica para los padres de familia tomar dicha decisión, tener que abandonar el país donde nacieron, donde viven sus hijos y familiares. Posteriormente, se pretende por medio de esta tesis enriquecer las competencias de las psicólogas en formación en relación a la investigación y aportar desde la psicología, información relevante que pueda ser utilizada en futuras investigaciones.

1. El problema

1.1 Planteamiento del problema

A raíz de la crisis fronteriza y de las problemáticas sociales que obligan a los venezolanos a iniciar un proceso migratorio, debido a las afectaciones económicas y políticas que atraviesa el vecino país; es fundamental que el psicólogo esté inmerso en los procesos psicosociales que se evidencian y que se encuentran afectados en cada venezolano, especialmente en aquellos que deciden migrar por las amenazas que conlleva la crisis de su país. Por ello, surge la necesidad de indagar acerca de la relación que tiene el proceso migratorio con el estado emocional de los padres de familia inmigrantes y refugiados venezolanos, ya que la migración es un fenómeno ampliamente complejo; y una problemática significativa e interesante desde todo punto de vista, particularmente desde la investigación.

Y si a ello se le suma el impacto emocional que ha generado la crisis en cada persona, la alteración de los estados de ánimo debido a la adaptación de una cultura diferente a la propia, un proceso de adaptabilidad que presenta diversas condiciones, como el hecho de empezar de cero en otra ciudad, lejos del hogar, de la familia, hijos, atravesar por situaciones de vulnerabilidad, presenciar o vivir la muerte de un ser querido, y en ocasiones tener que buscar un refugio para poder habitar temporalmente.

Teniendo en cuenta la información bibliográfica y las diferentes investigaciones que se han realizado en relación a la crisis que se presenta en Venezuela, se puede comprender la afectación individual y colectiva que ésta ha tenido en los habitantes venezolanos, llevándolos a tomar decisiones en pro de un bienestar en sus diferentes áreas de vida.

1.2 Descripción del problema

Venezuela atraviesa una profunda crisis evidenciada a través de los últimos años. Según Acosta (2018), en lo económico hay una pérdida del PIB (producto interno bruto) de -38% acumulado en los últimos 3 años, a una tasa de inflación mensual del 85% desde noviembre 2017, convirtiéndose en el país con la inflación más alta del mundo, en lo social tiene altas tasas de conflictividad y homicidios, además de una grave crisis política también caracterizada por confrontaciones, polarización, elecciones de dudosa convocatoria y resultados, parcialidad institucional, desconfianza en los actores políticos, entre otras, que sin duda dejan su huella en la manera de vivir de los venezolanos.

Además, para Corrales y Penfold (2012), la frágil democracia se transforma en un régimen híbrido “los regímenes híbrido son sistema político donde el mecanismo para determinar el acceso a cargos del Estado combina prácticas tanto democráticas como autocráticas: existen libertades, y a la oposición se le permite competir en elecciones; pero el sistema de frenos y contrapesos se torna inoperante permitiendo un dominio absoluto del poder ejecutivo”. Otras características de los regímenes híbridos es la falta de autonomía de las instituciones representativas, derechos y libertades públicas mermadas, los altos cargos solo son para seguidores del gobierno, un campo electoral desequilibrado que favorece al partido del gobierno y la ley solo rige para los opositores.

Por otro lado, la pobreza por ingreso se estimó en 87% en el año 2017, mientras que en el año 2016 fue de 81,8% y las condiciones de vida relacionadas con la violencia e inseguridad se mantienen en un estado de gravedad. En el año 2017 una de cada cinco personas fue víctima de un delito. La violencia se ha apoderado del 90% del país y solamente en el 10% de las comunidades no se reportaron hechos violentos. (Encovi, 2018).

Sumada la situación actual hay otro fenómeno que ha llamado la atención y es el aumento de la emigración. Se estima que en la actualidad han salido de Venezuela cerca de 4000000 millones de personas con las siguientes características: predominio de la población adulta (masculino 50,7 vs 49,3%), 88% en edades de 15 a 59 años, y cuya principal razón para salir es la búsqueda de trabajo. Los migrantes se concentran principalmente en Colombia, Panamá, Chile, Argentina, Perú y Ecuador. La emigración venezolana sigue observando un perfil relativamente calificado, si se considera que casi la mitad de los emigrantes reportados ha alcanzado la enseñanza universitaria, aunque también parece diversificarse en este último tiempo, a juzgar por casi un tercio de población emigrante que solo alcanzó el bachillerato o no lo completó. Bermudez, Mazuera, Albornoz y Morffe (2018).

No obstante, se ve inmersa la afectación de algunos factores que desencadenan problemas mentales aumentando las dificultades en los inmigrantes venezolanos: la alteración del sueño, mala alimentación, violencia y explotación. Todo esto conlleva a que cada persona pueda desarrollar un trastorno de depresión mayor, ansiedad o en algunos casos estrés postraumático.

1.3 Formulación del problema

¿Qué incidencia tiene el proceso migratorio en el estado emocional de los padres de familia migrantes y refugiados venezolanos?

1.4 Justificación

La migración es un factor estresante que se asocia con múltiples problemáticas de salud, económicas, políticas, sociales y familiares, debido al cambio, pues los individuos se exponen a condiciones ambientales y personales que son diferentes a las que vivían antes de marcharse de su país; y dichos cambios afectan su comportamiento, sus relaciones sociales, su alimentación, su crecimiento personal y profesional, su salud en general y sus condiciones sociales, haciendo un cambio drástico en su vida.

El periodo de adaptación dependerá en gran medida de la personalidad del individuo, de las razones que lo llevaron a migrar, de los recursos de los que disponga para hacer frente a la situación, así como del apoyo que le brinde la nueva sociedad a la que ha llegado, facilitando la integración de la cultura de acogida y el mantenimiento de su propia identidad cultural. Guzmán, Gonzales y Heredia (2014).

Dado el afán por querer comprender cuáles son los factores protectores que les permiten a las personas hacer frente a situaciones estresantes o de adversidad, desde hace algunos años el interés y el reconocimiento por este tipo de estudios han ido en aumento. Los recursos psicológicos se han venido estudiando a partir de la psicología positiva, la cual busca rescatar los aspectos saludables y las fortalezas de los individuos.

Los recursos psicológicos son elementos que dan poder a la persona para hacer frente a las situaciones que vive, por lo que pueden variar, intercambiarse, darse o recibirse, según sea el contexto social y las circunstancias en las que se utilizan, siendo empleados especialmente ante situaciones percibidas como amenazadoras o estresantes.

Por consiguiente, cada individuo, familia o contexto, cuenta con diferentes recursos; algunos de ellos han sido provistos por elementos genéticos y medio-ambientales, pero muchos otros se han desarrollado mediante las experiencias de la vida, evolucionando según el tipo de situaciones a las que se han enfrentado y mediante la interacción con el medio con el que mantiene en contacto. Los recursos de los individuos se moldean a través de sus experiencias de vida, que les permiten reconsiderar e implementar estrategias para el manejo de las situaciones estresantes. Pinillos (2012).

Otro aspecto a destacar cuando se habla desde la óptica de la persona que emigra es la importancia que adquiere su dimensión psicosocial por ser un fenómeno paradigmático del proceso psicológico de adaptación al medio. Se quiere destacar en la persona que emigra una vertiente positiva reflejada por capacidad de emprendimiento, la gestión de la resiliencia a situaciones estresantes, el despliegue de un repertorio cognitivo-conductual encaminado a la obtención de sus objetivos migratorios y un enriquecimiento personal al entrar en contactos con personas de otras culturas. Sin embargo, como toda transición ecológica la migración representa un periodo de desequilibrio personal que requiere cambios profundos en muchas áreas vitales para adaptarse a las nuevas demandas ambientales.

Además, el duelo que ha de pasar la persona migrada como consecuencia de las pérdidas intrínsecas al proceso migratorio, la tensión diaria que supone para la misma la necesidad de adaptarse a un entorno hostil puede originar lo que se ha denominado estrés por choque cultural. Si estas circunstancias adversas se perpetúan en el tiempo puede aparecer el Síndrome de Ulises o síndrome del estrés crónico del inmigrante (Achotegui, 2004), aunque no es la única consecuencia negativa del incremento de vulnerabilidad sino que también se ha descrito depresión, abuso de alcohol y otras sustancias, prostitución, etc. Ante esta situación, y desde la perspectiva de la

diversidad humana afirmativa, la intervención psicosocial se centra más en las fortalezas y los recursos de las personas migradas en sus contextos que en sus déficits y debilidades. Martínez y Martínez (2018).

Realizar esta investigación permite obtener un referente teórico, el cual aborda aspectos influyentes que repercuten en el estado emocional de los padres inmigrantes y refugiados Venezolanos, partiendo desde observaciones realizadas de las diversas situaciones expuestas actualmente vistas en el campo a explorar, aportando significativamente ideas con criterio propio fundamentadas en teorías pre-establecidas en un amplio apoyo teórico las cuales logren contribuir de manera óptima, positiva y enriquecida en conocimientos para las futuras generaciones en formación de la Universidad de Pamplona que desean abordar el tema de investigación, así mismo enriquecer el crecimiento personal y profesional en miras de ejercer la profesión de la mejor manera posible tomando las herramientas adecuadas y necesarias en la formación como futuras psicólogas.

Por otro lado, esta investigación sirve como base para las propuestas posteriores que se orienten a brindar algún apoyo psicosocial en los padres de familia inmigrantes y refugiados venezolanos en donde a través de ello, los futuros investigadores puedan contribuir en el mejoramiento de la visión que tienen de sí mismo y de su entorno, así como aumentar su autoestima, confianza y potencializar sus habilidades sociales para la resolución de las problemáticas presentes.

Es fundamental recolectar información y analizar los efectos que trae consigo la crisis migratoria en los refugiados venezolanos residentes en Cúcuta, debido a que posiblemente hay afectaciones emocionales por la pérdida de sus seres queridos, la adaptación a otra ciudad, a otras personas; situaciones de crisis que tienen gran influencia en los factores psicoemocionales

en los que se ve inmerso el ser humano; esto se puede presentar en consecuencia de la escasez económica y a la falta de oportunidades.

1.5 Objetivos

1.5.1 Objetivo general:

Analizar la incidencia del proceso migratorio con el estado emocional de padres de familia inmigrantes y refugiados venezolanos en la ciudad de Cúcuta, a través de técnicas cualitativas que permitan comprender dicho fenómeno.

1.5.2 Objetivos específicos:

Indagar la incidencia que tiene el factor económico, las condiciones sociodemográficas y el proceso de aculturación en padres de familia a través del relato de vida.

Identificar las características predominantes en el estado de ánimo asociados al proceso migratorio en padres de familia inmigrantes a través del grupo focal.

Analizar los factores protectores dentro del proceso de adaptación en relación a la migración en padres de familia inmigrantes y refugiados venezolanos a través del análisis obtenido en las técnicas implementadas.

2. Marco referencial

2.1 Estado del arte

2.1.1 Investigación a nivel regional

Coyunturas políticas colombo-venezolanas en la zona de frontera. Bastos, M., Mogrovejo, M., Pabón, J. (2015).

El impacto de la crisis binacional causado por la relación entre Colombia y Venezuela, hacen cada día más necesario el estudio y análisis de cómo estas coyunturas están impactando la economía de las fronteras de estos dos países, Norte de Santander y el Táchira. Este trabajo de investigación tiene por objetivo general presentar el avance de medir el impacto económico de las coyunturas políticas Colombo-Venezolana que se han desarrollado a partir del año 2000 al 2014 sobre la zona de frontera del Norte de Santander y de Estado Táchira.

Para la realización de este objetivo central se sustentará en tres objetivos específicos: Analizar las coyunturas políticas que afectaron la zona de frontera colombo-venezolano; Examinar los indicadores económicos en la frontera del Norte de Santander y el estado Táchira; y Evaluar la incidencia de las coyunturas políticas en la economía de la zona de frontera de Norte de Santander y el estado Táchira. Dentro del marco teórico se tuvo en cuenta las bases teóricas de la teoría de Integración, la teoría de las políticas de frontera y la teoría del Desarrollo fronterizo. La metodología que se propone constituye una investigación aplicada de tipo descriptiva-analítico, con metodología cualitativa y evaluativa.

Se tiene previsto aplicar el método analítico descriptivo para la comparación de los datos obtenidos, lo que genera un conocimiento adicional sobre la situación y relación de frontera y un trabajo de campo para evaluar la situación de la frontera.

2.1.2 Investigación a nivel nacional

Migración, codesarrollo y capital social Lineamientos para una estrategia de integración de dos mundos. Roll, D & Leal, D. (2010).

El presente artículo relaciona tres conceptos principales: migración, codesarrollo y capital social, usando marcos analíticos propios de la ciencia política y la sociología. Lo anterior, porque

aquellos conceptos permiten construir los principios teóricos de una estrategia, basada en evidencias empíricas, orientada a vincular los mundos dentro de los cuales los migrantes se mueven y se desarrollan a ellos mismos y a sus sociedades.

Afectos y emociones entre padres, madres e hijos en el vivir transnacional. Puyana, Y. Rojas, A (2011).

Este artículo presenta los cambios y conflictos que suceden entre padres, madres, hijos e hijas a raíz de la migración internacional de sus progenitores. La aproximación a estos conflictos se logra a partir de un análisis de los relatos vitales de los miembros de la familia, así como de los cuidadores y migrantes. También se comparan las relaciones paterno-filiales antes y después de la migración, y se expone la complejidad de los vínculos establecidos, la forma como suelen comunicar sus relaciones afectivas, el uso de los medios de comunicación, la manera como se ejerce la autoridad y las distintas estrategias generadas por los grupos familiares para mantener vínculos en condiciones de transnacionalidad.

2.1.3 Investigación a nivel internacional

Escenarios de la migración Latinoamericana: La vida familiar transnacional entre Europa y América Latina. Yepes, I. (2014).

En este artículo tiene tres partes, en la primera pasamos revista a las migraciones entre Europa y América Latina desde una perspectiva de larga duración destacando las incidencias de la globalización en el aumento de las desigualdades entre países y en los procesos de movilidad social ascendente y descendente de las familias migrantes. En la segunda, abordamos los escenarios posibles y estrategias múltiples de la presencia latinoamericana en la Unión Europea en el contexto de crisis global. Finalmente, nos interrogamos sobre la incidencia que las actuales políticas

migratorias, de gestión de la crisis y del mercado de trabajo, tienen sobre la vida familiar de los diferentes colectivos latinoamericanos.

Análisis del proceso migratorio de las familias colombianas en España. Collado, G., Josefa, M. Gonzales, S. (2014).

Se analiza la migración como proceso centrado en la familia transnacional, según relato de sus protagonistas: migrantes - padres e hijos - y familiares en Colombia. Se parte del modelo sistémico y de la metodología de la Grounded-Theory. El proceso se desencadena por una combinación de factores de empuje y de llamada; los pioneros, mayoritariamente mujeres, poseen un perfil muy variado. Destaca la dificultad de sus primeras experiencias, que mejoran gracias a sus apoyos externos y a su tesón. A pesar de las dificultades del proceso de aculturación, el balance realizado es positivo, sobre todo por la esperanza puesta en los hijos, que tras las dificultades iniciales desean permanecer en España. Los hijos viven las peculiaridades de su propio proceso, pero no hay conflictos que deriven de sus diferentes niveles de aculturación. Todos anhelan una mayor acogida española, aunque agradecen los apoyos recibidos.

Las metas y el progreso se producen en el ámbito privado: la familia, pero faltan, tanto la conciencia de grupo, como una acción social conjunta; tampoco hay proyectos para mejorar el entorno de origen o para mejorar la integración en el país de destino.

Recursos psicológicos y percepción de la migración en menores con familiares migrantes. Guzmán-Carrillo, K. Y., González-Veduzco, B. Sh. & Rivera-Heredia, M. E. (2015).

La migración impacta la vida familiar en la mayoría de los países del mundo. Esta investigación describe y compara los recursos psicológicos de los niños y niñas que tienen experiencia de migración dentro de su familia con los de quienes no la tienen. Participaron 177 estudiantes de

primaria de la comunidad de Jesús del Monte, Michoacán (México). Aplicamos una metodología mixta. En la fase cuantitativa empleamos las Escalas de Recursos Psicológicos y de Evaluación de las Relaciones Intrafamiliares. En la fase cualitativa realizamos grupos focales y un juego con marionetas. Encontramos que la experiencia de migración impactó de manera semejante a los niños y niñas, quienes mostraron un mayor desarrollo de sus recursos familiares (unión y apoyo) que quienes no tenían experiencia de migración familiar.

Migrantes colombianos en Chile: Tensiones y oportunidades en la Articulación de una Historia Personal. Bianchia & Kovalskys (2017).

Este artículo presenta y discute los resultados de un estudio cualitativo desarrollado en Chile, que exploró y analizó las significaciones atribuidas por migrantes colombianos adultos a sus experiencias. Se utilizaron relatos de vida y creaciones visuales para producir datos. Los resultados evidenciaron la pluralidad de significaciones en torno a la migración, así como el proceso continuo de elaboración y evaluación que supone dar sentido a la experiencia, pues esta revela la naturaleza contingente de la identidad, el estilo de vida y las prácticas culturales. Los participantes tendieron a significar positivamente su experiencia migratoria, pero evidenciaron la presión por salir adelante con base en sus propios recursos, caracterizando la migración como un proyecto inherentemente personal, reflejando tendencias actuales a la individualización social.

El estudio de la migración: retos para la psicología social y la psicología ambiental. Angel, M.; Irizarry, L; Nydia; Wapner & Seymour (1984).

Los retos planteados por el estudio de la migración a la salud ambiental y La psicología social se examinan a la luz de los datos obtenidos de un estudio de las experiencias de 22 adolescentes retornados de Estados Unidos a Puerto Rico. El marco de desarrollo orgánico fue utilizado para

Estudiar la migración como una excepción de una transición crítica entre personas en el medio ambiente. Los participantes en estudiar la migración como una excepción de una transición crítica entre personas en el medio ambiente.

2.2 Marco Teórico

La migración es un proceso que conlleva a diversas problemáticas psicosociales que generan malestar subjetivo en las personas que están viviendo dicho proceso, debido a que la persona inmigrante debe adaptarse al nuevo entorno en el que eligió para desenvolverse con el fin de encontrar una solución y respuesta frente a las necesidades que estaba viviendo en su país.

Por ello, es fundamental tener en cuentas diversos aspectos que se ven influenciados y vulnerados durante el proceso de adaptación por el que atraviesa la persona que se ve en la necesidad de emigrar de su país, puesto que las problemáticas sociales, económicas y políticas han afectado de manera significativa en sus vidas; generando separación familiar, desempleo, trastornos psicológicos (ansiedad, depresión, estrés postraumático) y una serie de molestias que afectan el bienestar psicosocial del individuo que llega a residir en otro país. A continuación, se expondrán una serie de problemáticas que se evidencian en las personas inmigrantes y el impacto psicosocial que tiene cada una de ellas, recalcando el papel de la psicología en cada uno de los procesos que viven los inmigrantes.

2.2.1 Capítulo I: proceso migratorio

La migración más grande de la historia de Colombia se vive actualmente con la llegada y residencia de los venezolanos a raíz de las problemáticas que se presentan en el vecino país, ocasionando crisis humanitarias que obligan a los venezolanos a huir de su país natal y llevándolos

a tomar decisiones para mejorar sus vidas y las de sus familias. A continuación se hablará a profundidad acerca del proceso que vive esta población para poder subsistir lejos de sus hogares.

Inmigración

Los inmigrantes se encuentran al llegar al país receptor con un escenario desconocido para ellos. Se enfrentan con códigos, pautas culturales, idioma, religión, etc. muy distintos a la que están acostumbrados y como consecuencia esto les provoca una pérdida de sentido y de identidad que les lleva a redefinirse y volver a crear esa identidad (Trillo, 2009). La migración pone a prueba la capacidad adaptativa del ser humano, los migrantes tienen que enfrentarse con una serie de cambios, bien sean cambios ambientales o de status social. Toman contacto con una sociedad cuyos códigos de valores y lingüísticos no les resultan familiares y se sienten confundidos y desubicados. Esto produce una frustración que puede llegar a manifestarse en enfermedades físicas o mentales.

Durante el proceso de incorporación al ambiente social-cultural que la nueva sociedad ofrece, el sujeto se encuentra obligado a enfrentar un profundo proceso de aprendizaje de nuevos códigos (Bron, 2000) citado por Pérez y Subirá (2010). El impacto de esta adaptación social es tan intenso que la identidad así como las relaciones que el Inmigrante establece cotidianamente serán problematizadas por el duelo y por los cambios que este conlleva (Grinberg, 1980) citado por Trillo (2009). De esta forma se enfrentará a un proceso de reconstrucción de sí mismo y de su historia.

Se evidencia que el traslado no implica simplemente un cambio de contexto sino que involucra una transformación central a nivel subjetivo, alterando la vida de quien la atraviesa, su concepción de sí mismo y la forma en que se relaciona con los otros. Supone por tanto períodos de crisis por los cuales el inmigrante debe transitar, crisis que se entiende como una perturbación temporal de

estos mecanismos de regulación del sujeto y su conducta (Gringberg & Gringberg, 1996, p.26) citado por Domenech (2018).

Es por ello, que la persona que emigra debe dar frente a ciertas demandas ambientales, sociales y culturales que están se relacionadas directamente con la salud mental, influyendo significativamente en los pensamientos y comportamientos de quienes viven el proceso migratorio. A su vez, esta transición obliga al individuo a iniciar nuevas etapas y formas de adaptarse al medio al que reside, debido a que es un entorno totalmente nuevo y que genera una serie de emociones, pensamientos, retos y amenazas que exige una transformación individual e incluso colectiva para poder sobrevivir frente a las diferentes eventualidades que se presenten durante el proceso de adaptabilidad que vive la persona que emigra.

Aculturación

Diferentes autores señalan que el contacto intercultural y el proceso de aculturación como consecuencia de la inmigración implican la aparición de algunos desafíos para los individuos en el nuevo país (e.g. Achotegui, 2009; Born, 1970, et al). Estos estresores recogidos bajo el denominador común de estrés aculturativo incluyen los problemas económicos, laborales o el desempleo, las dificultades con el idioma, la discriminación y la falta de apoyo familiar, entre otros (Caplan, 2007; Hovey, 2001; Padilla, Cervantes y Maldonado, 1988; Ruiz et al., 2011).

Para explicar el proceso de estrés aculturativo y sus efectos en la adaptación psicológica del individuo, Berry y sus colaboradores (Berry, Kim, Minde y Mok, 1987) citado por (Meza, et al., 2009) propusieron un modelo teórico explicativo. Este modelo destaca los aspectos afectivos y emocionales de la aculturación y su relación con el bienestar psicológico y la satisfacción con la vida (Sam y Berry, 2010) y señala que las experiencias derivadas del contacto intercultural van a

provocar que los individuos se encuentren en nuevas y diversas situaciones que cuando sean valoradas por el individuo como amenazantes o problemáticas, emergerá el estrés aculturativo. Cuando los estresores sean afrontados de manera no exitosa, tendrá lugar la reacción de estrés en forma de problemas y síntomas de salud física y psicológica, que si persisten, tendrán como consecuencia a largo plazo la aparición de dificultades de adaptación psicológica de los individuos.

Por otro lado, (Berry y cols., 1989, citado en Sánchez y López, 2008) refiere que el “estrés aculturativo” es un tipo específico de estrés, que se produce como consecuencia de los estresores que ocurren en el proceso de aculturación (proceso con cambios conductuales y psicológicos en la persona inmigrante). Estos cambios psicológicos se dan junto a una disminución de salud mental que en algunas ocasiones deriva en trastornos ansiosos y depresivos así como sentimientos de marginalidad, aumento de los niveles de trastornos psicosomáticos y confusión de identidad.

Fidel Hernández (2007, citado en Costa, 2012) define el estrés aculturativo como “los cambios culturales producidos por el abandono de una forma de vida, una cultura.” Estos efectos generan trastornos psicosomáticos y repercuten en la salud del individuo. Se pueden distinguir dos tipos básicos de estrés: agudo y crónico (Dimsdale, Irwin, Keefe y Stein, 2005; citado en Collazos, Qureshi, Antonín y Tomás-Sábado, 2008). El agudo representa un acontecimiento duro y puntual en la vida del sujeto, es decir, un episodio estresante. Esto puede tener relación con posibles acontecimientos importantes que hayan podido ser causados en el país de origen, durante el viaje migratorio o en el país de acogida. Los estresores crónicos incluyen conflictos con los nuevos roles desempeñados en el nuevo lugar de residencia, los cambios de status, las transiciones estresantes, los contextos o ambientes estresantes, etc.

Psicología del proceso migratorio

En la psicología del proceso migratorio conviene hacer alusión a los planteamientos de Lupano & Castro (2014), quienes sostienen que la migración conlleva a un necesario proceso de adaptación psicológica, en el cual, tiene mucho que ver las características de la personalidad del individuo, los recursos de afrontamientos que haya podido desarrollar a lo largo de su experiencia de vida y el apoyo que reciba de su entorno.

Todo esto sin duda, incidirá en el nivel de estrés que produzca durante el primer ciclo de la vivencia migratoria y el curso que tome dependerá de la influencia de las variables antes mencionadas. De igual forma, en relación con la psicología de los individuos que deben someterse a procesos migratorios es indispensable señalar que, el choque producido por el cambio cultural, de no ser tratado como lo señala la literatura psicológica especializada en este tema, puede llegar a generar serios inconvenientes en el estado de salud tanto mental como física de los migrantes; en especial si se tiene en cuenta la estrecha y dependiente relación que existe entre psicología y cultura, considerada por Ratner (2014) como fundamental en un proceso de adaptación, toda vez que: “los factores culturales estimulan una conciencia activa que es capaz de utilizar esta actividad generada culturalmente para reflexionar sobre los fenómenos culturales y psicológicos, así como para cambiarlos”.

Por esta razón, la disciplina ha establecido un marco referencial en el cual, en primer lugar, se contempla la identidad que migra con el individuo y que siente transgredida de manera abrupta una vez que llega a un lugar para él desconocido. En consecuencia, el individuo migrante se enfrenta al segundo aspecto: la ruptura. Es decir, el instante preciso en que está ante lo desconocido y sabe que atrás dejó aquella cultura que le vio nacer. Llegados a este punto, se encuentra el tercer

aspecto de la psicología del proceso migratorio: la adaptación. Esto a su vez, implica el cuarto aspecto, que tiene que ver con la resiliencia, la cual, refiere a la capacidad y habilidad de los individuos para sobreponerse a las situaciones adversas y comenzar a reconstruir una nueva vida (Martincano & García, 2004).

Proceso de adaptación del inmigrante

Beiruti y Sayed (2008), refiere que la adaptación es la capacidad que tiene el ser humano para acomodarse, aclimatarse e integrarse en su entorno físico y cultural que está en continuo cambio, que a lo largo de su historia ha tenido que afrontar y superar, entre estos cambios está el fenómeno migratorio. El proceso de adaptación, es un proceso dinámico y bilateral, implica por igual a la población inmigrante y a la sociedad receptora, con progresos y retrocesos, pérdidas y ganancias. Es bio-psico-social, abarca los tres niveles que configuran al sujeto:

El biológico: el organismo y sus relaciones ambientales, los cambios climáticos y alimentarios, etc.

El psicológico: las relaciones objetales (de objeto), las capacidades de adaptación, la personalidad, las vivencias, las emociones y habilidades, etc. 3) El sociocultural: las interacciones interpersonales, tipo de educación, la influencia de la cultura en el sentido de la identidad y en los valores, etc. Los cambios que, este proceso, produce en el sujeto abarcan sus relaciones externas e internas, así como la estructura de su personalidad (identidad); la persona inmigrante, al llegar a la nueva sociedad, su modo de vida se hace distinto y esto le lleva a situaciones de inseguridad, de miedo e inestabilidad emocional, debido al cambio brusco, a la búsqueda de un nuevo continente para sus emociones ambivalentes, y al esfuerzo por el mantenimiento de lo esencial de su identidad. La capacidad de seguir siendo la misma persona a través de la sucesión de cambios a lo

largo de la vida del individuo, es lo que caracteriza básicamente la experiencia emocional de la identidad (Grinberg, L. y Grinberg, R., 1980).

Los autores anteriormente mencionados afirman que este proceso no está exento de reacciones de angustia y de depresión, debido a la ruptura de los vínculos que se traduce en una serie de duelos, y promueve la necesidad de su elaboración. En la sociedad receptora, se crea la necesidad de modificar conceptos, valores y actitudes, para superar las ambivalencias, los miedos a la pérdida de la identidad social y la “pureza” cultural, que inicialmente genera el fenómeno migratorio.

Por otro lado, Guasch & Ponce (2002) en un estudio sobre la inadaptación y desadaptación social, aclaran que ambos términos en ocasiones se utilizan como sinónimos, pero es necesario diferenciarlos. Valverde (1988) citado por Guasch & Ponce (2002) menciona que el concepto de desadaptación, es utilizado para referirse a las dificultades de adaptación individuo-medio; no obstante, algunos autores prefieren utilizarlo en lugar del término inadaptación, por considerar que este último se identifica más con un concepto negativo; es decir, puede creerse que se está haciendo referencia a una persona que no se adapta, en cambio al usar el término desadaptación, se piensa en un sistema individuo-medio y en las dificultades recíprocas de adaptación y acomodación entre ambos.

Es en la investigación de Cantu (2001) citado por Vélez (2010), en la que se mencionan las percepciones que pueden surgir hacia los inmigrantes. La primera de ellas es la percepción negativa, que se refiere al hecho de que el extranjero pueda ser visto como inferior y en numerosas ocasiones esto se expresa con actos violentos; la segunda, es la percepción positiva, a través de la cual el extranjero es valorado por una supuesta superioridad étnica, cultural y social.

Lo anterior puede producir numerosos efectos en el asentamiento del nuevo individuo a su nuevo contexto. En ese mismo estudio, se nombran algunos de los factores que deben poseer los migrantes para lograr adaptarse a un nuevo contexto, el primero de estos es la agudeza en la percepción. Según la cual, la persona es sensible tanto a formas de comunicación verbal y no verbal, como a contextos de comunicación y relaciones interpersonales que no son similares a las que está acostumbrado o acostumbrada. Esto le permite, ser sensible ante los sentimientos de los demás y, al mismo tiempo, tener asertividad en las formas de comunicación verbal y no verbal, evitando realizar malinterpretaciones.

Según el autor anteriormente mencionado, un segundo factor es la fortaleza emocional, que hace referencia a las características personales que puede tener una persona para contrarrestar sentimientos como la frustración, la confusión o la soledad al entrar en un nuevo ámbito cultural. Según Cantu (2001) citado por Mababu (2012), una persona emocionalmente fuerte, tiene la capacidad de afrontar los sentimientos causados por estrés de una forma constructiva. Este tipo de personas, poseen sentido del humor y logran salir con facilidad de los momentos de crisis, creando caminos alternativos que amplían sus posibilidades de dejar atrás la mala experiencia, obteniendo de ella un aprendizaje.

El último factor se denomina flexibilidad/apertura y se refiere a la habilidad para disfrutar y buscar la interacción con personas diferentes culturalmente. Un individuo con esta característica logra sentirse a gusto entre individuos que no comparten sus mismas formas de pensar o actuar, intentando dejar de lado los propios prejuicios a la hora de interactuar con los otros individuos. (Brislin & Pedersen, 1976) citado por Jiménez, Cleves, Ruiz y Lozano (2010), afirman que si la persona solo tratará con personas que están acorde con sus pensamientos, esta se confinaría en una sola forma, mas no la única, de ver el mundo. Subrayando así, que el principal beneficio de la

comunicación intercultural es el aumentar el grado de libertad de la persona, no el de cambiarla en formas que probablemente no desee. Una persona flexible y abierta, comprende que existe una gran diferencia entre aceptar o entender los valores del otro y elegir cambiar y adoptar esos valores para uno mismo Jiménez (2010).

2.2.2 Capítulo II: familia

La familia es el pilar fundamental de cada persona, es la primera fuente de amor, de unión comunicación y las primeras personas con las que se interactúa, lo que conlleva a que cada integrante de ella influya de manera negativa o positiva en la vida de los demás, con la familia se experimentan un sinnúmero de emociones, momentos positivos y negativos, afectando el estado emocional de quien los vive. Teniendo en cuenta lo dicho anteriormente, se definirá según diversos autores el rol de la familia y la importante influencia que tiene ésta para los procesos que deben asumir a lo largo de la vida.

Familia. Según Forgy (1997) citado por Rodríguez, Rincón y Cuello (2012), “La familia es el principal y más poderoso sistema emocional al cual pertenecen los seres humanos y constituye el mayor recurso potencial, así como la mayor fuente de estrés”; Teniendo en cuenta que los lazos que se forman en el núcleo familiar trasciende en su estado emocional, cada miembro genera un continuo cambio o proceso de adaptación en base a su estabilidad familiar.

Por otro lado, la constitución política de Colombia (1991) capítulo II, artículo 42, define a la familia como “el núcleo fundamental de la sociedad, se constituye por vínculos naturales o jurídicos, por la decisión libre de un hombre y una mujer de contraer matrimonio o por la voluntad responsable de conformarla”. Siendo esta una estructura social establecida en toda comunidad.

Teniendo en cuenta las definiciones dadas para “Familia” se puede denotar que tiende a referirse a la relación de consanguinidad y a unos procesos compartidos de valores y costumbres. Sin embargo, se tiene en cuenta conceptos importantes para hacer referencia al núcleo al cual se pertenece, utilizando términos como “parentesco” para decir que son familia biológica y “vínculo” para señalar a la familia que se escoge.

Tipo de familia

El autor Coronel, J (2011), menciona los tipos de familia existentes:

Familia nuclear. Está conformada por padres e hijos. Los lazos familiares están dados por consanguinidad, por afinidad y por adopción. El parentesco por consanguinidad se refiere a los lazos de sangre, mientras que el parentesco por afinidad se refiere a vínculos legales.

Familia Extendida. Además de los padres e hijos, incluye a los abuelos, tíos, primos y otros parientes, sean consanguíneos o afines.

Según Martínez (2017), las familias Venezolanas presentan algunos aspectos adicionales que se relacionan directamente con la cultura de ese país.

Asociaciones libres. Según la constitución Bolivariana de Venezuela en el Artículo 75, el estado protegerá a las familias como asociación natural de la sociedad y como el espacio fundamental para el desarrollo integral de las personas. Las relaciones familiares se basan en la igualdad de derechos y deberes, la solidaridad, el esfuerzo común, la comprensión mutua y el respeto recíproco entre sus integrantes.

El Estado garantizará protección a la madre, al padre o a quienes ejerzan la jefatura de la familia. Los niños, niñas y adolescentes tienen derecho a vivir, ser criados o criadas y a desarrollarse en el

seno de su familia de origen. Cuando ello sea imposible o contrario a su interés superior, tendrán derecho a una familia sustituta, de conformidad con la ley. La adopción tiene efectos similares a la filiación y se establece siempre en beneficio del adoptado o la adoptada, de conformidad con la ley. La adopción internacional es subsidiaria de la nacional. Asimismo, la Constitución indica que las relaciones familiares están basadas en la igualdad de derechos y deberes, en la solidaridad, en el esfuerzo común, en el entendimiento mutuo y en el respeto recíproco entre los miembros la conforman.

El matrimonio, entendido como un proceso legal es protegido por la ley venezolana. Por ende, el concubinato, entendido como un consenso entre un hombre y una mujer que cumpla con lo establecido por la ley, es considerado a todos los efectos como cualquier otro matrimonio.

Parentesco por consanguinidad o por afinidad. El Código Civil de Venezuela establece que los miembros están unidos por lazos de parentesco, los cuales pueden ser por consanguinidad o por afinidad. El parentesco por consanguinidad se refiere a los lazos de sangre, mientras que el parentesco por afinidad se refiere a vínculos legales (el matrimonio, por ejemplo). Del mismo modo, el código civil establece que un cónyuge y los parientes consanguíneos del otro son familia (por afinidad) y este lazo permanece incluso aún después del divorcio. Por su parte, los miembros adoptados de una familia son considerados como miembros consanguíneos ante la ley.

Por otra parte, el Código Civil establece que la proximidad del parentesco se determina por el número de generaciones que separa a un miembro de la familia de esto; cada una de estas separaciones constituye un grado. La relación entre padre e hijos es de primer grado; entre abuelos y nietos, es de segundo grado; y entre tíos y sobrinos, es de tercer grado.

Unión. En Venezuela, la mayor parte de la población vive en familias nucleares, es decir, en una casa habitan los padres y los hijos. Sin embargo, los demás miembros de la familia, abuelos, tíos y primos, viven cerca o se visitan constantemente. Del mismo modo, cuando se producen migraciones que obligan a los miembros de una familia a separarse, éstos suelen mantenerse en contacto a través de vía alternas.

En este sentido, los miembros de una familia no solo están unidos a los otros miembros del núcleo, sino que también tienen relaciones formidables con los miembros de su familia extensa.

Apoyo. Tal y como lo expresa la Constitución de Venezuela, las familias venezolanas se basan en principios de cooperación y entendimiento mutuo, constituyendo un reflejo de la colectividad que caracteriza a la sociedad venezolana en general.

Debido a este sentido de unidad los jóvenes venezolanos viven con sus padres hasta que se hayan graduado de la universidad o hasta que sea capaz de mantenerse por sí mismos. Incluso después de que han dejado la casa de los padres, los hijos continúan siendo apoyados por éstos.

El rol de las madres. A pesar de que la sociedad venezolana está basada en un modelo patriarcal (que favorece a la figura del hombre), las mujeres son las encargadas de los asuntos de familia. Por lo general, las madres venezolanas administran los ingresos del hogar.

Las madres son una figura de estabilidad dentro de la familia venezolana y, del mismo modo, son estas quienes toman las decisiones de mayor importancia.

Algunas familias más arraigadas a los valores antiguos prefieren que sea el hombre quien trabaja mientras que la mujer se encarga de las tareas del hogar y de cuidar a los niños. Sin

embargo, debido a la influencia de las sociedades occidentales y de los movimientos de liberación femenina, la mayoría de las madres entran en el campo laboral al igual que los hombres.

Pérdida del rol

Predomina en Venezuela una estructura familiar donde el padre está virtualmente ausente del núcleo familiar. Esta ausencia no es necesariamente física. Bien puede tratarse también de una ausencia emocional: en la mayor parte de las familias venezolanas, el padre es apenas una figura distante, desentendida de los asuntos de los hijos. Su rol puede limitarse a ser el proveedor de ingresos económicos, pero con frecuencia no pasa de eso. Por lo tanto, es la madre la figura verdaderamente central en los mundos de vida de los venezolanos. (Campo, Andrade y Andrade, 2007: 92).

Se considera una familia “matricentrada”, según (Vethencourt, 1974) citado por Otorora y Mora (2004), término que se refiere a la estructuración de una familia donde la madre es la figura primordial que preside los procesos afectivos, al ejercer el rol del centro de las relaciones del parentesco; ella asume el cargo fundamental de socializar a los niños y de identificarse fuertemente con los hijos, especialmente con las hijas.

Impacto de la migración sobre la familia

En el núcleo familiar la migración trae consigo cambios importantes en cada miembro de la misma, el proceso de aculturación, el cambio de roles del padre, madre e hijos, la distancia y la dificultad de comunicación pueden generar ruptura en los lazos de unión o en algunos casos mayor cohesión familiar.

Asimismo, la migración puede generar en cada individuo estrés, ansiedad, tristeza, entre otros. Los padres deben tomar posturas diferentes a las ya establecidas entre sus integrantes, a los cambios de roles, sin embargo se puede generar satisfacción personal por asumir nuevos retos y brindar bienestar a su familia.

Por lo tanto, existen cambios significativos que se ven inmersos y deben vivir las familias migrantes, estos son:

Inestabilidad económica. La migración acarrea un proceso de inversión económico debido a la inestabilidad presente.

Incertidumbre. Se genera temor por iniciar la construcción de un proyecto de vida fuera de lo que se había establecido y de lo que se estaba logrando hasta el momento, además de la adaptación a un nuevo país.

Desintegración familiar. El estar aislado de la familia genera rupturas y cambios de comunicación, inasistencia a las actividades familiares y un proceso de continuos cambios en la interacción con los miembros.

Dificultades escolares. Se ve inmerso el bajo rendimiento académico y el mal comportamiento, teniendo en cuenta la falencia de sus apoyos familiares o proceso de adaptación.

Sobrecarga de la figura materna. Si es el padre el que debe hacer el proceso de migración, la responsabilidad del hogar recae sobre la madre generando nuevas tareas en el núcleo familiar.

Nuevas construcciones familiares. Debido a los nuevos cambios, la crianza de los hijos puede ser tomada por los abuelos o algún miembro de la familia, desencadenando otra construcción familiar.

Aceleración de la adultez. Debidos a los cambios generados, los hijos pueden adoptar papeles que suplan el de sus padres.

Por otro lado, según Coronel (2011) existen aspectos positivos los cuales son:

El alivio de algunos problemas de sobrepoblación

El logro de una mayor homogeneidad cultural o política (los más descontentos son los que

Primero emigran, quedando sólo los conformistas, los que suelen estar de acuerdo con su

Situación socioeconómica o política).

La disminución de la presión demográfica sobre los recursos

La inversión de las remesas de dinero que envían los emigrantes

La disminución del desempleo.

El aumento de la productividad al disminuir la población activa en el país de emigración

El aumento de la venta de productos en otros países, en especial, de los países receptores de los emigrantes.

2.2.3 Capítulo III: Duelo

En este capítulo se abarcan aspectos importantes del duelo que influyen y repercuten en el proceso de adaptación que deben llevar a cabo los migrantes.

Cuando se habla de duelo se da referencia al “proceso de reorganización de la personalidad que tiene lugar cuando se pierde algo significativo para el sujeto” (Achoategui, 2004).

El duelo migratorio

Se inicia con un sentimiento de pérdida de lo desconocido, cuyo impacto, en el plano personal, dependerá de la edad, de los códigos culturales y lingüísticos compartidos con el nuevo medio, así como de la capacidad de contención del ambiente (Salvador, 2001), afectando la identidad de los individuos que pasan por esta situación.

El proceso migratorio genera muchos cambios y nuevas situaciones que hay que integrar, tanto así que se modifica la propia identidad del sujeto, debido a que se incorpora el conjunto de autorepresentaciones que permiten que las personas se sienta, por una parte, como semejantes y pertenecientes a determinadas comunidades de personas y, por otra, diferentes y no pertenecientes a otras.

Características de duelo migratorio

Según Achotegui (2002), Tizón (1993), Valladares (2004) y a Falicov (1999-2002) citados por Gonzales (2005). Los duelos migratorios cuentan con algunas características las cuales son:

A. Es un duelo parcial, recurrente y múltiple.

Duelo Parcial. El objeto del duelo (el país de origen) no desaparece del individuo para siempre, sino que se hace una línea con una probabilidad del reencuentro. Se trataría pues más de una separación que de una pérdida definitiva en sí misma.

Duelo recurrente. El duelo se presenta constantemente teniendo en cuenta el contacto que se lleva a cabo a través de medios de comunicaciones o en algunos casos viajes o visitas ocasionales.

Duelo múltiple. Se pierden muchas cosas a la vez, todas apreciables y significativas para los individuos: Familia y amigos, Por la lengua “Idioma”, Por la cultura, por la tierra “Lugares, olores,

colores..., Por el nivel social “Estatus”, por el contacto con el grupo étnico, por la pérdida del proyecto migratorio, por no poder regresar y por los riesgos físicos.

B. Se vive en la ambivalencia continua.

Durante el proceso de adaptación el individuo pasa por diversas situaciones que pueden generar emociones contradictorias: alegría-tristeza, frustración-logro, ausencia-presencia. La ambivalencia entre el origen y el destino puede ser continua.

C. El duelo migratorio es transgeneracional.

La forma en que elaboran el duelo los progenitores ejerce una profunda influencia sobre las siguientes generaciones. Para ello un factor que puede ayudar a mitigar esta situación es la formación de redes que se establezcan en el país de acogida.

D. El segundo duelo migratorio: el retorno.

Cuando el individuo retorna a su país de origen después de un tiempo afuera se inicia una “nueva migración”, teniendo en cuenta que se han generado muchos cambios en el entorno.

E. El duelo migratorio no solo lo sufre quien emigra, sino también los que se quedan.

Es una situación que afecta no solamente a los que deciden migrar, sino también a los que se quedan en el país de origen, Estos notan la ausencia de quién se marchó y viven la separación de manera dolorosa. Los canales de comunicación generan un constante dolor y el anhelo del regreso prolonga los duelos.

F. El duelo migratorio afecta a la identidad.

Todos los duelos generan cambios en la identidad del sujeto. Si estos son llevados correctamente, el individuo genera un crecimiento personal desarrollando habilidades y recursos que le ayudaran a sus experiencias futuras.

G. El duelo migratorio conlleva regresiones psicológicas.

La regresión es el mecanismo generado por el bloqueo que supone afrontar situaciones complejas para las cuales el individuo no tiene respuestas ni recursos. En el proceso migratorio se vivencian cambios, además es frecuente generar sentimientos de inseguridad y de agobio. Las conductas regresivas expresan una búsqueda de apoyo y ayuda.

2.2.4 Capítulo IV: Estado emocional

Teniendo en cuenta las investigaciones realizadas por diversos autores se puede comprender que hay diversas patologías que se presentan en consecuencia del proceso migratorio y las exigencias ambientales y personales que estas requieren de la persona a nivel personal, manifestándose en síntomas físicos y psicológicos, unas de las problemáticas más comunes se describirán posteriormente, a partir de lo investigado por otros autores.

Estrés y depresión.

El proceso migratorio trae consigo unas exigencias personales para el inmigrante en su nuevo país de residencia, requiere cambios significativos en donde la persona debe iniciar un estilo de vida totalmente nuevo, en la cual se evidencian una serie de factores que influyen de manera directa en la vida del ser humano, teniendo en cuenta el proceso de adaptación al nuevo lugar de acogida; estos cambios llevan a tomar acciones y medidas por parte del inmigrante que posiblemente

generen sentimientos y pensamientos frente a los cambios que el inmigrante debe asumir y esto conlleva, en ocasiones a una afectación a nivel de salud mental y física.

Desde una perspectiva psicosocial, la migración constituye un proceso de “transición ecológica”, en donde los individuos deben hacer frente al reto de reconstruir su sistema de soporte social, por lo que posee un alto potencial de impacto en el desarrollo humano (Martínez, García-Ramírez & Martínez, 2004). Esta transición ecológica exige un reajuste en todos los ámbitos de la vida de la persona. Desplazarse de un país a otro conlleva además transformaciones en el contexto institucional y cultural en el que se desenvuelve la persona (Maya, 1999).

Este complejo proceso se puede tornar difícil y problemático en la medida en que comporta una serie de estresores particulares (Achotegui, 2002, 2009), riesgos diversos, pérdidas, nuevas experiencias y nuevas demandas, especialmente las del proceso de aculturación (Hidalgo, Peralta, Robles, Vilar & Pérez, 2009; Torres, 2010; Walsh & Shulman, 2007), que en varios casos pueden llegar a generar niveles elevados de estrés (Hidalgo et al., 2009; Patiño & Kirchner, 2010) y constituirse en un factor de riesgo para el desarrollo de psicopatologías (Bhugra, 2004). El efecto de ese estrés depende en gran medida de cómo se posicione el inmigrante frente a su nueva realidad, al cumplimiento o no de sus expectativas, a su grupo cultural de origen y frente al grupo de acogida (Martínez & Martínez, 2006).

Monat y Lazarus (1991) definen el estrés como una experiencia en la que el individuo percibe que las demandas del medio o de cualquier evento superan sus recursos para hacerles frente. Si bien las definiciones de estrés son variadas, la literatura coincide en que se trata de una experiencia altamente subjetiva (Bonnano, 2004; Somerfield & McCrae, 2000) y que la intensidad del estrés

y la efectividad de los mecanismos de afrontamiento afectan las condiciones físicas y psicológicas del individuo (Farley, Galves, Dickinson & Díaz, 2005).

La relación entre migración y salud mental se encuentra ampliamente documentada. El altamente demandante proceso de integración a la nueva cultura, conocido como “aculturación” (Berry, 1997), puede relacionarse con una mayor vulnerabilidad a experimentar malestar psicológico (Coffman & Norton, 2010; Haasen, Demiralay & Reimer, 2008). Dentro de las enfermedades mentales más comunes entre inmigrantes está la depresión (Achetegui, 2002; Hovey & Magaña, 2002). La depresión se presenta cuando los inmigrantes viven el proceso de aculturación, a través del cual buscan adaptarse al nuevo medio y empezar a apropiarse de la cultura de acogida, lo que puede llegar a generar altos niveles de frustración (Hovey & Magaña, 2002). Por su parte, Choi, Miller y Wilbur (2009) afirman que la depresión es uno de los problemas de salud más prevalentes en la población inmigrante de Estados Unidos y la asocian al proceso de aculturación. La relación entre depresión y aculturación también se ha identificado y estudiado en grupos de inmigrantes culturalmente diversos (Miller et al., 2006).

En relación con la adaptación cultural, algunos autores (LaFromboise, Coleman & Gerton, 1993) han planteado que las estrategias de afrontamiento activas que facilitan las transacciones culturales son un factor determinante de la salud mental. En población latinoamericana, algunos estudios identificaron que el afrontamiento activo, conceptualmente similar al de aproximación, se asocia con una menor presencia de síntomas depresivos (Crockett et al., 2007; Torres, 2010; Torres & Rollock, 2007).

Como se puede evidenciar, el modo en el que se perciba y se desenvuelva la persona que decidió migrar en busca de mejores oportunidades depende de los factores protectores que se presenten en

el contexto y en las herramientas de la personalidad del inmigrante. Puesto que, esto conlleva a que el inmigrante se desenvuelva y se adapte a un ambiente desconocido para él, afrontando situaciones complejas lejos de su lugar natal e incluso de su familia, generando amenazas que requieren esfuerzos personales, físicos y mentales.

2.3 Marco contextual

La población con la cual se llevará a cabo el actual proyecto investigativo consta de 4 padres de familia, dos de género femenino y dos de género masculino, comprendidos en edades de 25-50 años y con un tiempo de duración en la ciudad de 7 meses máximo.

Cúcuta, oficialmente San José de Cúcuta, es un municipio colombiano, capital del departamento de Norte de Santander. Se encuentra situado en el nororiente del país, sobre la Cordillera Oriental de los Andes, cerca de la frontera con Venezuela. Cúcuta cuenta con una población aproximada de 750 mil habitantes tiene una longitud de 10 km de norte a sur y 11 de oriente a occidente. Está constituida por 10 comunas. Es el epicentro político, económico, industrial, artístico, cultural, deportivo y turístico de Norte de Santander.

Debido a la situación que se vive en Venezuela y en las condiciones en las que se encontraban sus familias, deciden buscar mayores oportunidades para así brindarles a sus miembros mejor calidad de vida y por ende pasan por el proceso de migración; la cual trae consigo una serie de repercusiones en la capacidad económica de sus familias, estado emocional, entre otros aspectos.

2.4 Marco legal

Refugiados

El sistema continuo de reportes sobre migración internacional en las Américas-SICREMI (2014), encargado de recolectar datos bianuales a través de (entrevistas, encuestas, censos...Etc.) para procesar y difundir información sobre la magnitud, tendencias y características de la migración internacional en países como Colombia. Siendo así, se tiene en cuenta el decreto 2840 del 6 de diciembre del 2013, el cual establece el procedimiento para el reconocimiento de la condición de refugiado, dictando normas que asesora la determinación de la condición y otras disposiciones.

No obstante, la legislación colombiana sobre refugiados se enmarca en los principios establecidos en la Convención sobre el Estatuto de los Refugiados suscrita en Ginebra en 1951, y aprobada por la Ley 35 del 19 de julio de 1961.

Mientras se culmina el proceso de solicitud para refugio, los individuos que están en situación de ilegalidad pueden solicitar un certificado de permanencia legal en el territorio colombiano con vigencia de tres meses.

Sin embargo, se tiene en cuenta que la condición de refugiado acoge al esposo (a) o acompañante (a) permanente y a hijos menores de edad o dependientes económicamente. Cada uno recibe sus documentos respectivos.

Políticas del gobierno Colombiano

Según migración Colombia (2018), se generan estrategias conjuntas para trabajar en un plan de emergencia que cubra el crecimiento de la migración de la población venezolana.

Por consiguiente, se articula la Unidad Nacional para la Gestión del Riesgo de Desastres – NGRD-, la cual implementa el registro administrativo de migrantes Venezolanos.

Registro administrativo de migrantes Venezolanos RAMV

Es un proceso que inicio el 6 de abril y finalizo el 8 de junio del 2018, con el fin de generar información sobre la migración Venezolana en el país. Sirviendo como base para implementar la política integral de atención humanitaria, según el decreto 542 del 21 de marzo del 2018.

Decreto 542 del 21 de marzo del 2018 nivel nacional

El gobierno Colombiano brinda una vital importancia en la atención de la población en situación de migración, resaltando así los derechos humanos en las personas en estado de vulnerabilidad.

Teniendo en cuenta la situación actual de migración que vive Venezuela y como alternativa para contrarrestar esta problemática, El ex presidente de la republica Juan Manuel Santos, el 21 de marzo del 2018 en conjunto con el ministerio de hacienda y Crédito Público en ejercicio de sus facultades constitucionales y legales, en desarrollo de los artículos 140 de la Ley 1873 de 2017 y 160 de la Ley 1753 de 2015, decreto la política de Atención Humanitaria para los ciudadanos Venezolanos "Por el cual se adoptan medidas para la creación de un registro administrativo de migrantes venezolanos en Colombia que sirva como insumo para el diseño de una política integral de atención humanitaria".

Además, el artículo 140 de la Ley 1873 de 2017 "por la cual se decreta el Presupuesto de Rentas y Recursos de Capital y Ley de Apropriaciones para la vigencia fiscal del 1 de enero al 31 de diciembre de 2018", siendo así, el gobierno Colombiano debe seguir generando una política integral de atención humanitaria para solventar la emergencia social que se viene presentando en

las fronteras con Venezuela y asignar los recursos en la vigencia fiscal, a través de la Unidad Nacional para la Gestión del Riesgo de Desastres.

Por consiguiente, la Unidad Nacional para la Gestión del Riesgo de Desastres -UNGRD, cuenta con una herramienta para el Registro Único de Damnificados - R.U.D., para uso del Sistema Nacional de Gestión del Riesgo de Desastres, que tiene como objetivo caracterizar a las Personas damnificadas por los eventos naturales o antropogénicos no intencionales; y puede adaptar esta herramienta para que sea el instrumento de recolección de información sobre migrantes venezolanos en territorio colombiano, en coordinación con el Departamento Nacional de Estadística - DANE.

Sin embargo, la información recaudada mediante esta herramienta servirá como soporte para la formulación y el diseño de la política integral de atención humanitaria a que hace referencia el artículo 140 de la Ley 1873 de 2017, así como el posible incremento de la oferta institucional.

3. Metodología

3.1 Metodología de investigación cualitativa de tipo narrativo

Frente a los diversos procesos en los que se ve inmerso el ser humano que decide migrar de su país residiendo a una cultura nueva, a un proceso de adaptación que exige cambios, estilos de vida totalmente diferentes y un sinfín de experiencias que están directamente relacionadas con el bienestar psicosocial de la persona, es necesario realizar una investigación que permita conocer la perspectiva más cercana de algunos fenómenos psicológicos y sociales que están vinculados al proceso del inmigrante venezolano, por ello es necesario conocer la historia subjetiva de cada persona que hace parte de la investigación. Para ello, se utilizará la investigación cualitativa de

tipo narrativo puesto que permite conocer y tener acercamientos frente a las problemáticas que se presentan.

Como parte del ‘giro narrativo’ los investigadores han comenzado a tomar seriamente la idea de que la gente estructura su experiencia a través de historias. Consideran que la persona es esencialmente un animal narrador de historias (MacIntyre, 1981) y un constructor natural de relatos (Josselson, 2006). Esto ha llevado a una apreciación más sofisticada de la gente como seres sociales activos y a considerar la manera en que se construyen las realidades personales y culturales a través de las historias y los relatos. Los investigadores sociales cualitativos han aumentado su interés en formas de investigación narrativa porque, de acuerdo con Polkinghorne (1995, p. 5), la narración es “la única forma lingüística adecuada para mostrar la existencia humana como acción contextualizada.

Las descripciones narrativas muestran que la actividad humana es una implicación en el mundo con propósito”. Somers (1994) ha llegado a señalar que los académicos toman la vida social como un relato y que la narración es una condición ontológica de la vida social:

Su investigación muestra que los relatos guían la acción; que la gente construye identidades (aunque múltiples y cambiantes) situándose dentro de un repertorio de historias trabadas: que la “experiencia” se constituye a través de narraciones; que la gente da sentido a lo que les ha ocurrido y está ocurriéndoles al intentar encajar o en cierta forma integrar lo que les ocurre dentro de uno o más relatos; y que la gente está guiada en ciertas maneras, y no otras, a partir de proyecciones, expectativas y recuerdos derivados del múltiple y, en última instancia, limitado repertorio de narraciones sociales, públicas y culturales disponibles (Somers, 1994, p. 614).

El giro narrativo también se ha considerado adecuado para comprender los significados con el que las personas componemos el mundo. El significado resulta básico para el ser humano y su naturaleza humana supone la construcción activa de significado. En este sentido, el estudio de los relatos y las historias permite comprender los significados que se expresan, organizan y crean en ellas (Bruner, 2002). Otra razón que justifica este giro es que las narraciones permiten iluminar en gran medida lo personal. De hecho, las historias que la gente cuenta son útiles porque aportan información sobre los mundos interiorizados de ellos mismos o de otros, permitiendo a los investigadores adentrarse en las experiencias vividas de las personas en el mundo postmoderno (Crossley, 2003; Goodley, 2001).

Esta investigación se desarrolló dentro de un modelo de investigación cualitativo, según (Domínguez, 2000) citado por Ramírez (2010), los métodos cualitativos parten del que mundo social están construido de significados y símbolos, de ahí la intersubjetividad es clave en la investigación cualitativa con el intento de obtener una comprensión profunda de los significados de la situación como tal como nos la presenta la persona, más que de la producción de una medida cuantitativa de sus características o conductas.

En los diseños narrativos el investigador recolecta datos sobre las historias de vida y experiencias de determinadas personas para describirlas y analizarlas. Son de interés las personas en sí mismas y su entorno. Creswell (2005), señala que el diseño narrativo en diversas ocasiones es un esquema de investigación, pero también es una forma de intervención, ya que el contar una historia ayuda a procesar cuestiones que no estaban claras. Se usa frecuentemente cuando el objetivo es evaluar una sucesión de acontecimientos.

Se llevará a cabo una investigación cualitativa teniendo en cuenta la flexibilidad que esta genera en la recolección de información, en la interacción natural del investigador con los informantes, además de indagar y hacer análisis del contexto pasado y situaciones actuales que se estén presentando.

Para la recolección de información se tendrán en cuenta las siguientes técnicas relato de vida y grupo focal.

3.2. Población

Según el Ministerio de Relaciones Exteriores (2019), actualmente se encuentran 1.260.590 venezolanos en diferentes ciudades de Colombia, 770.975 de ellos son regulares y 489.619 irregulares.

Actualmente en Norte de Santander residen 176.695 venezolanos y específicamente en Cúcuta se hospedan 21.872 personas de dicho país.

3.3 Muestra

Para el presente estudio se eligió una muestra de 4 personas entre hombres y mujeres padres de familia venezolanos e inmigrantes residentes en Cúcuta-Norte de Santander, comprendidos en edades de 25-50 años y con un tiempo máximo de duración en la ciudad de 7 meses.

Además, se utilizara un muestreo por conveniencia no probabilístico, en las muestras no probabilísticas, la elección de los elementos no depende de la probabilidad, sino de causas relacionadas con las características de la investigación o de quien hace la muestra. Aquí el procedimiento no es mecánico, ni con base en fórmulas de probabilidad, sino que depende del proceso de toma de decisiones de una persona o de un grupo de personas y, desde luego, las

muestras seleccionadas obedecen a otros criterios de investigación. Elegir entre una muestra probabilística o una no probabilística depende de los objetivos del estudio, del esquema de investigación y de la contribución que se piensa hacer con ella. (Hernández Sampieri, Roberto; et al 2003).

En el muestreo por conveniencia, el elemento se autoselecciona o se ha seleccionado debido a su fácil disponibilidad, como su nombre lo indica, se selecciona con base en la conveniencia del investigador. (Kinnear y Taylor, 1998, p.405).

Tabla 1. *Características de población*

Datos
Sexo
Edad
Números de hijos
Estado civil
Tiempo de residencia en la ciudad
Documentación

3.4 Fases de investigación

A continuación se mencionan las categorías en la cuales se basa el trabajo de investigación debido a que éstas son fundamentales para poder indagar a profundidad el proceso que viven los padres de familia inmigrantes y las incidencias que tienen en su estado emocional en la relación con sus familias.

3.4.1 Fase I: Indagación del problema

En esta fase se evidencia el problema que permite dar inicio a la investigación partiendo de la pregunta: ¿Qué incidencia tiene el proceso migratorio en el estado emocional de los padres de familia inmigrantes y refugiados venezolanos?.

A raíz de la pregunta anteriormente plasmada, se pretende indagar la incidencia que tienen esas dos categorías –proceso migratorio- y –estado emocional- para así, desarrollar la investigación sistemáticamente y encaminada a lo que se proyecta desde el inicio.

3.4.2 Fase II: Planteamiento de objetivos

En este apartado se describen los alcances y objetivos que se pretende cumplir en la medida en la que avanza la investigación, partiendo del objetivo general a los específicos, teniendo en cuenta que para darle sentido y dirección a la investigación se deben estipular una serie de objetivos que permitan encaminar cada fase en el cumplimiento de los objetivos. En este caso, lo que se pretende identificar es la relación del proceso migratorio y el estado emocional de los padres de familia, teniendo en cuenta aspectos como la economía, condiciones sociodemográficas, comportamientos, el proceso de aculturación y las emociones, todo ello con el fin de fomentar el estado emocional de cada padre de familia venezolano que haga parte de esta investigación.

3.4.3 Fase III: Conceptualización teórica

Es relevante que la investigación tenga un fundamento teórico, investigaciones previamente realizadas, teorías que aporten significativamente a la realización y desarrollo de la investigación que sirvan de apoyo en la elaboración del trabajo de grado y así, poder indagar a profundidad sobre las categorías que se plantean desde lo cualitativo. La conceptualización teórica permite

reflejar los diversos aportes científicos en relación al tema que se está abordando, estos han transcurrido en el tiempo por parte de grandes autores, lo que permite que tenga confiabilidad y credibilidad.

3.4.4 Fase IV: Desarrollo de la construcción metodológica

Se realizará una investigación cualitativa de tipo narrativo, la cual optan por conocer a profundidad la problemática y vivencia de cada individuo sin obviar ningún detalle de las situaciones, se cuenta con un tipo de muestra por conveniencia no probabilístico en donde la elección de los participantes depende de las causas relacionadas con las características de la investigación. Las técnicas utilizadas en el transcurso de la investigación son: grupo focal y relato de vida llevada a cabo por las psicólogas en formación en los contextos en que se desenvuelven los padres de familia.

3.5 Técnicas de evaluación

A partir de lo propuesto en los objetivos de la investigación es necesario recolectar información que permita y sea apoyo para construir la investigación, conocer diferentes puntos de vista, vivencias, anécdotas y el proceso de migración de cada padre de familia con el que se va a trabajar, para ello, se utilizarán una serie de técnicas de recolección de información que se mencionan a continuación:

3.5.1 Relato de vida.

Las entrevistas biográfico-narrativas han sido también nominadas relatos de vida o entrevistas narrativas autobiográficas (Schütze 2010) citado por Muñiz, L. (2018). Estas entrevistas comienzan con una narración autobiográfica improvisada, en la que el entrevistado debe explayarse sin interrupciones sobre su historia de vida. La idea central es que esta narración de las

experiencias personales se realiza sin previa preparación y sin guías de preguntas, por lo cual supone una aproximación a los hechos experimentados por los sujetos sin mediación de los supuestos teóricos del investigador.

Este instrumento permite conocer a profundidad el relato de vida del inmigrante venezolano, teniendo en cuenta los diferentes aspectos que se pretenden evaluar por medio de lo expuesto por cada uno de ellos en relación a lo que han vivido después del proceso migratorio.

3.5.2 Grupo focal.

Según Martínez (1999) citado por Hamui y Varela (2013), el grupo focal “es un método de investigación colectivista, más que individualista, y se centra en la pluralidad y variedad de las actitudes, experiencias y creencias de los participantes, y lo hace en un espacio de tiempo relativamente corto”.

El grupo focal permite escuchar a la población, conocer sus pensamientos, ideas, puntos de vista, inconformidades y experiencias positivas desde la subjetividad, se llevará a cabo en un espacio libre de interrupciones y obstáculos para así facilitar el proceso de comunicación en el grupo.

Categoría uno. Migración.

Según la (CONAPO, 2002), en términos sociales humanos, una migración es el desplazamiento de personas desde su lugar de residencia habitual hacia otra, en algunos casos se mudan de país por un período determinado de tiempo.

Categoría dos. Estado emocional.

Denzin (2009), define la emoción como “una experiencia corporal viva, veraz, situada y transitoria que impregna el flujo de conciencia de una persona, que es percibida en el interior de y recorriendo el cuerpo, y que, durante el trascurso de su vivencia, sume a la persona y a sus acompañantes en una realidad nueva y transformada – la realidad de un mundo constituido por la experiencia emocional”.

Categoría tres. Familia.

Según Forgy (1997) citado por (Rodríguez, Rincón y cuello, 2012) “La familia es el principal y más poderoso sistema emocional al cual pertenecen los seres humanos y constituye el mayor recurso potencial, así como la mayor fuente de estrés”

4. Presentación de los resultados

4.1 Técnica 1: Relato de vida

Tabla 2. Relato de vida: Participante 1

Categoría	Sub categoría	Entrevista	Respuesta a entrevista
Participante 1. Avendaño			Edad: 37 años Sexo: Femenino Número de hijos: 3 hijas Estado civil: Soltera Tiempo de residencia en la ciudad: 5 meses Documentación: Pasaporte Venezolano
<i>Migración</i>	Adaptación Superación personal	1. ¿De qué manera incide el factor económico a raíz del proceso migratorio en su estilo de vida actual?	Pues fuerte porque me toco migrar, cosa que no esperaba. Lo poco que uno ganaba allá no alcanzaba para nada, si se tenía para una cosa no había para la otra, ya estábamos muy delgados y por eso decidí buscar otras oportunidades, cuando llegué a Cúcuta logre conseguir un trabajo pero las personas con las que viví me humillaban muy feo y salí de,
“en términos sociales humanos, una migración es el desplazamiento de personas desde su lugar de			

residencia habitual hacia otra, en algunos casos se mudan de país por un período determinado de tiempo” (CONAPO, 2002).

aunque no me ha ido del todo bien pero he sabido solventar muchas cosas.

2. ¿Cómo ha sido su proceso de adaptación frente a una cultura diferente a la suya? Ha sido difícil, aunque al menos ya tengo la comida para sobrevivir, pues la cultura es muy diferente porque aquí hay de todo, el trato de las personas también es diferente aunque al inicio me quisieron humillar pero fueron los mismos venezolanos, pues los colombianos se han portado muy bien.

3. ¿Cuáles fueron las mayores dificultades para salir de su país? Mis hijas yo he sido mamá y papá de ellas, además de dejar mi propio negocio de peluquería.

4. ¿En qué condiciones vive actualmente? Digamos que bien porque tengo un techo donde dormir, no con las comodidades que tenía anteriormente en mi país.

5. ¿Cómo considera que ha influido este proceso en su ámbito personal? Pues ahora soy más fuerte, aunque siempre me he defendido sola ahorita más porque es una responsabilidad de pagar arriendo, comida y los servicios y todo esto me ha enseñado a ahorrar la luz, el agua, cosas que allá se desperdicia; además ahora valoro absolutamente todo.

6. ¿Con quién vive actualmente? Actualmente estoy viviendo con un tío y primo.

Categoría	Sub categoría	Entrevista	Respuesta a entrevista
<i>Familia</i> “La familia es el principal y más poderoso sistema emocional al	Resiliencia Dolor	7. ¿Quiénes conforman su núcleo familiar?	Mis 3 hijas y mi futuro nieto.
		8. ¿Cómo era su relación con sus hijos antes	Siempre he sido muy buena mamá, he estado pendiente de mis hijas.

cual pertenecen los seres humanos y constituye el mayor recurso potencial, así como la mayor fuente de estrés” (Forgaty citado por Rodríguez, Rincón y cuello, 2012).

de salir del país?

9. ¿De qué manera afecto el proceso migratorio su núcleo familiar?	En que mi hija de 16 años quedara embarazada a tan corta edad, el papá de mi nieto es una persona ya mayor.
10. ¿Cómo es la comunicación actual con sus hijos?	Excelente yo soy papá, mamá y amiga de ellas.
11. ¿Cuáles son los canales de comunicación con sus hijos? ¿Cada cuánto se comunica con ellos?	Nos comunicamos por medio de Whatsapp y desde la mañana, todo el día hablo con ellas.
12. ¿Actualmente quien asume su rol en el cuidado de sus hijos?	Ellas están solas pues ya están grandes, la mayor tiene 18, 16 y 15 años.

Categoría	Sub categoría	Entrevista	Respuesta a entrevista
<i>Estado emocional</i>	Tristeza Frustración	13. ¿Su estado emocional ha influido en su salud?	Si, la rutina, la preocupación por la plata del arriendo, de sacarlas a ellas adelante. Eso me genera estrés, cansancio y he llorado muchísimo, me he enfermado de los riñones y en la columna.
“una experiencia corporal viva, veraz, situada y transitoria que impregna el flujo de conciencia de una persona, que es percibida en el interior de y recorriendo el cuerpo, y que,		14. ¿Qué emociones experimenta al estar lejos de su país natal? ¿Por qué?	La cultura de allá me hace falta, porque me siento en un país que no es mío, ajena y además a eso me siento deprimida y lloro muchísimo pues todo me toca a mí sola entonces estuve a punto de devolverme.

durante el transcurso de su vivencia, sume a la persona y a sus acompañantes en una realidad nueva y transformada – la realidad de un mundo constituido por la experiencia emocional” (Denzin, 2009).

15. ¿Qué sentimientos le genera el hecho de estar lejos de su núcleo familiar?	Me da mucho dolor y rabia por no poder tenerlas aquí.
16. ¿Cómo se siente en las fechas significativas y de qué manera las afronta?	Me siento muy triste y en esos días no puedo dormir por la necesidad de tenerlas a ellas aquí conmigo y que estemos como antes, pero el trabajo y la necesidad de salir adelante hace que sea fuerte y continúe.
17. ¿Qué sentimientos surgen al adaptarse a esta situación? ¿Qué ha hecho para adaptarse a esta situación?	Estoy en ese proceso hay días en que se me hace muy difícil, me pongo triste, pero el hecho de estar rodeada de personas buenas y que me motivan a seguir adelante por ejemplo mi jefa, ella se ha portado muy bien conmigo y eso me ayuda bastante.
18. ¿Alguna vez se ha sentido rechazado o excluido? ¿De qué manera?	Al principio pero fue por parte de los mismos venezolanos que es lo más doloroso, porque veían que yo era una persona que quería echar para adelante entonces eso les daba rabia, querían que yo pagara todo sola y me escondían las cosas para que yo no agarrara nada.
19. ¿Qué actividades realiza para mejorar su estado emocional?	Mi trabajo, amo lo que hago, mi sitio de trabajo y las personas con las que me rodeo.

Tabla 3. *Relato de vida: Participante 2*

Participante 2. Echeverri

Edad: 38 años

Sexo: Femenino

Número de hijos: 4**Estado civil:** En una relación**Tiempo de residencia en la ciudad:** 7 meses**Documentación:** Pasaporte Venezolano

Categoría	Sub categoría	Entrevista	Respuesta a entrevista
<p><i>Migración</i></p> <p>“en términos sociales humanos, una migración es el desplazamiento de personas desde su lugar de residencia habitual hacia otra, en algunos casos se mudan de país por un período determinado de tiempo” (CONAPO, 2002).</p>	Adaptación	1. ¿De qué manera incide el factor económico a raíz del proceso migratorio en su estilo de vida actual?	Bastante difícil aquí en Cúcuta...claro porque allá en Venezuela había otro estilo de vida y al viajar para acá es totalmente diferente y difícil conseguir trabajo, me costó mucho. Allá estaba en mi zona de confort.
	Superación personal	2. ¿Cómo ha sido su proceso de adaptación frente a una cultura diferente a la suya?	Me caen bien algunos colombianos, “hay otros que son mala sangre” he tenido malas experiencias con algunas personas, me han humillado, tuve una experiencia traumática en un parque mientras vendía café, unos drogadictos me cogieron a la fuerza e intentaron inyectarme con algo que ellos tenían, solo porque los había mirado... Uno trabaja aquí para la comida y para pagar arriendo, más nada. Darse un gusto como se lo podía dar uno en Venezuela, no se puede. En mi casa yo lo tenía todo y no me conformaba, ahora como tengo poco, con todo me conformo.
		3. ¿Cuáles fueron las mayores dificultades para salir de su país?	No tuve complicaciones al salir del país, tomé la decisión de irme cuando mis hijos no podían conseguirme las cosas, ni comida, ni cosas de aseo. Todos decidimos irnos de nuestra casa, todos mis hijos están en diferentes países.
		4. ¿En qué condiciones vive actualmente?	Ahorita vivo bien, pero cuando llegué fue difícil. Cuando recién llegue vivía muy mal, me alquilaron una pieza y dormía en el piso, vivía con muchas personas pero decidí irme porque las personas eran groseras, duré como un mes

durmiendo en un cartón, me dolía mucho el cuerpo. Después conseguí trabajo. Me he mudado mucho, actualmente tengo mis cosas, puedo dormir en una cama.

5. ¿Cómo considera que ha influido este proceso en su ámbito personal?	Ahora valoro todo lo que tengo, me ha hecho una mejor persona todo este proceso, ahora cuido más las cosas que me regalan. Me he vuelto más fuerte, acá en Cúcuta un venezolano no se puede enfermar, y si se enferma debe ir al trabajo enfermo, eso lo hace a uno más fuerte. Soy muy fuerte de carácter. No me dejo de nadie.
6. ¿Con quién vive actualmente?	Vivo sola, soy de poca familia y mis hijos todos viven en diferentes países.

Categoría	Subcategoría	Entrevista	Respuesta a entrevista
<i>Familia</i> “La familia es el principal y más poderoso sistema emocional al cual pertenecen los seres humanos y constituye el mayor recurso potencial, así como la mayor fuente de estrés” (Forgaty citado por Rodríguez, Rincón y cuello, 2012).	Resiliencia Dolor	1. ¿Quiénes conforman su núcleo familiar?	Parí 4 hijos y ya están viajando todos, tengo 3 sobrinos, éramos 6 hermanos, quedamos 2 nada más. A uno lo mataron y la otra se ahorcó. En Venezuela vivía solo con mis hijos.
		2. ¿Cómo era su relación con sus hijos antes de salir del país?	Ha afectado bastante porque al principio me sentía muy sola, me hacían mucha falta mis hijos pero ya me acostumbré. La ventaja hoy en día son las redes sociales.
		3. ¿De qué manera afectó el proceso migratorio su núcleo familiar?	Mis hijos al principio no creían que yo me iba a ir del país. Hoy en día no me quiero ir de Cúcuta, ya me acostumbre a estar acá y me gusta estar acá. Mis hijos aceptan las decisiones que yo tomo y yo acepto las de ellos.
		4. ¿Cómo es la comunicación actual con sus hijos?	Es buena, de vez en cuando nos comunicamos, cuando tenemos tiempo, pero nosotros tenemos buena comunicación, yo no les di la

misma crianza que mi mamá me dio a mí.

		5. ¿Cuáles son los canales de comunicación con sus hijos? ¿Cada cuánto se comunica con ellos?	Hablamos cuando tenemos Wi-fi, hacemos videollamada por Whatssap los cuatro cada uno desde su casa y eso nos mantiene comunicados durante la semana.
		6. ¿Actualmente quien asume su rol en el cuidado de sus hijos?	Yo sola crie a mis hijos ahora ellos mismos se cuidan, ya están grandes. Uno tiene 26 años, el otro 25, el otro 24 y el menor 22.
Categoría	Subcategoría	Entrevista	Respuesta a entrevista
<i>Estado Emocional</i>	Tristeza Frustración	1. ¿Su estado emocional ha influido en su salud?	Por supuesto, actualmente sufro de migraña y esto es debido a tanta pensadera, tanta preocupación...
“una experiencia corporal viva, veraz, situada y transitoria que impregna el flujo de conciencia de una persona, que es percibida en el interior de y recorriendo el cuerpo, y que, durante el trascurso de su vivencia, sume a la persona y a sus acompañantes en una realidad nueva y transformada – la realidad de un mundo constituido por la experiencia		2. ¿Qué emociones experimenta al estar lejos de su país natal? ¿Por qué?	Cuando llegan mis cumpleaños a mí me da de todo, mucha tristeza porque a mí me gustaría estar en la casa, compartiendo con mis hijos, pero ya no se puede.
		3. ¿Qué sentimientos le genera el hecho de estar lejos de su núcleo familiar?	Es muy triste, uno quisiera que la realidad fuera diferente pero pues gracias a Dios al menos estamos vivos y con salud.
		4. ¿Cómo se siente en las fechas significativas y de qué manera las afronta?	Para no sentirme tan mal en estas fechas yo tomo cerveza y lloro mucho, es una distracción para mí. Antes bebía alcohol todos los días, tenía que tomar cerveza para poder dormir pero mis hijos estuvieron muy pendientes de mí y ya no hago eso.
		5. ¿Qué sentimientos surgen al adaptarse a esta situación? ¿Qué ha hecho para adaptarse a esta situación?	Sí, me vi obligada a adaptarme. El tener amistades acá me ha ayudado mucho, como me he mudado tanto he conocido a muchas personas.

emocional”
(Denzin, 2009).

6. ¿Alguna vez se ha sentido rechazado o excluido? ¿De qué manera?

Si señora, acá hay colombianos que lo miran a uno mal pero yo no les prestó atención o si no me pongo a pelear con todos los colombianos que son “mala sangre”.

7. ¿Qué actividades realiza para mejorar su estado emocional?

Salir con mi novio, saco a pasear a mi perro y salgo a caminar por ahí.

Tabla 4. *Relato de vida: Participante 3*

Participante 3. González

Edad: 28 años:

Sexo: Masculino

Número de hijos: 2

Estado civil: Unión libre

Tiempo de residencia en la

ciudad: Un mes y dos semanas

Documentación: Cédula

Venezolana

Categoría	Sub categoría	Entrevista	Respuesta a entrevista
<p><i>Migración</i></p> <p>“en términos sociales humanos, una migración es el desplazamiento de personas desde su lugar de residencia habitual hacia otra, en algunos casos se mudan de país por un período determinado de tiempo”</p>	Adaptación	1. ¿De qué manera incide el factor económico a raíz del proceso migratorio en su estilo de vida actual?	Muy difícil, porque el cambio es drástico pues no estás acostumbrado a este tipo de moneda, aunque cuando vas a un supermercado te das cuenta que tienes gran variedad de cosas, que puedes adquirir lo que necesitas, incluso yo vendiendo tortas pagamos el arriendo y comemos.
	Superación personal	2. ¿Cómo ha sido su proceso de adaptación frente a una cultura diferente a la suya?	Normal, siento que todos los seres humanos pertenecemos a una sola tierra eso es lo que me calma.
		3. ¿Cuáles fueron las mayores dificultades para salir de su país?	Conseguir la plata, después de conseguirla no poder comprar los alimentos porque si lo hacía no tenía con que venirme y ver a mi hijo llorar cuando me monte a la unidad porque no teníamos con que vivir bien.

(CONAPO, 2002).

4. ¿En qué condiciones vive actualmente?

Pues no te voy a decir que clase media, pero si estamos gracias a Dios en un arriendo, tenemos donde dormir, donde cocinas y pues todos los días si no trabajo no comemos.

5. ¿Cómo considera que ha influido este proceso en su ámbito personal?

Bastante me abrió los ojos y siento que estoy capacitado para cualquier situación y siento que me abrió la idea del emprendimiento.

6. ¿Con quién vive actualmente?

Con mi esposa y ahora mi hija.

Categoría	Subcategoría	Entrevista	Respuesta a entrevista
<p><i>Familia</i></p> <p>“La familia es el principal y más poderoso sistema emocional al cual pertenecen los seres humanos y constituye el mayor recurso potencial, así como la mayor fuente de estrés” (Forgaty citado por Rodríguez, Rincón y cuello, 2012).</p>	<p>Resiliencia Dolor</p>	1. ¿Quiénes conforman su núcleo familiar?	Mi esposa, su hija de 5 años y nuestros dos hijos. En este momento estamos solamente con nuestra hija que tiene dos días de nacida.
		2. ¿Cómo era su relación con sus hijos antes de salir del país?	Mi relación con mi hijos era amorosa, extraño abrazarlo, amanecer con él, que me pida la bendición, que me diga papá, papá, papá. Extraño todo en realidad.
		3. ¿De qué manera afectó el proceso migratorio su núcleo familiar?	Impacta durísimo y afecta total, porque el proceso migratorio es algo por el cual uno sale pues la necesidad en el país es fuerte, nada agradable. La condición económica es muy precaria.
		4. ¿Cómo es la comunicación actual con sus hijos?	La relación con mi hijo es bastante fluida, muy bonita, es algo lindo.
		5. ¿Cuáles son los canales de comunicación con sus hijos? ¿Cada cuánto se comunica con ellos?	Por video llamada y con mi mamá me comunico todos los días por Facebook para saber cómo esta él, si le dieron sus medicinas, sus vitaminas, todo. Todos los días hablamos en la noche
		6. ¿Actualmente quien asume su rol en el cuidado de sus hijos?	Mi papá, mi mamá y mi hermano; aunque mi suegra baja constantemente lleva a su hermanita

para que juegue con él. La familia nos está apoyando gracias a Dios.

Categoría	Subcategoría	Entrevista	Respuesta a entrevista
<p><i>Estado Emocional</i></p> <p>“una experiencia corporal viva, veraz, situada y transitoria que impregna el flujo de conciencia de una persona, que es percibida en el interior de y recorriendo el cuerpo, y que, durante el trascurso de su vivencia, sume a la persona y a sus acompañantes en una realidad nueva y transformada – la realidad de un mundo constituido por la experiencia emocional” (Denzin, 2009).</p>	<p>Tristeza Frustración</p>	1. ¿Su estado emocional ha influido en su salud?	Bueno bastante, porque en realidad el estrés lo pone a uno a bajar de peso de tanto pensar, como buscar para pagar el arriendo los gastos de la comida, ahora que tengo la bebé pues mucho más.
		2. ¿Qué emociones experimenta al estar lejos de su país natal? ¿Por qué?	Tristeza, siento odio porque el gobierno de Venezuela prácticamente lo excluyo a uno de su propia tierra por las condiciones económicas, dejamos la familia, el empleo.
		3. ¿Qué sentimientos le genera el hecho de estar lejos de su núcleo familiar?	Odio, porque no es necesario que una nación se encuentre sumida en un déficit económico el cual no podemos salir todos adelante y nos toque alejarnos de nuestra familia.
		4. ¿Cómo se siente en las fechas significativas y de qué manera las afronta?	Se siente triste, es algo muy nostálgico porque no estamos ahí y la única manera de afrontar cada una de las fechas el cuales nosotros recordamos es pensando siempre en el futuro de los niños y de la familia, para una mejor economía.
		5. ¿Qué sentimientos surgen al adaptarse a esta situación? ¿Qué ha hecho para adaptarse a esta situación?	Ahora puedo decir que tranquilidad, me siento feliz porque me he adaptado, el proceso fue muy rápido, ya llevo aquí un mes y dos semanas, la verdad que no me encontré muy difícil en la cuestión y trabajando todos los días a preguntar por un empleo, vendiendo tortas.
		6. ¿Alguna vez se ha sentido rechazado o excluido? ¿De qué manera?	Nunca, con los colombianos nunca, gracias a Dios no tengo nada que decir de ninguno de ellos, más bien si me he sentido apoyado me han dado ánimos “Chino para delante, claro que si se puede, vamos, sigue”. Nunca he sentido una exclusión total

7. ¿Qué actividades realiza para mejorar su estado emocional?

Por ahora vendo tortas, próximamente voy a tener que vender gaseosa, agua...Hasta que por lo menos nos pongamos de acuerdo con los documentos para poder tener el carnet del PET, porque es lo que piden para todo.

Tabla 5. *Relato de vida: Participante 4*

Participante: Maya

Edad: 42 años

Sexo: Masculino

Número de hijos: 3 hijos

Estado civil: Casado

Tiempo de residencia en la ciudad: 5 meses

Documentación: Cédula Venezolana

Categoría	Sub categoría	Entrevista	Respuesta a entrevista
<i>Migración</i> “en términos sociales humanos, una migración es el desplazamiento de personas desde su lugar de residencia habitual hacia otra, en algunos casos se mudan de país por un período determinado de tiempo” CONAPO (Consejo Nacional de Población)	Adaptación	1. ¿De qué manera incide el factor económico a raíz del proceso migratorio en su estilo de vida actual?	La verdad me ha ayudado muchísimo aquí en Colombia, porque así puedo darles una calidad de vida a mis hijos en Venezuela.
	Superación personal	2. ¿Cómo ha sido su proceso de adaptación frente a una cultura diferente a la suya?	Me toca duro, porque adaptarse no es fácil pero uno se va mediando a lo que uno puede.
		3. ¿Cuáles fueron las mayores dificultades para salir de su país?	Dejar a mis hijos y a mi familia, es fuerte.

4. ¿En qué condiciones vive actualmente?
Mi esposa y yo vivimos en unas condiciones óptimas por el trabajo que tengo, más teniendo en cuenta que está a punto de tener a nuestra otra hija.

5. ¿Cómo considera que ha influido este proceso en su ámbito personal?
Me ayudado a crecer como persona, porque estando aquí he tenido otras oportunidades, he sido versátil “He vendido perros, medicina...de todo”

6. ¿Con quién vive actualmente?
Con mi esposa y mi mamá que está aquí de paso.

Categoría	Sub categoría	Entrevista	Respuesta a entrevista
<i>Familia</i> “La familia es el principal y más poderoso sistema emocional al cual pertenecen los seres humanos y constituye el mayor recurso potencial, así como la mayor fuente de estrés” (Forgaty citado por Rodríguez, Rincón y cuello, 2012).	Resiliencia Dolor	7. ¿Quiénes conforman su núcleo familiar?	Mi esposa y mis 3 hijos.
		8. ¿Cómo era su relación con sus hijos antes de salir del país?	Muy buena, éramos demasiado unidos.
		9. ¿De qué manera afecto el proceso migratorio su núcleo familiar?	Afecto muchísimo porque separarnos así, a veces los mando a buscar para poder verlos.
		10. ¿Cómo es la comunicación actual con sus hijos?	Muy buena gracias a Dios, hemos sido una familia muy unida y a pesar de la situación lo seguimos siendo.
		11. ¿Cuáles son los canales de comunicación con sus hijos? ¿Cada cuánto	Nos comunicamos vía Facebook o por Whatsapp y todos los días, estamos muy pendientes de ellos.

se comunica
con ellos?

-
12. ¿Actualmente quien asume su rol en el cuidado de sus hijos?
- Los abuelos maternos son los que en este momento nos están colaborando con el cuidado de los niños.

Categoría	Sub categoría	Entrevista	Respuesta a entrevista
<i>Estado emocional</i> “una experiencia corporal viva, veraz, situada y transitoria que impregna el flujo de conciencia de una persona, que es percibida en el interior de y recorriendo el cuerpo, y que, durante el trascurso de su vivencia, sume a la persona y a sus acompañantes en una realidad nueva y transformada – la realidad de un mundo constituido por la experiencia emocional” (Denzin, 2009).	Tristeza Frustración	13. ¿Su estado emocional ha influido en su salud?	Me ha bajado el ánimo pero mi esposa es la que me motiva todos los días y es la que me levanta la autoestima para seguir adelante y luchar por nuestros hijos, tengo cáncer en el páncreas hace 4 meses y todo lo que ha pasado más esto, ocasiona mi pérdida progresiva de peso.
		14. ¿Qué emociones experimenta al estar lejos de su país natal? ¿Por qué?	Es fuerte estar por fuera del país porque es otra cultura, otras creencias y eso me genera tristeza y llanto
		15. ¿Qué sentimientos le genera el hecho de estar lejos de su núcleo familiar?	Tristeza porque estar lejos de mi familia no es fácil, extraño tenerlos cerca.
		16. ¿Cómo se siente en las fechas significativas y de qué manera las afronta?	Es fuerte y triste, estar sin tus hijos, sin tus papás es algo que realmente llega a lo más profundo.
		17. ¿Qué sentimientos surgen al adaptarse a	Tranquilo, contento. Si me he adaptado pues he hecho de todo, hasta una mesita con chucherías tenemos como opción de trabajo.

	esta situación? ¿Qué ha hecho para adaptarse a esta situación?	
18.	¿Alguna vez se ha sentido rechazado o excluido? ¿De qué manera?	No, desde que llegue la gente me ha apoyado muchísimo han sido muy buenos conmigo.
19.	¿Qué actividades realiza para mejorar su estado emocional?	Manejo bicicleta y eso es algo que me tranquiliza, además intento hacer ejercicio.

4.2. Técnica 2: grupo focal

Grupo Focal				
Categoría	Tema	Resultados	Conclusión de categorías	Análisis
Migración	Emociones antes y después de migrar.	Participante 1 Avendaño. Antes de salir de mi país me generaba miedo al no saber a qué me iba a enfrentar, también lloraba mucho pues iba a dejar a lo más valioso para mí que son mis niñas y pues ahora ya me siento más tranquila al saber que he	Existe una afectación a nivel emocional y física en los padres de familia inmigrantes y refugiados venezolanos, predominantemente unos meses después de decidir migrar. Seguidamente del proceso de adaptación cada uno de ellos refiere que actualmente,	Según (Trillo, 2009). La migración pone a prueba la capacidad adaptativa del ser humano, los migrantes tienen que enfrentarse con una serie de cambios, bien sean cambios ambientales o de status social. Toman

<p>podido calmarles el hambre, que la situación para ellas a cambiado y que es un esfuerzo que trae ganancias.</p>	<p>después de vivir experiencias nuevas y adversas, lograron encontrar un trabajo y un hogar para poder vivir dignamente.</p>	<p>contacto con una sociedad cuyos códigos de valores y lingüísticos no les resultan familiares y se sienten confundidos y desubicados. Esto produce una frustración que puede llegar a manifestarse en enfermedades físicas o mentales.</p>
<p>Participante 2 Echeverri.</p> <p>Al contrario de mi compañera yo siempre me he caracterizado por ser una mujer guerrea y arriesgada, la decisión de dejar todo e irme fue en despertar y decir me voy, así que no tuve momento de pensar en si o en no. Mis hijos ya están grandes y siempre los he criado para que sean independientes, entonces eso me generaba tranquilidad, si llore pero fue por la situación en la que vivíamos y pues ahora ya estoy feliz y amañada.</p>		<p>Evidentemente la crisis venezolana motivó a los padres de familia a abandonar su país natal debido a la problemática social, económica y política que allí se vive, este proceso migratorio trajo consigo una serie de situaciones que tuvieron afectaciones emocionales y generaron enfermedades físicas y síntomas</p>
<p>Participante 3 Gonzales.</p> <p>Cuando vi que no tenía otra opción me dio mucha</p>		

rabia, sentía un fuerte odio por el gobierno pues gracias a ellos nos tocó dejarlo todo, ver a mi hijo y saber que lo tenía que dejar me desarmaba por completo, llore como no se imaginan y aún lo hago, pero así como lo mencionaron esto es por un bien para ellos, es prueba del amor que uno tiene por sus hijos y de lo que es capaz, ahora siento tranquilidad y muchas ganas de luchar, me he demostrado que soy capaz y que lo lograre.

psicológicos que afectaron sus vidas.

Participante 4
Maya.

Sentí que la vida me quitaba lo más valioso para mí, el dejar a mis hijos y a mi familia no fue para nada fácil, mi estado de ánimo estaba muy bajo y sentía no ver salida a la problemática, cuando llegué a Colombia tenía miedo, tristeza y frustración. Ahora

		<p>sigu alegre pero a veces es mi esposa quien me levanta y me motiva para poder seguir.</p>		
Estado emocional	Estrategias de afrontamiento emocional frente a situaciones negativas.	<p>Participante 1 Avendaño.</p> <p>Pienso en mi futuro nieto, él me motiva todos los días, ya quisiera tenerlo aquí y poder brindarle todo lo que necesite. También mis hijas, siempre he querido lo mejor para ellas y es por ello que sigo aquí más fuerte que nunca.</p> <p>Participante 2 Echeverri.</p> <p>Al inicio la cerveza se convirtió en mi refugio, era lo que me daba tranquilidad, ahora vivo con mi perrito que es mi compañía y compañero de lucha, además a ello tengo una relación sentimental con un señor que es mi hombro para descansar cuando lo necesito, aunque no vivimos juntos, también salir a caminar me genera tranquilidad y me</p>	<p>Los padres de familia inmigrantes que participaron del grupo focal, tienen diversas estrategias que les permite ocupar su mente y no pensar en las situaciones que les generan tristeza o desmotivación. Son personas adultas que tienen una actitud positiva pese a las circunstancias que viven. Sus motivaciones más grandes son sus hijos, quienes se encuentran lejos. También, refieren no tener opción de rendirse o de quedarse “quietos” debido a que necesitan trabajar para poder comer y pagar las cuentas de sus hogares.</p>	<p>Desde una perspectiva psicosocial, la migración constituye un proceso de “transición ecológica”, en donde los individuos deben hacer frente al reto de reconstruir su sistema de soporte social, por lo que posee un alto potencial de impacto en el desarrollo humano (Martínez, García-Ramírez & Martínez, 2004). Se encontraron diversas estrategias que les permiten afrontar las situaciones que les generan afectaciones emocionales, considerándose personas fuertes y capaces de asumir diversas</p>

da ánimo para continuar trabajando y por poder brindarle un futuro a mis hijos y para poder suplir las necesidades básicas... Mi trabajo también me ha servido de gran ayuda para superar cada día.

experiencias, teniendo como motivación intrínseca el deseo por superarse y ser un ejemplo para sus hijos.

Participante 3
Gonzales.

Tener contacto continuo con mis papás y mi hijo, el tener el medio para conocer su día a día es lo que me da fortaleza, ahora con el nacimiento de mi hija es todo muy hermoso pues la tengo aquí conmigo y puedo disfrutar de su compañía, también me he encontrado con muy buenas personas y eso me reconforta, además a eso mi constante capacidad de emprender, quiero seguir trabajando y verlos bien a todos ellos.

Participante 4
Maya.

Mi esposa es mi compañera y mi

más grande motivación, así como todos mencionan a sus familiares porque realmente es por ellos por quienes estamos aquí, también monto bicicleta para distraerme y en algunas ocasiones hago ejercicio.

Familia	Factores protectores dentro del proceso de adaptación.	Participante 1 Avenidaño.	Según lo refieren los padres de familia, todos coinciden con el hecho de que los lazos fuertes de comunicación con su familia es el principal factor protector dentro del proceso de adaptación, han descubierto habilidades que no creían tener, sus creencias le generan estabilidad emocional, reconocen que encontraron	Según Forgaty (1997) citado por Rodríguez, Rincón y cuello (2012), “La familia es el principal y más poderoso sistema emocional al cual pertenecen los seres humanos y constituye el mayor recurso potencial, así como la mayor fuente de estrés”.
		Participante 2 Echeverri.	personas que les brindaron ayudas económicas y de alimentación en algún momento dentro del proceso de adaptación, pero han sido ayudas que no han tenido un trasfondo en sus	A partir de lo analizado y lo referido por los padres de familia. Los factores protectores que se han ido desarrollando dependen de

realmente es lo que me ayuda a subsanar todo y por supuesto el amor y la relación con mis hijos.	vidas, si no que han tenido que salir a las calles a buscar trabajo y así poder solventar los gastos.	las vivencias por las que pasaron y las creencias que tienen sobre la misma situación. El apoyo de otras personas que conocieron durante el proceso de adaptación ha generado beneficios en su estabilidad emocional.
Participante Gonzales 3.		
Para mí todo lo que han dicho realmente es significativo, pero como persona aprendí a guerrearla, a querer tener más y que todo sea por mérito propio, el pasar tiempo con mi esposa y ayudarnos en todo ha sido demasiado hermoso, además a ello Dios siempre nos acompaña en cada prueba y hay que aferrarnos a él.		
Participante Maya 4.		
El apoyo de la gente ha jugado un papel importante en mi proceso, la fe me da tranquilidad y así logro tener esperanza de que todo muy pronto volverá a estar bien.		

5. Análisis

A continuación se muestra el análisis cualitativo de la información recolectada mediante los instrumentos propuestos en la investigación. Teniendo en cuenta las tres categorías de información previamente seleccionadas (migración, familia y estado emocional), de manera que se logren analizar en su totalidad los datos obtenidos.

Participante 1, Avendaño

Categoría migración.

Avendaño manifiesta “ya estábamos muy delgados y por eso decidí buscar otras oportunidades”, pues la difícil e inesperada situación ocurrida en el país venezolano de la cual fue afectada ella y su familia en diferentes aspectos, generando inconformidades y surgiendo la necesidad de migrar para mejorar su calidad de vida y la de sus hijas dejando a un lado su propia fuente ingresos y las comodidades con las que contaba.

Sin embargo, sus primeros días en ese proceso radical que dio su vida, no fue como ella lo esperaba y se encontró con situaciones adversas refiriendo “Ha sido difícil, aunque al menos ya tengo la comida para sobrevivir, pues la cultura es muy diferente porque aquí hay de todo, el trato de las personas también es diferente aunque al inicio me quisieron humillar pero fueron los mismos venezolanos, pues los colombianos se han portado muy bien”, ahora el proceso le ha enseñado a ser más fuerte, valorar absolutamente todo y a asumir una responsabilidad mayor frente a los recursos que necesita para subsistir; puesto que ello la obliga a ahorrar.

Categoría familia.

Avendaño relata que la relación con sus hijas siempre ha sido buena, pero en el transcurso del tiempo en el que se alejó de sus hijas debido al hecho de migrar, una de ellas quedo embarazada

con tan solo 16 años, lo cual le generó una gran preocupación y culpa porque piensa que no pudo brindarle la atención y el acompañamiento que ella requería, pues ha sido madre y padre. Sin embargo, el hecho de estar lejos no ha sido impedimento para que la relación colapse, por el contrario se sienten más unidas “Nos comunicamos por medio de Whatsapp y desde la mañana, todo el día hablo con ellas”.

Categoría estado emocional.

Avendaño menciona que “la cultura de allá me hace falta porque me siento en un país que no es mío ajena y además a eso me siento deprimida y lloro muchísimo pues todo me toca a mí sola entonces estuve a punto de devolverme”, el cambio drástico que dio su vida y la de su familia generan frustración y desesperanza en la continuidad del proceso. Además, en las fechas significativas refiere no dormir, siente dolor, rabia, tristeza, pues los recuerdos invaden su mente, anhelando estar en compañía de sus hijas.

A pesar de la difícil situación que ha vivido, la falta de oportunidades laborales, el mal trato que recibió al llegar a Cúcuta por parte de algunos venezolanos, Avendaño ha sabido solventar muchas cosas y ahora realiza actividades las cuales le han ayudado a generar capacidades de resiliencia, refiriendo “mi trabajo, amo lo que hago, mi sitio de trabajo y las personas con las que me rodeo”, lo cual le ha permitido generar ingresos para poder pagar los gastos personales, mencionando que ha aprendido a ahorrar la luz y el agua en su hogar “cosas que allá en Venezuela, se desperdicia”

Participante 2, Echeverri

Categoría migración.

Echeverri refiere que el proceso de adaptación es “Bastante difícil aquí en Cúcuta...claro porque allá en Venezuela había otro estilo de vida y al viajar para acá es totalmente diferente y difícil conseguir trabajo, me costó mucho. Allá estaba en mi zona de confort”, todo esto es debido a las condiciones políticas y económicas del país venezolano pues ya no son las adecuadas para poder solventar las necesidades básicas. Además, menciona que “Cuando recién llegue vivía muy mal, me alquilaron una pieza y dormía en el piso, vivía con muchas personas, duré como un mes durmiendo en un cartón, me dolía mucho el cuerpo”. Eran condiciones complejas que causaron malestar físico y seguido a ello emocional.

Sin embargo y a pesar de las condiciones por las que paso Echeverri, ahora ella cuenta con una pareja siendo este un pilar importante en su adaptación, enfatizando “Ahora valoro todo lo que tengo, me ha hecho una mejor persona todo este proceso, ahora cuido más las cosas que me regalan. Me he vuelto más fuerte”.

Categoría de familia.

Echeverri menciona que el proceso de adaptación y el dejar a su familia “Ha afectado bastante porque al principio me sentía muy sola, me hacían mucha falta mis hijos pero ya me acostumbré, la ventaja hoy en día son las redes sociales”. Buscar herramientas de comunicación facilitó el contacto con sus hijos haciendo llevadero el proceso y la distancia por la que estaban atravesando.

Aunque en ocasiones se siente muy sola y extraña compartir las fechas significativas con sus hijos, tiene presente que todo este esfuerzo es por mejorar su calidad de vida y la de los suyos, pero que después de tanto llanto y experiencias negativa por las que ha atravesado y las cuales han tenido fuerte impacto como el suicidio de su hermana y asesinato de su otro hermano, situaciones

que según refiere ella, la han ayudado a superar muchas cosas negativas que ha tenido que vivir como el migrar de su país y dejar a su familia.

Categoría estado emocional.

Echeverri ha pasado por diversos contratiempos en su salud debido a las condiciones iniciales por las que tuvo que pasar, pues el dormir en el piso le generaron dolores de espalda y refiere que “Actualmente sufro de migraña y esto es debido a tanta pensadera, tanta preocupación...”. Además, dentro del proceso vivió una época donde consumía bebidas alcohólicas todos los días para solventar la ausencia de sus hijos y poder conciliar el sueño, y en aquellas épocas especiales menciona “Es muy triste, uno quisiera que la realidad fuera diferente pero pues gracias a Dios al menos estamos vivos y con salud.”. No obstante, las amistades, las actividades de ocio que realiza junto a su nueva pareja y el amor por su trabajo logran distraer su mente de las preocupaciones y enfocarse en ser una mujer fuerte y con metas por cumplir.

Participante 3, Gonzales

Categoría migración.

Gonzales menciona que el cambio de moneda fue algo que le generó preocupación cuando llegó a Cúcuta, pero que le agrada la variedad de productos que se pueden conseguir en el supermercado con facilidad, algo que no sucedía en Venezuela debido a la crisis. El proceso de adaptación ha sido bueno, pues refiere que “todos los seres humanos pertenecemos a una sola tierra eso es lo que me calma”, logrando que sus creencias formen un pilar importante en el proceso migratorio y en el ámbito personal “me abrió los ojos y siento que estoy capacitado para cualquier situación y siento que me abrió la idea del emprendimiento”.

Sin embargo, menciona que “las mayores dificultades después de conseguir la plata fue no poder comprar los alimentos porque si lo hacía no tenía con que venirme y ver a mi hijo llorar cuando me monte a la unidad porque no teníamos con que vivir bien”, estas situaciones obligaron a Gonzales a buscar la forma de ganar dinero, de emprender, actualmente vende tortas; lo que le ha permitido suplir las necesidades en su hogar y de su familia en Venezuela.

Categoría familia.

Actualmente vive con su esposa e hija recién nacida quienes son su compañía en este momento aquí en Cúcuta. Sin embargo, su núcleo familiar está conformado por la hija de su esposa, y sus dos hijos producto de esa unión. Gonzales menciona que la relación con su hijo era buena, amorosa y refiere extrañarlo mucho, considera que el proceso migratorio ha afectado la relación con su familia pues ya no puede compartir con ellos, también se encuentra lejos de su madre, padre y hermano con quienes tiene una relación muy estrecha, él menciona que se comunica con ellos por Facebook todas las noches, que habla con su mamá para estar pendiente del consumo de medicina y del cuidado de su hijo, pues son ellos quienes están al tanto de los hijos que se encuentran viviendo en Venezuela.

Categoría estado emocional.

Para Gonzales el hecho de estar lejos de su país natal le provoca “Tristeza, siento odio porque el gobierno de Venezuela prácticamente lo excluyó a uno de su propia tierra por las condiciones económicas, dejamos la familia, el empleo”, trayendo consigo efectos adversos en su salud como estrés y bajo peso por el hecho de enfrentarse a otras condiciones de vida para las cuales no estaba preparado; sin embargo, se ha ido logrando un proceso de adaptación positivo, aun con tan solo

dos meses y medio en Colombia ha demostrado ser una persona trabajadora y con ganas de salir adelante.

Además, este proceso de migración al que se está enfrentado y por el cual tuvo que dejar a su familia le genera “Odio, porque no es necesario que una nación se encuentre sumida en un déficit económico el cual no podemos salir todos adelante y nos toque alejarnos de nuestra familia”, haciendo énfasis en el recurso económico como factor predominante en la toma de decisiones y afrontamiento positivo de la adversidad para lograr así el bienestar de su familia.

Participante 3, Maya

Categoría migración.

El proceso migratorio según Maya le “ha ayudado muchísimo aquí en Colombia, porque así puedo darles una calidad de vida a mis hijos en Venezuela”, trayendo consigo estabilidad económica y mejoras en las condiciones de vida de sus hijos; por otra parte en el ámbito personal le ha “ayudado a crecer como persona, porque estando aquí he tenido otras oportunidades, he sido versátil, he vendido perros, medicina...de todo”, creando cambios positivos y transformadores para su bienestar familiar e individual.

Categoría familia.

Aunque la distancia los separe y existan diferentes condiciones de vida, según Maya “hemos sido una familia muy unida y a pesar de la situación lo seguimos siendo”. Este proceso ha forjado en él las ganas de salir adelante y continuar luchando por lo que se desea, además la unión de cada miembro de la familia como lo menciona “Nos comunicamos vía Facebook o por Whatsapp y

todos los días, estamos muy pendientes de ellos”, hace más ameno y menos traumático el hecho de estar alejados.

Categoría estado emocional.

Para Maya el proceso se ha tornado difícil, pues su constante estado de ánimo bajo ha dificultado el proceso de adaptación, refiriendo “es fuerte estar por fuera del país porque es otra cultura, otras creencias y eso me genera tristeza y llanto”, sin embargo cuenta con el apoyo de su pareja quien es la que lo motiva a continuar y así poder salir adelante para luchar por sus hijos “es fuerte y triste estar sin tus hijos, sin tus papás, es algo que realmente llega a lo más profundo”. No obstante, Maya practica actividades como “manejo bicicleta y es algo que me tranquiliza, además intento hacer ejercicio”, en donde se puede denotar el afrontamiento activo y los factores protectores que utiliza en su diario vivir para hacerle frente a la situación.

Discusión

En este apartado se realiza un paralelo entre los resultados obtenidos a través de los instrumentos utilizados para la recolección de información (relato de vida y grupo focal dirigida a los padres de familia inmigrantes y refugiados venezolanos residentes en Cúcuta). Abarcando autores en relación al tema abordado en el curso de la investigación.

A continuación se plantearán una serie de cuestionamientos teniendo en cuenta algunas de las posibles problemáticas que pueden darse en el proceso migratorio. La mayoría de los autores mencionados coinciden en que la migración puede causar una serie de problemas y alteraciones en la salud que se dan de manera natural por el cambio que se está efectuando, pero que corren el riesgo de convertirse en una patología si no se tratan a tiempo y si las condiciones de la persona en el país de acogida no son favorables para la superación del problema o el afrontamiento de los

cambios. Teniendo en cuenta estas premisas, se puede plantear que si se da una situación social positiva y el entorno en el que se desenvuelve la persona inmigrante es favorable, se sufrirán en menor medida los duelos y estresores que provoca la migración.

Dentro de la investigación se planteó como base tres categorías: migración, familia y estado emocional. Categorías que serán expuestas según los resultados obtenidos y los diferentes aportes teóricos en relación al tema.

Migración.

Los inmigrantes se encuentran al llegar al país receptor con un escenario desconocido para ellos. Se enfrentan con códigos, pautas culturales, idioma, religión, etc. muy distintos a la que están acostumbrados y como consecuencia esto les provoca una pérdida de sentido y de identidad que les lleva a redefinirse y volver a crear esa identidad (Trillo, 2009). La migración pone a prueba la capacidad adaptativa del ser humano, los migrantes tienen que enfrentarse con una serie de cambios, bien sean cambios ambientales o de status social. Toman contacto con una sociedad cuyos códigos de valores y lingüísticos no les resultan familiares y se sienten confundidos y desubicados. Esto produce una frustración que puede llegar a manifestarse en enfermedades físicas o mentales.

Participante 1, Avendaño frente a la pregunta ¿Cómo ha sido su proceso de adaptación frente a una cultura diferente a la suya? Avendaño responde: *“Ha sido difícil, aunque al menos ya tengo la comida para sobrevivir, pues la cultura es muy diferente porque aquí hay de todo, el trato de las personas también es diferente aunque al inicio me quisieron humillar pero fueron los mismos venezolanos, pues los colombianos se han portado muy bien”*. Esto evidencia lo que menciona anteriormente el autor; el malestar emocional que se genera en el migrante se da por llegar a un

lugar nuevo, totalmente desconocido para ellos, con características culturales ajenas a las de país natal y por las diferentes situaciones negativas que se derivan a partir del proceso de adaptación.

El impacto de esta adaptación social es tan intenso que la identidad así como las relaciones que el inmigrante establece cotidianamente serán problematizadas por el duelo y por los cambios que este conlleva (Grinberg, 1980) citado por Trillo (2009). De esta forma se enfrentará a un proceso de reconstrucción de sí mismo y de su historia.

El participante 1, Avendaño menciona que: *“Antes de salir de mi país me generaba miedo al no saber a qué me iba a enfrentar, también lloraba mucho pues iba a dejar a lo más valioso para mí que son mis niñas y pues ahora ya me siento más tranquila al saber que he podido calmarles el hambre.”* Teniendo en cuenta lo compartido por cada uno de los participantes y lo mencionado por el autor, el proceso migratorio es una decisión difícil para cada padre de familia, puesto que esto los obliga a abandonar a sus hijos, quienes son lo más importante para ellos; separación que genera afectaciones emocionales, y que a su vez los motiva a continuar trabajando para ellos, para su sustento diario y así poder brindarles una mejor calidad de vida a sus familiares, aún en la distancia.

Participante 4, Maya frente al proceso de adaptación refiere: *“Me toca duro, porque adaptarse no es fácil pero uno se va mediando a lo que uno puede”*. Este proceso de adaptación obliga al inmigrante a sobrellevar las diferentes situaciones adversas que se presentan, como lo afirma el autor, la persona debe iniciar una reconstrucción de sí mismo y de su entorno puesto que existen diferencias significativas en su historia de vida a partir del abandono de su país.

La participante 2, Echeverri: frente a la pregunta *¿De qué manera incide el factor económico a raíz del proceso migratorio en su estilo de vida actual?* refiere que: *“Es bastante difícil aquí en*

Cúcuta...claro porque allá en Venezuela había otro estilo de vida y al viajar para acá es totalmente diferente y difícil conseguir trabajo, me costó mucho. Allá estaba en mi zona de confort”, las nuevas experiencias traen consigo cambios a nivel personal, que fortalecen el crecimiento personal de cada participante.

Familia

Teniendo en cuenta lo mencionado por Coronel, J (2011), el tipo de familia extendida está conformada por los padres e hijos, los abuelos, tíos, primos y otros parientes, sean consanguíneos o afines; se denota en dos de los participantes la relación que tiene esto respecto a la conformación de su núcleo familiar. En consecuencia del proceso migratorio se forman nuevas construcciones familiares; debido a los nuevos cambios, la crianza de los hijos puede ser tomada por los abuelos o algún miembro de la familia, desencadenando otra construcción familiar.

Sin embargo, la participante 1, Avendaño refiere que su núcleo familiar solo es conformado por *“Mis 3 hijas y mi futuro nieto”* y la participante 4, Echeverri *“Vivo sola, soy de poca familia y mis hijos todos viven en diferentes países”* lo que afirma que no todas las personas cuentan con algún apoyo familiar; mientras que el participante Gonzales refiere que al cuidado de su hijo se encuentran *“Mi papá, mi mamá y mi hermano; aunque mi suegra baja constantemente lleva a su hermanita para que juegue con él. La familia nos está apoyando gracias a Dios”*.

Según lo mencionado por el autor, y lo referido por los participantes, a raíz del proceso migratorio se presenta una desintegración familiar, ya que al estar aislado de la familia genera rupturas y cambios de comunicación, inasistencia a las actividades familiares y un proceso de continuos cambios en la interacción con los miembros.

A partir de lo expuesto anteriormente por los participantes se evidencia que el sexo femenino forma una familia “matricentrada”, según (Vethencourt, 1974) citado por Otalora y Mora (2004), término que se refiere a la estructuración de una familia donde la madre es la figura primordial que preside los procesos afectivos, al ejercer el rol del centro de las relaciones del parentesco; ella asume el cargo fundamental de socializar a los niños y de identificarse fuertemente con los hijos, especialmente con las hijas.

Por consiguiente, según Martínez (2017), las familias Venezolanas presentan algunos aspectos adicionales que se relacionan directamente con la cultura de ese país, evidenciándose en cada participante la importancia que asume el rol de las madres, la participante 1, Avendaño refiere *“Excelente yo soy papá, mamá y amiga de ellas.”* Y la participante 2, Echeverri *“Yo sola crie a mis hijos ahora ellos mismos se cuidan, ya están grandes. Uno tiene 26 años, el otro 25, el otro 24 y el menor 22”*. Porque pesar de que la sociedad venezolana está basada en un modelo patriarcal (que favorece a la figura del hombre), las mujeres son las encargadas de los asuntos de familia. Por lo general, las madres venezolanas administran los ingresos del hogar siendo una figura de estabilidad dentro de la familia venezolana y, del mismo modo, son estas quienes toman las decisiones de mayor importancia.

Estado Emocional.

Se evidencia que el traslado no implica simplemente un cambio de contexto sino que involucra una transformación central a nivel subjetivo, alterando la vida de quien la atraviesa, su concepción de sí mismo y la forma en que se relaciona con los otros. Supone por tanto períodos de crisis por los cuales el inmigrante debe transitar, crisis que se entiende como una perturbación temporal de

estos mecanismos de regulación del sujeto y su conducta (Gringberg & Gringberg, 1996, p.26) citado por Domenech (2018).

Para algunos padres de familia venezolanos el proceso de adaptación ha sido bastante complejo, mientras que para otros no, por ejemplo el participante 3, Gonzales frente a la pregunta ¿Cómo ha sido su proceso de adaptación frente a una cultura diferente a la suya? *“Normal, siento que todos los seres humanos pertenecemos a una sola tierra eso es lo que me calma”*. Lo que permite concluir que depende de los pensamientos y perspectiva que se tenga frente a la vida y situaciones que demanda el contexto; se afrontan los cambios de manera positiva y con fortaleza permitiendo la adaptación adecuada al nuevo entorno.

Sin embargo, en relación con la psicología de los individuos que deben someterse a procesos migratorios es indispensable señalar que, el choque producido por el cambio cultural, de no ser tratado como lo señala la literatura psicológica especializada en este tema, puede llegar a generar serios inconvenientes en el estado de salud tanto mental como física de los migrantes; en especial si se tiene en cuenta la estrecha y dependiente relación que existe entre psicología y cultura, considerada por Ratner (2014).

Participante 1, Avendaño. Al preguntarle a la participante ¿Cómo cree que ha influido en su salud esta situación? Comenta que: *“La rutina, la preocupación por la plata del arriendo, de sacarlas a ellas adelante. Eso me genera estrés, cansancio y he llorado muchísimo, me he enfermado de los riñones y en la columna”*. Son diversas las situaciones que generan malestar psicológico y físico en el padre de familia inmigrante, situaciones no solamente contextuales, sino familiares que requieren de atención y que son indispensables para ellos, esto hace que la preocupación y los pensamientos negativos generen malestar físico en cada uno de ellos.

Por ejemplo la participante 2, Echeverri frente a los síntomas que le genera el proceso de adaptación menciona: *“Actualmente sufro de migraña y esto es debido a tanta pensadera, tanta preocupación...”* Teniendo en cuenta lo referido por el autor, este tipo de sintomatología afecta su salud física y mental, lo que perjudica en gran manera su vida y la de sus familiares.

Participante 4, Maya. Al realizarle la pregunta *¿Qué emociones experimenta al estar lejos de su país natal*, relata: *“Es fuerte estar por fuera del país porque es otra cultura, otras creencias y eso me genera tristeza y llanto. Siento tristeza porque estar lejos de mi familia no es fácil, extraño tenerlos cerca.”*

Según Cantu (2001) citado por Mababu (2012), una persona emocionalmente fuerte, tiene la capacidad de afrontar los sentimientos causados por estrés de una forma constructiva. Este tipo de personas, poseen sentido del humor y logran salir con facilidad de los momentos de crisis, creando caminos alternativos que amplían sus posibilidades de dejar atrás la mala experiencia, obteniendo de ella un aprendizaje.

Participante 4, Maya. Él en su relato de vida, refiere: *“Sentí que la vida me quitaba lo más valioso para mí, el dejar a mis hijos y a mi familia no fue para nada fácil, mi estado de ánimo estaba muy bajo y sentía no ver salida a la problemática, cuando llegué a Colombia tenía miedo, tristeza y frustración. Ahora sigo alegre pero a veces es mi esposa quien me levanta y me motiva para poder seguir”*. Lo que constata el aporte del teórico en relación a la ruptura que se presenta en los padres e hijos cuando alguno de ellos decide migrar, buscando una mejor vida lejos del país natal y afrontando las separaciones familiares que generan tristeza, llanto, desánimo y frustración; pero algunas personas toman la decisión de avanzar y asumir las responsabilidades que trae este proceso, de la mejor manera. Teniendo en cuenta lo que menciona el autor y el participante, existen

motivos que hacen a la persona emocionalmente fuerte y se convierten en una fuerza interna que dirige la conducta.

En este orden de ideas, según lo referido por los participantes, en ellos se presenta un duelo migratorio (Salvador, 2001), ya que se inicia con un sentimiento de pérdida de lo desconocido, cuyo impacto, en el plano personal, depende de la edad, de los códigos culturales y lingüísticos compartidos con el nuevo medio, así como de la capacidad de contención del ambiente, afectando la identidad de los individuos que pasan por esta situación.

Según Achotegui (2002), Tizón (1993), Valladares (2004) y a Falicov (1999-2002) citados por Gonzales (2005). Los duelos migratorios cuentan con algunas características las cuales son catalogadas dentro del duelo múltiple, en donde a raíz del proceso migratorio, se pierden muchas cosas a la vez, todas apreciables y significativas para los individuos: Familia y amigos, Por la lengua “Idioma”, Por la cultura, por la tierra “Lugares, olores, colores...”, Por el nivel social “Estatus”, por el contacto con el grupo étnico, por la pérdida del proyecto migratorio, por no poder regresar y por los riesgos físicos.

Al realizar la pregunta a los participantes: ¿Cómo considera que ha influido este proceso en su ámbito personal? Ellos relataron sus estrategias de afrontamiento frente al proceso de migración y adaptación.

Participante 1, Avendaño menciona: *‘‘Pues ahora soy más fuerte, aunque siempre me he defendido sola ahorita más porque es una responsabilidad de pagar arriendo, comida y los servicios y todo esto me ha enseñado a ahorrar la luz, el agua, cosas que allá se desperdicia; además ahora valoro absolutamente todo.’’*

Participante 2, Echeverri Nohemí refiere: *‘‘Ahora valoro todo lo que tengo, me ha hecho una mejor persona todo este proceso, ahora cuido más las cosas que me regalan. Me he vuelto más fuerte, acá en Cúcuta un venezolano no se puede enfermar, y si se enferma debe ir al trabajo enfermo, eso lo hace a uno más fuerte. Soy muy fuerte de carácter. No me dejo de nadie. ’’*

Participante 3, Gonzales comenta: *‘‘Bastante me abrió los ojos y siento que estoy capacitado para cualquier situación y siento que me abrió la idea del emprendimiento. La única manera de afrontar cada una de las fechas el cuales nosotros recordamos es pensando siempre en el futuro de los niños y de la familia, para una mejor economía. ’’*

Este complejo proceso se puede tornar difícil y problemático en la medida en que comporta una serie de estresores particulares (Achotegui, 2002, 2009), riesgos diversos, pérdidas, nuevas experiencias y nuevas demandas, especialmente las del proceso de aculturación (Hidalgo, Peralta, Robles, Vilar & Pérez, 2009; Torres, 2010; Walsh & Shulman, 2007), que en varios casos pueden llegar a generar niveles elevados de estrés (Hidalgo et al., 2009; Patiño & Kirchner, 2010) y constituirse en un factor de riesgo para el desarrollo de psicopatologías (Bhugra, 2004). El efecto de ese estrés depende en gran medida de cómo se posicione el inmigrante frente a su nueva realidad, al cumplimiento o no de sus expectativas, a su grupo cultural de origen y frente al grupo de acogida (Martínez & Martínez, 2006).

El participante 3, Gonzales en relación a la separación de su familia comenta: *‘‘Cuando vi que no tenía otra opción me dio mucha rabia, sentía un fuerte odio por el gobierno pues gracias a ellos nos tocó dejarlo todo, ver a mi hijo y saber que lo tenía que dejar me desarmaba por completo, llore como no se imaginan y aún lo hago’’. Lo que confirma que este proceso conlleva a una serie de situaciones estresantes que desestabilizan emocionalmente al inmigrante, lo que*

puede generar enfermedades mentales a raíz de las inconformidades y las separaciones entre padres e hijos.

Dentro de las enfermedades mentales más comunes entre inmigrantes está la depresión (Achotegui, 2002; Hovey & Magaña, 2002). La depresión se presenta cuando los inmigrantes viven el proceso de aculturación, a través del cual buscan adaptarse al nuevo medio y empezar a apropiarse de la cultura de acogida, lo que puede llegar a generar altos niveles de frustración (Hovey & Magaña, 2002). Por su parte, Choi, Miller y Wilbur (2009)

En relación con la adaptación cultural, algunos autores han planteado que las estrategias de afrontamiento activas que facilitan las transacciones culturales son un factor determinante de la salud mental. En población latinoamericana, algunos estudios identificaron que el afrontamiento activo, conceptualmente similar al de aproximación, se asocia con una menor presencia de síntomas depresivos (Crockett et al., 2007; Torres, 2010; Torres & Rollock, 2007).

Avendaño, refiere *“La rutina, la preocupación por la plata del arriendo, de sacarlas a ellas (hijas) adelante. Eso me genera estrés, cansancio y he llorado muchísimo, me he enfermado de los riñones y en la columna. La cultura de allá (Venezuela) me hace falta, porque me siento en un país que no es mío, ajena y además a eso me siento deprimida y lloro muchísimo pues todo me toca a mí sola entonces estuve a punto de devolverme, me da mucho dolor y rabia no tener a mis hijas aquí.”* Evidentemente se presentan síntomas característicos de depresión y estrés en los padres de familia inmigrantes, durante el proceso de adaptación y la apropiación de la cultura de acogida, como lo menciona el autor.

El estudio cuidadoso de los relatos a partir de un método inductivo (Strauss y Corbin 2002) posibilitó que la investigación se orientara hacia la identificación de patrones comunes que permite

agrupar los resultados y construir una *aproximación* sobre la sintomatología que pone en manifiesto las afectaciones emocionales que se presentan durante el proceso migratorio en los padres de familia venezolanos que participaron en la investigación.

En este sentido, los resultados del estudio sugieren que en la sociedad aparecen estresores concretos, situaciones que generan malestar emocional y que afectan de forma negativa a la adaptación psicológica de las personas inmigrantes, de sus parejas y de sus familias. A estas situaciones anteriormente nombradas, en muchas ocasiones no se les brinda la importancia que requieren, teniendo en cuenta que están afectando su salud física y mental. Los padres de familia inmigrantes con los que se trabajó no refieren haber contado con atención psicológica o grupos comunitarios que promuevan la salud mental en cada uno de ellos. Por ende, se considera pertinente brindar apoyo psicosocial a esta población y generar estrategias en pro del bienestar emocional de cada uno los migrantes venezolanos.

Conclusiones

La investigación planteada sobre analizar la incidencia del proceso migratorio con el estado emocional de padres de familia inmigrantes y refugiados venezolanos en la ciudad de Cúcuta, estuvo basada en teorías propias de la psicología de la salud, desarrollando un estudio a través del cual se pudiera indagar la incidencia que tiene el factor económico, las condiciones sociodemográficas y el proceso de aculturación en padres de familia inmigrantes y refugiados venezolanos, identificar las características predominantes en el estado de ánimo asociados al proceso migratorio, analizar los factores protectores dentro del proceso de adaptación en relación a la migración de dicha población.

Por ende, es importante resaltar que se manejaron tres categorías para llevar a cabo este estudio, representadas por la migración, la familia y el estado emocional, en la primera categoría se concluye que los padres de familia venezolanos migrantes manifiestan que las razones principales por las que deciden migrar de su país está enmarcadas por el factor económico, la falta de recursos básicos, las oportunidades laborales, la problemática social y política que vive su país. Sin embargo, al inicio su proceso de adaptación en la ciudad de Cúcuta se tornó bastante difícil, pues las condiciones a las que estaban acostumbrados habían cambiado drásticamente, teniendo que dormir en el piso, aguantar hambre y vagar en busca de un trabajo para lograr subsistir, pero sus capacidades de afrontamiento, emprendimiento y resiliencia les han permitido sobrellevar cada situación y facilitarles el proceso.

En la categoría de familia, los padres inmigrantes venezolanos se muestran altamente afectados por haber dejado a sus hijos y demás familia, pues la búsqueda de una mejor calidad de vida les ha quitado parte importante del proceso de formación de sus hijos, el querer estar con ellos en cada etapa, acompañarlos y vivir juntos, les genera emociones negativas y muchas veces ganas de

regresar. Sin embargo, las herramientas de comunicación juegan un papel importante en la tranquilidad de cada miembro lo que ha traído consigo una mayor cohesión como familia.

Respecto a la categoría del estado emocional la muestra en estudio concluyo que las afectación que han obtenido con la migración, les ha generado repercusiones en su salud física y mental evidenciado por síntomas de estrés, llanto frecuente, bajo peso, insomnio, dolores de cabeza y espalda, baja autoestima, cansancio, sentimientos de odio y frustración, generando en ellos factores protectores como capacidades de emprendimiento, lazos fuertes de comunicación con sus hijos y familiares, redes comunitarias y apoyo social, fe, afrontamiento y actividades de esparcimiento, y así lograr mitigar los factores de riesgos que se pueden presentar durante el proceso de adaptación.

Recomendaciones

Para los futuros investigadores, se recomienda realizar un estudio clínico que permita de manera individual indagar la afectación psicológica que se presenta en esta población y así mismo, aplicar pruebas estandarizadas que sirvan de apoyo para corroborar la información suministrada.

Se sugiere, realizar un proyecto a nivel local que brinde estrategias de afrontamiento, teniendo en cuenta las tres categorías abordadas en el curso de la investigación (migración, familia, estado emocional), para que la población migrante pueda adoptar factores protectores en pro de su estado emocional y así, mejorar su calidad de vida.

Además, es importante ampliar la población y tener en cuenta las características individuales (edades, sexo, estatus social, condiciones de vida en su país natal...), con el fin de realizar una comparación entre hombres y mujeres padres de familia, e indagar a profundidad como estos factores influyen en el proceso de adaptación.

Por otra parte, se recomienda a los estudiantes de la Universidad de Pamplona -que estén interesados en indagar acerca de las implicaciones y afectaciones que trae el proceso migratorio en los venezolanos- dar continuidad a este tipo de investigaciones, con el fin de conocer a profundidad dichos sucesos, y así, poder generar un impacto psicosocial, identificando los factores de riesgo y reforzando los factores protectores de la población venezolana.

Delimitación y limitaciones

Esta investigación se realizará con la participación de padres de familia inmigrantes y refugiados venezolanos ubicados en Cúcuta- Norte de Santander.

En el desarrollo de la investigación se podrían presentar posibles limitaciones como:

Inasistencia del padre de familia debido a que parta a otro lugar o país, y el estudio de caso o el trabajo que se esté realizando quede inconcluso, afectando los resultados y lo que se planteó inicialmente en la investigación.

Falta de disposición frente a las indicaciones dadas por las psicólogas en formación, con el fin de realizar la aplicación de un instrumento; debido a que posiblemente se pueden presentar casos personales de desgaste emocional, cansancio o estrés por las labores diarias de cada uno de ellos.

Poca disponibilidad de tiempo brindada a las psicólogas en formación por parte de los padres de familia. Lo que limita la aplicación de instrumentos o realización de alguna actividad estipulada en un tiempo determinado.

Poca información teórica al momento de realizar consultas documentales frente a las categorías a indagar en la investigación y en la realización de la misma.

El tiempo disponible para investigar un problema y medir variables en el tiempo, es en la mayoría de los casos bien limitado, por ejemplo, a causa de la fecha de vencimiento de asignación de trabajo.

Posibles colaboradores

Docente asesor de trabajo de grado: Yenny Lorena Pacheco Vitery

Docente encargado de la materia Seminario de grado: Jonatthan Zapata.

Padres de familia de psicólogas en formación.

Padres de familia inmigrantes y refugiados venezolanos situados en Cúcuta-Norte de Santander.

Recursos disponibles

Materiales: Hojas de papel, lapiceros, computador, videocámara, libros, celular.

Institucionales: Universidad de Pamplona.

Recursos Financieros

Tabla 6. *Recursos financieros*

RUBRO	FUENTE			PRECIO POR UNIDAD	TOTAL
	TIPOS DE RECURSO	DE TIPO DE UNIDAD	DE TIPO DE UNIDAD		
1. Viáticos Transporte	Encuentros con los participantes	con 2 veces	Pasaje ...1600 C/U	3.200	6.400
2. Bolígrafo.	Papelería general	en	4	700	2.800
3. Impresiones	Entrevistas		4	500	2.000
4. Refrigerios	-----		6	3.000	18.000 x 2 = 36.000

Referencias Bibliográficas

- Achotegui, J. (2002). *La depresión en los inmigrantes: una perspectiva transcultural*. Ed. Mayo. Barcelona.
- Acosta, Y. (2016). Mapa Emocional De Venezuela. *Sociológica de la Venezuela actual 2015*. Colección Visión Venezuela. Caracas: UCAB Ediciones. Cap. 3.
- Bermudez, Mazuera, Albornoz y Morffe (2018). *Informe sobre la movilidad humana venezolana, realidades y perspectivas de quienes emigran*. Fundación entre culturas. San Cristobal.
- Bhugra (2004). *Migration and mental health*. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 109 (4), pp. 243–258.
- Constitución política colombiana (1991). *Título 2 - De los derechos, las garantías y los deberes / Capítulo 2: De los derechos sociales, económicos y culturales, Artículo 42*, Bogotá, Colombia, 6 de Julio de 1991.
- Coronel, J (2011). *Estudio Del Impacto De La Migración En Los Núcleos Familiares En El Parroquia Santa Isabel*. Universidad de Cuenca-Ecuador. Recuperado de <http://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/933/1/trbs246.pdf>
- Corrales, J. y Penfol, M. (2012). *Un Dragón en el trópico*. Caracas: La Hoja del Norte, Editorial Melvin
- Decreto 2840 del 6 de diciembre del 2013, *Ministerio de Relaciones Exteriores de la República de Colombia*. Recuperado de <https://www.acnur.org/fileadmin/Documentos/BDL/2014/9437.pdf>
- Decreto 542 del 21 de marzo del 2018, *Departamento Administrativo De La Presidencia De La República*. Recuperado de <https://www.funcionpublica.gov.co/eva/gestornormativo/norma.php?i=85642>

- Domenech, (2018). *Procesos de formación de subjetividades migrantes por los mecanismos de poder de frontera*. Universidad de Murcia, España. Recuperado de <http://www.scielo.org.co/pdf/antpo/n32/1900-5407-antpo-32-00033.pdf>
- Gimeno Collado, Adelina, Lafuente Benaches, María Josefa, & González Sala, Francisco. (2014). *Análisis del proceso migratorio de las familias colombianas en España*. Escritos de Psicología (Internet), 7(1), 31-42. Recuperado el día 22 de mayo del 2019 en: <https://dx.doi.org/10.5231/psy.writ.2013.2111>
- Guzmán-Carrillo, K. Y., González-Veduzco, B. Sh. & Rivera-Heredia, M. E. (2015). *Recursos psicológicos y percepción de la migración en menores con familiares migrantes*. Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud, 13 (2), pp. 701-714. Recuperado el día 20 mayo del 2019 en: <http://www.scielo.org.co/pdf/rlcs/v13n2/v13n2a11.pdf>
- Hamui y Varela (2013), *La técnica de grupos focales*. *Investigación en Educación Médica* Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/3497/349733230009.pdf>
- Jiménez, Cleves, Ruiz y Lozano (2010), *proceso de adaptación social de estudiantes extranjeros de la pontificia universidad javeriana*, facultad de psicología, Bogotá. Recuperado de <https://repository.javeriana.edu.co/bitstream/handle/10554/8014/tesis95.pdf?sequence=1&isallowed=y>
- Jimez, Vélez, Ruiz, Ardila. (2010, 4 de agosto). *Proceso de adaptación social de estudiantes extranjeros de la pontificia universidad javeriana*. *Facultad de Psicología*. Recuperado el 1 de mayo del 2019 de <https://repository.javeriana.edu.co/bitstream/handle/10554/8014/tesis95.pdf?sequence=1>
- Mababu Mukiur, R. (2012). *El constructo de trabajo emocional y su relación con el síndrome del desgaste Profesional*. *International Journal of Psychology and Psychological*

- Therapy*, 12 (2), 219-244. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/560/56023336007.pdf>
- Martínez, C. (2017). *10 Características de la Familia Venezolana Más Comunes*. Liferder. Recuperado de <https://www.liferder.com/caracteristica-familia-venezolana/>
- Martínez, M.F. Calzado, V. & Martínez. J. (2011). *Intervención social y comunitaria en el ámbito de la Inmigración*. En I. Fernández, J.F. Morales & F. Molero (Coords.), *Psicología de la Intervención Comunitaria*, (pp. 245-288). Bilbao: Desclée de Brouwer
- Meza, et al., 2009. *La vulnerabilidad de los grupos migrantes de México*. Universidad Iberoamericana. Recuperado de https://books.google.com.co/books?id=SUO1KaEByc8C&pg=PA143&lpg=PA143&dq=Berry,+Kim,+Minde+y+Mok,+1987&source=bl&ots=Qnz_FOUsc7&sig=ACfU3U2N_C6hKNb5zVJ31nA9SQUywK1UCA&hl=es&sa=X&ved=2ahUKEwiAhf30t_bkAhUC11kKHfwaCEMQ6AEwDnoECAkQAQ#v=onepage&q&f=false
- Migración Colombia (Enero, 2018). *Radiografía Migratoria entre Colombia y Venezuela*. Documento de Investigación, Gobierno de Colombia, 2018.
- Muñiz, L. (2018). *El análisis de acontecimientos biográficos y momentos bifurcativos: una propuesta metodológica para analizar relatos de vida*, Art. 13. Recuperado de <http://dx.doi.org/10.17169/fqs-19.2.2564>
- Pacheco, Angel M., Lucca Irizarry, Nydia, Wapner, Seymour, *El estudio de la migración: retos para la psicología social y la psicología ambiental*. *Revista Latinoamericana de Psicología*. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80516206>> ISSN 0120-0534

- Patiño Rodríguez, Camila, & Kirchner Nebot, Teresa (2011). Estrés migratorio y sintomatología depresiva: Rol mediador del afrontamiento. *Revista Mexicana de Psicología*, Recuperado de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=2430/243029631004>
- Pérez y Subirá, (2010). *La dimensión social en el proceso de aprendizaje colaborativo virtual: el caso de la uoc*. Barcelona. Recuperado de https://www.tdx.cat/bitstream/handle/10803/37113/tesi_mperezmateo-1.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Pérez-Padilla, M. L. & Rivera-Heredia, M. E. (2012). *Recursos psicológicos y experiencias migratorias en comunidades rurales con actividades agropecuarias en la región de los Altos de Jalisco: un estudio comparativo*. En L. A. LópezBarbosa, G. Aboites & F. MartínezGómez (compiladores). *Globalización y agricultura. Nuevas perspectivas en la sociología rural*, (pp. 1-25). Saltillo: Uaaan-UAdeC.
- Pinillos, M. (2012). *Intervención psicosocial y educativa para prevención de riesgos asociados a procesos migratorios*. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 1 (10), pp. 579 - 591.
- Reyes, Quintara (10 octubre del 2018). *¿Cómo la migración afecta la salud mental de los venezolanos?* Recuperado el 8 de abril del 2019 de: <https://www.eltiempo.com/mundo/venezuela/como-esta-la-salud-mental-de-los-venezolanos-279624>
- Rivera-Heredia, M. E., Obregón-Velasco, N. & Cervantes-Pacheco, E. I. (2009). *Recursos psicológicos y salud: consideraciones para la intervención con migrantes y sus familias*. En J. Lira. *Aportaciones de la Psicología a la Salud*, (pp. 225-254). Morelia: Facultad de Psicología de la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo.

Roll, D. Leal, D (2010) *Migración, codesarrollo y capital social Lineamientos para una estrategia de integración de dos mundos*. Universidad de los Andes, Bogotá, Colombia. Recuperado el día 21 mayo del 2019 de: <http://www.scielo.org.co/pdf/rci/n72/n72a04.pdf>

Sampieri, R. (2014) *Metodología de la investigación*, (6ta ed.). D.F. Recuperado el 01 de septiembre del 2019.

Sayed y Veiruti (2008). *La inmigración en la encrucijada de la adaptación. Equipo Salud Mental Roquetas*. Recuperado el 28 abril del 2019 de <file:///C:/Users/Usuario/Downloads/Dialnet-LaInmigracionEnLaEncrucijadaDeLaAdaptacion-4830327.pdf>

SICREMI, (2014). Colombia - *Síntesis histórica de la migración internacional*. Recuperado de <http://www.migracionoea.org/index.php/es/indice-general-2012/33-sicremi/publicacion-2012/paises-es/413-colombia-sintesis-historica-de-la-migracion-internacional.html>

Sparkes, C. Devis, J. (2007) *Investigación narrativa y sus formas de análisis. University of Exeter, Reino Unido*. Recuperado el 21 de mayo del 2019 de http://viref.udea.edu.co/contenido/publicaciones/memorias_expo/cuerpo_ciudad/investigacion_narrativa.pdf

Trillo, P. (2009). *Migraciones e identidades: un estudio sobre las experiencias de integración social y cambios en las identidades de inmigrantes de Europa Central y Oriental*. Recuperado de http://webiigg.sociales.uba.ar/iigg/jovenes_investigadores/5jornadasjovenes/EJE1/Mesa9_Trillo.pdf

Apéndices

Apéndice A. Matriz del relato de vida

Participante	Categoría 1 (Migración)	Categoría 2 (Familia)	Categoría 3 (Estado emocional)
	<ol style="list-style-type: none"> 1. ¿De qué manera incide el factor económico a raíz del proceso migratorio en su estilo de vida actual? 2. ¿Cómo ha sido su proceso de adaptación frente a una cultura diferente a la suya? 3. ¿Cuáles fueron las mayores dificultades para salir de su país? 4. ¿En qué condiciones vive actualmente? 5. ¿Cómo considera que ha influido este proceso en su ámbito personal? 6. ¿Con quién vive actualmente? 	<ol style="list-style-type: none"> 1. ¿Quiénes conforman su núcleo familiar? 2. ¿Cómo era su relación con sus hijos antes de salir del país? 3. ¿De qué manera afectó el proceso migratorio su núcleo familiar? 4. ¿Cómo es la comunicación actual con sus hijos? 5. ¿Cuáles son los canales de comunicación con sus hijos? ¿Cada cuánto se comunica con ellos? 6. ¿Actualmente quien asume su rol en el cuidado de sus hijos? 	<ol style="list-style-type: none"> 1. ¿Su estado emocional ha influido en su salud? 2. ¿Qué emociones experimenta al estar lejos de su país natal? ¿Por qué? 3. ¿Qué sentimientos le genera el hecho de estar lejos de su núcleo familiar? 4. ¿Cómo se siente en las fechas significativas y de qué manera las afronta? 5. ¿Qué sentimientos surgen al adaptarse a esta situación?

¿Qué ha hecho para adaptarse a esta situación?

6. ¿Alguna vez se ha sentido rechazado o excluido? ¿De qué manera?

7. ¿Qué actividades realiza para mejorar su estado emocional?

Apéndice B. Formato grupo focal

GRUPO FOCAL

Categoría	Tema	Resultados	Conclusión de categorías	Análisis
Migración	Emociones antes y después de migrar.			
Estado emocional	Estrategias de afrontamiento emocional frente a situaciones negativas.			
Familia	Factores protectores dentro del proceso de adaptación.			

Apéndice C. Formato de consentimiento informado a participantes



UNIVERSIDAD DE PAMPLONA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
PROGRAMA DE PSICOLOGIA
PROYECTO DE INVESTIGACION

Universidad de Pamplona
Cúcuta - Norte de Santander - Colombia
Tel: 5982750 - www.uripamplona.edu.co

INCIDENCIA DEL PROCESO MIGRATORIO EN EL ESTADO EMOCIONAL DE
PADRES DE FAMILIA INMIGRANTES Y REFUGIADOS VENEZOLANOS RESIDENTES
EN CUCUTA.

CONSENTIMIENTO INFORMADO

La presente investigación tiene como finalidad Analizar la incidencia del proceso migratorio con el estado emocional de padres de familia inmigrantes y refugiados venezolanos en la ciudad de Cúcuta. Para realizar la investigación, se hace necesario conversar con las personas, los cuales deben ser grabados en audio y luego serán transcritos para poder realizar el análisis de la información recolectada.

La entrevista se realizará de manera individual por uno de los investigadores en un espacio privado, el investigador además tomará los apuntes que considere necesarios además de la grabación de audio antes mencionada.

Todos estos datos y grabaciones serán conocidos únicamente por los investigadores; en ellos no se incluirá información que permita identificar a las personas participantes en el estudio y serán utilizados con fines estrictamente académicos y científicos y se mantendrán en todos los casos el principio de **confidencialidad**, siguiendo los lineamientos de las normas científicas, técnicas administrativas y éticas para la investigación en salud del Ministerio de la Protección Social de la República de Colombia resolución N° 0008430 de 1993 consignados en el título II de la investigación en seres humanos artículos 5,6,8,11,14. Una vez

Los investigadores me han informado:

Que el instrumento que se utilizará para recoger la información es un relato de vida, cuyas respuestas serán codificadas o categorizadas, de tal manera que serán anónimas.

Que la participación en esta investigación no representa ningún peligro para mi salud física ni mental, que puedo realizar preguntas en cualquier momento de la entrevista, que estoy en la libertad de no responder si alguna pregunta me resulta incómoda.

Que mi participación es completamente libre y voluntaria, que como tal, puedo retirarme de la entrevista y/o de la investigación cuando lo considere pertinente, manifestando mis razones, las cuales serán respetadas a cabalidad.

Que durante la investigación no debo realizar ningún tipo de inversión económica, así como tampoco recibiré compensación monetaria por mi participación en ella.

Que si existiera duda o surgiera cualquier inquietud puedo aclararlas con cualquiera de los investigadores, cuyos datos se encuentran al pie de este formato.





Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tel: (7) 585340 - 585304 - 585345 - Fax: 5852750 - www.unipamplona.edu.co

En consecuencia, Yo, _____
_____ identificado con Cédula de Ciudadanía Número
_____ de _____ he leído y comprendido la información
anterior y mis preguntas han sido respondidas de manera satisfactoria. He sido informado y
entiendo que los datos obtenidos en el estudio pueden ser publicados o difundidos con fines
científicos y consiente de todo ello acepto participar de manera voluntaria de esta investigación.

Participante.

Fecha

He explicado al Sr(a). _____ La naturaleza
y los propósitos de la investigación; le he explicado acerca de los riesgos y beneficios que implica
su participación. He contestado a las preguntas en la medida de lo posible y he preguntado si tiene
alguna duda. Acepto que he leído y conozco la normatividad correspondiente para realizar
investigación con seres humanos y me apego a ella. Una vez concluida la sesión de preguntas y
respuestas, se procedió a firmar el presente documento.

Firma del investigador

Firma del investigador

Fecha

Investigadores: Laura Daniela ~~Correa~~ Calderon, Camila Estefanía Rivera Espinosa.

Apéndice D. Firma de validación de instrumento por juez 1



Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750 - www.unipamplona.edu.co

Observaciones

Nombre del evaluador: Graciela Espinel de Pérez

Firma del evaluador: *C. Graciela Espinel de Pérez*

Cc: 37219884

TP No. 359/ N.S.



Formando líderes para la construcción de un
nuevo país en paz

Apéndice E. Firma de validación instrumento por juez 2



Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750 - www.unipamplona.edu.co

Observaciones:

En cuanto a la categoría de migración se considera pertinentes las preguntas generadas. Por otro lado en la categoría de familia, se enfatiza en indagar sobre los hijos pero se omite como está la situación de pareja, es bueno conocer si el matrimonio se ha fortalecido o debilitado; esto ayudaría hablar un poco del estado emocional.

Ahora bien, en la categoría de estado emocional en la preguntas 1, 5 y 7 se recomienda agregar un sustantivo que apoye la categoría, por ejemplo:

- ¿Cómo cree que ha influido en su salud esta situación?
Sugerencia: ¿Su estado emocional ha influido en su salud?
- ¿Se ha logrado adaptar a la situación actual?
Sugerencia: ¿Qué sentimientos surgen al adaptarse a esta situación?
- ¿Cuáles son las actividades que realiza para mejorar su calidad de vida?
Sugerencia: ¿Qué actividades realiza para mejorar su estado emocional?

Nombre del evaluador: Luis Felipe Cely Gutiérrez.

Firma del evaluador:

Cc: 13'275.519 de Cúcuta.

TP No. 147864.



Apéndice F. Firma de validación instrumento por juez 3



Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750 - www.unipamplona.edu.co

Observaciones:

Nombre del evaluador: Olara Granados

Firma del evaluador: Olara Ferrnadi Granados

Cc: 1020784700 Bogotá

TP No. 155 133.



Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz