

**Acercamiento al duelo migratorio de mujeres venezolanas en Colombia**

**Autores:**

**Felipe Ortega Baquero**

**Juan Sebastian Quiroga Gracia**

**Director:**

**Raúl Vidales Bohórquez**

**Pontificia Universidad Javeriana**

**Facultad de Psicología**

**Bogotá**

**2020**

## **Agradecimientos**

Agradecemos profundamente a las participantes,  
sin quienes esta investigación no sería posible,  
por su confianza y coraje al compartir  
sus invaluable experiencias.

### **Resumen**

El presente trabajo de investigación fue realizado con el propósito de acercarse al proceso de duelo migratorio de mujeres venezolanas residentes en Colombia. Con el fin de cumplir dicho objetivo, se hizo uso de una metodología cualitativa de tipo narrativo. Se llevaron a cabo entrevistas semi-estructuradas con cuatro participantes, quienes se encuentran entre los 18 y los 40 años, y actualmente residen en la ciudad de Bogotá. Los resultados permiten evidenciar elementos en común, como el fortalecimiento de los lazos familiares, y elementos disímiles, como la significación de la experiencia y las estrategias de afrontamiento utilizadas para lidiar con el duelo.

**Palabras clave:** migración, duelo migratorio, estrategias de afrontamiento, inclusión, exclusión, resiliencia, género.

### **Abstract**

The following investigation was done with the objective of having a close encounter with the migratory mourning process from Venezuelan women living in Colombia. In order to accomplish this purpose, it was implemented a narrative methodology. Semi-structured interviews were applied on four participants who are between 18 and 40 years-old, and currently live in Bogota. The results show common elements, such as the strengthening of family ties, and dissimilar components, like the meaning of the experience and the coping strategies used to deal with the mourning.

**Key words:** migration, migratory mourning, coping strategies, inclusion, exclusion, resilience, genre.

**Tabla de contenido**

<b>1.</b>	<b>Introducción</b> .....	<b>5</b>
<b>2.</b>	<b>Antecedentes bibliográficos</b> .....	<b>6</b>
<b>3.</b>	<b>Justificación</b> .....	<b>7</b>
<b>4.</b>	<b>Planteamiento del problema</b> .....	<b>9</b>
<b>5.</b>	<b>Pregunta de investigación</b> .....	<b>12</b>
	<b>5.1. Objetivo general</b> .....	<b>12</b>
	<b>5.2. Objetivos específicos</b> .....	<b>12</b>
<b>6.</b>	<b>Marco Teórico</b> .....	<b>13</b>
<b>7.</b>	<b>Categorías de análisis</b> .....	<b>24</b>
<b>8.</b>	<b>Metodología</b> .....	<b>26</b>
	<b>8.1. Diseño</b> .....	<b>26</b>
	<b>8.2. Participantes</b> .....	<b>27</b>
	<b>8.3. Instrumento</b> .....	<b>27</b>
	<b>8.4. Procedimiento</b> .....	<b>28</b>
<b>9.</b>	<b>Resultados</b> .....	<b>28</b>
<b>10.</b>	<b>Discusión</b> .....	<b>48</b>
<b>11.</b>	<b>Referencias</b> .....	<b>58</b>
<b>12.</b>	<b>Anexos</b> .....	<b>64</b>
	<b>12.1. Cuestionario sociodemográfico</b> .....	<b>64</b>
	<b>12.2. Matriz de análisis</b> .....	<b>65</b>
	<b>12.3. Transcripciones de entrevistas y cuestionario sociodemográfico</b> .....	<b>71</b>
	<b>12.4. Matriz de codificación</b> .....	<b>72</b>
	<b>12.5. Consentimientos informados</b> .....	<b>73</b>

## 1. Introducción

Cuando se adentra en el estudio de los fenómenos migratorios es fácil encontrar numerosas investigaciones cuyo objetivo fue desentrañar aquellos factores principales de lo que significa la migración en lo económico, lo político, lo social, entre otros ámbitos.

Particularmente los y las migrantes latinoamericanas han sido de especial interés, ya que es posible rastrear sin mayor dificultad grandes grupos de migrantes provenientes del sur del continente hacia diversos destinos alrededor del globo. En lo que respecta al presente trabajo, ha surgido el interés de los investigadores debido al incremento de población migrante de origen venezolano en Colombia en los últimos años, la cual ha permeado diferentes niveles de la sociedad colombiana. Dado lo anterior, el presente proyecto de investigación gira en torno al estudio de las migraciones a partir del acercamiento al ámbito microsocioal de las participantes, por medio de sus narrativas. A partir del estudio de narrativas de cuatro mujeres venezolanas migrantes en Colombia se busca profundizar acerca del duelo migratorio y sus vicisitudes.

La investigación está organizada de modo que en la parte inicial se justifica la relevancia del estudio del duelo migratorio en la población escogida, y se plantean la pregunta de investigación y los objetivos que se pretende cumplir. Seguidamente, se definen conceptualmente a partir de la revisión bibliográfica los conceptos que derivan de las categorías y subcategorías de análisis, lo cual comprende el marco teórico; asimismo, se explica metodológicamente cómo se llevó a cabo la indagación. Finalmente, en los apartados que le siguen, se muestran los resultados y se da explicación acerca de lo que fue hallado, partiendo de la teoría, las limitaciones de la investigación, aquello que se consiguió en el presente trabajo y su relevancia dentro de la disciplina psicológica y, especialmente, para la sociedad latinoamericana.

## 2. Antecedentes bibliográficos

Para este trabajo de grado se realizó la búsqueda y análisis de treinta referencias bibliográficas, las cuales fueron encontradas en diferentes fuentes de bases de datos. Inicialmente, se abordaron las bases de datos anexadas a la Pontificia Universidad Javeriana, como: Dialnet, Ebscohost y ProQuest. De igual manera se revisó la fuente de base de datos de tesis de la Javeriana, la cual permitió tener acceso a diferentes trabajos de grado los cuales tuvieran una relación directa con el presente proyecto. Asimismo, el acceso a estos documentos favoreció el acceso a un mayor número de bibliografía, lo cual posibilitó el acercamiento al estudio de los procesos migratorios de mujeres.

Con respecto a esto último, las tesis de grado consultadas versan sobre la migración con un énfasis en diferentes aspectos. Durante el rastreo bibliográfico y teórico se encontró que las investigaciones referenciadas tienen como propósito: identificar afectaciones psicosociales provenientes de la migración, abordar la categoría del duelo desde el psicoanálisis en población migrante, analizar las intervenciones llevadas a cabo con migrantes en condición de asilo, y profundizar acerca de las narrativas que posibilitan escenarios de inclusión con población venezolana. Dado lo anterior, en la presente investigación se busca profundizar en el duelo migratorio como categoría principal, tomando como insumo aspectos como el proceso migratorio, las dinámicas de inclusión/exclusión, y su relación con el género (Ver Justificación).

Es pertinente entender que de los textos académicos tenidos en cuenta para esta investigación, todos tienen un corte cualitativo, a excepción de las guías en las páginas autorizadas de migración como: la Organización Internacional para las Migraciones (OIM), Migración Venezuela (proyectos adscritos a la Revista Semana) el Registro Administrativo de

Migrantes Venezolanos (RAMV) y la Unidad Administrativa Especial Migración Colombia adscrita al Ministerio de Relaciones Exteriores.

### 3. Justificación

El siguiente proyecto de investigación se centró en el proceso de duelo migratorio desde una mirada psicosocial. Esto en el marco de la crisis humanitaria ligada al proceso migratorio de población venezolana en Colombia.

Debido al creciente número de migrantes venezolanos en Colombia, el 31 de octubre de 2011 el gobierno colombiano creó la Unidad Administrativa Especial Migración Colombia adscrita al Ministerio de Relaciones Exteriores, la cual tiene como objetivo principal la vigilancia y el control migratorio del Estado colombiano (Decreto 4062, 2011). De acuerdo con las cifras reportadas por esta Unidad Administrativa Especial del Ministerio de Relaciones Exteriores de Colombia, el número de migrantes venezolanos residiendo en Colombia es de 1'488.373 a la fecha del 30 de septiembre de 2019. De estos, se estima que 750.918 son regulares y 737.455 irregulares, de los cuales el 24.03% reside en Bogotá. Por otro lado, en 2018 se calculó la cifra de venezolanos registrados al Registro Administrativo de Migrantes Venezolanos (RAMV), cuyo número es de 444.462, siendo 219.799 mujeres y 222.330 hombres, de los cuales 118.709 son menores de 17 años, 312.318 adultos entre los 18 y los 59 años, y 11.435 mayores de 60 años (Migración Colombia, 2019). Los números reportados significan un aumento del 39% entre el 2018 y el 2019 en población migrante proveniente de Venezuela.

Por otro lado, el proyecto Migración Venezuela, adscrito a la Revista Semana, difiere en los cálculos, estimando un total de 1'179.227 migrantes venezolanos al mes de enero de 2019, y 1'506.272 al mes de junio de 2019, de los cuales 50.59% son hombres y 49.41% mujeres. Estos

números, a comparación con el 2017, reflejan un incremento del 7000% (Migración Venezuela, 2019). Finalmente, el reporte a 31 de octubre de 2019 de Migración Colombia estima 1´630.903 migrantes venezolanos, de los cuales 719.189 son regulares y 911.714 irregulares (Migración Colombia, 2019).

Tal y como puede observarse a partir de las cifras mencionadas anteriormente, la población migrante venezolana en Colombia ha crecido exponencialmente en los últimos años. Por lo tanto, el interés que se tiene parte de la situación sociopolítica de Colombia frente a la recepción de la población migrante, y específicamente a cómo los migrantes viven su proceso migratorio. De acuerdo con Achotegui (2000), toda migración implica un duelo, y afirma que se compone de aquellas pérdidas y tensiones que derivan de la migración, y al subsiguiente proceso de reorganización de la personalidad de aquella persona que ha dejado tras de sí algo significativo. Así, puntualmente en lo que respecta a la migración, se mantiene una constante tensión entre la pérdida de los vínculos que se tenían con el lugar de residencia, y lo que allí residía, y el mantenimiento de estos en relación a la propia identidad.

Dado lo anterior, esta primera comprensión del duelo migratorio en diálogo con el contexto de la población migrante, permite entender la pertinencia de referirse a este como categoría central del proyecto investigativo. El enfoque psicosocial, y el estudio cualitativo de narrativas permite, por lo tanto, realizar un acercamiento a profundidad de la vivencia de las personas migrantes y sus vicisitudes.

Es importante entender que esta investigación tiene una mirada microsocia (Castella, 2008), sin dejar de lado la importancia de la relación que constantemente se tiene entre lo macro y lo microsocia, evidenciada por Dobles (2015), puesto que, de una u otra manera, lo



microsocial tiene una relación directa con lo macrosocial. Es pertinente saber que lo microsocial también es entendido a partir de González-Calvo (2005), pues muchas veces al centrar una investigación en la migración, tiende a ser enfocada al aspecto general de los procesos migratorios, sean demográficos, económicos, o a veces sociales. Pocas veces se contempla en concreto al ser individual, al ser humano; es decir que no siempre se tienen en cuenta los sufrimientos, los temores, las pérdidas de cada persona como un proceso independiente y singular. El acercamiento a la realidad del migrante desde la perspectiva del duelo migratorio, pretende hacer visible aquello que vive la persona en su proceso de adaptación e integración de lo nuevo y de lo dejado atrás, teniendo el contexto como factor determinante y el factor político como revulsivos de dicho proceso individual de duelo.

La población de la investigación está constituida por mujeres debido a la doble discriminación inherente al hecho de ser mujer e inmigrante; por una parte existe discriminación en el nuevo lugar de residencia por el hecho de ser migrante, y por otra, dentro del grupo de migrantes por ser mujer (Martínez y Martínez, 2007). Esta doble realidad significa para las mujeres migrantes una exclusión a nivel macro y microsocial, que deriva en una desigualdad, con respecto a la población masculina, en el acceso a los recursos y en la capacidad de autodeterminación sobre sus propias vidas (Nelson y Prilleltensky, 2005 citados en Martínez y Martínez, 2007).

#### **4. Planteamiento del problema**

Desde la antigüedad el ser humano ha estado en constante tránsito. Según Naciones Unidas (s.f.), algunas personas se desplazan en busca de trabajo o de nuevas oportunidades económicas. Son varios los factores que llevan a las personas al proceso de migrar: algunas

personas lo hacen para reunirse con sus familiares o para estudiar; otros se van para escapar de conflictos, persecuciones, del terrorismo o de violaciones o abusos de derechos humanos; algunos lo hacen debido a efectos adversos del cambio climático, desastres naturales u otros factores ambientales. La realidad es que la migración es un acontecimiento global que hace parte de la historia de la humanidad.

En los últimos años se ha generado un proceso de desplazamiento masivo de Venezuela a Colombia por parte de los y las ciudadanas venezolanas, las cuales salen de su país natal en busca de una mejor calidad de vida, esto ligado al contexto sociopolítico en el que se encuentra actualmente dicho país.

Como se puede evidenciar en los antecedentes y la justificación, es pertinente entender la complejidad del proceso migratorio a nivel individual, pues es relevante tener un acercamiento desde una mirada macro sistémica o macrosocial. Lo anterior permite comprender la postura de Castella (2008), donde se da por entendido que el macrosistema: “(...) se refiere tanto en su forma como en su contenido a la cultura como totalidad, a los sistemas de creencia e ideológicas que sustentan las relaciones entre los subsistemas (las políticas educativas, de salud, económicas, tradiciones, valores, entre otros)” (p.13). Dado lo anterior, se da el entendimiento a partir de una perspectiva amplia, la cual permite el abordaje centrado en las subjetividades, en el microsistema, o la mirada microsocia, denominada así por Dobles (2015), el cual aborda el interés principal de esta investigación.

En primera medida es importante aclarar que en este trabajo se abordará el proceso migratorio de mujeres, entendiendo así la necesidad de tres categorías de análisis iniciales: la primera enfocada en las subjetividades narrativas de cada participante y su proceso migratorio, denominada como migración/migrante; la segunda categoría parte de la primera, haciendo un

énfasis en el duelo migratorio que las participantes experimentan, o experimentaron, como resultado de su migración; y, por último, la relación de los procesos de inclusión y exclusión en relación al enfoque de género, ya que: “(...) las migraciones, como cualquier otra realidad, están atravesadas por las relaciones de género que originan situaciones y vivencias diferenciadas entre mujeres y hombres” (Serrano, 2019, p.70). Es claro, por lo tanto, que el proceso migratorio de las mujeres está permeado por condicionantes de género en todas sus etapas y consecuencias, siendo esto clave para la escogencia de la población.

Es por esto que desde una mirada micro sistémica o microsocia, se centra en la narrativa y experiencias individuales de las mujeres participantes. Partiendo de esto, es posible comprender la relación que existe entre el contexto individual de cada sujeto y su realidad, entendiendo que esta mirada más amplia de los macrosistemas tiene una interacción directa con lo microsocia, sin embargo, es claro que la forma de vivir y entender cada situación recae en la subjetividad, que como ya se mencionó anteriormente será entendida desde la categoría de migración/migrante.

Teniendo esto en cuenta, es importante acercarse a la categoría principal de esta investigación: el duelo migratorio. Esta, sin lugar a duda, es una problemática inherente a los procesos migratorios, ya que según Achotegui (2000; 2009; 2012) y González-Calvo (2005), los procesos de duelo migratorio se ven permeados de múltiples maneras en cada proceso individual y colectivo de migración. Así entonces, el acercamiento al proceso migratorio de las mujeres venezolanas, nos lleva de una u otra manera a entender esta categoría de duelo migratorio como factor determinante para la comprensión de dicho proceso. Así como la ONG Movimiento por la Paz (M P D L), citada por Serrano (2019), asegura que todas las mujeres atraviesan un duelo migratorio que implica un constante reajuste de expectativas en función de las situaciones que

tienen que afrontar en el país de destino, y que no coinciden con su idea inicial de su nueva etapa vital. Lo anterior, por lo tanto, se ve permeado por las dinámicas de inclusión y exclusión en el país de acogida, las cuales serán abordadas a profundidad en la tercera categoría de análisis, la cual tiene como objetivo desentrañar cómo son esos procesos de acogida, y cómo significan dicha experiencia las participantes.

Dado lo anterior, son pertinentes las categorías que son abordadas para acercarse a esta problemática que es el proceso de migración de las mujeres de Venezuela hacia Colombia, procurando comprender estas narrativas y subjetividades como la composición de la realidad de cada una de las participantes, entendiendo también las relaciones y complejidades de estos difíciles procesos de llegada a un país diferente al natal.

## **5. Pregunta de investigación**

¿Cómo se caracteriza el duelo migratorio que viven las mujeres venezolanas en Colombia?

### **5.1. Objetivo general**

Caracterizar el duelo migratorio de mujeres venezolanas en Colombia.

### **5.2. Objetivos específicos:**

- Describir el proceso migratorio de cuatro mujeres venezolanas migrantes en Colombia.
- Analizar las estrategias de afrontamiento usadas con el fin de mitigar los efectos negativos derivados del proceso migratorio.

- Analizar las dinámicas de inclusión y exclusión que se presentan frente al proceso migratorio desde un enfoque de género.

## 6. Marco teórico

Este apartado está dirigido a conceptualizar las categorías y subcategorías que componen los objetivos de investigación. En primer lugar, se dará una conceptualización de los procesos migratorios, sus etapas y características; seguidamente, se hablará acerca del duelo migratorio, sus características, etapas, tipologías, y subsecuentes estrategias de afrontamiento, haciendo un énfasis particular en la resiliencia; por último, se hablará acerca de los procesos de inclusión y exclusión ligados a la migración, y su relación con el género.

De acuerdo con la Organización Internacional para las Migraciones (OIM), un migrante es quien se desplaza atravesando una frontera internacional o dentro de un país, alejándose de su residencia, sin importar su situación jurídica, la voluntariedad o involuntariedad de la movilización, las causas del desplazamiento y/o la duración de estadía en el nuevo lugar (Naciones Unidas, s.f.). El Diccionario de geografía humana agrega que la migración es la: “(...) reubicación de un individuo, familia o grupo de un lugar a otro”, diferenciándose del turismo ya que esta implica un cambio de residencia (Gregory et al., 2009, p.462).

La migración, por otro lado, es entendida como un proceso que consta de factores macrosociales y microsociales, los cuales desde la psicología comunitaria constan de una relación constante entre contexto e individuo (Dobles, 2015). Por lo tanto, es entendida como una permanente relación entre lo económico, lo político, y la subjetividad, o lo microsocioal; es decir, las experiencias individuales de cada sujeto en relación a este aspecto de un macrosistema, como lo puede ser el gobierno, o el Estado. Es por esto que la migración lleva consigo un cambio

en el estilo de vida, una reorganización en cómo se llevaba la vida antes; es ante todo un antes y un después en la vida del migrante (Donoso-Valdivieso y Tovar, 2014). Tal como lo afirman Estrada-Moreno y Palma-García (2018), aquellos que migran buscan con este desplazamiento una mejora en su calidad de vida. Este proceso, teniendo en cuenta lo mencionado anteriormente, no puede caracterizarse como sencillo.

El proceso migratorio puede ser dividido en cuatro momentos o etapas: la preparación, el acto migratorio, el asentamiento, y la integración. La preparación hace referencia a los eventos previos al desplazamiento de la persona; es decir, consta de las ideas y los planes acerca de la cercana movilización. El acto migratorio alude al período de tiempo y espacio del desplazamiento entre el lugar de origen y el destino, el cual puede ser directo o por etapas. El asentamiento corresponde al momento o lapso de tiempo entre la llegada al nuevo territorio y la obtención de recursos para suplir las necesidades básicas. Por último, la integración se refiere, en pocas palabras, a la adopción de la cultura nueva como propia (Micolta, 2005).

Cabe mencionar que estas etapas o momentos no son unilaterales ni idénticos en las personas. Por ejemplo, dice Micolta (2005), hay quienes no llegan a integrarse o adaptarse a su entorno del todo, lo cual conlleva a una crisis debido a la añoranza e idealización del lugar de residencia anterior. La integración, del mismo modo, puede que no sea total, pues puede que los cambios en los estilos de vida y la adopción de la nueva cultura sean contrarios los propios deseos, y sea únicamente hecha con el fin de evitar conflictos en el nuevo lugar de residencia.

Dado lo anterior, Achotegui (2000) afirma que toda migración conlleva un duelo. Se le denomina “duelo” a aquellos cambios, ganancias y pérdidas, cuyos resultados derivan en una reorganización. Es, en pocas palabras: “el proceso de reorganización de la personalidad tras una

pérdida” (Achotegui, 2000, p.1). A su vez, Melero (2010), citado en Castañeda-Fernández (2018), concuerda en que el duelo migratorio hace referencia a una reorganización de la personalidad, añadiendo a que esta surge a partir de la pérdida de personas y abstracciones (como la patria, la lengua, entre otros), con los cuales se tenía un vínculo afectivo, y a la subsecuente necesidad de desarrollar nuevos vínculos en el nuevo lugar de residencia.

Achotegui (2000; 2009; 2012) agrega que la migración no únicamente conlleva pérdidas sino también ganancias. Por un lado, el o la migrante deja atrás su país de origen, y los significados que a este le ha otorgado, por otro, va en busca de nuevos caminos que aparecen como una posibilidad palpable de libertad. Sin embargo, estas posibilidades dependen necesariamente de las condiciones del nuevo lugar de residencia. La posibilidad o no de que surjan ciertas dificultades, entonces, dependen necesariamente de lo ambiental, es decir lo relacionado con lo laboral, lo sanitario, el tipo de dinámicas de inclusión o exclusión, y/o incluso las características de la personalidad del migrante o la migrante (Morrison, 1975 citado en Achotegui, 2000).

Respecto a las crisis, las migraciones son un posible factor de riesgo de la salud mental cuando: (1) existe vulnerabilidad (cuando hay enfermedad o quien emigra se encuentra en condición de discapacidad), (2) el nivel de estresores es muy alto (hay hostilidad en el nuevo lugar de residencia), o (3) las dos anteriores coexisten. Cuando esto sucede, hay una posibilidad mayor del desarrollo de afectaciones en la salud mental de las personas, tales como el desarrollo Síndrome de Ulises (Síndrome del inmigrante con estrés crónico) (Achotegui, 2012).

Adicionalmente, en relación con la migración y su nexa con la salud mental, autores como Cabrera y Cruzado (2014), relacionan la vulnerabilidad de los migrantes con el posible desarrollo de trastornos mentales tales como la esquizofrenia, sobre todo, afirman los autores, en población

femenina entre los 15 y 44 años. La relación entre duelo migratorio y género será retomada más adelante.

Continuando con la conceptualización del duelo migratorio, éste está compuesto por siete duelos diferentes: (1) el duelo por la familia y los amigos, (2) el duelo por la lengua, (3) el duelo por la cultura, (4) el duelo por la tierra, (5) el duelo por el estatus, (6) el duelo por el contacto con el grupo étnico, y (7) el duelo por los riesgos físicos. De acuerdo a la complejidad o “simplicidad” de cómo se viven estos duelos simultáneos, se clasifica el duelo migratorio en: (1) duelo simple, (2) duelo complicado, o (3) duelo extremo. El duelo simple es el que se da en condiciones favorables; el duelo complicado el que presenta dificultades, pero que, a pesar de estas, permite la elaboración; finalmente, el duelo extremo es aquel que, debido a las condiciones hostiles, dificultosas, y, valiendo la redundancia, extremas, no permite su elaboración (Achotegui, 2012).

Haciendo alusión a las características del duelo migratorio, González-Calvo (2005) afirma que el duelo migratorio es parcial, recurrente y múltiple. La parcialidad del duelo alude a que aquello que se ha perdido no desaparece, sino que la posibilidad de reencuentro permanece latente a lo largo de la elaboración. Es, entonces, el duelo del o la migrante una separación más que una pérdida. La recurrencia quiere decir que este tipo de duelo tiene la particularidad de “reabrirse” y “reactivarse” en cualquier momento, debido a la posibilidad de contacto con aquellas personas y cosas significativas que se dejaron junto con el país de origen. Finalmente, la multiplicidad hace referencia a los siete duelos simultáneos que experimentan los y las migrantes, referidos anteriormente (duelo por la familia y amigos, la lengua, la cultura, la tierra, el estatus, el contacto con el grupo étnico, y los riesgos físicos) (Achotegui, 2012), además del duelo por la pérdida del proyecto migratorio (la imposibilidad de llevar a cabo los objetivos que se trazaron



antes de emprender la migración) y el duelo por la inviabilidad del retorno (total en tanto no se tiene la posibilidad de regresar en ningún momento o parcial cuando se retorna de forma transitoria, potencialmente reavivando esto el duelo) (González-Calvo, 2005).

Por otro lado, el duelo migratorio es ambivalente. La ambivalencia alude a todas aquellas contradicciones inherentes a la situación del migrante o la migrante, tales como: los sentimientos frente a la situación actual (alegría-tristeza, ilusión-desesperanza, entre otras), la relación con el país de residencia (adhesión-resistencia), y los sentimientos frente al país de acogida versus el país de origen (idealización-inconformidad/rabia) (González-Calvo, 2005).

Otra característica es lo transgeneracional del duelo migratorio. Por una parte, lo transgeneracional se expresa en que los hijos e hijas de los y las migrantes no son del todo del país de origen de sus padres, ni del país de acogida; es decir, penden entre las relaciones de arraigo que tienen con el país donde nacieron y la herencia cultural de su/s padre/s y/o madre/s. Por otra parte, lo transgeneracional alude a la transmisión de los estilos de afrontamiento y las conductas frente al duelo. Con respecto a este segundo punto, en pocas palabras, se dice que la manera en que los padre/s y/o las madre/s asumen y responden a los duelos, moldean la personalidad de la siguiente generación (González-Calvo, 2005).

Descritas anteriormente las características del duelo migratorio, nos referiremos a continuación al proceso de elaboración, sus fases y las estrategias de afrontamiento frente a este. De acuerdo con Bowlby (1985), citado en Achotegui (2009), la elaboración se da en cuatro fases: (1) negación, (2) resistencia, (3) aceptación, y (4) restitución. La negación alude a no querer ver ni aceptar lo que está sucediendo; la resistencia hace referencia a la queja de quien sufre la pérdida, siendo renuente a la situación actual; por otro lado, la aceptación quiere decir la

instalación de la persona en la situación actual; por último, la restitución en el duelo significa la reconciliación con aquello que se ha dejado y con la situación actual, en el caso del duelo migratorio, con el país de origen y con el país de acogida.

Con respecto a la elaboración, autores como González (2005), citado en Villabona-Orozco y Medina-Rosero (2018), afirman que el duelo y su consecuente elaboración pueden posibilitar el desarrollo y el crecimiento personal. Por lo tanto, hay factores que teóricamente favorecerían el duelo, y otros que lo dificultarían. Consecuentemente, existen estresores que, por definición, dificultan la elaboración del duelo y la adaptación del migrante o la migrante a su nuevo lugar de residencia. Los más importantes son:

(...) la separación forzada de los seres queridos que supone una ruptura del instinto del apego (con la crisis familias que se habían reagrupado, se han vuelto a desagrupar), el sentimiento de desesperanza por el fracaso del proyecto migratorio y la ausencia de oportunidades, la lucha por la supervivencia (dónde alimentarse, dónde encontrar un techo para dormir), y en cuarto lugar, el miedo, el terror que se vive en los viajes migratorios (pateras, ir escondidos en camiones...), las amenazas de las mafias ó de la detención y expulsión, la indefensión por carecer de derechos, etc. (Achotegui, 2012, p.7)

Por consiguiente, de acuerdo con Achotegui (2012) los factores que junto con los estresores favorecen o dificultan la elaboración del duelo migratorio son: (1) la multiplicidad, (2) la cronicidad, (3) la indefensión aprendida, (4) la intensidad y relevancia, (5) la presencia o ausencia de redes de apoyo, y (6) el sistema sanitario y asistencial del país de acogida. La multiplicidad se refiere a la cantidad de estresores que coexisten; la cronicidad alude al tiempo que dura el o los sufrimientos derivados del duelo; la indefensión aprendida, de acuerdo con Bandura (1983) citado en Achotegui (2012), es el sentimiento del migrante o la migrante de no

tener control sobre su propia vida; la intensidad y relevancia versa sobre las áreas de la vida que se afectan debido al duelo; las redes de apoyo son el conjunto de personas con quienes se tiene contacto directo quienes brindan apoyo instrumental o afectivo (Lin, Dean y Ensel, 1986 citados en Melgarejo et al., 2018), las cuales pueden estar compuestas por redes de apoyo informales (familiares, amigos y/o conocido/as) y/o redes de apoyo formales (organizaciones gubernamentales y no-gubernamentales) (Huete, 2011); por último, el sistema sanitario y asistencial refiere a cómo es tratada la sintomatología presentada por los y las migrantes. En referencia a la sintomatología, afirma González-Calvo (2005) que esta se encuentra compuesta por síntomas propios de los trastornos adaptativos y los trastornos por estrés postraumático, en tanto presenta estrés crónico relacionado con la soledad y el sentimiento de fracaso, estrés límite por la indefensión de los y las migrantes, y estrés múltiple que deriva en un cuadro depresivo crónico.

El hablar de la elaboración en el duelo necesariamente lleva a pensar en las estrategias de afrontamiento. De acuerdo con Lazarus y Folkman (1986), citados en Ferrer et al. (2014), el afrontamiento hace referencia al esfuerzo que hacen las personas con el fin de mitigar y reducir el impacto de una amenaza o desafío, el cual los o las desborda. Según los autores, la capacidad de afrontamiento es la respuesta ante un ambiente percibido como potencialmente amenazante.

Ante esta situación estresora que viven los y las migrantes, el apoyo social se muestra como uno de los que mayores efectos de bienestar provee a los individuos (García-Cid et al., 2017). Estudios dan cuenta de las diferencias étnicas de cómo el apoyo social es percibido, siendo la población latinoamericana la más beneficiada por este (Jasinskaja-Lahti et al., 2006 citados en García-Cid et al., 2017).

Por otro lado, el modelo de Lazarus y Folkman (1986), citado en Ferrer et al. (2014), plantea que el afrontamiento se da en los siguientes dominios o instancias: la cognición, el afecto y la conducta. La valoración y afrontamiento cognitivo se refiere a cómo se valora un evento con el fin de reducir su impacto negativo, lo cual puede llevar a acciones protectoras, tales como la búsqueda de apoyo, y puntualmente con respecto a la migración, los autores citan a Bell (2001; 2005), quien afirma que tras racionalizar las dificultades es más fácil buscar alternativas a las adversidades. Por otro lado, el afrontamiento desde lo conductual alude a aquellas acciones voluntariamente llevadas a cabo con el fin de superar o, al menos, sobrellevar de mejor manera las emociones negativas, lo cual podrá direccionar la acción hacia la integración en el nuevo país de residencia. Por último, el afrontamiento afectivo versa sobre las respuestas internas de las personas que buscan una estabilidad, de manera simultánea a que se hacen frente a las demás adversidades propias del duelo; es decir, las estrategias que se ponen en marcha ante emociones negativas con el fin de regularlas y posibilitar el afrontamiento.

Autores como Bobowik et al. (2014), citados en Urzúa et al. (2017), hablan de estrategias de afrontamiento individuales e interindividuales, de las cuales derivan estrategias adaptativas y no adaptativas. Las adaptativas son aquellas que disminuyen los efectos negativos, ergo reducen el malestar subjetivo. Las no adaptativas son aquellas que se asocian al malestar subjetivo, ya sea porque tienen un menor efecto mitigador de este o porque no lo reducen en absoluto.

Los autores clasifican las estrategias de afrontamiento adaptativas y no adaptativas entre estrategias de tipo conductual y estrategias de tipo cognitivo. Las estrategias de tipo conductual son (1) distanciamiento, (2) movilidad individual, (3) distracción, (4) búsqueda de apoyo social, (5) evitación del contacto y (6) control-regulación emocional. Por otro lado, las estrategias de tipo cognitivo son la (1) desidentificación (con respecto a las personas de su país de origen), (2)

individualización, (3) internalización, (4) recategorización, (5) diferenciación yo-nosotros, (6) comparación intragrupo, (7) comparación temporal y (8) atribución discriminación al prejuicio (Bobowik et al., 2014 citados en Urzúa et al., 2017).

A manera de cierre a lo que respecta al duelo migratorio, es importante mencionar que los distintos autores (Achotegui, 2000, 2009, 2012; González-Calvo, 2005; Melero, 2010 citado en Castañeda-Fernández, 2018) apuntan a que éste es vivenciado de distintas maneras de acuerdo a las estrategias que despliegan los y las migrantes para afrontar las consecuencias de la migración, la cual es multidimensional y heterogénea.

Es por esto que resulta pertinente hablar de la resiliencia como proceso fundamental de los procesos migratorios. Según el diccionario de la Real Academia Española de la Lengua, citado por Vila-Freyre et al. (2016), resiliencia es en psicología: “(...) la capacidad humana de asumir con flexibilidad situaciones límite y sobreponerse a ellas.” (p.161). Es por esto que resulta importante entender las posturas de Rutter y Rutter (1992) citados por Anleu-Hernández (2015), donde dejan claro que la resiliencia se ha caracterizado como un conjunto de procesos sociales e intrapsíquicos que posibilitan tener una vida "sana" en un medio insano. Entendiendo la experiencia de la migración como ese medio insano, comprendiendo ese contexto que muchas veces puede chocar con las necesidades, objetivos y deseos de la persona.

Anleu-Hernández (2015) se encarga de definir y organizar lo que ella denomina como los pilares de la resiliencia, retomando los aportes hechos desde América Latina en cuanto a la resiliencia comunitaria donde se refiere a Suárez (1996) y Melillo (2008), y los siete pilares básicos que hacen posible el desarrollo de esta resiliencia, los cuales ella reduce a seis, y serán presentadas a continuación.

Es por esto que Anleu-Hernández (2015) nos muestra estos seis pilares son el (1) autoestima colectivo, que es, en pocas palabras, el sentimiento de orgullo por el lugar en el que se vive o de dónde se procede; (2) la identidad cultural, que consta de la incorporación de costumbres, valores, giros idiomáticos etc., que le permiten afrontar y elaborar las influencias culturales; en tercer lugar (3) el humor social, que se entiende como la capacidad de hallar diversión o humor en aquello trágico o difícil, el (4) capital social es entendido como el conjunto de valores o normas informales que es compartido por los miembros de una comunidad y les permite colaborar entre sí; la (5) honestidad colectiva y estatal, que implica una conciencia grupal que condena la deshonestidad y tiene una relación con el empoderamiento de diferentes colectivos o grupos sociales; y finalmente, (6) el ejercicio de una democracia efectiva en la toma de decisiones cotidianas y la “inclusividad” de una sociedad sin discriminaciones.

Ahora bien, tras haberse mencionado y conceptualizado anteriormente las categorías y subcategorías relacionadas con la migración, el duelo migratorio y la resiliencia, a continuación se hablará de los procesos de inclusión y exclusión en relación con la migración y el género. Una primera definición de exclusión alude a que esta trasciende lo económico, siendo la: “(...) falta de participación en lo social, con consecuencias en términos de salud, vivienda, educación y relaciones sociales.” (Raya-Díaz y Hernández, 2014, p.146). Sobol (2005), citada en Bermúdez-Patiño et al. (2019), concuerda en que la exclusión trasciende lo económico y la obtención de recursos, teniendo más relación con la participación y la imposibilidad sistemática al acceso a ciertas áreas y niveles dentro de una sociedad.

La exclusión se da principalmente por medio de los siguientes mecanismos: (1) los políticos, (2) los identitarios, (3) los culturales e institucional-normativos, (4) los socioeconómicos, y (5) los sociales. Los políticos hacen referencia a cómo el Estado media las

relaciones entre las personas desde lo institucional; los identitarios aluden a cómo se sienten los y las migrantes con respecto al resto de la población; los culturales son los que están relacionados con los valores, creencias y preconcepciones acerca de la población migrante; los socioeconómicos versan sobre cómo la estratificación afecta el acceso a los servicios; por último, los sociales son aquellos que posibilitan las desigualdades a partir de la definición de los roles de género (Gregorio, 1998 citado en Martínez y Martínez, 2007).

Teniendo en cuenta lo anterior, es necesario comprender y definir la contraparte de la exclusión: la inclusión. De acuerdo con Booth y Ainscow (2015), quienes hacen un acercamiento a esta categoría desde el ámbito educativo, la inclusión está compuesta por una triada: (1) culturas inclusivas, (2) políticas inclusivas y (3) prácticas inclusivas. Cuando hablan de culturas inclusivas se refieren a los valores compartidos por la comunidad, que han de ser transmitidos a los nuevos miembros cuando estos llegan; los principios de estas culturas son los que determinan las políticas y las prácticas del día a día, razón por la cual componen la base del triángulo de la inclusión. Así entonces, las políticas inclusivas son aquellas que posibilitan y refuerzan la participación, mitigando simultáneamente todo tipo de desigualdad. Finalmente, las prácticas inclusivas aluden a las relaciones que se tienen entre los distintos miembros de una comunidad, en las cuales se reflejan las políticas y las prácticas, lo que significa que estas dos son llevadas a la cotidianidad.

Ahora bien, partiendo de los objetivos de la presente investigación, es necesario conceptualizar el término interseccionalidad. Viveros-Vigoya (2016) afirma que este término fue acuñado por Kimberlé Crenshaw para designar las violencias y discriminaciones que confluyen en una misma persona y grupo. Así entonces, de acuerdo con Brah y Phoenix (2005), citadas por Viveros-Vigoya (2016), este término ha sido usado desde entonces para aludir a todo tipo de

desigualdades múltiples y mutuamente dependientes entre sí. En este sentido, estas autoras concordarían con Martínez y Martínez (2007), al argumentar que: “(...) las mujeres extranjeras sufren como grupo una doble discriminación: en relación a la sociedad de acogida por el hecho de ser inmigrante, y en el propio colectivo de inmigrantes por el hecho de ser mujer.” (p.502).

Es importante señalar que el rol de las mujeres ha cambiado en el ámbito migracional, pasando de ser parte de un proceso asociativo, es decir relacionado con lo familiar y colectivo, a tener un papel protagónico, en el que se destaca la autonomía de su rol (Domínguez-Amorós y Contreras-Hernández, 2017). Consecuentemente, afirman las autoras, al tener un acercamiento desde el género a lo migratorio, es necesario adentrarse desde la interseccionalidad, ya que únicamente desde este enfoque es posible ver cómo se conforman y confluyen desigualdades múltiples.

## **7. Categorías de análisis**

De acuerdo con lo previamente definido en el marco teórico y en los objetivos de la investigación, hay tres categorías de análisis: (1) migración, (2) duelo migratorio, (3) inclusión/exclusión en relación con el género. Como categoría emergente, también se tendrá en cuenta la (4) resiliencia. De estas se desprenden subcategorías, las cuales junto con las categorías, son definidas a continuación sucintamente.

### **7.1. Migración**

La migración es entendida como el proceso de reubicación de un ser humano a un espacio diferente de su lugar de origen por tiempo indefinido, sin importar la razón del desplazamiento.



**7.1.1. Preparación:** Es el período previo al desplazamiento en que el o la migrante planean cómo llevar a cabo el desplazamiento y posterior reubicación.

**7.1.2. Acto migratorio:** Es el período comprendido entre el desplazamiento del lugar de origen al nuevo lugar de residencia.

**7.1.3. Asentamiento:** Es el período que transcurre entre la llegada del individuo migrante al nuevo país de residencia hasta que consigue la satisfacción de sus necesidades básicas.

**7.1.4. Integración:** Alude al momento, no alcanzado por todos los migrantes, en que el nivel de adaptación y bienestar son óptimos en el nuevo lugar de residencia.

## **7.2. Duelo migratorio**

El duelo migratorio se entiende como el proceso que transitan o transitaron las migrantes en relación a su cambio de lugar de residencia, el cual representa una reorganización de su personalidad.

**7.2.1. Multiplicidad:** Alude a los duelos que concurren en los y las migrantes debido a su movilización.

**7.2.2. Recurrencia:** Es aquella experiencia de reavivación del duelo debido a los posibles contactos con el país de origen y demás objetos significativos que se dejaron al movilizarse.

**7.2.3. Parcialidad:** Está relacionado con la experiencia de no-pérdida del objeto por el cual se vivencia el duelo; es decir, el no abandono del todo a aquello que se pierde.

**7.2.4. Estrategias de afrontamiento:** Son definidas como aquellos esfuerzos cognitivos, conductuales y afectivos, que ponen en juego los migrantes con el fin de mitigar los desafíos y dificultades propias de este.

### **7.3. Procesos de exclusión/inclusión en relación con el género**

Son los mecanismos sociales que a partir de la cultura, las políticas y las prácticas ponen de manifiesto igualdades y desigualdades que experimentan las mujeres migrantes, por hacer parte de una y otra población vulnerable.

### **7.4 Categoría emergente**

Esta categoría es entendida como objeto de investigación nacida a partir de la información obtenida en la aplicación del instrumento.

#### **7.4.1 Resiliencia**

Entendida como el desarrollo de la capacidad de generar una adaptación positiva a diferentes momentos o situaciones críticas, en este caso al curso de migrar de un país a otro.

## **8. Metodología**

### **8.1. Diseño**

La investigación se basa en una metodología cualitativa. El método cualitativo utilizado es el narrativo, el cual, de acuerdo con Meza (s.f.), se refiere a relatos cargados de significado tanto por el narrador como por quien le escucha. Asimismo, esta metodología posibilita la reflexión, el diálogo, y la reconstrucción de experiencias subjetivas (Ladín, Ramírez y Aréchiga, 2015 citados en Melgarejo et al., 2018).

## **8.2. Participantes**

La población participante en esta investigación son mujeres adultas entre los 18 y 40 años de edad, de estratos 1, 2, y 3, quienes llevan en Colombia más de un año, y que actualmente residen en Bogotá. Ellas fueron seleccionadas de manera no probabilística por medio de la estrategia “bola de nieve”, en la que las participantes fueron escogidas debido a que fueron contactadas por conocidos en común con los investigadores. Los contactos se realizaron de manera remota debido a la situación coyuntural del momento de la investigación, razón por la cual la metodología se adaptó de manera que tanto las participantes como los investigadores tuvieran la seguridad necesaria (Ver Procedimiento). Asimismo cabe mencionar que la metodología en general fue modificada con respecto al plan inicial debido a dicha coyuntura, de modo que los objetivos de investigación fueran alcanzados, con una reducción del número de participantes y la adaptación de la estrategia de indagación.

## **8.3. Instrumento**

Con el fin de obtener la mayor información posible se utilizó como instrumento una entrevista semiestructurada, la cual fue construida a partir de las categorías de análisis. Adicionalmente, se utilizó un cuestionario sociodemográfico con el fin de obtener información general de las participantes (Ver Anexos).

## **8.4. Procedimiento**

La primera fase del proyecto constó de la recolección de los datos. El procedimiento de entrevistas se llevó a cabo con las cuatro participantes de manera remota por medio de

aplicaciones digitales. En primer lugar, se contactó a las participantes, quienes fueron informadas acerca de los objetivos y el alcance de la investigación, para así pactar una hora y fecha para la entrevista; seguidamente, debido a la imposibilidad de diligenciar el consentimiento informado de manera física, anticipadamente a la entrevista, se leyó el consentimiento informado a dos de las participantes, en el cual se explicitó la confidencialidad de la información, se autorizó llevar a cabo grabaciones, de igual manera las otras dos participantes de investigación, tuvieron el acceso a imprimirlo y escanearlo para así ser anexado a la investigación y así tener el conocimiento del póstumo uso de la información allí recolectada ; finalmente, se llevaron a cabo las entrevistas individualmente de la manera en que se mencionó anteriormente, asegurando un espacio de seguridad y confianza.

La segunda, y última, fase de la investigación constó de varios pasos mencionados a continuación. Primero, se llevó a cabo la transcripción de las entrevistas; luego, por medio de la matriz de codificación (Ver Anexos) se procedió con la sistematización de la información; por último, fue realizado el análisis de la información a partir de los autores consultados y referenciados, y el criterio de los investigadores.

## **9. Resultados**

Este apartado tiene como finalidad dar a conocer aquello que se evidenció en las entrevistas, es decir, aquello que las participantes dieron a conocer en ellas. A partir de las categorías y subcategorías previamente establecidas (Ver Categorías de análisis), esta información es organizada y sistematizada. Con base en los objetivos de la investigación, se indagó en el proceso migratorio, el duelo migratorio y las dinámicas de inclusión/exclusión en

relación con el género, además de la resiliencia, categoría emergente. A continuación se exponen los resultados obtenidos.

## **9.1. Migración**

### **9.1.1. Preparación**

Con respecto al período previo a la migración, este se compone de cómo y por qué se decidió migrar a Colombia, y los planes que se tenían al llegar allí. Así entonces, tres de las participantes refieren haber tomado la decisión de emigrar fuera de Venezuela debido a la situación económica y política del país; por su parte, la participante AA afirma que la decisión se debió a una ruptura amorosa por parte de sus padres, por lo que ella no tuvo control de esa decisión. Las cuatro participantes mencionan que una de las razones para salir de Venezuela fue el crecimiento personal, a pesar de que AA, tal como se mencionó anteriormente, refiere no haber decidido voluntariamente salir del país.

En relación a sus planes futuros, la participante DR menciona haber querido migrar para trabajar, sin embargo refiere no tener una preparación real frente a las leyes y permisos para laborar en el país, ya que tal como comenta: *“A mí nadie me había dicho acá que aquí tenía que tener un permiso, que acá sin papeles no tenían trabajo”*. Las participantes AA y AP tenían un conocimiento previo por familiares frente a cómo sería la vida tras migrar. Ellas dos afirman que sus planes eran trabajar y buscar estabilidad. Adicionalmente, AP refiere que su plan de salir de Venezuela data de seis años antes del acto migratorio, y que su plan original no tenía a Colombia como destino, pero que debido a un contacto en Bogotá y por la facilidad en la acogida, finalmente decide emigrar allí. Por su parte, LR tenía en sus planes ejercer el trabajo informal relacionado a su profesión de música, añadiendo además la incertidumbre como un factor clave

en la preparación: “(...) *el plan con el que yo venía inicialmente que era muy incierto*”. Añade, sin embargo, que tenía una experiencia previa trabajando en Colombia, por lo que su plan era conseguir buenos ingresos, tal como los había conseguido previamente.

Es posible evidenciar en los relatos, en tres de ellos particularmente, que a pesar de haber tomado voluntariamente la decisión de migrar, existe un elemento detonante para tomar esa decisión, que es la situación política y económica en su país de origen. Asimismo, es posible evidenciar que hay planeación previa, aunque esta varía entre las participantes. Finalmente, con respecto a los planes de ellas tras migrar, las cuatro comentan que su intención es buscar la autonomía por medio del trabajo.

### **9.1.2. Acto migratorio**

Respecto al proceso de salir del país y llegar a su nuevo lugar de residencia, este consta de: el viaje desde su lugar de origen a la frontera, el paso de esta, y el viaje hasta el nuevo lugar de residencia. Sobre el viaje de las cuatro participantes desde sus casas hasta la frontera fue realizado en bus. Tres de ellas no mencionan nada particular al respecto. La participante AP refiere un viaje largo, debido a que su lugar de origen es Puerto Cabello, en la costa de Venezuela. La participante DR migró junto con sus dos hijos, lo cual implicó un mayor desgaste para ella. Por su parte, LR viajó junto con su pareja. Finalmente, la participante AA no viajó acompañada.

Ahora bien, respecto al paso de la frontera, tres de las participantes ingresaron por Norte de Santander y una por Arauca; tres de ellas afirman que el proceso de entrada a Colombia fue sencillo. La participante DR, quien no tenía pasaporte, respecto a esto comenta: “*El proceso no es tan difícil porque los que no tienen pasaporte se pueden venir por trocha, y no piden muchos*

*documentos*”. A diferencia de las otras participantes, AP afirma que el proceso de pasar la frontera fue dificultoso e implicó un impacto psicológico negativo, pues tal como narra: “*Cuando vamos a cruzar la trocha nos dicen que habían paramilitares y que habían guardias nacionales, entonces te podrás imaginar la incertidumbre y la adrenalina, el miedo que había en todo eso*”. La incertidumbre, por lo tanto, se adueña del proceso debido a una decisión política del presidente de Venezuela en ese entonces, de cerrar las fronteras, por lo que el plan de AP cambia sobre la marcha.

Referente a la llegada al lugar de acogida, AA tuvo un proceso de llegada sin complicaciones, ya que es recibida en la casa de su hermano en Bogotá, quien había migrado anteriormente. Ella refiere que tenía conocimiento de dónde llegar y cómo llegar hasta allí, además de que es bien recibida en este lugar de acogida. DR, por su parte, llega al espacio de su pareja, quien había migrado previamente; al igual que AA, ella tiene conocimiento de cómo llegar al lugar de acogida. LR llegó a la casa de un amigo junto con su pareja, lugar en el cual tienen una buena acogida. AP llega a hospedarse en la casa de una persona a quien no conoce: “*la ex novia de mi hermano, a quien yo estaba conociendo por primera vez porque yo a ella no la conocía en persona*”. Esto dificultó el proceso de llegada, ya que estuvo perdida por un lapso de tiempo, por lo que comenta que estuvo cargado de incertidumbre y miedo.

En lo que respecta al acto migratorio, es posible evidenciar que para las tres participantes cuyos planes iniciales no variaron a lo largo del camino fue un proceso sin complicaciones, ya que tenían en su mente cómo sería el trayecto. Contrario a ellas, para la participante cuyos planes cambiaron sobre la marcha, la experiencia fue muy negativa, ya que implicó para ella un riesgo para su bienestar físico y psicológico.

### 9.1.3. Asentamiento

En lo que respecta al proceso de obtener recursos, LR asegura que el proceso fue sencillo e incluso lo describe como “*bonito*”, ya que tenía varias amistades quienes la apoyaron a lo largo de esta fase, además de que el apoyo de su pareja le permitió conseguir recursos desde los trabajos informales y temporales.

A su vez, la participante AA afirma que el proceso fue simple en términos emocionales, ya que estuvo un periodo de tiempo en Valledupar (ciudad cercana a Maracaibo), donde pudo acoplarse sin complicaciones, ya que culturalmente no hubo para ella una gran diferencia; sin embargo, en los primeros tres meses contó con el apoyo económico de su hermano, debido a que durante esos primeros meses únicamente conseguía trabajo cada quince o veinte días, motivo por el cual económicamente se le dificultó ese lapso de tiempo.

Por otro lado, AP comenta que inicialmente logró conseguir un trabajo temporal, el cual le permitió durante las primeras semanas tener un ingreso económico, sin embargo, debido a su nacionalidad es despedida de este empleo, y vive un par de meses sin un ingreso fijo, por lo que la persona que le da acogida es quien la ayuda económicamente durante este tiempo. Mientras esto sucede, comenta que se ve inmersa en una situación de exclusión y rechazo por parte de personas con quienes convive, y también al procurar conseguir empleo, lo cual le dificulta su asentamiento.

Por su parte, DR experimenta emociones diversas, ya que se encuentra con que no puede ejercer su profesión, por lo que consigue trabajos esporádicos como empleada doméstica, razón por la cual requiere del apoyo por parte de su pareja durante este proceso.



El asentamiento varió considerablemente para las cuatro participantes. En primer lugar, esto de evidencia en cuanto al tiempo el cual difiere en los cuatro casos, especialmente para DR quien, al estar indocumentada, se le dificulta la consecución de un empleo fijo. Tanto ella como AP relatan haberse visto envueltas en situaciones de discriminación, la cuales alargaron este lapso de tiempo para conseguir recursos. Asimismo, es posible observar cómo las redes de apoyo fueron de gran ayuda para conseguir recursos. En los casos de AA y LR, quienes contaban con el apoyo de personas cercanas, el proceso fue más positivo.

#### **9.1.4. Integración**

Señalando ahora lo que refiere a la integración, primero se alude a cómo ha cambiado la situación de las participantes desde el momento que migraron hasta la actualidad, y en segundo lugar a los vínculos que se han establecido en el nuevo lugar de residencia.

Dado lo anterior, se encontró que AA ha logrado integrarse a su nuevo lugar de residencia, ya que afirma haber encontrado estabilidad y oportunidades de crecimiento personal y profesional. Tal como lo narra AA:

*(...) la verdad es que sí ha cambiado en muchos aspectos: no tanto en lo psicológico, en lo emocional, en lo físico, sino también en lo educativo. Yo acá he podido seguir mis estudios, he hecho varios cursos, entonces me han dado la oportunidad de crecer sin discriminar.*

En su relato da muestras de haberse integrado satisfactoriamente. Adicionalmente, respecto a sus relaciones, narra haber conseguido una baja cantidad de relaciones, pero de una

alta calidad, además de que refiere que el resto de su núcleo familiar migró poco tiempo después de ella, estando ahora más unida a ellos.

En cuanto a la participante LR, ella menciona haber podido conseguir estabilidad económica por medio de un empleo formal, el cual le permite proyectarse a futuro, haciendo énfasis en el aprovechamiento de la oportunidad de migración. Adicionalmente, ella refiere haber entablado una gran cantidad de relaciones nuevas, principalmente venezolanos y venezolanas, las cuales se han desarrollado cerca a su lugar de residencia y en los lugares donde ha laborado.

Por otro lado, DR inicialmente comenta sentir alivio al ver que le ha sido posible sustentarse en Colombia, pues los recursos económicos le son suficientes para ello, sin embargo, afirma no haberse adaptado a Colombia, debido a su situación legal, ya que no ha podido ejercer su profesión, además de situaciones de discriminación: *“Ha sido difícil adaptarme a este país, por lo que se ve mucho bullying, mucha xenofobia con los venezolanos”*. Por otro lado, sus redes de apoyo son reducidas tal como lo comenta: *“Amigos y amigas contaditos. Yo soy más bien antisocial”*. Asimismo, menciona que la relación con su pareja se ha visto perjudicada por los cambios que han habido en el ámbito económico, y por los conflictos con quienes comparten vivienda. No obstante, asegura que las personas con las que ha trabajado le han brindado un gran apoyo.

La participante AP, a su vez, da muestras de no haber logrado la integración a su nuevo lugar de residencia. Con respecto a los cambios, no comenta haber logrado estabilidad laboral y económica; asimismo, persiste la idea de regresar a Venezuela. Comenta igualmente haber sido víctima de discriminación por su nacionalidad. Con respecto a los nuevos vínculos, ella afirma que se relaciona principalmente con venezolanos y venezolanas, ya que se identifica con este

grupo de personas, por lo que no cuenta con una red de apoyo social, lo cual, según añade, se debe en parte a su personalidad: “(...) *porque de resto también debe ser porque a mí me cuesta mucho abrirme en esa parte de amistades*”.

En modo de síntesis, en lo que respecta a la integración se puede observar que dos de las participantes la han logrado y dos no. Las participantes que se han integrado satisfactoriamente señalan contar con relaciones de calidad, además de estabilidad, y una sensación de bienestar. De manera opuesta, las participantes que no han logrado adaptarse, señalan haber experimentado discriminación y xenofobia, lo cual ha afectado en la consecución de recursos y en su integración.

## **9.2. Duelo migratorio**

### **9.2.3. Multiplicidad**

En lo que respecta a la multiplicidad del duelo se tiene en cuenta los diferentes elementos por los cuales existe, o existió, un duelo. Con respecto a esto, DR comenta: “*En Venezuela extraño mi trabajo, mis compañeros de trabajo, mis estudiantes, mi casa, mi madre, mi familia, mi rutina, mi país. Extraño todo de allá*”. Ella da muestras de una multiplicidad de elementos por los que el duelo está aún vigente. Haciendo alusión a su familia comenta que mantienen una relación a distancia por medio de aplicaciones digitales, la cual se ve permeada por el acceso al servicio de Internet; añade que la relación con su familia no ha cambiado desde que migró. En relación a lo cultural menciona no experimentar diferencias significativas.

Por su parte, en la participante AA es posible ver cómo existe un duelo relacionado particularmente con el estatus:

*Ha sido como le cuento un poco duro. Llegar y comenzar de cero, y llegar con solamente su ropa, sin cocina, sin nada, no saber dónde llegar; ha sido duro porque a uno le toca comenzar a conseguir las cosas poco a poco, de acostumbrarse que ya no va a vivir en una casa propia.*

Menciona adicionalmente que extraña sus amistades y lugares significativos, sin embargo no refiere un impacto significativo de esto. En lo que respecta a su familia, menciona tener aún familia en Venezuela con la cual mantiene un contacto intermitente. Es en relación a este aspecto al que ella más enfatiza, añadiendo que la migración ha sido positiva para sus lazos familiares, ya que la mayor parte de su familia está actualmente en Colombia, quienes la apoyan y a quienes ella apoya: “(...) *no sólo en lo económico, sino en lo psicológico, en lo emocional*”. Al hablar de este proceso, menciona que sufrió de una depresión al poco tiempo de haber migrado, y que gracias al apoyo de sus familiares, le ha sido posible sobrellevarla.

Por otra parte, LR comenta lo siguiente: “*Obviamente principalmente extraño a mi familia. (...) como esa seguridad que es estar en tu casa; como la identidad, también se extraño un poco; (...) extraño la tranquilidad de estar en casa, con mi familia*”. En su caso, es posible ver un duelo por la familia, el estatus, la seguridad ante los riesgos físicos, la identidad cultural y la tierra. Con respecto a la familia, señala que sus lazos se han fortalecido con el paso del tiempo. Añade, haciendo alusión a cómo le hacen sentir las diferencias culturales: “*Hay cosas que no son de tu país y obviamente no son malas; no, no es que te hagan sentir como algo malo, sino que genera como esa sensación de nostalgia, ¿no? Por cosas, más allá de sí, tu identidad*”.

Por último, la participante AP hace un énfasis particular en las diferencias existentes entre su país de origen y su país de residencia en el ámbito laboral. Señala que la falta de un título no

le permite desempeñarse en las áreas que ella desearía. Esto lo relaciona con el estatus, ya que no le permite tener un estilo de vida similar al que tenía previamente. Coincide igualmente con las demás participantes en el extrañar la tierra, su familia y amigos. Señala, adicionalmente, duelos relacionados con la situación económica, social y política de Venezuela, debido a experiencias dolorosas previas a la migración, y a la situación actual de sus familiares que permanecen allí.

Las participantes mencionan elementos relacionados con la familia, las amistades, la cultura, el estatus, y la tierra. Ellas coinciden en que la relación con su familia se ha fortalecido debido a la migración. En el caso particular de DR, quien menciona que la relación se ha visto afectada negativamente con la parte de su familia con quien vive, ya que la situación económica y el cambio en el estatus social les ha conllevado conflictos. Por otro lado, todas las participantes mencionan una semejanza entre la cultura colombiana y la venezolana; señalan, sin embargo, que elementos como la comida, la música y la danza, las cuales se relacionan con la identidad cultural de su país de origen, tienen una diferencia significativa.

### **9.2.2. Recurrencia**

Con respecto a la recurrencia en el duelo, se indagó acerca de cómo es el contacto que se mantiene con los objetos, personas y elementos significativos, que se dejaron tras migrar, indagando por la reapertura o reactivación del duelo. En primer lugar, la participante AA menciona que tiene contacto con personas que le recuerdan a Venezuela, ya que tiene familia y amigos allá; cuando tiene ese contacto con esas personas, menciona que es algo positivo, ya que le recuerda las características autóctonas de su país natal. Por otro lado, comenta sentir tristeza por la situación social, económica y política, sin embargo, añade que esto no le afecta todos los días, y que simplemente desea que todo mejore.

Por su parte, DR menciona que existe un elemento recurrente con respecto al duelo:

*“Depresión me ha dado. Me he sentido muy estresada, a veces me estreso mucho, el extrañar mi familia, mis amigos, me dan ganas de llorar. He querido regresarme por lo que acá no tengo un trabajo, por lo que no tengo documentos...”*. Es posible evidenciar un sufrimiento profundo en su relato. Cuando habla acerca de cómo se siente al contactarse con esas personas y elementos significativos refiere sentimientos ambivalentes: *“Emocionalmente mal, me siento muy triste, pero a la vez me siento feliz por lo que los estoy escuchando...”*.

La participante LR menciona que en ella persisten ideas de regresar las cuales coexisten con el apego por la estabilidad que ha logrado en su nuevo lugar de residencia. A pesar de que afirma que se encuentra en un buen momento y que ha logrado estabilidad, narra cómo esta ambivalencia le genera una sensación de *“impotencia”*. Es posible evidenciar recurrencia en tanto menciona que sus emociones cambian en relación con su idea de regresar, y en cómo esta idea permanece latente.

Por último, AP menciona cómo en fechas especiales como navidad y año nuevo, así como en tiempos de enfermedad, le resultan particularmente difíciles de sobrellevar, ya que en estas ocasiones en específico se hace más intenso su dolor y sus intenciones de regresar: *“(…) yo anhelo que caiga el gobierno, yo anhelo que se mejore la... la economía de mi país y poder irme”*. Es posible, por lo tanto, ver cómo existe un duelo que permanece latente y se reactiva de acuerdo a las circunstancias en las que se encuentra. Con respecto a esto, ella narra el profundo sufrimiento que le causó el asesinato de una amiga, quien tenía planeado viajar a Colombia, lo cual se relaciona con la situación social en su país de origen, reactivando el duelo. Por otro lado, ella menciona una infravaloración de su país natal previo a la migración, lo cual contrasta con cómo significa ahora a este, calificándolo de manera positiva.

En síntesis, las participantes no refieren relación con objetos que tengan un efecto de reactivar el duelo, o los sentimientos de manera significativa. Con respecto a las personas, se comparte la idea de que aún hay vínculos, los cuales facilitan o dificultan la experiencia según la situación. En cada relato hay una situación particular, aunque es posible ver en tres de ellos de manera clara la recurrencia en el duelo.

### 9.2.3. Parcialidad

Al referirse a la parcialidad, se buscó acerca de cómo significan la experiencia de mantener “*abierta*” la posibilidad del reencuentro y del retorno, y cómo se sentirían al verla imposibilitada. Así entonces, la única participante que ha regresado a Venezuela después de migrar es AA, quien menciona haber sentido una gran tristeza por ver cambios en su país de origen, en las dinámicas sociales y en la sensación de seguridad física. En lo que alude a la falta de contacto, ella comentó que le afectaría negativamente la imposibilidad de volverse a contactar con sus familiares, conocidos, y amistades que se encuentran en Venezuela.

Por su parte, DR menciona que desea viajar a Venezuela, pero que debido a lo económico no le ha sido posible. Asimismo, refiere que tener contacto con su familia le hace sentir mal, pero que no tener contacto con su familia es aún peor; ella señala que la visita de su madre fue positiva, pero que después de eso, el no tener contacto con ella le afecta negativamente: “*(...) yo ahorita tengo un año que no la veo, pues me he sentido mal, me he sentido muy sola, me hace mucha falta*”. Cuando habla acerca de la hipotética imposibilidad de contacto, comenta que actualmente se encuentra emocionalmente débil, señalando que se siente sola, por lo que esa situación sería aún más negativa para ella.

La participante LR menciona que existe en ella la idea latente del retorno, debido a que tiene asuntos por resolver y planes sin haber culminado, como por ejemplo su educación. Ella relata un constante contacto, el cual yace sobre el plan del retorno. En relación con la imposibilidad de contacto, señala que debido a que su migración fue voluntaria, el regresar es una posibilidad, sin embargo, plantearse la idea de que se culminará el contacto sería, según sus palabras: “(...) *devastador*”.

Finalmente, AP señala que desearía regresar, lo cual contrasta con cómo se describe a sí misma: “(...) *las cosas que dejé en Venezuela, afortunadamente yo soy un poco desprendida, tengo un poco de desapego...*”. En ese orden de ideas, en su relato se señala una ambivalencia que consta del deseo del retorno y sus características individuales que le permiten sobrellevar la distancia de su país de origen sin sufrir constantemente. En lo que se refiere a la imposibilidad del contacto, no se obtuvo información al respecto, aunque por sus respuestas es posible inferir que esto no traería consigo un beneficio, sino que, por el contrario, exacerbaría su sentimiento de soledad y tristeza.

En los relatos se puede evidenciar que existe un permanente contacto con el país de origen, y aquello significativo que allí reside. En uno de los casos debido a un viaje allá, en los demás por contacto remoto y visita de sus familiares. En los cuatro casos el contacto significa lazos afectivos, sin embargo, varía la significación que ellas le dan a estos lazos. Se encontró, asimismo, que ellas señalan la ruptura de esos lazos como algo negativo, aunque no del mismo modo para todas, pues algunas enfatizan los individuos, y otras lo que su país de origen significa para ellas.

#### **9.2.4. Estrategias de afrontamiento**



En lo que se refiere a las esta subcategoría, se buscó indagar acerca de cuáles han sido las situaciones desbordantes a nivel emocional, qué estrategias han sido utilizadas para mitigar el impacto, la valoración de estas estrategias, y los efectos que han tenido. Dado lo anterior, AA señala que el ámbito económico ha sido el más complejo de sobrellevar, siendo el apoyo social la estrategia utilizada, la cual es valorada como muy positiva. Ella añade que recomienda esta estrategia, ya que brinda lo necesario para sobrellevar cualquier situación desbordante a nivel emocional; aclara, asimismo, que quienes no cuentan con ese apoyo social, deben de buscarlo.

Por otro lado, la participante DR comenta que las situaciones más complejas de sobrellevar han sido la falta de empleo fijo, la situación económica, y el sentimiento de soledad. Ante esto, ella comenta que las estrategias más utilizadas han sido la búsqueda de apoyo en sus creencias y en Dios (afrontamiento religioso), la búsqueda de apoyo social comunicándose con sus amistades de manera remota, la regulación-control emocional, el distanciamiento, y la distracción. Al referirse a sí misma, ella valora como las más positiva el aferrarse a las creencias espirituales; refiriéndose a otras personas, concuerda en el afrontamiento religioso es el más efectivo, además del apoyo social, ya que es lo que le permite a quienes migran el acople al nuevo país de residencia.

A su vez, la participante LR señala que aquello que la ha desbordado ha sido lo relacionado con el ámbito económico, lo cual le ha implicado mayores preocupaciones. Ante esto, señala que ha utilizado estrategias conductuales como la búsqueda de apoyo social y la movilidad individual. En lo que se refiere a la valoración de las estrategias, asegura que la movilidad individual y la búsqueda de apoyo social son las que permiten sobrellevar la migración, tanto para ella como para otros individuos. Agrega, refiriéndose a las estrategias que

valora positivamente, que se ha de pensar de manera positiva, además de tener presente el motivo y el sentido de la migración, lo cual trae consigo satisfacción.

Por último, la participante AP menciona que las situaciones más difíciles de sobrellevar han sido cuando ha estado enferma y el momento en que se decreta la cuarentena por la crisis sanitaria, lo cual la afecta a nivel económico, señalando que ante esto ha experimentado ansiedad y lo que ella describe como depresión. Ante estas situaciones de exacerbado malestar subjetivo, menciona que ha usado la regulación/control emocional y la distracción, llevando a cabo tareas motoras y artísticas, y escuchando música. En relación con la valoración de las estrategias, menciona valorar positivamente la regulación emocional, la búsqueda de apoyo social, la distracción, el afrontamiento religioso, y la movilidad individual. Con respecto a esta última, enfatiza en que los planes pueden cambiar sobre el transcurso, y que cada quien debe de adaptarse a los cambios reformulando los planes sobre la marcha con el fin de mitigar los sentimientos desbordantes.

A modo de concluir esta subcategoría, es pertinente mencionar que las cuatro participantes coinciden valorando positivamente la búsqueda de apoyo social. En general se mencionan principalmente estrategias de tipo conductual, siendo las de tipo cognitivo utilizadas, pero no por eso valoradas positivamente. Aquellas que mencionan no haber hecho uso del apoyo social, refieren un mayor malestar subjetivo en sus experiencias, a diferencia de las que sí han utilizado esta estrategia, quienes refieren haber podido sobrellevar de mejor manera las situaciones desbordantes.

### **9.3. Procesos de exclusión/inclusión en relación con el género**

Cuando se habla de los procesos de exclusión/inclusión, se indagó por procesos de exclusión debido al hecho de ser migrantes (xenofobia), la posible relación entre discriminaciones por ser migrante y su género (interseccionalidad), las diferencias percibidas entre el proceso migratorio vivido por hombres y mujeres migrantes, y los procesos de inclusión percibidos. En principio se encontró que tanto AP como AA han estado expuestas a situaciones relacionadas a la xenofobia, aunque se debe remarcar que AP ha estado expuesta en más de una ocasión y ha tenido un impacto directo en su acceso a diferentes oportunidades laborales:

*(...) “no te voy a poder seguir llevando al asadero” y yo le digo “¿por qué? ¿Qué pasó?”*  
*- “Lo que pasa es que la muchacha que es cajera es la novia del dueño y le pidió a O.*  
*(...) que no meta más venezolanos y bueno me pidió que te dijera que no fueras más que no te iban a necesitar.*

Por su parte DR y LR nunca han sido afectadas de manera directa por actos de xenofobia. Es pertinente mencionar que ambas han escuchado de abusos relacionados a los procesos migratorios, incluso han escuchado de fuentes cercanas (amigos, familia y conocidos) diferentes experiencias relacionadas a estos procesos de exclusión que se viven en el país.

Es importante mencionar que DR y AA mencionan inicialmente que el rol de mujer no tiene una relación con el de migrante, sin embargo, en el transcurso del diálogo es evidente cómo ambas participantes encuentran una relación entre las dos (nacionalidad y género), y se dan cuenta de que ser mujeres migrantes difiere a la experiencia de ser hombre migrante. Mencionan experiencias positivas, como mayor acceso a algunos trabajos, y negativas, como todo lo que conlleva ser mujer en un contexto con matices patriarcales como lo es Colombia.

AP y AA mencionan que existen construcciones o creencias sociales en las cuales se les tilda a las mujeres de Venezuela como: “(...) *las venezolanas eran unas regaladas,*” o, “(...) *muchas veces nos tildan de zorras (...). Entonces me he encontrado con muchos hombres así; me he sentido muy vulnerable*”. Siendo esto un proceso excluyente, que ambas participantes comparten y han estado en condición de vulnerabilidad por lo mismo.

Por otro lado LR menciona que las mujeres siempre se van a encontrar en condición de vulnerabilidad: “(...) *uno está expuesto como a ciertas cosas, a cierto peligro, a ciertas condiciones sociales que de pronto pueden ser un poco fuertes para la mujeres*”. Es particular, pues en los cuatro casos y a excepción de la condición económica, todas refieren la vulnerabilidad desde su condición de mujer, más que como migrantes, incluso aunque estas dos tengan una relación muy estrecha. Por lo tanto, se mencionan estas vulnerabilidades por ser mujeres migrantes, no migrantes únicamente.

AP Habla de la diferencia entre ser mujer y hombre en los procesos migratorios, haciendo referencia a que las mujeres obtienen trabajos muy degradantes narrando la historia de un bar donde se sintió acosada sexualmente: “(...) *fue la experiencia más desagradable de mi vida*”. Ella refiere que el cuerpo de la mujer migrante, particularmente la mujer venezolana, tiende a ser sexualizado y vulnerado constantemente, lo cual coincide con la experiencia de AA,

De igual manera AP menciona que en los casos laborales, existen muchos trabajos que se le designan a las mujeres, trabajos que incluso pueden ser realizados por ambos géneros: “(...) *hay actividades que pueden ser realizadas por ambos géneros y de alguna u otra razón la sociedad, las... les coloca un sexo obligatorio.*”, haciendo referencia a que los hombres también tienen proceso de exclusión únicamente por ser hombres, pues al hombre de Venezuela se le

mira con desconfianza, mientras que a la mujer le dan con más facilidad el acceso a este tipo de trabajos que ella menciona.

Por otro lado, se encuentra que es difícil percibir procesos de inclusión en las entrevistas, si bien se hablan de momentos específicos donde algunos personajes descritos como acogedores, como lo mencionan las participantes, y generan que esos procesos de llegada al país sean más sencillos. La inclusión varía y depende mucho de las realidades diversas, por ejemplo en el caso de AA, existen procesos de inclusión debido a que ella tiene la nacionalidad del país, la cual adquiere por sus padres, lo que de alguna manera le genera un gran sentido de pertenencia con Colombia. Por otro lado, AP menciona que algunos trabajos son más accesibles para las mujeres, pero concretamente, ninguna de las participantes estuvo o participó en algún medio que le permita un proceso inclusivo exitoso, ya que la mayoría de ellas narran que sus redes de apoyo son, en su mayoría, sus compatriotas.

Es importante mencionar que en estas entrevistas se tuvo la oportunidad de hablar con una participante que es madre DR, la cual refiere tomar la decisión por el futuro de sus hijos, Por otro lado, AA se encuentra en proceso de embarazo, lo cual permite observar dentro del entendimiento de rol de mujer, el rol de madre migrante. Es pertinente mencionar que ambos casos son muy diferentes, pues DR tuvo que viajar a Colombia con sus hijos, mientras que AA estableció una pareja en el país y actualmente está en estado de embarazo, e incluso esta misma condición de madre es uno de los motivos principales por los cuales DR menciona que se devolvería con sus hijos si no logra conseguir un trabajo bien remunerado. Son muy diversas las opiniones de las participantes en cuanto a las formas en que se han sentido dichos procesos de exclusión o inclusión, sin embargo, hay elementos en común en cuanto a sus experiencias en el país de acogida.

#### 9.4 Resiliencia (categoría emergente)

En lo que se refiere a la categoría emergente de resiliencia, se encontró que independientemente de las diferentes historias de vida, en todas se veían procesos de resiliencia. Es verdad que algunas tenían identidades resilientes mucho más notorias que otras, sin embargo, es evidente en todas las entrevistas este tipo de procesos.

Inicialmente en el caso de AA, nos habla de su proceso de embarazo, en el cual muestra una actitud resiliente en relación a la idea de convertirse en madre y todo lo que conlleva el proceso migratorio: *"(...) pues yo tengo la oportunidad de mejorar, de superarme, de construir algo para un futuro para mi hijo y para mí misma."* Así mismo, es posible observar cómo ella toma cada situación relacionada a su proceso migratorio como una posibilidad para seguir adelante, para no dejarse caer, tal como afirma más adelante: *"Bueno, he tenido una experiencia de no darme por vencida ante cualquier circunstancia, por muy dura que sea. He salido adelante, y más que todo es no dejarme caer, aunque seas fuerte y todo, pero ha sido duro."*

Es importante mencionar que todas las participantes, incluso DR que es la que muestra menos rasgos resilientes a la hora de evaluar su experiencia migratoria, y aunque sea muy corta su opinión referente a este tema, menciona: *"He descubierto que puedo hacer mucho más que lo que allá en Venezuela"*. Sin embargo, se entiende que gran parte de su frustración constante, está centrada al no poder ejercer su profesión por la ausencia de documentos.

En el caso de LR menciona tener un crecimiento personal, al referir *"enfrentamientos"* consigo misma, por lo que refiere generar *"fortaleza emocional"*, lo cual le ha permitido desarrollarse como persona independiente en nuevo país. Más adelante agrega: *"(...) pues mi independencia me la he construido yo"*, dejando claro que el arribo al nuevo país le ha traído

independencia emocional y económica. Definiendo finalmente que esta experiencia la ha cambiado:

*Sí, sí he cambiado, me ha hecho más fuerte, más analítica en las decisiones, (...) me ha hecho más solidaria, (...) uno ya puede sentir lo que vive alguien que tú ya has vivido, entonces se despertó el ayudar a otros, gente que de pronto está en una situación compleja. Sí, esas cosas puntualmente.*

Esto resulta pertinente al mencionar que existe una relación con AP, pues ambas hacen referencia a la necesidad de vivir y entender la experiencia migratoria para tener una idea de lo que sucede y cómo se siente, lo cual en ambas despierta ese “*sentido de ayudar, de solidaridad*”.

AP por su parte se ha enfrentado a diversos escenarios donde se ha caracterizado por salir adelante y no dejarse vencer:

*(...) yo puedo conseguir, así como conseguí salir de Venezuela. (...) y conseguí quién me recibiera, me esforcé. Cuando estaba en la frontera que las rodillas me temblaban y no podía levantar mi bolso, y decía no, ya yo estoy aquí, yo puedo. Cuando no conseguía empleo, que... me estaban discriminando y todo eso, yo voy a salir de aquí, esto no es para siempre, (...) esto es un momento, esto dura poco, esto es algo por lo que tengo que pasar.*

Lo anterior muestra una amplia capacidad de resiliencia. AP, asimismo, menciona que independientemente de que la experiencia sea buena o mala, siempre hay procesos de crecimiento personal. Ella habla de su capacidad actual de expresar de mejor manera sus emociones, pues hace referencia a que el mismo proceso de migrar y estar lejos de sus familiares

incidió en que ella se volviera mucho más expresiva con las personas allegadas y con ella misma. De igual manera, AP refiere una mejora a la hora de ser más comprensiva y a su vez la posibilidad de una independencia financiera; esto le permite tener pertenencias, y la misma relación de independencia/migración que mencionaba la participante LR, algo que en Venezuela por el contexto actual no les fue posible realizar.

## 10. Discusión

La presente investigación se desarrolló con el objetivo central de caracterizar el proceso de duelo migratorio que viven las mujeres venezolanas tras movilizarse y establecerse en Colombia. Por lo tanto, la finalidad de este apartado es examinar los resultados, referidos anteriormente, a partir de la teoría consultada, de la cual se derivan las categorías y subcategorías de análisis, y así responder a la pregunta de investigación, y subsecuentemente alcanzar los objetivos de investigación.

Es importante empezar mencionando la pertinencia de entender los conceptos traídos por Dobles (2019) referentes a la relación estrecha entre la mirada macrosocial y microsociales desde diversos paradigmas de la psicología social. Lo anterior permitiendo entender cómo el contexto político, social, cultural y económico de un país, tiene una relación directa con la realidad de las migrantes y las motivaciones de cada una de ellas para movilizarse a Colombia. Es importante mencionar que sólo una de las participantes no hace referencia a la coyuntura actual de Venezuela como motivo central para la migración. Sin embargo, esta misma participante posteriormente hace referencia al estado actual de su país de origen. Es claro, por lo tanto, que tal como el resto de las participantes de investigación lo mencionan, Venezuela está pasando una etapa en la cual debido a conflictos políticos, se ha generado un problema económico que ha



permeado diferentes ámbitos de la sociedad. En este caso en particular, la vida de las mujeres entrevistadas, generando una brecha económica en el país, que tiene como resultado directo la imposibilidad para ellas de vivir una vida digna en su país de origen.

Por otro lado, es relevante entender cada una de las etapas de la migración expuestas por Micolta (2005), para entender los procesos migratorios a detalle en esta investigación. En primer lugar se aborda la preparación como la primera etapa, en esta etapa, sea individual o colectivamente: “(...) las personas hacen una valoración de lo que tienen y de lo que van a conseguir en el futuro” (Micolta, 2005, pp. 62), y se plantea todo el proceso de llegada al nuevo lugar de residencia. En este caso se observa que todas las participantes tenían un plan o preparación para la llegada a Colombia, incluso expectativas, independientemente de si se cumplieron o no; todas tienen como fin el tener una mejor vida en Colombia, en comparación con la que tenían previamente. Asimismo, las participantes AP, LR y DR mencionan dentro de sus motivaciones ayudar a sus familiares que se quedan en Venezuela. Es importante entender cómo todas estas decisiones también tienen un fin colectivo, y muchas veces: “(...) se puede dar una idealización de lo que se conseguirá en el futuro una vez realizado el traslado” (Micolta, 2005, pp.62). Lo anterior es evidente debido a que todas las participantes llegaron con unas expectativas que cambiaron con el transcurso del tiempo.

De igual manera es pertinente mencionar que en el caso de la participante AA, (de padres colombianos) no se tuvo en cuenta el factor macrosocial que se menciona anteriormente. Los preparativos de esta participante, estaban mucho más ligados a estar cerca de su familia; sin embargo, es claro que todas buscan una independencia y crecimiento económico.

Esto lleva al acto migratorio. De acuerdo con Micolta (2005), se entiende como el mismo acto de migrar, el desarrollo de dicho traslado. El acto migratorio de AA y LR, fue descrito como un proceso sencillo, que contó de cruzar el puente fronterizo, ya la llegada por vía terrestre al lugar de acogida. En el caso de DR, el proceso fue descrito como algo más complejo ya que se encontraba acompañada de sus dos hijos. Por último, la experiencia narrada por AP implicó un impacto mayor, ya que sus planes se vieron afectados sobre la marcha debido a una decisión política. Tal como lo afirma Micolta (2005): “(...) las vicisitudes emocionales y físicas aumentan, especialmente cuando el acto se produce en circunstancias especiales” (pp. 62). Esto permite entender lo complejo que conlleva realizar estos actos migratorios en dichas condiciones especiales, las cuales son potencialmente riesgosas. Asimismo, la experiencia de AP permite comprender los elementos derivados de la incertidumbre, ya que a diferencia de las otras participantes, no tenía conocimiento de la persona que la acogería tras su llegada al nuevo lugar de residencia.

Con respecto al asentamiento, es claro que una de las divergencias más grandes en este punto, se limitan al aspecto laboral, pues: “(...) para el inmigrado esto implica una renuncia a muchas de las pautas culturales con las que hasta entonces había vivido” (Micolta, 2005, pp. 62). A pesar de que todas las participantes narran el uso de diferentes palabras o acentos, y diferentes tipos de expresiones gastronómicas o corporales, no genera ningún tipo de impacto para ellas, en cambio, en el aspecto económico es donde empieza esa “lucha por la sobrevivencia, por conseguir trabajo, por tener dónde dormir, por tener qué comer, por tener dónde ir en caso de problemas de salud” (Donoso-Valdivieso y Tovar, 2014, pp. 19). Es claro que es algo que vivieron la mayoría de las participantes, es así como se entiende la dificultad del asentamiento a un nuevo contexto. Pero esto no es todo, pues se logra evidenciar que dos de las participantes,

que llegaron al país, generaron conflictos de identidad, pues como Micolta (2005) lo menciona, algunas reglas del asentamiento quedarán en la intimidad de su hogar, las que le permiten conservar su propia identidad, sin embargo, hasta qué punto se puede asumir dicha identidad, si la mujer migrante llega a un hogar donde no siente dicho acogimiento, bien sea por no ser un hogar propio, o por tener que compartir su sitio de estadía con más individuos, como fue en su debido momento el caso de AP y de DR en las cuales se llevó ese proceso coexistiendo con las nuevas costumbres adquiridas y con las nuevas personas.

Finalmente esto nos lleva a la etapa de integración, que como se ha dejado claro a lo largo de la investigación se entiende en términos de la “inmersión e incorporación en la nueva cultura hasta sentirla como propia” (Micolta, 2005, pp. 63). En este proceso o etapa final, se encontró que dos de las cuatro participantes habían conseguido integración al país, en gran medida porque se encontró que todas lograron generar una estabilidad económica, la cual les permite generar proyectos a futuro en relación a su estadía en el país, a pesar de que cada una de las participantes de esta investigación trazaron un camino lleno de diversas dificultades, lograron encontrar esa reconstrucción de la identidad, generando esa inmersión final al país. Ahora, las otras dos participantes no generaron ese proceso, DR refiere un bloqueo ligado a la frustración de no poder desempeñar su profesión pues “Por estar indocumentados, muchos inmigrantes son explotados laboralmente” (Donoso-Valdivieso y Tovar, 2014, pp. 18) o en este caso, no consiguen una oportunidad laboral que les brinde dicha estabilidad económica. AP por su parte se ha encontrado expuesta a diversos problemas personales entre los cuales se resalta la xenofobia, la falta de trabajo y por ende estabilidad económica, ahora, aunque está participante presenta el deseo de volver a su país, en algún momento realiza un proceso de “acomodación, es decir, la aceptación mínima por parte del inmigrado, de la cultura del país receptor con el fin de no entrar

en conflicto con ella, pero sin que exista el deseo y la necesidad a nivel profundo” (Micolta, 2005, pp. 63).

A modo de síntesis, es claro que en la división de etapas de migración que se desarrollaron en esta investigación, encontramos esos puntos comunes de las participantes. Estos ejes dentro de las experiencias subjetivas de las participantes que se canalizan y relacionan, por ejemplo: la relación que existe entre todas en ese proceso de aculturación, o de asentamiento, así como la incertidumbre de llegar a un país nuevo sin tener los recursos económicos, procesos que los autores resaltan normales en la migración y más cuando se tiene esa dicotomía entre lo que se planea y lo que realmente es ese proceso de integración, ese choque con el contexto.

En lo que se refiere al duelo migratorio, hubo diferencias en lo que alude a la multiplicidad, la recurrencia y la parcialidad. Con respecto a la multiplicidad, la experiencia es similar en las cuatro participantes en relación al duelo existente por la familia, el estatus y la cultura. Tal como lo menciona Achotegui (2000), de los procesos migratorios se desprende un duelo que consiste en una tensión constante entre lo que se dejó atrás y el presente; siendo así, al hablar de multiplicidad, elementos que el autor menciona, como la familia, el estatus y la cultura, le implican a las migrantes un malestar subjetivo (Achotegui, 2012; González-Calvo, 2005).

En lo que se refiere a la recurrencia, las participantes refieren no tener contacto con objetos significativos que “reactiven” el duelo. Sin embargo, sí refieren momentos o situaciones particulares, como lo son la enfermedad, las fechas especiales, la ideación del retorno, y especialmente las personas. Al referirse a seres queridos y significativos, las participantes refieren sentimientos de tristeza e impotencia, debidos a la distancia y a la situación que dichas personas atraviesan. Una de las participantes, sin embargo, no evidencia recurrencia en el duelo.

De acuerdo con Achotegui (2012), el duelo se clasifica en simple cuando este se desarrolla en condiciones favorables; en el caso particular de esta participante, tal como se ha referido anteriormente, las particularidades de su proceso migratorio le han permitido llevar a cabo su proceso de duelo de tal manera que este haya sido resuelto. Lo anterior, en relación con la parcialidad, permite concluir que los elementos que se encuentran alrededor del proceso personal del duelo tienen un efecto sobre este, ya sea como factores protectores o como elementos exacerbantes del malestar. Así entonces, la vulnerabilidad de las participantes, los factores estresores, y la coexistencia de ambos, derivan en un duelo complicado, o incluso extremo (Achotegui, 2012).

Ahora bien, en cuanto a la parcialidad, las cuatro participantes mencionan mantener contacto con su país de origen, ya sea por medio de personas o incluso por un retorno temporal a este. Esta posibilidad de contacto y de reencuentro es una realidad en las cuatro experiencias; sin embargo, estas son disímiles en lo que respecta a la significación y efecto de estos contactos. De acuerdo con Morrison (1975), citado en Achotegui (2000), los aspectos ambientales como las dinámicas en el nuevo país de residencia, lo relacionado con lo laboral, lo sanitario, y los aspectos de la personalidad de las mujeres, influye directamente en la experiencia migratoria. El caso de AP es una prueba de cómo estos elementos permean la experiencia, dificultando la elaboración del duelo, y evitando la integración, tal como se mencionó en párrafos anteriores.

Es igualmente pertinente mencionar que ante la hipotética situación de acabar con dicha parcialidad, es decir, con la posibilidad de acabar con los lazos existentes de las participantes con su país de origen, coinciden las cuatro en que esto implicaría un sentimiento de tristeza debido a los lazos afectivos entre el país de origen y la identidad. González-Calvo (2005), agrega a las características del duelo mencionadas anteriormente, la ambivalencia del duelo y el duelo por la

inviabilidad del retorno. Se explica, por lo tanto, las respuestas dadas por las participantes, ya que ante la posibilidad de esta inviabilidad, tajantemente se expresa que sería un elemento que únicamente afectaría negativamente la experiencia. En lo que se refiere a la ambivalencia, lo encontrado coincide con la teoría en que el duelo migratorio es ante todo ambivalente con respecto a los sentimientos frente a la situación actual, la relación con el país de residencia, y los sentimientos entre el país de residencia y el país de origen (González-Calvo, 2005).

Ante estos sentimientos ambivalentes, las participantes refieren haber atravesado por situaciones de altos niveles de estrés y de tristeza debido a diversas situaciones, pero especialmente por la situación económica, por el sentimiento de soledad, y por la impotencia ante la situación en su país natal. Tal como lo afirman García-Cid et al. (2017), el apoyo social provee bienestar, y es precisamente lo que las participantes señalan como lo más positivo. De acuerdo con lo encontrado, las cuatro participantes recomiendan y valoran como la mejor estrategia de afrontamiento la búsqueda de apoyo social. Por lo tanto, esta estrategia se plantea como una de tipo adaptativo, de acuerdo con Bobowik et al. (2014), citados en Urzúa et al. (2017). En contraposición, estrategias no-adaptativas como el distanciamiento y la distracción, no son valoradas como negativas, sin embargo, son encontradas en las experiencias de duelo más complejas y en las narraciones que refieren mayor malestar y mayor dificultad en general. Las estrategias de tipo cognitivo listadas por Bobowik et al. (2014), citados en Urzúa et al. (2017), no son referidas; sin embargo, estrategias como el “pensar positivo” y el afrontamiento religioso (Urzúa et al., 2017), son valoradas como positivas y referidas por varias participantes.

En síntesis, en lo referente al duelo y su afrontamiento, fue posible encontrar una experiencia de duelo simple que fue resuelto. En este duelo en particular existen aún lazos con el país de origen, los cuales no significan para la participante un malestar significativo, lo cual

permite afirmar que este duelo ha sido resuelto, ya que la situación actual ha sido conseguida tras un proceso de elaboración sostenido por sus redes de apoyo. En las otras tres experiencias es posible evidenciar un sufrimiento derivado de múltiples elementos que confluyen, como el extrañar personas significativas, el estatus, la tierra, la inviabilidad del retorno de forma parcial, y la situación de ambivalencia. Uno de estos tres duelos está permeado por una experiencia de integración y unos nuevos lazos creados en el país de residencia, los cuales le permiten sobrellevar su duelo de mejor manera; lo anterior permite afirmar que a pesar de que el duelo esté aún vigente, la situación actual le permite a la migrante elaborar y afrontar este de manera positiva y con la posibilidad de proyectarse. Finalmente, las otras dos experiencias dan muestras de un duelo de tipo complicado, y con elementos de extremo; ante experiencias de exclusión, dificultad en los ámbitos laborales y sanitarios, con dificultad de establecer nuevos lazos, y con uso de estrategias de afrontamiento no-adaptativas. En estos dos casos es posible evidenciar la confluencia de los elementos anteriormente mencionados, lo cual se traduce en experiencias de mayor dificultad de afrontar.

Ahora bien, con base en lo mencionado anteriormente, se refiere a continuación lo que respecta a las dinámicas de inclusión y exclusión desde un enfoque de género. Lo encontrado con respecto a discriminaciones por la nacionalidad, afecta principalmente a las participantes en los ámbitos sociales y laborales. Teniendo en cuenta los mecanismos referidos por Gregorio (1998), citado en Martínez y Martínez (2007), los ámbitos de exclusión referidos en las entrevistas son principalmente los identitarios y los socioeconómicos. Por una parte, la manera en que las migrantes refieren sentirse debido a los estereotipos y preconcepciones acerca de la población migrante afecta directamente su experiencia migratoria; por otro lado, debido a la dificultad que ellas refieren para conseguir un empleo dificulta su adaptación. Por lo tanto, estos dos

mecanismos de exclusión se ven directamente relacionados con el político, en tanto la población migrante, tal como lo refieren en las entrevistas, requieren de ciertos requisitos para conseguir un empleo formal. No obstante, las participantes que sí portan sus documentos también ven permeada la consecución de recursos debido a los factores sociales y culturales en el país de acogida.

En lo que respecta a la interseccionalidad, de acuerdo con Martínez y Martínez (2007), las mujeres sufren de una doble discriminación: por parte de quienes previamente residen en el país de acogida al que llegan, y por otra por el grupo de inmigrantes. Con respecto a este punto es pertinente mencionar que en los resultados parcialmente concuerda con esta afirmación. A diferencia de lo referido anteriormente, las participantes hacen uso de las redes de apoyo constituidas en su mayoría por sus compatriotas, con el fin de mejorar su situación actual; en este sentido no hay una discriminación por su género. Ahora bien, en lo que respecta a discriminaciones por parte de los colombianos, ellas refieren haber sido víctimas de discriminación, e incluso de acoso, debido al imaginario que se tiene sobre las mujeres venezolanas. En este sentido, las participantes sí han sido parte de procesos de discriminaciones múltiples, lo cual ha afectado directamente en sus oportunidades de acceder a ciertos niveles sociales. Sin embargo, es necesario resaltar que ellas, debido a sus redes de apoyo y a sus características personales, han sido capaces de sobrellevar estos aspectos.

Dado lo anterior, es pertinente hablar acerca de la resiliencia. Esta categoría, surgida de manera inductiva debido a la información compartida por las participantes, se plantea como un punto a resaltar y a indagar más profundamente. Es importante mencionar, por lo tanto, que además de los procesos y etapas migratorios de las participantes, y las características de sus diferentes duelos migratorios, todas tienen varios momentos donde se hace presente esa



identidad resiliente a la que se refiere en el marco teórico. Es claro, como se puede evidenciar en los resultados, que algunas participantes tienen un desarrollo resiliente mucho más notorio que otras y más cuando se enfoca a toda la experiencia de migración.

Es claro que ningún caso es comparable, pues las realidades de cada una de las participantes son diversas, así como sus acciones en relación a lo que se vive o vivía, y aunque como se ha podido evidenciar a lo largo de la discusión, existe una multiplicidad de factores que se relacionan. Esto lleva a entender que frente a las diferentes situaciones a las cuales han estado expuestas las participantes entran en ese proceso donde “la resiliencia no es una mera adaptación, sino que es una transformación de la vida y de la dignidad humana” Vidal y Renes (2007) citados en (Vila-Freyer et al.,2016, pp. 161) lo cual es más que evidente en todos los casos.

Es importante señalar que fue posible encontrar en las cuatro participantes la resiliencia. Esta, por supuesto, encontrada en diferentes medidas, fue un elemento común en las cuatro experiencias. Es, por lo tanto, como si el mismo proceso migratorio desarrollara una capacidad resiliente en las personas. Como se observa a lo largo de la investigación, el paso por esas etapas de migración, duelo, y procesos de exclusión e inclusión en relación al enfoque de género, fomentaron la resiliencia ya que todas mencionan el crecimiento de una independencia y un fortalecimiento emocional, así como una proyección a futuro dentro o fuera del país que residen actualmente.

Con el fin de concluir de manera sintética, es pertinente mencionar los alcances y limitaciones de la presente investigación. Al hablar de las limitaciones de la investigación, es necesario mencionar que debido al reducido número de mujeres entrevistadas no es posible

generalizar en cuanto a las conclusiones a las que se ha llegado, por lo que para futuros trabajos que aborden la migración desde un enfoque de género, se recomienda una metodología que permita vislumbrar experiencias diversas que aporten a lo ya abordado. Por otro lado, en cuanto a los alcances, es posible resaltar los valiosos aportes dados por las participantes, quienes, por medio de sus narraciones, dan cuenta de una experiencia compartida por muchas otras mujeres migrantes que han buscado mejorar su calidad de vida y apoyar a sus seres queridos, por medio de la reorganización de sus vidas. En este sentido, la investigación permitió a través de las diferentes categorías de análisis adentrarse un poco en el estudio de las historia de vida de las participantes, con el fin de tener un mayor conocimiento acerca de elementos personales y sociales que favorecen la adaptación en el nuevo lugar de residencia.

## 11. Referencias

- Achotegui, J. (2000). Los duelos de la migración: una aproximación psicopatológica y psicosocial. *Medicina y cultura. Estudios entre la antropología y la medicina*, 83-100. Recuperado de:  
[https://pdfs.semanticscholar.org/635c/7af7084be5d623a5a6d32c2c107d9ad3e7d5.pdf?\\_ga=2.198954095.1769656050.1583677746-1692534768.1583677746](https://pdfs.semanticscholar.org/635c/7af7084be5d623a5a6d32c2c107d9ad3e7d5.pdf?_ga=2.198954095.1769656050.1583677746-1692534768.1583677746)
- Achotegui, J. (2009). El síndrome del inmigrante con estrés crónico y múltiple (síndrome de Ulises). *Zebbitzuan*, 46, 163-171. Recuperado de:  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3119470>
- Achotegui, J. (2012). La crisis como factor agravante del síndrome de Ulises (síndrome del duelo migratorio extremo). *Revista Temas de Psicoanálisis*, 3, 1-16. Recuperado de:

<http://www.temasdepsicoanalisis.org/wp-content/uploads/2011/12/ACHOTEGUI-PDF.pdf>

Anleu-Hernández, C. (2015). *Latinoamericanos saliendo adelante, una mirada resiliente de las migraciones y la intervención social con inmigrantes*. (Tesis doctoral). Universitat Rovira i Virgili, Tarragona, España. Recuperado de:

<https://www.tdx.cat/bitstream/handle/10803/314180/Tesi%20Claudia%20Anleu.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Bermúdez-Patiño, J., Gutiérrez-García, S., Rodríguez-de-Castro, D., Sema, G., González, L., & Sánchez, N. (2019). *Narrativas y discursos que posibilitan escenarios de inclusión exclusión de población venezolana* (Tesis de pregrado). Pontificia Universidad Javeriana, Bogotá, Colombia. Recuperado de:

<https://repository.javeriana.edu.co/bitstream/handle/10554/43641/Narrativas%20y%20discursos%20que%20posibilitan%20escenarios%20de%20inclusi%3%b3n%20exclusi%3%b3n%20de%20poblaci%3%b3n%20venezolana.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Booth, T., & Ainscow, M. (2015). *Guía para la educación inclusiva: desarrollando el aprendizaje y la participación en los centros escolares*. Bristol, Inglaterra: FUHEM, OEI.

Cabrera, S., & Cruzado, L. (2014). Migración como factor de riesgo para la esquizofrenia.

*Revista de Neuro-Psiquiatría*, 77(2), 116-122. Recuperado de:

[http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0034-85972014000200009](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-85972014000200009)

Castañeda-Fernández, L. (2018). *Experiencias de intervención con solicitantes de asilo en Colombia en el SNPS desde un enfoque de la psicología de la liberación* (Tesis de

pregrado). Pontificia Universidad Javeriana, Bogotá, Colombia. Recuperado de:

<https://repository.javeriana.edu.co/bitstream/handle/10554/43661/Experiencias%20de%20intervencio%cc%81n%20con%20solicitantes%20de%20asilo%20en%20Colombia%20en%20el%20SNPS%20desde%20un%20enfoque%20de%20la%20psicologi%cc%81a%20de%20la%20liberacio%cc%81n.pdf?sequence=5&isAllowed=y>

Castella, J. (2008). El paradigma ecológico en la psicología comunitaria: del contexto a la complejidad. En: E. Saforcada y J. Castellá (Ed.), *Enfoques conceptuales y técnicos en psicología comunitaria* (pp. 27-47). Buenos Aires: Paidós.

Decreto 4062. Diario Oficial 48239, Colombia, 31 de octubre de 2011. Recuperado de:

<http://www.suin-juriscal.gov.co/viewDocument.asp?ruta=Decretos/1879041>

Dobles, I. (2015). Psicología de la liberación y psicología comunitaria latinoamericana. Una perspectiva. *Teoría y Crítica de la Psicología*, 6, 122-139. Recuperado de:

<http://www.teocripsi.com/ojs/index.php/TCP/article/view/32>

Domínguez-Amorós, M., & Contreras-Hernández, P. (2017). Agencia femenina en los procesos migratorios internacionales: Una aproximación epistemológica. *Empiria. Revista de Metodología de las Ciencias Sociales*, 37, 75-99. Recuperado de:

<http://revistas.uned.es/index.php/empiria/article/view/18977/15860>

Donoso-Valdivieso, M., & Tovar, O. (2014). *Duelo migratorio* (Tesis de diplomado).

Asociación Mexicana de Tanatología, México. Recuperado de: <http://www.tanatologia-amtac.com/descargas/tesinas/136%20Duelo%20migratorio.pdf>

- Estrada-Moreno, I., & Palma-García, M. (2018). Trabajo Social con personas inmigrantes. La resiliencia como punto de partida en la intervención. *Trabajo Social Global – Global Social Work*, 8(14), 217-236. Doi: 10.30827/tsg-gsw.v8i14.6433. Recuperado de: <https://revistaseug.ugr.es/index.php/tsg/article/view/6433/pdf>
- Ferrer, R., Palacio, J., Hoyos, O., & Madariaga, C. (2014). Proceso de aculturación y adaptación del inmigrante: características individuales y redes sociales. *Psicología desde el Caribe*, 31(3), 557-576. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=21332837009>
- García-Cid, A., Hombrados-Mendieta, I., Gómez-Jacinto, L., Palma-García, M., & Millán-Franco, M. (2017). Apoyo social, resiliencia y región de origen en la salud mental y la satisfacción vital de los inmigrantes. *Universitas Psychologica*, 16(5), 1-14. Recuperado de: <https://revistas.javeriana.edu.co/index.php/revPsycho/article/view/19960>
- García, C. (2015). Confiabilidad y validez de un instrumento que mide el desarrollo local; vulnerabilidad hídrica, precariedad laboral, intensidad migratoria e identidad resiliente. *Margen*, 78, 1-11 Recuperado de: <https://www.margen.org/suscri/margen78/lirios78.pdf>
- González-Calvo, V. (2005). El duelo migratorio. *Trabajo Social*, (7), 77-97. Recuperado de: <https://revistas.unal.edu.co/index.php/tsocial/article/view/8477/9121>
- Huete, M. (2011). Los inmigrantes ante las redes de apoyo: estudio de caso en Sevilla. *Anduli: revista andaluza de ciencias sociales*, (10), 47-68. Recuperado de: [http://institucional.us.es/revistas/anduli/10/art\\_4.pdf](http://institucional.us.es/revistas/anduli/10/art_4.pdf)
- Johnston, R., Gregory, D., Pratt, G., Watts, M., & Whatmore, S. (Ed.). (2009). The dictionary of human geography. *Fifth edition*. Oxford, United kingdom: John Wiley & Sons.

Martínez, M. & Martínez, J. (2007). Evaluación participativa y de empoderamiento de programas de intervención con inmigrantes. En A. Blanco & J. Rodríguez-Marín (Ed.), *Intervención psicosocial* (pp. 481-510). Madrid, España: Pearson Educación S.A.

Recuperado de:

[https://www.academia.edu/11981316/Intervenci%C3%B3n\\_Psicosocial\\_-\\_Amalio\\_Blanco\\_.Jes%C3%BAs\\_Rodr%C3%ADguez\\_Mar%C3%ADn](https://www.academia.edu/11981316/Intervenci%C3%B3n_Psicosocial_-_Amalio_Blanco_.Jes%C3%BAs_Rodr%C3%ADguez_Mar%C3%ADn)

Melgarejo-Arias, A., Ortiz-Pabon, L., & Henao-Escobar, J. (2018). *Implicaciones psicosociales de la migración venezolana en Colombia* (Tesis de pregrado). Pontificia Universidad Javeriana, Bogotá, Colombia. Recuperado de:

<https://repository.javeriana.edu.co/bitstream/handle/10554/43629/Implicaciones%20psicosociales%20de%20la%20migraci%C3%B3n%20venezolana%20en%20Colombia%20.pdf?sequence=4&isAllowed=y>

Meza, J. (Sin fecha). La investigación narrativo-biográfica. Pontificia Universidad Javeriana, Bogotá, Colombia. Recuperado de: [https://web-b-ebsohost-](https://web-b-ebsohost-com.ezproxy.javeriana.edu.co/ehost/search/basic?vid=0&sid=608aabe2-da05-4e4f-b3b0-a4897e69c637%40pdc-v-sessmgr03)

[com.ezproxy.javeriana.edu.co/ehost/search/basic?vid=0&sid=608aabe2-da05-4e4f-b3b0-a4897e69c637%40pdc-v-sessmgr03](https://web-b-ebsohost-com.ezproxy.javeriana.edu.co/ehost/search/basic?vid=0&sid=608aabe2-da05-4e4f-b3b0-a4897e69c637%40pdc-v-sessmgr03)

Micolta, A. (2005). Teorías y conceptos asociados al estudio de las migraciones internacionales. *Trabajo Social*, 0(7). Recuperado

de: <https://revistas.unal.edu.co/index.php/tsocial/article/view/8476/9120>

Naciones Unidas (Sin fecha). Migración. Recuperado de:

<https://www.un.org/es/sections/issues-depth/migration/index.html>

- Serrano, B. (2019). Migración femenina: dificultades y oportunidades. *Tiempo de Paz*, 135, 68–75. Recuperado de: [http://revistatiempodepaz.org/revista-135/#dfliip-df\\_1541/69/](http://revistatiempodepaz.org/revista-135/#dfliip-df_1541/69/)
- Raya-Diez, E., & Hernández, M. (2014). Acompañar los procesos de inclusión social. Del análisis de la exclusión a la intervención social. *Trabajo social*, 16(16), 143-156. Recuperado de: <https://revistas.unal.edu.co/index.php/tsocial/article/view/47064/48372>
- Urzúa, A., Basabe, N., Pizarro, J., & Ferrer, R. (2017). Afrontamiento del estrés por aculturación: inmigrantes latinos en Chile. *Universitas Psychologica*, 16(5), 221-233. Recuperado de: [https://revistas.javeriana.edu.co/files-articulos/UPSY/16-5%20\(2017\)/64753989018/#redalyc\\_64753989018\\_ref11](https://revistas.javeriana.edu.co/files-articulos/UPSY/16-5%20(2017)/64753989018/#redalyc_64753989018_ref11)
- Villabona-Orozco, M., & Medina-Rosero, J. (2018) *Duelo, migración y feminidad: sentidos y significados* (Tesis de pregrado). Pontificia Universidad Javeriana, Bogotá, Colombia. Recuperado de: <https://repository.javeriana.edu.co/bitstream/handle/10554/39047/Duelo%2c%20migracio%cc%81n%20y%20feminidad%20sentidos%20y%20significados%3b%20Ana%cc%81lisis%20estructural%20de%20los%20discursos%20de%20las%20mujeres%20venezolanas%20que%20migraron%20a%20Colombia.pdf?sequence=3&isAllowed=y>
- Vila-Freyre, A., Fernández-Guzmán, E., y Del-Carpio-Ovando, P. (2016). Migración en tiempos de crisis: exploraciones del concepto de resiliencia social transnacional en Apaseo El Alto, Guanajuato, México. REMHU - Revista Interdisciplinar da Mobilidade Humana, 159-175. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/4070/407045589011.pdf>

Viveros-Vigoya, M. (2016). La interseccionalidad: una aproximación situada a la dominación.

*Debate feminista*, 52, 1-17. Recuperado de: <https://www.elsevier.es/es-revista-debate-feminista-378-articulo-la-interseccionalidad-una-aproximacion-situada-S0188947816300603>

## 12. Anexos

### 12.1. Cuestionario sociodemográfico

Cuestionario realizado con el fin de tener acceso a información acerca de las variables sociodemográficas de las participantes en la investigación.

<b>Nombre completo</b>	
<b>Edad</b>	
<b>Profesión/ocupación</b>	
<b>Nivel académico alcanzado</b>	
<b>Estado civil</b>	
<b>Estrato socio económico que tenía en su país natal</b>	
<b>Estrato socio económico que tiene en el país que reside actualmente</b>	
<b>Conformación familiar actual (número de personas con las que vive y quiénes son)</b>	



<b>Grupo étnico (si no pertenece a alguno, por favor escriba N/A)</b>	
<b>Tiempo en años y meses residiendo en Colombia</b>	

### 12.2. Matriz de análisis

Está compuesta por las categorías, subcategorías, y subsecuentes preguntas de indagación.

<b>Categoría</b>	<b>Subcategoría</b>	<b>Preguntas</b>
------------------	---------------------	------------------



		<p>Ahora que lleva viviendo en Colombia X tiempo, ¿siente que ha cambiado su situación con respecto a cuando estaba recién llegada?</p> <p>¿Ha generado nuevas relaciones en el país; amigos y amigas, algún grupo de apoyo y personas que le hayan acogido? ¿De qué manera han influido estas nuevas relaciones?</p>
--	--	---



	<p>La recurrencia del duelo hace referencia a cómo este parece no cerrarse nunca debido a la posibilidad de contacto con los objetos y significados perdidos</p> <p><b>Parcialidad del duelo</b></p> <p>La parcialidad se refiere a cómo el duelo no significa que aquello que se dejó se pierde del todo, sino que está distante con posibilidad de contacto</p> <p><b>Estrategias de afrontamiento y aspectos positivos de la migración</b></p> <p>Las estrategias de afrontamiento son definidas como aquellos esfuerzos cognitivos, conductuales y afectivos, que ponen en juego los migrantes con el fin de mitigar los desafíos y dificultades propias de este.</p>	<p>¿Ha sentido cambios en sus emociones al pensar en Venezuela a lo largo del tiempo que lleva viviendo en Colombia?</p> <p>¿Usted piensa o se pone en contacto con objetos o personas que le recuerden a Venezuela? Si es así, ¿cómo se siente cuando lo hace?</p> <p>¿Ha viajado a Venezuela desde que vive en Colombia? Si es así, ¿cómo se ha sentido después de regresar?</p> <p>¿Siente que habría alguna diferencia en cómo se siente si nunca más pudiera contactarse con su país de origen? Si es así, cuéntenos en qué cree que consistiría esa diferencia.</p> <p>¿Ha tenido dificultades desde que llegó a Colombia? Si es así, cuéntenos más detalladamente qué ha hecho en esas ocasiones y qué cambios ha notado en usted con esto que ha hecho.</p> <p>¿Ha habido algún momento en este proceso en el que ha sentido que la situación la desborda? Si es así, cuéntenos qué ha hecho en ese o esos momentos.</p>
--	---	--

		<p>Desde su experiencia, ¿qué cree que se debe hacer cuando una persona que sale de su país se siente agobiada por estar lejos de su país de origen?</p> <p>A partir de lo que ha vivido, ¿qué ideas considera que le ayudan a sobrellevar a sus compatriotas el hecho de estar fuera de Venezuela?</p> <p>¿Qué le aconsejaría a un compatriota suyo que hiciera cuando se siente sobrepasado por estar fuera de Venezuela?</p>
<p><b>Procesos de exclusión/ inclusión en relación con el género:</b></p> <p>Esta categoría nos permite entender desde la subjetividad de cada una de las participantes de qué manera ha sentido procesos de exclusión/inclusión a los cuales ha sido expuesta en debido a su género y su posición de mujer migrante.</p>		<p>¿Cree que su condición como mujer tiene relación con su condición como migrante? Si es así ¿Cómo describiría esa relación?</p> <p>¿De qué manera siente que ha sido su rol de mujer migrante en este país?</p> <p>¿Considera que ser una mujer es diferente a ser un hombre cuando se migra de un país a otro?</p> <p>¿Cree que está o ha estado en condición de vulnerabilidad por ser de otro país? Si es así cuéntenos cómo es esa vulnerabilidad</p>

		<p>¿Se ha sentido discriminada por ser de otro país? Si es así, por favor cuéntenos un poco de qué manera.</p> <p>Quisiéramos saber ahora si usted considera que la migración le ha traído aspectos positivos a su vida. Si es así, por favor cuéntenos acerca de estos aspectos.</p> <p>¿Considera que algo ha cambiado en usted desde que llegó a Colombia? Si es así, cuéntenos un poco de esos cambios.</p> <p>¿Qué recursos y fortalezas ha descubierto de sí misma en esta experiencia?</p>
--	--	---

### 12.3. Transcripción de entrevistas y cuestionario sociodemográfico

Entrevista 1: <https://docs.google.com/document/d/1WEVqgFRp5IEzj5J3MI-brfxx1k8MXYodTfiVTfdF0sw/edit?usp=sharing>

Entrevista 2:

[https://docs.google.com/document/d/1hMTHc2SgFIn0nLW9BXLkTouJU33HaBRZh7ISEgYs\\_M/edit?usp=sharing](https://docs.google.com/document/d/1hMTHc2SgFIn0nLW9BXLkTouJU33HaBRZh7ISEgYs_M/edit?usp=sharing)

Entrevista 3:

<https://docs.google.com/document/d/1SCfUEtQ6kvDisHanArkWo91s4vEwOIXrcr5K2IdGQRs/edit?usp=sharing>

**Entrevista 4:**

[https://docs.google.com/document/d/1pXFEqcQdUr\\_zTPIRSLdk-HJ5h3JMkHpDL2L-1QzJr6Y/edit?usp=sharing](https://docs.google.com/document/d/1pXFEqcQdUr_zTPIRSLdk-HJ5h3JMkHpDL2L-1QzJr6Y/edit?usp=sharing)

**12.4. Matriz de codificación**

<https://docs.google.com/document/d/1nTdB1Kw9pJkC-aDA4R2NKDCrgBshEnxrH7NqwnM0pL0/edit>

**12.5. Consentimiento informado**

**Pontificia Universidad Javeriana**  
**Facultad de psicología**  
**Consentimiento informado**

Bogotá DC \_\_\_\_\_ de 2020

Este ejercicio se llevará a cabo a manera de investigación, la cual busca, por medio del cual se realizará una semi-estructurada que tiene como fin obtener información de los procesos migratorio y el afrontamiento frente a estos.

La participante no recibirá ningún tipo de beneficio monetario o material por su participación, sin embargo, el formar parte de esta investigación es importante para que podamos entender un poco más de los procesos de migración desde la mirada de la mujer migrante.

Todos los datos que sean recogidos en este estudio serán totalmente anónimos y gozarán del beneficio de la confidencialidad, estos datos solamente serán utilizados con fines académicos. Solamente tendrá acceso a estos los estudiantes que realizan los procedimientos y el docente encargado del acompañamiento de estos.

Los estudiantes encargados de llevar a cabo este estudio están identificados como Felipe Ortega Baquero CC 1019128764 y Juan Sebastián Quiroga Gracia CC 1020807977, ambos pertenecientes a la facultad de psicología de la Pontificia Universidad Javeriana. Así mismo, el docente que supervisará Raúl Vidales Bohorquez, de la facultad de psicología.

Yo \_\_\_\_\_ identificada con el número de cédula \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ entiendo y he leído los términos anteriormente estipulados y acepto que se me ha brindado toda la información necesaria sobre mi



participación en esta investigación. Todas mis dudas al respecto fueron respondidas por los investigadores cuando fue necesario realizarlas.

Dado el caso de que las personas deseen conocer los resultados de este estudio, podrá solicitarlos a la persona encargada de realizarlo.

He leído o se me ha leído, toda la información descrita en este formulario antes de aceptar. Por lo tanto, accedo a participar en la investigación.

Nombre: \_\_\_\_\_

Firma: \_\_\_\_\_

Nombre de los investigadores: Felipe Ortega Baquero y Juan Sebastian Quiroga Gracia  
Raúl Vidales Bohorquez (Profesor de la investigación)

Firma del entrevistador: \_\_\_\_\_

## 12.6. Consentimientos informados

### Entrevista 1:

<https://drive.google.com/file/d/1rUCVzEPOGb4sWjbIN0STdIKXgo6EVVvH/view?usp=sharing>

### Entrevista 2:

<https://drive.google.com/file/d/1YQFCfGBBUAEuVZgy-X5mTfY76aET9eU5/view?usp=sharing>

### Entrevista 3:

<https://drive.google.com/file/d/1O8guijhBrY-Tn9QIi01aG0FC9GubbOB1/view?usp=sharing>

### Entrevista 4:

<https://drive.google.com/file/d/1OCXGYmrLV1CRYOITONK3TjXfjk9U2xrz/view?usp=sharing>