

**NARRATIVAS RESILIENTES EN FAMILIAS MIGRANTES Y REFUGIADAS**  
**RESILIENT NARRATIVES IN MIGRANT AND REFUGEE FAMILIES**

Psic. Cl. Cristina Guerra Almeida

Pontificia Universidad Católica del Ecuador, Facultad de Psicología, Quito – Ecuador

Mgs. Marco Ruano

Docente de la Pontificia Universidad Católica del Ecuador, Maestría en Asesoría y Terapia Familiar Sistémica, Quito – Ecuador.

**Resumen**

Tanto el fenómeno migratorio como el de refugio dejan significativas huellas en la vida de quienes pasan por estas experiencias y llevan a las familias a atravesar un profundo cambio alrededor de los contextos social, cultural, económico y psicológico, que les son totalmente desconocidos. Por lo tanto, profundizar en cuáles son las narrativas alrededor de las familias migrantes y refugiadas, escucharlas desde sus percepciones y cómo estas influyen sobre su forma de ver el mundo, y sus formas de interacción, más los elementos que diferencian esos procesos, son algunos de los aportes que esta investigación tiene como objetivos, con el enfoque de la resiliencia, entendida como la capacidad humana de adaptarse al cambio y de construir nuevas formas de integración durante la vida.

Se dice que no hay otra forma de hablar de la experiencia vivida, si no es a través del relato que se significa. En ese contexto, este artículo presenta las narrativas de personas en situación de movilidad humana, tomando en cuenta las estrategias de adaptación de algunas familias en el nuevo lugar, considerando el motivo de salida de su país de origen y demostrando que la resiliencia es un proceso que se construye con el esfuerzo diario y que nace de la condición humana, desde la esperanza y el apoyo de las personas significativas y nutridoras para cada sujeto.

*Palabras clave: resiliencia, estrategias de afrontamiento adaptativas, narrativas, migración, refugio.*

**Abstract**

Both the migratory and refugee phenomenon leave significant traces in the lives of those who go through these experiences and lead families to undergo a profound change around the social, cultural, economic and psychological contexts, which are completely unknown to

them. Therefore, delving into what are the narratives around migrant and refugee families, listening to them from their perceptions and how these influence their way of seeing the world and their forms of interaction, plus the elements that differentiate their processes, are some of the contributions that this research has as objectives, with the focus of resilience, understood as the human capacity to adapt to change and to build new forms of integration during life.

It is said that there is no other way to talk about the lived experience, but it is through the story that it is meant, this article presents the narratives of people in a situation of human mobility, taking into account the adaptation strategies of some families in the new place and considering the reason for leaving your country of origin; demonstrating that resilience is a process that is built with daily effort and that is born from the human condition, from the hope and support of significant and nurturing people for each subject.

Keywords: resilience, adaptive coping strategies, narratives, migration, refuge.

### **Introducción**

La movilidad humana es un fenómeno que ha ido creciendo en las últimas décadas, debido –entre otros aspectos– a las variaciones sociales y al decrecimiento en la economía mundial, que marcan con mayor énfasis las brechas de desigualdad de oportunidades, así como las formas de desarrollo global. En los últimos años, Ecuador no ha sido la excepción en cuanto al ingreso masivo de población extranjera que desea un futuro mejor y posibilidades de integración personal.

De acuerdo a las últimas estadísticas, la entrada de personas en condición de movilidad humana ha aumentado significativamente, sobre todo, población de nacionalidad venezolana. Según Acnur (2020), hasta 2019 se registró un flujo migratorio de 374.045 personas de ese país, debido a la crisis humanitaria, al significativo decrecimiento de la economía y poco acceso a necesidades básicas y de calidad de vida que atraviesa. En ese contexto, esta población ha decidido dejar su país y aventurarse en busca de un nuevo lugar para vivir.

Frente a esto, es importante mencionar que pueden existir otras variantes, como salir de su lugar de origen por amenazas a su vida e integridad, como es el caso –también– de muchas familias de nacionalidad colombiana que no pueden retornar a su país por la violencia desbordada y las amenazas contra su libertad.

Cuando nos referimos a población refugiada hablamos de individuos cuya vida ha estado en un inminente riesgo y que –sin otra alternativa– han tenido que abandonar su lugar de origen por el conflicto y la inseguridad, que afecta, en muchos casos, no solo a la persona, sino a todo el grupo familiar. Los refugiados o solicitantes de refugio son quienes se han visto en la necesidad de solicitar protección internacional para resguardar sus vidas.

Ecuador es un país de acogida, que hasta el momento ha recibido y reconocido a aproximadamente 70.0000 personas que atraviesan esta situación. Según el último informe generado por el Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Refugiados (Acnur), la mayoría son de nacionalidad colombiana; sin embargo, también hay familias venezolanas que han vivido un contexto similar (Acnur, 2020).

Las familias suelen tener un sentido de pertenencia y pautas transaccionales que acompañan sus interacciones y que permanecen en los diferentes acontecimientos de la vida (Minuchin, 2004). En ambos casos, los efectos psicosociales son amplios y variados, tanto a nivel personal como familiar y la estructura psíquica se ve afectada por los sucesos que se han visto forzados a atravesar antes de dejar su país, durante el viaje y al llegar a su nuevo destino, tanto en el día a día como en el nuevo contexto: la familia y el vínculo de quienes la conforman se ven afectados y obligados a reestructurar los roles, funciones y dinámicas de interacción (Echeburúa & Amor, 2019), tomando en cuenta que dichos procesos tienen que ver con la capacidad asertiva de cada individuo y sus procesos particulares de vida.

### **Resiliencia**

El término viene del latín “*de resilio*” que hace referencia a la idea de reanimarse. Primero fue empleado en la física, entendiéndose como la capacidad que puede tener un material, cualquiera que este fuere, de volver a su forma original, sin importar que haya sido expuesto a un golpe o tipo de presión (Ortega, 2018). Luego, esta idea sirvió para la investigación en el ámbito social y finalmente fue utilizado y adaptado para los estudios con personas, familias y comunidades (Uriarte Arciniega, 2005).

Uno de los responsables –y más representativos exponentes– de haber acuñado e investigado este término fue Boris Cyrulnik, quien aplicó la práctica de la resiliencia en su vida. Para este autor, este concepto está enfocado en tres aspectos: 1) La importancia del

vínculo amoroso, 2) la significación del evento traumático y 3) las posibilidades de desarrollo, los afectos, las palabras que se encuentren en el camino (Cyrulnik, 2002). Estos primeros estudios estuvieron relacionados con sobrevivientes de los campos de concentración de la Segunda Guerra Mundial, con niños abandonados y con mujeres que habían experimentado altos grados de violencia (Uriarte Arciniega, 2005).

De esta forma, el término empieza a relacionarse con el desarrollo de la capacidad humana de hacer frente al infortunio, con el objetivo de descubrir qué elementos son los que ayudaban a quienes habían sufrido situaciones demasiado complejas para desarrollar una nueva vida. Además, dentro de las dinámicas sociales, es importante analizar qué es lo que asegura la afectividad y la posibilidad de dar un significado a la experiencia, en este contexto.

Por lo tanto, la resiliencia se refiere a la capacidad que tiene un ser humano de adaptarse al cambio y hacer frente a situaciones adversas, dando una respuesta asertiva en una determinada situación (Cyrulnik, 2002).

Echeburúa & Amor (2019) definen la resiliencia como la capacidad que tiene un ser o un grupo humano para responder de manera favorable ante los eventos de dolor, para superar dificultades y crecer, para resistirse a la adversidad, por un lado; y, por otro, transformar situaciones conflictivas en procesos de desarrollo. Es decir, la resiliencia nunca es absoluta, siempre está en construcción; es un proceso que se desarrolla a lo largo de toda la vida, que se construye en interacción con quienes están a nuestro alrededor y con las redes de apoyo que encontramos en el camino: se trata de un proceso relacional y circular. En este sentido, se entendería que la perspectiva de resiliencia familiar toma en cuenta tanto las fortalezas como las debilidades del grupo y de sus diferentes subsistemas, por lo tanto, se identifica a la familia como un medio que puede ser funcional, resiliente o presentar características de riesgo (Walsh, 1998).

Al hablar de resiliencia es imprescindible notar que, pese a las situaciones traumáticas y de dolor que puede enfrentar una persona, hay algo que motiva al ser humano para no perder la esperanza, volver a construir y resignificar su historia. Muchas de las narrativas que se pusieron en evidencia durante las entrevistas aplicadas, dan cuenta de que, a pesar de las experiencias, las familias –sin antes haber enfrentado un evento parecido– pudieron desarrollar estrategias recursivas de adaptación al cambio frente a la nueva situación, lo cual les permitió fortalecer sus capacidades individuales, de relación con otros y con sus microsistemas.

## **Resiliencia familiar, una perspectiva desde la circularidad de recursos**

La circularidad hace referencia a que los elementos de un sistema son recíprocos e influyentes, es decir, que –de manera relacional– participan en la interacción de las familias. (Simon, 1988). Este recurso es parte de la dinámica e interacción de los seres humanos, porque existe una retroalimentación entre todos los sujetos que están relacionados en un contexto, por lo tanto, la resiliencia supone la presencia de dos componentes: a) resistir a la adversidad y b) transformar las situaciones adversas en oportunidades de desarrollo y crecimiento (Cyrulnik, 2002). Las estrategias y los factores de protección son elementos que surgen en la relación funcional familiar, se construyen a lo largo de la vida y se fortalecen en la seguridad que encontramos a nuestro alrededor, porque la resiliencia difícilmente puede florecer en soledad: la confianza y solidaridad de otras personas son condiciones imprescindibles para que cualquier persona herida por una experiencia traumática recupere la confianza en sí misma y en la condición humana (Barudy, 2016).

Por otro lado, la construcción del relato desde la narrativa abre la posibilidad de resignificar lo vivido, de trascender y de dar un nuevo sentido a la vida; da cuenta de los tránsitos de un sujeto que tiene la capacidad para narrar su historia, lo que le permite adentrarse en escenarios evocativos y creativos (Granados, Alvarado, & Carmona, 2017), muchas veces con el apoyo de un profesional de psicología, con la mirada cálida de un nuevo encuentro constructivo, respetuoso y significativo de los procesos personales, sociales y psíquicos.

### **¿Para qué hablar de resiliencia, migración y refugio?**

Para la sistémica, estos fenómenos sociales son entendidos como nuevas formas de estructurarse como sociedad y como familia, misma que sufre una serie de cambios a la interna, tanto para aquellos que salen de su país de origen como para quienes se quedan, lo que conlleva a enfrentar varios desafíos. (Luna, 2019). Todos y todas contamos historias, pero los recursos con los que sobrellevamos la adversidad son diferentes, por lo tanto, el objetivo general de esta investigación es describir las narrativas subjetivas de las familias migrantes y refugiadas alrededor de sus procesos resilientes. Los objetivos específicos son: a) analizar el proceso de duelo que atraviesan las familias migrantes y refugiadas, a partir del motivo de salida de su país de origen. b) identificar las narrativas de adaptabilidad que pueden tener las familias migrantes y refugiadas desde sus experiencias subjetivas y c) comprender los significantes que describen su proceso de integración y nueva identidad. Considerando que la investigación ayudará a tener una mejor comprensión de esta realidad, a través del proceso de algunas familias en el contexto de refugio o migración económica,

podemos reconocer la maravillosa capacidad humana de decidir y de afrontar de manera positiva la adversidad en este mundo lleno de posibilidades.

### **Método**

El paradigma que sustentará esta investigación es de tipo constructivista, es decir, pretende describir –a través de las narrativas a nivel personal y familiar– los significantes y reflexiones de familias migrantes y refugiadas con respecto al proceso de resiliencia. Además, el presente estudio utilizó una metodología cualitativa, tomando en cuenta la descripción narrativa de los y las participantes desde sus experiencias y procesos resilientes de integración en el nuevo país, en su nuevo contexto.

Los criterios tomados en cuenta para el proceso de esta investigación fueron: 1) familias extranjeras que habitan en el norte de la ciudad de Quito, 2) niño/ñas a partir de los cinco años de edad, adolescentes y adultos hasta 65 años, ya que el interés de este análisis está direccionado hacia la dinámica familiar; 3) motivación de salida desde su país de origen y 4) nacionalidad.

Finalmente, es importante mencionar que se trabajó con personas beneficiarias de una ONG (con la debida autorización). Los y las participantes fueron seleccionadas de manera aleatoria, obteniendo sus datos desde el espacio de psicología de esa institución.

De las seis familias, tres tienen características de migración económica y tres, características y criterios de refugio, además, aceptaron participar voluntariamente.

Los criterios de inclusión que se tomaron en cuenta fueron: a) familias que hayan experimentado lo que es salir de su país de origen por temas económicos, b) familias que hayan tenido que salir de su país de origen por amenazas o riesgo de su vida, c) familias que hayan firmado el consentimiento informado y que hayan expresado su voluntad de participar en esta investigación.

No se tomaron en cuenta: a) familias que hayan retornado a su país de origen, b) familias que atravesaban problemas de violencia intrafamiliar c) personas con algún diagnóstico psiquiátrico y d) personas que no hayan firmado el consentimiento informado o a su vez que no estén de acuerdo en formar parte de esta investigación.

En la tabla 1 y 2 se presentan las características de los y las participantes:

**Tabla 1**

*Migración económica*

<b>Familia</b>	<b>Grupo familiar</b>	<b>Tipo de familia:</b>	<b>Nacionalidad</b>	<b>Nivel de educación</b>	<b>Motivo de salida</b>
FAMILIA 1	Mujer 27 años	Monoparental	venezolana	Superior	Escases de alimentos, inseguridad y poca oferta laboral.
	Mujer 51 años		venezolana	Bachiller	
	Niña 2 años		ecuatoriana	No escolarizada	
FAMILIA 2	Mujer 24 años	Monoparental	venezolana	Técnico	Falta de acceso a servicios de salud, escases de alimentos e inseguridad.
	Niña 5 años		venezolana	1ero de básica	
FAMILIA 3	Hombre 41 años	Nuclear	venezolana	Bachiller	Falta de empleo y escases de alimentos.
	Mujer 35 años		venezolana	Bachiller	
	Niña 10 años		venezolana	6to de básica	
	Niño 2 años		ecuatoriano	No escolarizada	

Nota: descripción de algunos datos importantes de las familias entrevistadas con características de salida de su país de origen por migración económica. Elaboración propia.

**Tabla 2**

<i>Refugio</i>					
<b>Familia</b>	<b>Grupo familiar</b>	<b>Tipo de familia:</b>	<b>Nacionalidad</b>	<b>Nivel de educación</b>	<b>Motivo de salida</b>
FAMILIA 4	Mujer 50 años	Monoparental	venezolana	Superior	Amenazas directas contra su vida.
	Adolescente (F) 13 años		venezolana	9no de básica	
	Adolescente (F) 13 años		venezolana	9no de básica	
FAMILIA 5	Mujer 41 años	Nuclear	colombiana	Bachiller	Amenazas de reclutamiento y persecución
	Hombre 36 años		colombiana	Primaria	
	Adolescente (M) 15 años		colombiana	9no de básica	

	Adolescente (F) 12 años		colombiana	7mo de básica	por parte de un grupo armado.
	Niño 7 años		colombiana	2do de básica	
	Mujer 38 años		colombiana	Técnico	Amenaza de muerte y secuestro por parte de un grupo armado.
	Hombre 35 años		colombiana	Bachiller	
FAMILIA 6	Adolescente (F) 15 años	Reconstituida	colombiana	1ero de bachillerato	
	Adolescente (M) 14 años		colombiana	9no de básica	
	Adolescente (M) 12 años		colombiana	7mo de básica	

---

Nota: descripción de algunos datos importantes de las familias entrevistadas con características de salida de su país de origen por refugio. Elaboración propia.

Las preguntas guías que permitieron el acercamiento con las familias, fueron desarrolladas a través de un esquema de operacionalización de variables, método que me permitió, en lo posterior, analizar por categorías los datos obtenidos, considerando la problematización inicial, objetivos y la pregunta de investigación que motivó la misma. Además, la observación fue clave al momento de la interacción con las familias permitiéndome tener un rol activo.

La técnica de recolección de datos empleada consistió en una entrevista a profundidad con cada familia, sobre la base de un guión de preguntas y a través de una plataforma virtual. La invitación fue para cada grupo familiar y se desarrolló sin límite de tiempo para la sesión, dando flexibilidad en las interacciones durante el diálogo, siempre de manera respetuosa. En esta investigación se utilizó como método de validación de datos el análisis del discurso, el cual permitió considerar aquellos significados de los sucesos importantes, respecto del fenómeno de estudio, para identificar –de forma detallada– conceptos y situaciones subjetivas de las familias, todo alrededor de la resiliencia. Se tomaron en cuenta las unidades, luego se analizaron las relaciones y los eventos mencionados, lo cual permitió llegar a la construcción de categorías discursivas, mismas que se presentan más adelante.

## Resultados

Los resultados obtenidos han sido divididos en tres momentos. Primero, una pequeña descripción de las familias participantes (cuidando su identidad); segundo, el desarrollo de un gráfico de proceso; y, tercero, la información obtenida en categorías discursivas. Todo esto ligado a la teorización del proceso de resiliencia desde la narrativa de las familias.

**Familia 1.** “Valery” llegó a Ecuador el 17 de septiembre de 2017. Es ingeniera de profesión, pero en este país se dedicó a vender pasteles de forma ambulante. De esa forma tuvo la posibilidad de ayudar a su mamá a salir de Venezuela. Ella arribó el 1 de diciembre de 2018. Actualmente, “Valery” labora en una empresa privada, mientras su madre cuida de su hija “Nadia”, quien nació en Quito y tiene 2 años. (Tabla 1)

**Familia 2.** “Catherine” llegó a Ecuador junto a su hija, el 26 de marzo de 2018: su hermana mayor la ayudó a venir, dado que su hija tenía una cardiopatía congénita. No pudo finalizar la universidad. Al llegar vendió caramelos y dulces en el transporte público. Actualmente, labora en servicio al cliente en una empresa. “Ariana”, su niña, estudia en una escuela pública. (Tabla 1)

**Familia 3.** “Oswaldo” llegó a Ecuador el 27 de noviembre de 2016. Es bachiller. Al inicio ofreció servicios de albañilería y reparación de casas, con esto ayudó a que también vinieran su esposa “Grecia” y su hija, quienes llegaron el 16 de julio de 2017. Su hijo nació en Quito y tiene 3 años. “Andrea”, su niña, cursa 10mo de básica en una escuela pública. Actualmente, trabaja en un lavadero de autos y su esposa aprendió barbería. (Tabla 1)

**Familia 4.** “Ramona” llegó a Ecuador junto a sus dos hijas mellizas de 13 años, el 16 de noviembre de 2018. Abogada de profesión, actualmente vende bocaditos por pedido y confecciona pijamas y lencería para niñas de forma artesanal. Sus hijas están en 9no de básica en un colegio público. (Tabla 2)

**Familia 5.** “Óscar” y su familia llegaron a Ecuador el 30 de mayo de 2019. Él y su esposa son bachilleres. “Patricia” actualmente trabaja ofreciendo peinados a domicilio y él es reciclador. Sus hijos están en 9no, 7mo y 2do de básica en un colegio público. (Tabla 2)

**Familia 6.** “Catalina” y su familia llegaron a Ecuador el 22 de agosto de 2018. Ella y su esposo son bachilleres. Actualmente, ella se dedica a la crianza de pollos y confección de lencería artesanal para niñas y “Andrés”, su pareja, labora de manera ocasional en oficios varios. Sus hijos están en 1ero de bachillerato, 9no y 7mo de básica. (Tabla 2)

### **Análisis del discurso**

El siguiente gráfico de proceso presenta los resultados de manera relacional y circular con las categorías obtenidas en el proceso de estudio, en el mismo se pueden distinguir las narrativas que fueron mencionadas desde las experiencias compartidas y subjetivas de las familias participantes. Entendiendo la pérdida como un cambio hacia un futuro desconocido, basándose en la fe como constructo principal y motor para la continuidad de sus planes, transmitiendo un legado de generación en generación y procesos acompañados de creatividad y recursividad.

**Tabla 3**

*Narrativas resilientes en familias migrantes y refugiadas*



---

Nota: categorías obtenidas desde las narrativas familiares. Elaboración propia

### **Discusión (análisis del discurso)**

Las narrativas expuestas por cada familia permitieron conformar una hermenéutica del objetivo planteado, lo que permitió, durante esta investigación, acceder a un mayor entendimiento del fenómeno de exploración. A continuación, se describe el análisis del discurso y las categorías encontradas:

#### **Narrativas que expresan las familias con características de salida de su país de origen por condiciones de migración económica.**

*Oswaldo: “tenía, lo que se puede decir, un buen nivel de vida. A raíz de la devaluación de la moneda, todo cambio. Con estas características, uno empieza a pensar en la posibilidad de salir y buscar oportunidades. Esto fue lo que me impulsó a viajar. Me fui primero, dejé a mi esposa y a mi hija. Vine en busca de una mejor calidad de vida”.*

*Grecia: “a nivel emocional fue bastante difícil. Era la primera vez que nos separábamos. Mi hija sufrió mucho, el nivel económico era cada vez peor, sobre todo en el ámbito de trabajo y alimentación. Había días en los que solo podíamos comer una vez: si solo había yuca, eso comíamos”.*

*Andrea (hija): “extrañaba todos los días a mi papá y ahora extraño todos los días a mi familia que se quedó”.*

Las tres familias entrevistadas mencionaron haber programado su viaje junto a sus familias de origen. Dos de estas decidieron que alguien debía salir primero para asegurar el camino de los otros, es decir, luego de haber vivenciado inseguridad y desprotección por un tiempo prolongado, la idea de poder tomar decisiones asertivas por sí mismas les devolvió la posibilidad de autonomía y pensaron que era conveniente preparar el camino seguro para los demás. Unas de las principales características de su proceso fue contar con alguien que los recibiera y guiara, de alguna manera, sus primeros días en Ecuador. Durante el proceso de cambio, las familias pasaron por una reestructuración de roles, estrategias de cuidado y autodeterminación.

Estas develaciones dan cuenta de que, en la familia, cada sujeto significó su experiencia de manera diferente, de ahí que las narrativas nos permiten comprender los hechos y las situaciones por las cuales cada uno transita de manera particular.

### **Narrativas que expresan las familias con características de salida de su país de origen por refugio.**

*“Catalina”: “vivíamos muy bien, estables económicamente y teníamos un negocio propio. Los problemas empezaron cuando nos dijeron que nos iban a “vacunar”. Esta extorsión duró muchos meses, fueron días muy duros. Sentía mucho miedo y hasta me empecé a enfermar: por la angustia y el estrés perdí el cabello”.*

*Andrés: “al principio yo no le paraba mucha bola a eso, hasta que las cosas se pusieron duras. Querían más plata y ya no pasaban una sola vez a la semana. Nos estaban dejando en quiebra. Fuimos a las autoridades y se armó el zaperoco, porque ellos se dieron cuenta y nos amenazaron”.*

*Jorge (hijo): “mis papás nos dijeron que era solo por un tiempo. Nunca volvimos”.*

Aquello que vivimos a lo largo de nuestra existencia se vuelve parte de nuestra historia y nuestra historia es lo que nos representa, nos identifica y nos relaciona con los otros. Tanto las experiencias positivas como las vicisitudes que atravesamos aportan a nuestra vida y es a través del lenguaje que los seres humanos le damos sentido, nos apropiamos de la misma y, en conjunto con las capacidades que desarrollamos a lo largo de nuestro ciclo vital, nos enfrentamos al cambio. Las historias que se cuentan se escogen y estas moldean la vida de quien las narra, permiten interacciones y organización, es por esto que la

posibilidad de resignificar la experiencia dolorosa permite dar un nuevo sentido a lo vivido, continuar el desarrollo y la reflexión para la integración del ser humano, produciendo sus propios pensamientos y haciéndose cargo de los mismos. (White, 1993)

### **Pérdida tras pérdida**

Las familias entrevistadas con características de migración económica, mencionaron haber vivido el cambio como un duelo de manera paulatina, dado que tuvieron que prepararse para salir de su país. Contaron que perdieron la posibilidad de tener un trabajo, de decidir qué comer, dónde comprar, la seguridad de caminar con sus niños/ niñas por la calle, de contar con lo básico, como luz, agua, internet, gas... Además de perder sus casas, de tener a su familia extendida cerca y más aún la posibilidad de continuar en el país que los vio nacer.

Dicho proceso fue vivido de forma dolorosa y como un desequilibrio en el sistema, por la modificación de roles y de estructura, pero al mismo tiempo narraron que su salida fue motivada por elementos compensatorios, como la posibilidad de tener más oportunidades laborales, educativas, mejorar la calidad de vida, de salud y deseos de emancipación a nivel político y social.

En el caso de las familias con características de refugio, refirieron haber vivido el suceso como algo repentino, sin planificación, dado que tuvieron que salir de un momento a otro. La elección del país de destino fue al azar por la cercanía y la facilidad económica de llegar. En sus narrativas expresaron que dejar su patria significó dejar su familia, sus estudios, su trabajo, su casa, sus pertenencias y hasta sus muertos. Entre los elementos compensatorios que les impulsaron se incluyen la posibilidad de volver a estar seguros, de reconstruir sus vidas y no morir.

Desde la Teoría General de los Sistema, las familias funcionan como un sistema, como un todo. De ahí que aquello que le ocurre a uno moviliza a los otros, desde la cibernética, esto sería entendido como un proceso de retroalimentación continua, de tal manera que debido a la circularidad, se produce un cambio en su forma de entender y ver las cosas (Ortiz, 2008); Y frente a los eventos de movilidad humana, la homeostasis familiar se ve afectada y la sensación de desventaja se intensifica: no es lo mismo salir y realizar un cambio de contexto en situaciones regulares o bajo circunstancias favorables, que cuando ocurre en condiciones adversas. Dichos cambios son considerados como factores estresantes, que ponen a prueba la capacidad de resiliencia. Separarse de los seres queridos y adaptarse a una nueva sociedad, requiere la movilización de capacidades individuales, así como de

fuentes de apoyo social (Bojorquez, 2015); y los significados alrededor del motivo de salida nos permiten dar relevancia a la experiencia particular en su proceso resiliente.

### **La fe, un movilizador de esperanza**

*Valery: “algo que nos ha ayudado a ser fuertes acá es nuestra fe. Hemos aguantado muchas cosas. La idea de que podemos tener un futuro mejor para nosotras y para los que están fuera, nos da esperanza”.*

Las familias comentaron que su principal fortaleza para seguir adelante ha sido la fe: les ha impulsado a adaptarse y superar lo sucedido. También cuentan el amor, la unión, la confianza y la comunicación como elementos que les motivan a sentirse cercanos entre sus integrantes y les ayudan en el día a día para no rendirse.

Los significados alrededor tienen que ver con relaciones, aprendizajes, experiencias transmitidas y que de alguna manera evocan rituales también (Saldivar, 2019). Desde la perspectiva del constructivismo, el individuo está en constante cambio, es un inventor de su propia experiencia, que encuentra en sí mismo la posibilidad de explorar y conocer su realidad, incluso de modificarla (Agudelo & Estrada, 2012). En este contexto, la familia es el principal núcleo en el que se transmite el sistema de constructos, los cuales juegan un papel muy importante en la organización del pensamiento y conductas de los miembros del grupo (Feixas, 2012). Este sistema de constructos familiares se relaciona con el significado que se atribuye a la experiencia, ya que iniciar un proceso adaptativo e integrativo significó para las familias reconstruir sus estilos de vida, de información, de cercanía y de sueños. Encontrar un balance entre el antes y el después no fue fácil. Cada familia ha vivido un sinnúmero de situaciones que han removido su ser, dando cuenta de que su camino ha sido evolutivo. Este ciclo de experiencias se ha construido a través de los aprendizajes reflexivos y de la fe, que los han empujado hacia adelante.

### **Legado transgeneracional: de abuelos a padres, de padres a hijos/as**

*Oscar: “en los días difíciles recuerdo a mi abuelo. Ese señor siempre me dijo: -mijo, usted tiene que salir adelante, tiene que saber luchar, recuerde que usted puede...- . Mejor dicho, todo lo positivo me lo transmitía él y yo me quedé con eso y ahora se lo transmito a mi familia”.*

En las entrevistas, varios de los participantes mencionaron que en los momentos de debilidad o de “bajón”, como ellos lo rotularon, tanto adultos como niños/niñas y

adolescentes piensan en las personas significativas para sus vidas o recuerdan palabras que aprendieron desde pequeños y que les han ayudado a no rendirse. Al respecto, en las familias con hogares monoparentales y jefaturas femeninas explicaron que desean ser fuertes para sus hijos/hijas y que su esperanza es que en el futuro esto sea aprendido y valorado, dado que el día a día está lleno de dificultades, pero que la simple idea de que se puedan volver un referente para su descendencia les impulsa a salir adelante.

En el caso de los hogares nucleares y reconstituidos, expusieron que se apoyan en sus parejas masculinas, quienes suelen decir palabras de aliento para cada uno de los miembros del hogar en los momentos difíciles. Frente a esto, los varones mencionaron que sienten una responsabilidad grande al momento de pensar en la estabilidad de sus familias y que muchas veces los demás esperan de ellos esta fortaleza, motivo por el cual suelen recordar a sus padres o abuelos, de quienes aprendieron sobre el valor, la fuerza y la capacidad de salir adelante.

Estas guías emocionales circulan en la dinámica del sistema y dan cuenta de la importancia del vínculo, de los afectos, valores y creencias.

Cada persona enfrenta diferentes contextos, como el género, la educación, el trabajo, el lenguaje, la religión, entre otros, pero tienen en común que las narrativas les permiten externalizar aquellos discursos internos y ser autores de su propia historia. Eso es fundamental para el cambio, lo favorece (Rojas-Madrigal, 2020).

Cuando un grupo familiar se enfrenta a una desestructura compleja y total, como lo es un proceso de movilidad humana, las emociones y los cambios que atraviesan se muestran inestables y en constante búsqueda de equilibrio. Por ello, los vínculos que nos relacionan son una base fundamental al momento de restablecer la funcionalidad y la homeostasis familiar, entendiendo está como un proceso continuo y cambiante.

### **Hacia un camino Negentrópico (creatividad & recursividad)**

*Narrativa general: “aprendí a hacer barbería, a coser, a elaborar bocaditos, a criar pollos, a vender en la calle, albañilería, a jugar bolitas, a hablar diferente y nunca se termina de aprender”.*

En la teoría de la información, “el concepto de negentropía se usa para describir la calidad de información organizada y coherente que contiene un mensaje codificado: un aumento de la información implica una reducción de la entropía” (Simon, 1988, pág. 133). Es decir, la capacidad de cada sujeto al momento de organizar la información y buscar las estrategias para adaptarse al cambio no pueden surgir solas: son aprendidas o reforzadas y la

influencia del medio es una cualidad importante. Las familias participantes señalaron que una de sus principales particularidades resilientes ha sido el fortalecer su creatividad, la cual les ha ayudado a buscar nuevas alternativas para sí mismos y con sus familias. Por ejemplo, aprender algo nuevo desde sus habilidades ha sido un recurso que les ha servido y ayudado a valorarse como personas en constante cambio. Esto, en el caso de los adultos, se ha convertido en una estrategia para aportar económicamente en casa.

Por su parte, niños/niñas y adolescentes describieron que su capacidad recursiva ha sido focalizada hacia el uso de un nuevo lenguaje, permeabilidad en cuanto al juego, a la cultura y las diferentes tradiciones que han aprendido desde su medio escolar.

Al proceso de cambio que explica las dimensiones personales y sociales que enfrenta una persona al emigrar se lo conoce como aculturación, en el que la persona se ve enfrentada a intervenir en sus dimensiones personales y sociales (Valencia - Magallon, 2014). Estos nuevos aprendizajes han desarrollado nuevas formas tanto de ser como de estar. La nueva identidad, como las familias participantes la han significado desde su narrativa, tiene que ver con la información recibida y las capacidades aprendidas en medio de su integración y desarrollo en el nuevo lugar.

### **Metáforas y resignificación**

Las metáforas son aquellas “golosinas” para el alma, que permiten apalabrar lo que no se puede decir o describir, de manera creativa. Su importancia radica en que cada miembro del grupo puede expresar sus semejanzas y diferencias, y que no solo sirven para mostrar las construcciones individuales o familiares, sino que también permiten ahondar en sus significados y relaciones (Feixas, 2012, pág. 113). Además, son una entrada generosa al mundo personal de alguien.

Las familias resignifican sus procesos resilientes:

**Familia 1:** *“Éramos como un corazón roto cuando estábamos distanciadas, cuando pasamos momentos difíciles. Ahora somos un corazón feliz, lleno del amor de Dios. Este proceso ha significado para nosotras crecimiento, madurez y aprender a valorar”.*

**Familia 2:** *“antes me sentía como una flor marchita, como cuando se te van acabando las fuerzas, pero ahora estoy feliz y agradecida, porque cada día trato de ser mejor persona. Mi fuerza es mi hija”.*

**Familia 3:** *“éramos como la mariposa en sus inicios: muy pequeñitos. Pensamos que la vida no se nos iba a mover y acá nos tocó transformarnos, abrir nuestras alas y ser más”.*

**Familia 4:** *“somos como un avión, podemos terminar en cualquier lado, pero nunca más con las maletas vacías. Somos capaces y ya no nos aferramos al pasado. El tiempo cambia, el mundo es cíclico y pueden venir cosas nuevas que nos hagan felices”.*

**Familia 5:** *“esta experiencia ha sido como jugar a la gallinita ciega: uno no sabe donde pisar, si le van a atrapar, sentimos miedo y mucha incertidumbre. Las cosas son diferentes, ahora seríamos como una gallinita en un corral, por lo menos estamos seguros”.*

**Familia 6:** *“sentimos que somos como la rosa, porque para que crezca no la cortan de raíz. A esta planta la cortan hasta cierto punto y le añaden un pedazo para que vuelva a salir la flor: la vida nos ha golpeado tan duro que –a veces– se quisiera volver atrás, pero la solo idea de que mis hijos luego digan “gracias por todo lo que hicieron”, ya es mejor que ganarse la lotería”.*

#### **Aspectos a considerar:**

Los efectos psicosociales son amplios y variados en la población en movilidad humana, justamente, porque la dinámica de integración es versátil. En este sentido, una de las limitaciones del estudio fue el no poder hacerlo de manera presencial, debido a la pandemia por Covid-19 y la emergencia sanitaria, dado que en un inicio se había planificado proceder con las entrevistas a profundidad y trabajar con un grupo focal, en el que los participantes pudieran conocerse, identificarse y validarse en sus experiencias colectivas. Sin embargo, se sugiere –para futuros estudios– explorar efectos psicosociales y consecuencias relacionadas a la pandemia con población con éstas características.

#### **Conclusiones:**

- La resiliencia es una cualidad del ser humano que se construye a lo largo de toda la vida y que requiere del acompañamiento significativo de otro ser humano que lo contenga.
- La naturaleza humana tiene la habilidad de transformarse, hacer cambios a lo largo del ciclo vital y resignificar las experiencias vividas favorables o traumáticas.
- La fe es un constructo primario, considerado como una fuente de energía que lleva a los seres humanos a lograr grandes objetivos.
- La creatividad y la recursividad de las familias son caminos resilientes que permiten darle sentido a lo vivido y, de alguna manera, expresan aquello que no han podido aún entender.
- La resiliencia es un proceso que se da desde la capacidad de no consentir lo sucedido, como un evento sin solución. Las familias logran reconocer que no son merecedoras del sufrimiento y que depende de sus ideas y recursos el tener un futuro diferente.

- La esperanza fortalece la vida familiar en el día a día y hace que se considere a la adversidad como momentánea, con posibilidades de tener un destino diferente.
- El proceso de vida de cada ser humano tiene su propio ritmo y tiempo.
- Las narrativas nos permiten volver a contar nuestra historia, una y otra vez, siempre dándole un sentido y el sentido es la vida.

**Desde mi propia narrativa:**

La resiliencia no es solo un concepto, es un proceso de construcción, que se levanta sobre la base del esfuerzo diario y que nace de la dignidad humana, desde ese anhelo de continuidad y de la mano de las personas significativas y nutridoros para cada sujeto.

En la experiencia de esta investigación y del contacto, día a día, con población en situación de movilidad humana he aprendido que la resiliencia es un camino que se hace a lo largo de toda la vida, que el encuentro significativo con un otro que reconozca tu humanidad devuelve la fuerza y la confianza para seguir adelante, que la escucha asertiva y la posibilidad de mirar a los ojos al otro con humildad te devuelve siempre más de lo que das. Los relatos nos ayudan a procesar la experiencia, moldean nuestras vidas y nuestras relaciones, le dan sentido a aquello que se vuelve parte de nuestra historia personal.

## Referencias

- Acnur. (2020). Tendencias Globales, Desplazamiento Forzado 2019. *Statistics and Demographics Section*, 72.
- Agudelo, M., & Estrada, P. (2012). Constructivismo y Construccinismo social: Algunos puntos comunes y algunas divergencias de estas corrientes teóricas. *Prospectiva*, 357.
- Barudy, J. (27 de marzo de 2016). *Buenos Tratos. Apego, trauma, desarrollo, resiliencia*. . Obtenido de Mensaje de un blog [Tiempos de resiliencia]: <http://www.buenostratos.com/2016/05/jorge-barudy-o-elogia-de-la-resiliencia.html>
- Bojorquez. (2015). Salud mental y Migración Internacional. *Salud UIS*, 111-113.
- Cyrulnik, B. (2002). *Los patitos feos*. Barcelona: Gedisa, S.A.
- Echeburúa, E., & Amor, P. (2019). Memoria traumática: estrategia de afrontamiento adaptativas e inadapativas. *TERAPIA PSICOLÓGICA*, 37(1), 78.
- Feixas, G. (2012). Del individuo al sistema: La perspectiva construtivista como marco integrador. *REVISTA DE PSICOTERAPIA*, II(6-7), 96-97.
- Granados, L. F., Alvarado, S. V., & Carmona, J. ( 2017). Narrativas y resiliencia. Las historias de vida como mediación metodológica para reconstruir la existencia herida. *CES Psicología*, 2.
- Luna, Á. y.-A. (2019). Una propuesta de complementariedad entre los estudios de migración y psicoanálisis. *Estudios Fronterizos*, 20, 6.
- Minuchin, S. (2004). *Familias y Terapia Familiar*. México: Gedisa.
- Ortega, Z. (2018). Concepto de resiliencia: Desde la diferenciación de otros constructos, escuelas y enfoques. *Revista Científica Electrónica de Ciencias Humanas*, 31.
- Ortiz, D. (2008). *La Terapia Familiar Sistémica*. Cuenca - Ecuador, Abya- Yala.
- Rojas-Madrigal, C. (2020). Terapia narrativa y perspectiva feminista: acertado encuentro para la atención de familias. *Trabajo Social*, 22(2), 73-93.
- Saldivar, J. (2019). Religión vivida, migración y transnacionalismo. El caso de Nazareno de Caguach en Punta Arenas, Chile y Río Gallegos, Argentina. *Migraciones Internacionales*, 10, 5.
- Simon, E. S. (1988). *Vocabulario de Terapia Sistémica*. Gedisa.
- Uriarte Arciniega, J. d. (2005). La resiliencia. Una nueva perspectiva en psicopatología del desarrollo. *Revista de Psicodidáctica*, 10(2), 66.
- Valencia - Magallon, O. (2014). Aculturación , Migración y Salud Mental. *Semestral*, V(19), 47-48.
- Walsh, F. (1998). *Strengthening family resilience*. New York: Guilford Press.
- White, M. W. (1993). Medios narrativos para fines terapéuticos. Paidós.

