



PROPUESTA DE ACOMPAÑAMIENTO PSICOSOCIAL CON FAMILIAS MIGRANTES¹

David Martínez Mendizábal y Sandra Estrada Maldonado*

Currículo: doctor en Estudios Científico Sociales por el ITESO. Profesor-investigador en la Dirección de Investigación y Posgrado de la Universidad Iberoamericana de León. Sus líneas de investigación abordan la política social, la pobreza y la migración.

***Currículo:** maestra en Psicología Comunitaria por la Universidad de Buenos Aires, Argentina. Profesora-investigadora en el Departamento de Ciencias Sociales de la Universidad Iberoamericana de León y profesora en la División de Ciencias Sociales en la Universidad de Guanajuato. Sus líneas de investigación abordan la organización comunitaria, la salud mental y los estudios de género.

Recibido: 20 de febrero de 2014. Aceptado para su publicación: 7 de octubre de 2014.

Como citar este artículo: Martínez, D. y Estrada, S. (julio-diciembre, 2014). Propuesta de acompañamiento psicosocial con familias migrantes. *Sinéctica*, 43. Recuperado de http://www.sinectica.iteso.mx/articulo/?id=43_propuesta_de_acompanamiento_psicosocial_con_familias_migrantes

Resumen

La migración es un fenómeno complejo que involucra causalidades y efectos macroeconómicos y que, al mismo tiempo, posee una transversalidad subjetiva en personas y familias. Las condiciones en las que se enfrenta la separación física y afectiva, y las posibilidades de recibir apoyo, contención u orientación son fundamentales para recuperar el equilibrio funcional en las familias y comunidades consideradas expulsoras de migrantes. El artículo expone una experiencia en dos localidades del estado de Guanajuato: La Venta, en San José Iturbide, y El Gusano, del municipio de Dolores Hidalgo, donde se aplicó un modelo que atendió aspectos de salud psicoafectiva de las familias de migrantes en sus comunidades de origen. El objetivo de esta experiencia fue la apropiación, por parte de grupos de mujeres, de herramientas que les permitieran manejar, hasta cierto grado, las vulnerabilidades producidas por las variaciones en la dinámica familiar, producto de la migración. El artículo concluye con una serie de consideraciones sobre la necesidad de impulsar programas y políticas públicas que eviten que las familias enfrenten sus problemas psicoafectivos *como vayan pudiendo*.

Palabras clave: salud psicoafectiva, migración, bienestar subjetivo.

Abstract

Human migration is a complex phenomenon which involves macroeconomic causalities and effects, but at the same time produces a transversally subjective impact on persons and families. The conditions on which the individuals and families face the physic and affective separation, and the possibilities of getting some support, psychological contention or guiding, are fundamental for them to recover the functional balance in families and communities which are consi-

¹ Agradecemos a Guadalupe Fernández Aguilera, Iván Patiño Rodríguez y Javier Senties Laborde, miembros de la Comunidad de Investigación en Desigualdad Social por su asesoría. También a Ana Alcántara Maciel, Ana Laura Alcalde Ramírez y María de los Ángeles Nieto Estrada por realizar el trabajo de campo.

dered migrant expellers. This paper exposes an experience in two localities in Guanajuato state: La Venta, municipality of San José Iturbide, and El Gusano, municipality of Dolores Hidalgo, where a model of psychological intervention was implemented with the purpose to attend aspects of psycho-affective health of migrant's families, at their original communities. The goal of this psycho-educative experience was to lead the groups of women to take possession of a series of skills or tools, in order to let them get control of the psycho-affective vulnerabilities generated by the family dynamic variations, produced by migration. The paper concludes with a series of considerations about the need to create programs and policies in order to avoid that families have to face their psycho-affective vulnerabilities by their own, just with the educative means they have.

Keywords: psycho-affective health, migration, subjective welfare

INTRODUCCIÓN

La migración es un fenómeno complejo que involucra causalidades y efectos macroeconómicos, al mismo tiempo que posee una transversalidad subjetiva en personas y familias. Las condiciones en las que se enfrenta la separación física y afectiva, y las posibilidades de recibir apoyo, contención u orientación, son fundamentales para recuperar el equilibrio funcional en familias y comunidades consideradas expulsoras de migrantes.

Un primer ejercicio de investigación-diagnóstico, descrito en el reporte "Salud mental en familias migrantes" (Universidad Iberoamericana [UIA]; Instituto de Planeación del Estado de Guanajuato [IPLANEG] 2010), se realizó en un par de estas comunidades. Fue un acompañamiento psicoeducativo en el que decidimos construir un modelo de intervención que permitiera disminuir o atenuar los efectos desequilibrantes que trae consigo el fenómeno de la migración. Entendemos este fenómeno como un dispositivo que está vinculado a determinaciones económicas, sociohistóricas y políticas, que atraviesa condiciones individuales por lo que genera efectos subjetivos en cada individuo, pero en su causalidad está anclada a dimensiones sociales (UIA, IPLANEG, 2010).

En medio de este fenómeno, la reestructuración en las relaciones familiares es acompañada de incertidumbre y de episodios de ansiedad, depresión y angustia, tanto de los miembros que se quedan como de los que se van. Todos estos sentimientos, afectos y estados de ánimo son manejados "como se pueda". Se podría señalar que son nuevas vulnerabilidades psicoafectivas que se suman a las que vive la población, con o sin familiares en Estados Unidos.

Una respuesta psicoeducativa que atienda estos sufrimientos particulares es lo que hemos intentado construir en este trabajo. En una investigación anterior, conocimos dos déficit sociales que tornan vulnerable la vida de las familias migrantes, a saber: la falta de alternativas de desarrollo socioeconómico y "la falta de estrategias de contención emocional; es decir, alternativas que amortigüen los efectos de la separación y que les permitan a quienes se quedan elaborar el duelo o pérdida que, entre otros, son producto de la migración" (UIA, IPLANEG, 2010, p. 175). Este último aspecto es el que decidimos abordar. La razón: consideramos que se requiere recuperar la dinámica del desequilibrio que causa la migración.

Por ello, el objetivo de la investigación tiene la finalidad de diseñar y validar un modelo educativo que atienda aspectos de salud psicoafectiva, en las comunidades de origen de las familias de migrantes. Se trata de construir con las personas

aquellas herramientas que les permitan manejar, hasta cierto grado, la vulnerabilidad psicoafectiva resultado de los cambios en la dinámica familiar.

Como explicaremos más adelante, el trabajo que realizamos no fue el tradicional diagnóstico individual y clínico de salud mental; más bien, lo consideramos como un proceso en permanente construcción en el que intervienen dimensiones sociales y comunitarias y que son también objeto de prevención.

MARCO CONTEXTUAL

Para la aplicación y el rediseño del modelo de atención en salud mental para las familias de migrantes, se eligieron las comunidades de El Gusano y La Venta, ambas en el estado de Guanajuato. Con estas comunidades ya existía un contacto previo, pues ambas formaron parte de una primera investigación que sirvió como marco de referencia para la que aquí se presenta (UIA/IPLANEG, 2010).

Figura 1. Ubicación de las comunidades El Gusano, municipio de Dolores Hidalgo y La Venta, municipio de San José Iturbide, Guanajuato, México



Fuente: elaboración propia.

La Venta y El Gusano son comunidades que se asemejan en cuanto al impacto del proceso migratorio en el bienestar subjetivo de sus habitantes, pero presentan algunas diferencias. La Venta se ubica a unos minutos de la cabecera municipal de San José Iturbide y se beneficia de los servicios e infraestructura disponibles en la ciudad. El Gusano es una comunidad típicamente rural que pertenece al municipio de Dolores Hidalgo. Algunos datos sociales que auxilian en la comprensión del contexto de ambas comunidades se presentan en la tabla 1.

Tabla 1. Datos sociales básicos de las comunidades La Venta y El Gusano

	La Venta	El Gusano	
Número de habitantes	1098	386	
Grado de marginación Conapo	Medio	Alto	
Escolaridad promedio. 15 años y más	6.4	5.0	
Escolaridad del jefe/jefa de hogar	5.4	3.3	
% Población con actividad remunerada o en búsqueda de empleo	47.4	35.7	
Número de personas ocupadas con actividades remuneradas en el hogar	2	1	
Índice de masculinidad	82.8	91.3	
% en cobertura de servicios de salud (incluye Seguro Popular)	64.0	78.0	
Principales ocupaciones	Empleado, comerciante, campesino	Albañil y campesino	
% de las principales ocupaciones con respecto al total de la PEA	44	67.6	
Distribución porcentual de los hogares según tipo	Nuclear	48.0	74.1
	Ampliado	44.0	25.9
	Compuesto	8.0	0.0
Promedio de integrantes por hogar	6 a 7	6 a 7	
Número de miembros del hogar que son migrantes	2	2	
% de hogares que reciben remesas	33.0	48.1	

Fuente: elaboración propia con datos de IPLANEG, FCB y UIA León, 2010.

De acuerdo con la encuesta realizada en ambas comunidades sobre el tema migratorio, se destaca que los integrantes de los hogares que migran son principalmente los hijos del jefe de hogar, seis de cada diez, mientras que sólo una quinta parte es el mismo jefe de hogar quien lo hace. No obstante, sobresale que dos de cada diez migrantes en El Gusano son mujeres, en tanto que en La Venta esta proporción se reduce a sólo a una de cada diez.

El principal lugar de destino de los migrantes de El Gusano es el estado de Texas, en especial ciudades como Austin y Fort Worth. Por el contrario, para los migrantes de La Venta, el destino en Estados Unidos se encuentra más diversificado, lo que sugiere mayores y fuertes redes sociales que brindan la oportunidad de llegar a un mayor y mejor número de lugares, como Arizona, Georgia, California, Texas, Florida, Nebraska y Carolina del Norte.

En La Venta, 14% de los migrantes contaban con documentos para ingresar al vecino país del Norte, situación que sugiere una migración más antigua que la observada en la comunidad de El Gusano, donde 100% de los migrantes eran indocumentados. La mayoría de las veces, la principal razón para emigrar en estas comunidades es la búsqueda de mejores oportunidades de trabajo, aunque en La Venta sobresale la reunificación familiar.

Durante los últimos cinco años, los hogares de ambas localidades han perdido por migración a dos de sus integrantes. En por lo menos cuatro de cada diez hogares de las dos comunidades, los integrantes de las familias sienten un deterioro emocional ante la partida de sus familiares a Estados Unidos. Sin embargo, para

59% de los hogares en El Gusano dicha tristeza se ve hasta cierto punto entendida y compensada por una mejora económica, mientras que en La Venta sólo 45% de los hogares perciben que su situación económica ha mejorado con la emigración.

Sobre la idea que tienen los familiares de la migración destaca que en El Gusano, la población percibe como negativo el hecho de que un familiar emigre a Estados Unidos; por el contrario, en La Venta, cuatro de cada diez menciona que no sólo es positivo para el emigrante, sino también para la familia y la comunidad. No obstante, en La Venta, una mayor proporción de miembros de familias (87%) mencionan encontrarse tristes, preocupados o nostálgicos por la partida del familiar. Asimismo, en esta localidad una mayor proporción de habitantes (casi 60%) percibe un cambio en la actitud del migrante desde que dejó su lugar de origen. En cuanto a las ventajas y desventajas de la migración, prácticamente son las mismas para ambas comunidades.

En suma, en dichas comunidades se observan diferencias notables en cuanto a la percepción que tienen sus pobladores sobre la posibilidad de que el fenómeno de la migración termine. En El Gusano creen que las personas caerían en una desesperación y dificultad para sobrevivir; que tal vez esa situación los llevaría a generar una guerra o revolución. Los habitantes de La Venta tienen mayor claridad al respecto: primero, dicen, no tendrían trabajo, por lo que habría que buscar alternativas laborales al interior del país, aunque también mencionan los temas de la depresión y la pobreza.

Respecto a los afectos y sentimientos, en La Venta, tres de cada diez hogares tienen integrantes que viven con inquietud, concentrados en problemáticas recurrentes, de tristeza y llanto. En la localidad de El Gusano, estas circunstancias se presentan sólo en 15% de los hogares; no obstante, en esta comunidad, destaca que para 70% de los hogares existe una situación latente que de no manejarse de manera adecuada podría llevarlos a la depresión.

ENFOQUES TEÓRICOS, BREVE ACOTACIÓN

Para la construcción de este ejercicio psicoeducativo, la psicología social comunitaria crítica es el marco de referencia, porque “propicia valores de autodeterminación, justicia distributiva y empoderamiento frente a la subordinación y opresión de clase, género, cultura y etnia, promoviendo el compromiso comunitario, la satisfacción de necesidades radicales y la ciudadanía plena” (Estrada, Zaldúa y Sopransi, 2010). Nos basamos en una ética relacional no reificante de la otredad, la cual comprende la investigación y la intervención comunitaria como parte de un mismo proceso de co-construcción de conocimientos dirigidos a la transformación social de las condiciones de vida de los sectores sociales excluidos.

La migración y sus efectos en las familias

Es preciso hacer hincapié que entendemos la migración como un fenómeno de doble escenario: subjetivo y social. En él se separan familiares y, a la vez, se constituye parte de la vida cotidiana como alternativa para mejorar las condiciones de vida a nivel familiar y comunitario (Martínez, 2010). Nos referimos a interacciones distanciadas que, al mismo tiempo, pugnan paradójicamente por acercamientos afectivos al procurar convergencias entre los tiempos de ausencia, y aquellos de presencia en el lugar de origen (Martínez, 2010).

Una de las características que encontramos en estas comunidades es que no pocas mujeres (madres, esposas, hermanas) que se quedan en los hogares a la espera

de quienes deciden “ir al Norte” y que, finalmente regresan, tienen una relación afectiva que provoca una espera con incertidumbre y angustia en muchas ocasiones.

Los roles de las mujeres que habitan en las comunidades rurales de Guanajuato, y en particular los de aquellas que viven en El Gusano y La Venta, distan de ser homogéneos o uniformes. Sin embargo, conservan ciertos estándares relacionados con la visión y expectativa de lo tradicional: mujeres privadas y hombres públicos. Al igual que en otras regiones de América Latina, las mujeres de El Gusano y La Venta tienen poca injerencia en las decisiones públicas, esto es, “no tienen activa participación en la toma de la decisión de migrar, ya que el traslado surge como iniciativa del miembro masculino (padre o esposo) para ampliar las posibilidades de ingreso monetario” (Betrisey, 2005, p. 105). Una vez decidida y efectuada la migración, son las mujeres quienes deben enfrentar y procurar la adaptación del grupo familiar ante la ausencia de quien, hasta entonces, fungía como jefe de familia y que en ocasiones continúa con ese rol, a pesar de la distancia y las fronteras.

Antes de continuar con el trabajo, es preciso detenerse en el concepto de familia. Rodolfo Tuirán (2001) define el término familia como el grupo de individuos vinculados entre sí por lazos consanguíneos, consensuales o jurídicos, que constituyen complejas redes de parentesco actualizadas de manera episódica a través del intercambio, la cooperación y la solidaridad.

Más allá de esta definición operativa, es preciso discutir de manera breve la carga ideológica que a lo largo del tiempo ha tenido el uso del concepto familia. Es común escuchar que la familia tradicional la representa la familia nuclear, sin que ello corresponda a la realidad demográfica. En esto existe un desfase entre la realidad social y algunos conceptos de las ciencias sociales occidentales. Un ejemplo de ello se puede observar en las teorías evolucionistas que asumen “la transformación de la familia extensa en la nuclear o el triunfo del individuo sobre el grupo de parentesco como signos seguros de evolución social y *progreso*” (Robichaux, 2008, p.27).

De hecho, hay quien sostiene que la idea de familia nuclear resulta ajena a sociedades como las latinoamericanas, pues las unidades domésticas nucleares suelen entablar “un sinnúmero de redes de interconexión y apoyo con parientes y vecinos” (García y De Oliveira, 2006, p. 31). Contrario a ello, en este trabajo nos adherimos a perspectivas analíticas que consideran la diversidad y vulnerabilidad de los distintos tipos de hogares y grupos familiares, aquellos que visibilizan tanto las dinámicas intrafamiliares como la transformación de roles y relaciones de género.

Si bien esta amplia gama de matices, respecto a las formas de conceptualizar a las familias, nos lleva a conceptos como el de “sistema familiar”, el cual aborda la familia como proceso, y que considera, por tanto, el tránsito a través de diferentes fases o ciclos (Robichaux, 2008), no hacemos tampoco un tratado conceptual que analice con rigor las diferentes alternativas. En cambio, intentamos detenernos en la vida de las familias de ambas comunidades a partir de sus experiencias de fragmentación de sus integrantes a causa de la migración. Destacamos su carácter de familias migrantes como instituciones “creadas a partir de las relaciones de parentesco, normadas por pautas y prácticas sociales establecidas” (Woo, 2002, p. 261).

La reestructuración material y simbólica al interior de las familias se relaciona, en primera instancia, con el acomodo de la propia pareja. En ésta suelen mantenerse los lazos, funciones y relaciones afectivas, aunque sea mediante formas nuevas, simbólicas, de convergencia, que de acuerdo con Martínez (2010), se viven

como puentes virtuales que evitan la ruptura de los lazos funcionales y afectivos entre familiares y migrantes.

Desde esta lógica, dadas las condiciones de las familias con quienes trabajamos, se retoma a Sonia Parella (2007), quien define a la familia transnacional como aquella en la que sus integrantes viven separados, pero crean vínculos a pesar de la distancia física, sintiéndose parte de una dimensión colectiva. Ésta es también la visión de Herrera, para quien la familia “tanto en sentido nuclear como extenso se dispersa a lo largo y ancho de los espacios sociales transnacionales y pasan temporadas en un país y temporadas en otro” (Herrera, citado por Woo, 2002, p. 261), lo cual les lleva a desarrollar proyectos de vida y establecer vínculos afectivos tanto en uno como en otro país.

El ámbito del acompañamiento psicosocial y el nivel preventivo

La definición que brinda la Organización Mundial de la Salud (OMS) en la Declaración 220 permite conceptualizar la salud mental como “el estado de bienestar en el que el individuo realiza sus propias habilidades, puede enfrentar las tensiones normales de la vida, trabajar productivamente, y es capaz de hacer una contribución a su comunidad”.

Entendemos entonces a la salud y a las enfermedades como parte de un continuo dinámico. En este sentido, la salud mental, si bien es una dimensión compleja, permite su abordaje a distintos niveles y puede considerarse de manera integral si se implementan, a manera de prevención, dispositivos comunitarios como el modelo de acompañamiento que aquí presentamos.

De acuerdo con la OMS, la prevención consiste en considerar medidas destinadas no sólo a evitar la enfermedad, sino también a detener su avance y atenuar sus consecuencias una vez establecida (1998). En este trabajo, aunque no nos referimos propiamente a trastornos o enfermedades, sí asumimos que la migración es nuestro eje central y, como tal, nos centramos en detener y atenuar las consecuencias que ésta genera en la esfera psicológica y psicosocial de quienes la padecen.

METODOLOGÍA Y PROCEDIMIENTOS

El objetivo de esta intervención fue realizar el diseño, implementación y validación de un modelo que atendiera aspectos de salud mental, en dos comunidades de origen, de familias de migrantes.

A diferencia de la investigación tradicional cuyo propósito es obtener información y que opera muchas veces desde una lógica extractiva, diseñamos una propuesta de investigación-acción que ubicara a los actores y a los objetivos en el terreno de la transformación a fin de recuperar información de manera simultánea a la intervención misma. Resulta imprescindible mencionar que el objeto de investigación no era sólo explicativo, sino que tendía a la transformación de las estructuras y los escenarios sociales, al considerar que “la preocupación del científico social no debe cifrarse tanto en explicar el mundo cuanto en transformarlo” (Baró, 1986, p. 8). De esta manera, se incorporan los postulados de la investigación acción, que incluyen en el proceso un rol de participante y facilitador, tanto por parte del equipo de investigación como de la comunidad participante.

Nos interesó generar conocimiento en un proceso dialéctico y horizontal con quienes participaron con sus experiencias, pero era imposible hacerlo desde una perspectiva ortodoxa. No bastó ir a la comunidad; fue necesario también participar

con ella desde sus propias formas de organización para co-construir el conocimiento. Nuestro ingreso a cada una de las comunidades pasó por cuatro momentos básicos:

- Identificación de necesidades.
- Diseño de los dispositivos a trabajar (sesiones, programas, grupos de reflexión, etcétera); se consideraron las especificidades del lugar y se buscaron, al mismo tiempo, ciertos lineamientos susceptibles de ser reproducidos en contextos similares. Por el tipo de participación de las comunidades, pero atendiendo también a lo obtenido en la investigación previa, realizamos la intervención sólo con mujeres.
- Organización del taller en la comunidad. Se llevaron a cabo las sesiones programadas con un grupo de mujeres de la comunidad.
- Sistematización de las experiencias. Se obtuvo como producto la recuperación de la experiencia y un modelo replicable y susceptible de ser enriquecido en futuras investigaciones.

La intervención en ambas comunidades y la construcción de las sesiones y del taller se basaron en dos ejes fundamentales: realizar una labor de acompañamiento y, al mismo tiempo, generar una estrategia psicoeducativa.

El nivel de acompañamiento renuncia a las relaciones verticales y jerárquicas, muy tradicionales en la intervención psicológica; más bien nos posicionamos como testigos, facilitadores y acompañantes de alguien en su proceso, esto es, en los ajustes y acomodos por hacer, una vez que la emigración es una realidad familiar. El acompañamiento pretende, además, trasladar la dimensión individual a la dimensión psicosocial, con el objeto de retomar cuestiones de carácter social, esto es, símbolos, redes y afectos, construidos colectivamente en plena correspondencia a un momento histórico-espacial determinado.

Uno de los ejes centrales en otras experiencias de acompañamiento psicosocial ha sido la integración de lo emocional y lo relacional desde el contexto (Arévalo, 2010), esto es, sin desvincular al sujeto del entramado relacional y simbólico que vive en su comunidad. De acuerdo con este enfoque, se consideró como objetivo del acompañamiento la construcción de un proceso reflexivo que contribuiría a la superación de los efectos sociales y emocionales. Se trató de resignificar la identidad al reconocer tanto los recursos personales como los sociales sin desdibujar la categoría de sujeto de derechos (2010).

Además, se implementaron una serie de sesiones grupales que permitieran desarrollar sistemas de apoyo mutuo, así como reconocer en la experiencia de alguien más la propia vivencia, con la intención de generar alternativas de respuesta. Concebimos al grupo como un dispositivo movilizador de las subjetividades e intersubjetividades de sus participantes.

El proceso de acompañamiento en temas tan sensibles vinculados a las familias migrantes, como promover una transición menos dolorosa que lleven a un restablecimiento del equilibrio emocional y eviten, retarden o reduzcan los problemas de salud psicoafectiva, demandan una clara comprensión de las pautas conceptuales ejes del proyecto. Requieren, también, clarificar el papel del acompañante como facilitador-educador y no como transmisor de información.

Para ello, como parte del modelo psicoeducativo, retomamos los cuatro pilares educativos: aprender a conocer, aprender a hacer, aprender a ser y aprender a vivir

juntos, resultado del relevante Informe Dellors (Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura [UNESCO], 1996). Estos pilares conjugan en un mismo proceso la información, la convivencia, la dimensión personal y la acción. Son un marco de referencia amplio para el tipo de educación que se busca impulsar en este proyecto. En dicho marco, el punto de partida básico no son los contenidos externos producidos por agentes con expectativas de distinta orden sobre los adultos, sino las necesidades concretas de la población adulta, la cual debe intervenir en la estructuración de los programas y en su propio proceso de aprendizaje.

En este sentido, retomamos los postulados de Paulo Freire, para quien la educación, debe ser horizontal y no construir una relación de dominio que coloca a quien aprende como un recipiente vacío a la espera de la verdad que proviene siempre del ámbito externo representado por “quien sabe más”.

Por último, consideramos, además de la concepción liberadora de la educación popular, la especificidad del trabajo comunitario con grupos de mujeres, para lo cual se incorporaron aspectos de la teoría de género que promovieran el empoderamiento de las participantes al visibilizar tanto su dimensión sexual y de género, como la posición social desde la que se inscriben en el proceso educativo (Maceira, 2008).

El modelo construido para la atención propone doce sesiones de acompañamiento con los grupos comunitarios, sostenidos desde cuatro ejes conceptuales ya desarrollados: migración y salud psicoafectiva de las familias; acompañamiento psicosocial; educación en grupos comunitarios de personas adultas; y trabajo comunitario con mujeres desde la perspectiva de género. Operativamente, las doce sesiones que diseñamos e implementamos se agrupan en cuatro ejes temáticos:

Eje 1. Consecuencias emocionales de la migración

- Sesión 1 / Bienvenida y reconocimiento grupal
- Sesión 2 / La importancia de las emociones
- Sesión 3 / El duelo en la migración

Eje 2 / Empoderamiento de las mujeres ante la reconfiguración familiar

- Sesión 4 / Género y socialización
- Sesión 5 / Género y migración
- Sesión 6 / Construyendo nuestro propio empoderamiento
- Sesión 7 / Libertad y autonomía en el camino del empoderamiento

Eje 3 / Reconstruyendo la estabilidad familiar

- Sesión 8 / Los roles como construcciones sociales
- Sesión 9 / Readaptación familiar y resolución de los conflictos

Eje 4 / Procesos comunitarios

- Sesión 10 / El proyecto de vida
- Sesión 11 / El sentido de comunidad
- Sesión 12 / Cierre

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Tanto para implementar los talleres como para la intervención en general, contamos en ambas comunidades con el apoyo de dos agentes externas, mujeres, que fungieron como facilitadoras en las sesiones de trabajo con los grupos, pero que, además, realizaron algunas visitas de inserción y familiarización, entendiendo esta última como proceso de doble sentido: “De afuera hacia dentro y desde la comunidad hacia afuera” (Montero, 2004, p. 77).

En el caso de El Gusano, el grupo fue convocado a través del contacto con la Fundación Comunitaria del Bajío y dos de sus promotoras que son habitantes de la propia comunidad (agentes internos). En el caso de La Venta, la convocatoria fue a través del Centro de Servicios Comunitarios de la Ibero León, también por medio de dos promotoras que conocen y trabajan con la comunidad aunque no pertenecen a ella.

En ambos lugares, las sesiones de trabajo fueron llevadas por dos facilitadoras y registradas en dos grabadoras digitales para su posterior transcripción y análisis, procesos en los que participó el equipo completo de la investigación, no sólo las dos facilitadoras. Dicho análisis se hizo a partir de una matriz con preguntas orientadoras (Nirenberg, Brawerman y Ruiz, 2000), enfocadas a la transformación en las asistentes, así como a la idoneidad de las técnicas y estrategias implementadas. Planteamos una estrategia de seguimiento más que una evaluación *ex post*, ya que dicha matriz registraba los cambios o afirmaciones discursivas de las asistentes en cada sesión y respecto a los temas específicos tratados ese día. Esto condice con nuestra perspectiva de intervención que lejos de ser un diseño cuasiexperimental, pretendía la investigación-acción en simultáneo, por lo que no siguió esquemas evaluativos de *preprueba* y *posprueba*.

Presentamos a continuación algunos fragmentos del discurso de las participantes de ambas comunidades, los cuales permiten acercarnos a los cambios y opiniones respecto a las sesiones del taller y su impacto en las asistentes.

En la primera sesión dedicada al tema de las emociones fue notable la inmediata asimilación de las ideas y el reconocimiento de la importancia de la expresión de éstas, lo que formaba parte del objetivo. Al respecto, comentaron las participantes: “El riesgo de ocultar mis emociones es que me puede traer problemas de salud o con mi familia y comunidad”; otra mencionó: “Si explico a mis hijos cómo me siento, lograré que me entiendan, porque a veces estoy de mal humor, porque grito sin razón [...] porque si yo les explico ellos van a saber por qué...”.

En otra sesión, abordamos también el tema de la *asertividad*. Procuramos que la expresión de las emociones se tomara muy en cuenta, pues en no pocos casos las mujeres sienten culpa al expresar su tristeza o enojo ante la partida del esposo. Al reconocer la asertividad y sus opuestos como producto de la reflexión previa en el taller, una de ellas comentó: “Entonces esa palabra no se dice tú nunca me quieres ayudar [...] si es cierto decir siempre haces lo mismo no es cierto [...] lo que cala es decir siempre eres así”.

Hay que recordar cómo las estrategias de reproducción están asociadas tanto a las condiciones objetivas externas como a los *habitus* incorporados, pues dichos *habitus*:

...detentan la incorporación de las estructuras objetivas externas e implican recordar la historicidad de los agentes. Permiten aprehender como sentido vivido, el sentido objetivado en esas estructuras, llevando a percibir todo aquello que es producto de las limitaciones históricas como “naturales”, como producto del

“destino” (Betrisey, 2005, pp. 117-118).

Así lo mencionó una de las participantes al afirmar: “Las mujeres lloramos, los hombres toman [...]”, lo cual a pesar de partir de esta naturalización, fue el punto de partida para la posterior reflexión en torno a los roles sociales que, como ya decíamos, en este tipo de comunidades rurales suelen permanecer todavía estancos y anclados a lo tradicional, así lo confirma otra participante: “Yo ya me había hecho a la idea de que mi vida sea como la de mi mamá: dedicada a estar en la casa y ya vi que no, que yo puedo hacer otras cosas”.

Respecto a la espera, que suele ser vista como la función de quienes se quedan, ésta es la opción que permite mantener la presencia imaginaria de la persona ausente. Se trata en cierto sentido de una artimaña de simbolización que, puesta en práctica, amortigua el estado de separación entre dos personas con un vínculo afectivo (Martínez, 2010). Así lo expresaron algunas de las asistentes:

Se siente uno pues triste y pues más años pasan pues más uno los necesita [...] pues lo que le mandan a uno, pues si hace falta, pero [...] ya no voy a gozar nada a mi familia [...] yo quiero verlos y que me gocen ahorita que me pueden ver.
Es lo que yo les digo, yo pues yo quiero verlos ahorita que ellos me ven y yo los puedo ver y no cuando vengan y ya esté en el cajón de todos modos ya no los estamos gozando ni ellos a nosotros ni nosotros a ellos.

Podemos corroborar cómo, ante la migración, la separación familiar se presenta como una dualidad de presencia (relativa o intermitente) y ausencia constante en la que se modifica no sólo la estructura, sino también la dinámica familiar respecto al grupo mismo y a las relaciones de vínculo entre sus miembros.

Uno de los estados psicológicos ligados a la depresión es, sin duda, el duelo. Este sentimiento por el que atraviesan la mayoría de los migrantes y sus familias se vive con distintas intensidades y variados mecanismos de defensa. El duelo es, a decir de Argáez (2010), un proceso activo, frontal y lleno de posibilidades, porque busca significados para la pérdida, una vez que se es consciente que la realidad ha cambiado.

Más allá de las formas de vivir el duelo, lo que procuramos en el taller fue promover procesos que afrontaran y permitieran resignificar las pérdidas. Corroboramos que la separación física implica un reto novedoso de adaptación en el que tanto quienes se van como quienes se quedan (las mujeres de nuestro grupo de trabajo) ponen en práctica distintos mecanismos intra- e intersubjetivos para adecuarse a las nuevas circunstancias. Estos mecanismos no siempre son saludables; pueden algunas veces prolongar el duelo o generar nuevos desequilibrios.

En el trabajo, procuramos construir en el espacio grupal las reflexiones necesarias para problematizar las circunstancias, el contexto, los mecanismos de adaptación y tratar de conducirnos hacia prácticas transformadoras con mayores elementos teóricos y de reflexión, que les permitieran a estas mujeres ver disminuidos los efectos negativos de la migración.

Aun cuando en ningún momento se planteó la intervención como un grupo terapéutico, a partir de este dispositivo se generaron efectos terapéuticos que fueron confirmados por varias participantes al referirse a las sesiones como espacios donde podían expresarse libremente, desahogarse y liberar emociones. Todo ello las hacía sentir mejor, por lo que las sesiones de grupos fueron bien recibidas.

Coincidimos al respecto con Molina, quien afirma que “es importante enriquecer la noción terapéutica hacia la generación de bienestar y salud mental, porque las acepciones disponibles en los diccionarios aún la remiten al campo de la medicina y de la recuperación de lo disfuncional” (2010, p.303). En nuestro caso, siempre tratamos de construir un espacio horizontal de diálogo en el que más allá de emitir complicados diagnósticos clínicos, pudiéramos coadyuvar en la problematización (Montero, 2010), mediante la cual el propio grupo encontrara sus reflexiones y a partir de ellas sus estrategias para enfrentar los efectos psicoafectivos del fenómeno de la migración.

Por último, un testimonio que refiere la importancia de abrir estos espacios de reflexión, ante la invitación de la facilitadora para continuar la reflexión en casa, expresa: “Allá ya no tenemos tiempo para estar pensando, allá hay mucho qué hacer, aquí por eso estamos, yo al menos me siento mejor cuando salgo de aquí”.

CONCLUSIONES

Los resultados de la investigación aportan suficientes datos para afirmar que la migración indocumentada es un fenómeno acompañado de tristeza, dolor, alegría, trabajo, satisfacción y riesgo, en medio de la reestructuración familiar. Esto último es un hecho poco estudiado. La incertidumbre que acompaña el trayecto, el cruce y la estada indocumentada en Estados Unidos se asimila de manera diferente de acuerdo con los patrones que cada familia adopta, pero, en todos los casos, requiere una recuperación de la estabilidad dinámica si se quiere enfrentar las necesidades cotidianas.

Frente a este problema de la subjetividad vulnerada, el objetivo general que orientó la investigación fue el diseño, implementación y validación de un modelo de acompañamiento que atendiera aspectos preventivos de la salud mental de dos familias de migrantes en sus comunidades de origen. Los resultados que se reportan reafirman la necesidad de orientar las políticas públicas hacia este particular problema.

El modelo psicoeducativo que resulta de la investigación integra una propuesta práctica y viable, pero insuficiente si no se articula con una política pública más amplia. También, es importante destacar que las doce sesiones de acompañamiento con los grupos de mujeres constituyen una alternativa de trabajo comunitario que reporta beneficios para las familias y, en particular, para las mujeres. El trabajo de índole psicoeducativo no se le puede evaluar en el corto plazo; sólo una visión conductista integra en sus planteamientos una dinámica estímulo-cambio en periodos reducidos. Lo que se puede afirmar con relación a la efectividad del modelo, es la evaluación positiva del taller que realizaron las participantes y la amplia satisfacción de las mujeres por lograr su integración a este esfuerzo psicoeducativo. Ambas evaluaciones fueron reconstruidas por las observaciones del equipo investigador.

Entre los factores que propician la migración existen algunos que corresponden al ámbito internacional y nacional; sin embargo, hay otros elementos que sí se pueden integrar a los esfuerzos que en la actualidad se realizan por parte de los gobiernos estatales con el fin de atender las necesidades de las y los migrantes y sus familias. Dentro de estas necesidades se encuentra, en primer plano, la salud psicoafectiva.

A la política social de Guanajuato se ha incorporado de manera gradual un conjunto de acciones para las y los migrantes. No obstante, el problema de salud psicoafectiva que evidencia este artículo está ignorado en la agenda pública estatal y nacional. Es insuficiente la propuesta actual de atención a los problemas de la

migración y, desde un enfoque de derechos, las políticas públicas deben orientarse hacia una cobertura más amplia y progresiva.

La reciente creación del Instituto Estatal de Atención al Migrante Guanajuatense y sus Familias realita una buena oportunidad para comprender mejor la estructura de riesgos asociada a la migración y, en consecuencia, con mayor presupuesto podría inaugurar una nueva fase de políticas públicas integrales y de más largo aliento.

En tanto, hoy están dadas las condiciones para establecer un programa piloto que abarque un buen número de comunidades guanajuatenses como un modo de iniciar la atención de los problemas subjetivos provocados por la migración. No es humano ni justo dejar que el tiempo, en el mejor de los casos, acomode los desequilibrios y que las familias enfrenten sus problemas psicoafectivos “como vayan pudiendo”.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Álvaro, J. (2009). Salud mental. En Reyes, R. (Dir.). *Diccionario crítico de ciencias sociales. Terminología científico-social*, tomo 1/2/3/4. Madrid-México: Plaza y Valdés. Recuperado de <http://www.ucm.es/info/eurotheo/diccionario/S/index.html>
- Arévalo, L. (2010). Atención y reparación psicosocial en contextos de violencia socio-política: una mirada reflexiva. *Revista de Estudios Sociales* (36). Recuperado de <http://www.scielo.org.co/pdf/res/n36/n36a03.pdf>
- Argáez, A. (2010). Migración hacia la frontera norte. Pérdidas psicoafectivas en la migración. En *Mujer y migración. Los costos emocionales* (pp. 221-226). México: Universidad Autónoma Nuevo León.
- Baró, I. (1986). Hacia una psicología de la liberación. *Revista Electrónica de Intervención Psicosocial y Psicología Comunitaria*, 1 (2), 7-14.
- Betrisey, D. (2005). El estudio de caso: una forma de estudiar las estrategias migratorias de las mujeres. En *Mujeres migrantes. Un estudio de casos sobre migraciones internas en la provincia de Misiones, Argentina* (pp. 27-30). Argentina: Universidad Nacional de Misiones.
- Estrada, S., Zaldúa, G. y Sopransi, M. (2010). Organización colectiva y migración. Perú y Bolivia en Buenos Aires. En Contreras, R. y Cebada, C. *Diversidad cultural y migración*. Recuperado de www.eumed.net/libros/2010c/724/
- García, B. y De Oliveira, O. (2006). División el trabajo y formas de convivencia familiar. En *Las familias en el México metropolitano: visiones femeninas y masculinas* (pp. 27-49). México: El Colegio de México.
- Gobierno de Guanajuato (2013). *Diagnóstico 2013. Plan 2035*, tomo V.
- Instituto Guanajuatense del Migrante y sus Familias/Universidad Iberoamericana, León (2013). *Salud psicoafectiva en familias de migrante. Manual de acompañamiento psicosocial*.
- López, C. (2010). Las que se quedan, las que se van, las que regresan. Un estudio de un caso de migración femenina entre Tlaxcala y California. En *Mujer y migración. Los costos emocionales* (pp. 63-74). México: Universidad Autónoma Nuevo León.
- Maceira, L. (2008). *El sueño y la práctica de sí. Pedagogía feminista. Una propuesta*. México: El Colegio de México.
- Martínez, D. (2010). Trazando puentes. Dinámicas matrimoniales y familiares entre migrantes y los que se quedan, pertenecientes a localidades michoacanas en contexto transnacional. En *Mujer y migración. Los costos emocionales* (pp. 145-162). México: Universidad Autónoma Nuevo León.
- Martínez, D. y Estrada, S. (2013). Migración y salud mental en Guanajuato. En *Alternativa*

- tivas en la crisis para la transformación de la políticas sociales en México.* México: Universidad de Guadalajara/Centro de Investigación en Alimentación y Desarrollo AC/ITESO/KAS.
- Martínez, D., Estrada, S. y Fernández, G. (2014). *Salud psicoafectiva en familias de migrante. Manual de acompañamiento psicosocial.* Instituto Estatal de Atención al Migrante Guanajuatense y sus Familias.
- Molina, N. (2010). Diálogo sobre la psicología clínica comunitaria. En Hincapié, E. (Comp.). *Sujetos políticos y acción comunitaria.* Medellín, Colombia: Universidad Pontificia Bolivariana.
- Montero, M. (2004). *Introducción a la psicología comunitaria.* Buenos Aires: Paidós.
- _____. (2010). *Hacer para transformar.* Buenos Aires: Paidós.
- Niremberg, O., Brawerman, J. y Ruiz, V. (2000). *Evaluar para la transformación.* Buenos Aires: Paidós.
- Organización Mundial de la Salud (2001). *The World Health Report 2001. Understanding Mental Health.* Recuperado de <http://www.who.int/whr/2001/chapter1/en/index1.html>.
- _____. (2001). *Strengthening Mental Health Promotion. Mental health is not just the absence of mental disorder.* Recuperado de <https://apps.who.int/inf-fs/en/fact220.html>
- Parella, S. (2007, julio-diciembre). *Migraciones Internacionales*, 4 (2), 151-188.
- Robichaux, D. (2008). Sistemas familiares subalternos de América Latina y el Caribe: notas preliminares. En Vera, A. y Robichaux, D. *Familias y culturas en el espacio* (pp. 25-62). México: Universidad Iberoamericana.
- Tuirán, R. (2001). Estructura familiar y trayectorias de vida en México. En Gomes, C. (Comp.). *Procesos sociales, población y familia. Alternativas teóricas y empíricas en las investigaciones sobre vida doméstica* (pp. 23-65). México: FLACSO/Miguel Ángel Porrúa.
- UNESCO (2010). *Sexta conferencia internacional de educación de adultos. Informe final.* Alemania: Instituto de la UNESCO para el Aprendizaje a lo Largo de Toda la Vida.
- Universidad Iberoamericana León/Instituto de Planeación del Estado de Guanajuato/ Fundación Comunitaria del Bajío (2010). *Salud mental en familias Migrantes.* Guanajuato: Biblioteca IPLANEG.
- Woo, O. (2002). Mujeres y familias migrantes mexicanas en Estados Unidos. En Anguiano, M. y Hernández, M. (Eds.). *Migración internacional e identidades cambiantes* (pp. 251-258). México: El Colegio de Michoacán/El Colegio de la Frontera Norte.