Grupo de Apoyo Psicosocial para la Adaptación de la población joven migrante venezolana entre 18 y 28 años en la ciudad de Tunja, Boyacá.

Ángel Eduardo Porras Sánchez

Deisy Yohanna Medina Monroy

Universidad Nacional Abierta y a Distancia - UNAD

Escuela de Ciencias Sociales Artes y Humanidades - ECSAH

Programa de Psicología

2023

Grupo de Apoyo Psicosocial para la Adaptación de la población joven migrante venezolana entre 18 y 28 años en la ciudad de Tunja, Boyacá.

Ángel Eduardo Porras Sánchez

Deisy Yohanna Medina Monroy

Director del proyecto

César Augusto Cetina Briceño

Proyecto social aplicado como requisito para optar al título de: Psicólogo

Universidad Nacional Abierta y a Distancia – UNAD

Escuela de Ciencias Sociales Artes y Humanidades - ECSAH

Programa de Psicología

2023

Resumen

Los procesos migratorios se consideran fenómenos sociales que impactan a las personas, tanto a migrantes como a la población de acogida, cuando una persona se enfrenta a realidades desconocidas muy probablemente puede encontrarse con un desequilibrio psicológico, ya que el proceso de migración está impregnado de pérdida de redes, costumbres, cultura y disposiciones, lo cual ubica a la persona migrante en situación de inadaptación, desajuste al entorno y vulnerabilidad; en la última década se observa un fenómeno migratorio en el vecino país de Venezuela, teniendo como destino diferentes países, pero que se muestra con más fuerza en Colombia ya que es el país más próximo para esta población.

Como respuestas a esta situación que se presenta ante la migración venezolana se implementó un grupo de apoyo psicosocial enfocado a 12 jóvenes migrantes quienes participaron en diversas actividades en las cuales se brindaron herramientas psicosociales que permitieron un aporte a su proceso de adaptación y a la aceptación de su nueva realidad, partiendo de la interculturalidad como elemento fundamental de inclusión a la población receptora.

Se estableció el grupo de apoyo a partir de siete fases y seis encuentros presenciales, en los cuales se generaron espacios de participación y reflexión a partir de experiencias vividas, construcción de un metaplan, orientación en rutas de acceso a servicios e intercambio cultural, logrando con ello potencializar recursos y habilidades psicológicas en los jóvenes, replanteando este proceso migratorio como oportunidad de reflexión y construcción de nuevos propósitos en su proyecto de vida; lo que permitió identificar el impacto que tiene el acercamiento a las culturas para favorecer condiciones para la adaptación, pero más allá, la necesidad de promover los procesos oportunos de regularización, teniendo en cuenta que el acceso a los servicios básicos generan un sentido de pertenencia, necesario para aceptar un cierre del proceso

migratorio; finalmente los jóvenes están expuestos a este tipo de cambios y con ello, a diferentes problemáticas, por lo tanto, se debe aprovechar la intención de participación que caracteriza esta etapa del ciclo vital.

***Palabras clave*:** Adaptación, cultura, grupo de apoyo, juventud, migración.

Abstract

Migratory processes are considered social phenomena that impact people, both migrants and the host population, when a person faces unfamiliar realities, he/she may very likely encounter a psychological imbalance, since the migration process is impregnated with the loss of networks, customs, culture and dispositions, which places the migrant in a situation of maladjustment, maladjustment to the environment and vulnerability; in the last decade, a migratory phenomenon has been observed in the neighboring country of Venezuela, with different countries as destinations, but with greater force in Colombia, since it is the closest country for this population.

In response to this situation of Venezuelan migration, a psychosocial support group was implemented for 12 young migrants who participated in various activities in which psychosocial tools were provided to help them adapt to and accept their new reality, based on interculturality as a fundamental element of inclusion of the receiving population.

The support group was established from seven phases and six face-to-face meetings, in which spaces for participation and reflection were generated based on lived experiences, construction of a metaplan, orientation in access routes to services and cultural exchange, achieving with This will potentiate resources and psychological skills in young people, rethinking this migratory process as an opportunity for reflection and construction of new purposes in their life project; which made it possible to identify the impact of approaching cultures to favor conditions for adaptation, but beyond that, the need to promote appropriate regularization processes, taking into account that access to basic services generates a sense of belonging, necessary to accept a closure of the immigration process; Finally, young people are

exposed to this type of change and with it, to different problems, therefore, the intention of participation that characterizes this stage of the life cycle must be taken advantage of.

Keywords: Adaptation, culture, support group, youth, migration.

Tabla de contenido

Introducción 13

Planteamiento del Problema 16

Justificación 19

Objetivos 21

Objetivo general 21

Objetivos específicos 21

Marco Conceptual y Teórico 22

Adaptación 22

Juventud 27

Salud Mental en el Proceso Migratorio 29

Movilidad Social 32

Grupo de Apoyo 33

Marco Legal 35

Metodología 38

Proyecto Social Aplicado 38

Enfoque 38

Modelo 39

Beneficiarios 39

Técnicas de Recolección de Información 40

Metaplan 40

Encuestas de Caracterización y Evaluación 40

Observación Participante 41

Diario de Campo 41
Procedimiento 42
Fase de Alistamiento 42
Fase de Integración 44
Fase de Identificación del Proceso Vivido 51
Fase de Caracterización 54
Fase para la construcción de redes solidarias 59
Fase de Identificación e Integración Cultural 64
Fase de Evaluación 67
Cronograma 69
Presupuesto 70
Resultados 71
Fase 2 Integración 71
Fase 3 Identificación del proceso vivido 77
Fase 4 Caracterización 88
Fase 5 Rutas de atención para la creación de redes solidarias 121
Fase 6 Identificación e intercambio cultural 124
Fase 7 Evaluación 125
Análisis por categorías 132
Conclusiones 133
Recomendaciones 139
Referencias bibliográficas 141

Lista de Apéndices

Apéndice A. Consentimiento Informado. 156

Apéndice B. Diarios de Campo 157

Apéndice C. Fotografías de fase de integración - convocatoria 158

Apéndice D. Fotografías de fase de integración - Primer Encuentro 159

Apéndice E. Fotografías de fase de Identificación del Proceso Vivido..... 160

Apéndice F. Fotografías de fase de Caracterización..... 161

Apéndice G. Fotografías de fase para la construcción de redes solidarias 162

Apéndice H. Fotografías de fase de Identificación e Integración Cultural..... 163

Lista de Tablas

Tabla 1 *Fase de planeación y logística* 42

Tabla 2 *Fase de integración* 44

Tabla 3 *Cronograma de convocatoria* 50

Tabla 4 *Fase compartir de experiencias* 51

Tabla 5 *Fase de reconocimiento sociodemográfico* 54

Tabla 6 *Fase de redes solidarias y rutas de atención* 59

Tabla 7 *Fase de integración cultural* 64

Tabla 8 *Fase para evaluar el impacto* 67

Tabla 9 *Cronograma de actividades* 69

Tabla 10 *Recursos requeridos para el desarrollo del proyecto aplicado* 70

Tabla 11 *Convocatoria* 71

Tabla 12 *Respuestas de la aplicación del metaplan* 88

Tabla 13 *Resultados encuesta de evaluación* 125

Lista de Figuras

Figura 1 *Número de participantes inscritos y asistentes al primer encuentro* 73

Figura 2 *Clasificación del sexo de los participantes del GAP* 98

Figura 3 *Clasificación del tipo de documentación de los participantes en el GAP* 99

Figura 4 *Clasificación de la zona de residencia de los participantes del GAP*..... 100

Figura 5 *Clasificación del nivel de escolaridad de los participantes del GAP* 101

Figura 6 *Clasificación de preferencia espiritual de los participantes del GAP*..... 102

Figura 7 *Clasificación de los servicios con los que cuentan los participantes del GAP*..... 103

Figura 8 *Clasificación de estado de origen en Venezuela de los participantes del GAP*..... 104

Figura 9 *Clasificación de los medios de movilización que usaron los participantes del GAP* . 106

Figura 10 *Clasificación de las personas con las que realizaron el proceso de migración* 107

Figura 11 *Clasificación del tiempo de estadía en la ciudad de Tunja de los participantes del GAP*..... 108

Figura 12 *Clasificación del tiempo transcurrido desde la ciudad de origen hasta la ciudad de Tunja* 109

Figura 13 *Clasificación del estado de las posibilidades actuales de los participantes del GAP* 110

Figura 14 *Clasificación de la estadía de los participantes del GAP* 111

Figura 15 *Clasificación del tiempo de descanso de los participantes del GAP* 112

Figura 16 *Clasificación del tiempo de ingesta de alimentos por los participantes del GAP* 113

Figura 17 *Clasificación del número de personas con las que viven los participantes del GAP* 114

Figura 18 *Clasificación de los ingresos económicos mensuales de los participantes del GAP* 115

Figura 19 *Clasificación del desarrollo de actividad física en los participantes del GAP*..... 116

Figura 20 *Clasificación del tipo de actividad física que realizan los participantes del GAP* ... 116

Figura 21 *Clasificación en torno a la identificación de las emociones de los participantes del GAP* 118

Figura 22 *Clasificación en torno al manejo de las emociones por parte de los participantes del GAP* 118

Figura 23 *Clasificación de la actitud frente a situaciones de conflicto* 120

Figura 24 *Mapa de actores, redes solidarias que percibían los participantes antes* 121

Figura 25 *Mapa de actores, redes solidarias que percibían los participantes después* 122

Figura 26 *Análisis de contenido* 132

Introducción

De acuerdo con Del Bosque y Aragón (2008) la adaptación desde la psicología "implica hacer referencia a un constructo que tiene suma importancia en el desarrollo y bienestar del individuo; es uno de los conceptos que permite tener un referente de la estabilidad emocional y de la personalidad." (p. 289), por lo tanto, generar condiciones adecuadas para que la población joven migrante puede forjar una adaptación gradual a un entorno nuevo y esto le permitirá continuar desarrollándose para lograr un bienestar.

Los psicólogos proponen por el bienestar del individuo desde la creación de estrategias psicosociales que fortalezcan la salud mental de éste, entendiendo esta como el bienestar biopsicosocial del individuo, por lo cual a través de la implementación del Grupo de Apoyo Psicosocial se buscaba generar esas condiciones para una adaptación del joven migrante, quien ha tenido una ruptura de la realidad, en la que se desdibujan tradiciones, significaciones y costumbres, por lo cual es importante dar herramientas que aporten en el fortalecimiento de la salud mental.

Este programa se constituyó por siete fases y seis encuentros presenciales, que tuvieron una duración de once (11) meses, en los cuales, a partir de la generación de espacios, se avanzó en el reconocimiento de la realidad de cada participante en cuanto a su proceso migratorio y su pasado en el país de origen; trayendo con ello reflexiones y auto reconocimientos.

Al incorporarse en la realidad de los participantes a través de los espacios compartidos, se evidenció que el proceso que se vive trae cierta incertidumbre y miedo, puesto que es enfrentar algo desconocido, pues en su país de origen se había alcanzado cierto nivel de realización, pero en Colombia no tiene la misma validez, además que, las dinámicas, hábitos y costumbres se transformaron de forma impredecible. Cada una de las fases implementadas trajo consigo

aprendizajes y reflexiones para los participantes, incluidos los profesionales en formación de psicología. Encontrando que el clima, el vestido, las relaciones socioafectivas, los logros y hasta la independencia económica se vio afectada.

Además, al reconocer el proceso vivido desde el ayer, el caos de salir y el ahora, potenció la autogestión de cada participante, pues éste se describe como una persona diferente, que logra demostrar que puede alcanzar lo que se propone y que, a pesar de las adversidades, puede incorporarse al nuevo entorno, desde el fortalecimiento de redes de apoyo.

Cuando se habla de las dificultades, consecuencias, oportunidades y factores protectores los participantes alzan su voz como mecanismo de auto reconocimiento, pues sienten que han tenido que sobrellevar la situación de manera empírica, pues no hay una institucionalidad que apoya el proceso, sin embargo, esto permitió que cada uno se aferrara a las expectativas y luchará por una mejor calidad de vida.

Por otro lado, luego de brindarles información sobre la normatividad colombiana y las rutas de acceso a servicios permitió que los participantes se incorporarán a la nueva realidad, fortaleciendo las redes solidarias para la garantía de derechos fundamentales, previniendo con ello situaciones que generen vulnerabilidad; puesto que aumentaron las redes solidarias a las que podían acceder.

En cuanto al encuentro intercultural, logró que los participantes reconocieran éste como: “la primera vez que compartían con colombianos”, ya que manifestaron sentir cercanía con ellos, pues la participación activa de la comunidad receptora afianzó una perspectiva de apoyo, pues se mostró comprensión del proceso migratorio, es de resaltar que, participantes colombianos tomaron este espacio como una reconciliación con prejuicios con la comunidad migrante,

reflexionando sobre la particularidad de cada sujeto y la importancia de dar una segunda oportunidad a partir de la validación del otro.

Finalmente, en la evaluación de los resultados significativos, se evidenció el aporte que los participantes reconocieron luego del desarrollo del Grupo de Apoyo Psicosocial, en el que establecen que esta experiencia les permite trascender a través de la motivación de continuar avanzando en la comunidad de acogida, así mismo, se observa compromiso en promover y participar en más actividades, pues la participación de personas venezolanas y colombianas fomentan condiciones para la adaptación.

Planteamiento del Problema

En los últimos años la situación económica, social, cultural y política de Venezuela, está dejando consecuencias devastadoras en los jóvenes migrantes, evidenciando incertidumbre y miedo en la situación que se debe enfrentar por supervivencia, encontrando en ésta un obstáculo para la gestión y superación de los procesos adaptativos en el país que le acoge.

En Tunja de acuerdo con la información ofrecida por migración Colombia para el año 2022, se calcula que hay 2.477.588 venezolanos en el territorio nacional para el corte de febrero, de los cuales 8.908 venezolanos se encuentran ubicados en la ciudad de Tunja, representando el 0,3% del total de la población migrante en el territorio nacional, lo que hace referencia a su vez, de la magnitud y el carácter masivo de este fenómeno.

El Departamento Administrativo Nacional de Estadística - DANE (2022) por medio de la Encuesta Pulso de la Migración, muestra que la población migrante en un 29,7% se han sentido discriminada, pero luego se han sentido integrados en la comunidad de acogida, puesto que esta encuesta se aplica en diferentes fases con una diferencia de 5 meses en la que se encuentra que, de los 15 a los 25 años un 36,54% y de los 25 a los 54 años un 40,00% se sienten completamente integrados a la sociedad, pero más de la mitad de los participantes muestran inconformidad con este aspecto, lo cual influye de manera negativa en propiciar condiciones para adaptarse a la sociedad. También se resalta que un 49,9 % de los participantes se sienten identificados con la cultura colombiana, por lo que se infiere que el proceso de incorporación es un proceso que requiere tiempo y construcción de condiciones para que se dé una adaptación oportuna.

Por otro lado, el DANE (2022) muestra que los migrantes tiene un alto desconocimiento en las instituciones que les permiten acceder a servicios, un 44,6 % refieren desconocer instituciones de seguridad jurídica para el restablecimiento de derechos (Fiscalía de la Nación,

Jueces y Magistrados); un 47,7% la defensoría del pueblo; un 14,1 % la secretaría de educación; un 11,4% secretaría de salud; 6,2% a migración Colombia; y un 3,7% a la policía. Situación que permite que los DDHH sean fácilmente vulnerados.

Julio Carrillo Romero, coordinador de Migración Colombia en Boyacá, informa que el departamento tiene 31.000 migrantes venezolanos aproximadamente y sólo 6.000 de ellos están regularizados (Gobernación de Boyacá, 2022), estos datos se obtienen luego de la implementación de la resolución 2289 de 2021, que pretende dar permisos de protección temporal, documentación que les permite acceder a los servicios de salud, educación, trabajo, entre otros servicios a esta población. Es de resaltar que, en Tunja sólo 200.000 personas se acogieron a este beneficio, encontrando que está situación pone en riesgo a la población migrante, pues se evidencia en la llegada de madres gestantes a los partos, sin una atención previa al proceso de gestación, y atención de salud en general.

Teniendo en cuenta estas dificultades que se presentan en la población migrante, el malestar que puede generar en el lugar de destino, y observando la acción del psicólogo en el contexto comunitario que de acuerdo con el Colegio Colombiano de Psicólogos (2020), se hace pertinente trabajar con la población migrante en la promoción de programas que busquen fortalecer las dinámicas sociales, la mediación de conflictos, el fortalecimiento de los miembros de la comunidad y ser agente de cambio, mitigando con ello la exclusión de la comunidad migrante al entorno de llegada y viceversa.

Según la Organización Internacional de Trabajo, la población joven migrante se dimensiona como el 10% de colectividad que más movilidad representa, y muestra que, ésta tiene problemas para acceder a empleos dignos; aunado a esto, de acuerdo con Peralta (2019), establece que el proceso de adaptación inicia con la regulación de la persona migrante, pues esto

le permite el acceso a servicios, lo cual fomenta que el desarrollo de las diferentes esferas continúe el proceso; cuando no se realiza una integración adecuada al nuevo contexto el joven se enfrenta a dificultades para lograr identificarse con una realidad y trabajar en la construcción de ésta, además que interfiere con la conexión y acercamiento a ella. El joven migrante se enfrenta a realidades desconocidas en el que las representaciones sociales pueden ser conflictiva con los imaginarios creados en él, entonces cada una de las dimensiones pueden afectarse, pues la migración debe llevar un paso a paso para la garantía de acceso, situación que, de ser ignorada, lo pone en desventaja y trunca un desarrollo integral en el sujeto; más aún, cuando se reconoce que los cambios sufridos giran en torno al desequilibrio de hábitos cotidianos, como la alimentación, el descanso, la actividad física, los tiempos de ocio y un conglomerado de circunstancias que son transformadas por el fenómeno migratorio.

Justificación

Éste proyecto aplicado es necesario para la comunidad en general, porque se convierte en una forma de contribuir en el desarrollo de la sociedad aportando al cumplimiento del objetivo del desarrollo sostenible 10 enfocado en la "Reducción de las desigualdades", pues por medio de éste, se busca que la persona migrante pueda tener un mejor proceso de adaptación al nuevo entorno, lo cual genera en él un compromiso con la ciudad y sin duda permite que los ciudadanos eliminen prejuicios contra ésta población, entendiendo que la migración no es un proceso sencillo de realizar, debido a las complejidades, peligros y riesgos que se enfrentan en el proceso migratorio, entendiéndolo como un fenómeno social que pretende la supervivencia, y suplencia de necesidades en el que se experimenta sufrimiento y desarraigo por lo que quedó en el país de origen.

El desarrollo de éste proyecto social aplicado constituye una motivación, pues su aplicación busca ofrecer una oportunidad de compartir experiencias y reconstruir las oportunidades, mediante la implementación de un grupo de apoyo psicosocial, además, es una oportunidad de promover la salud mental a partir de los recursos sociales y de redes de apoyo, llevando a eliminar acciones asistencialistas, ya que se pretende fortalecer las habilidades psicológicas y sociales como una fuente de potencialización en el individuo, logrando una adaptación adecuada, lo que genera nuevas oportunidades para la sociedad en general y nuevas herramientas a los psicólogos en formación que participan en el desarrollo del programa.

Para la psicología el desarrollo de éste programa se puede convertir en un referente para el acompañamiento de la población migrante, pues en él se busca reconocer los aspectos trascendentales del proceso de adaptación en esta población, a través de la experiencia y reconocimiento de los participantes se logrará observar como la exposición a estrés debido al

proceso de desarraigo que sufre la población migrante y la carencia de herramientas de afrontamiento, provoca en el sujeto desmotivación, momentos de frustración y deterioro en el contexto social, por lo cual el rol del psicólogo en el acompañamiento de la comunidad expuesta a este tipo de procesos, se convierte en una manera de abrir espacios que le permitan realizar procesos interculturales que eviten el choque entre costumbres y posteriormente la dificultad en la adaptación. Por lo tanto, se hace necesario que haya una mediación entre culturas, entendiendo que las significaciones, valores y tradiciones pueden ser dispares, permitiendo analizar el proceso en jóvenes migrantes que residan en Tunja por lo menos hace seis meses, que es el tiempo requerido para reconocer el proceso de adaptación de manera negativa o positiva.

En cuanto a la población migrante se dispondrán espacios que generen condiciones favorables para su adaptación y el restablecimiento del bienestar para la reconstrucción del nuevo proyecto de vida a partir de la potenciación y corresponsabilidad al observar esta nueva realidad como una oportunidad para iniciar nuevamente a partir de la integración a una nueva cultura, reconociendo los factores estresantes que surgen de la migración, para generar un intercambio cultural, que permita potenciar sus tradiciones y las del lugar de destino, para identificar como todos los procesos que giran en torno a la comunidad, influyen en la salud mental y las dinámicas sociales.

Objetivos

Objetivo general

Implementar un grupo de apoyo psicosocial como aporte a la salud mental para el proceso de adaptación inicial en jóvenes migrantes venezolanos en la ciudad de Tunja (Boyacá)

Objetivos específicos

Caracterizar la población migrante participante del grupo de apoyo psicosocial.

Establecer encuentros para la aplicación del programa de adaptación inicial como aporte para la salud mental de la población joven migrante.

Evaluar los alcances del grupo de apoyo psicosocial a través de una encuesta a la población juvenil de migrantes venezolanos para identificar la relevancia de la intervención en el aporte inicial de los procesos de adaptación.

Marco Conceptual y Teórico

Adaptación

La migración es un fenómeno que se encuentra presente en la historia de la humanidad, aun cuando es un proceso que se lleva a cabo de manera individual, tiene un gran impacto en la sociedad debido a la movilidad de grupos humanos (Castillo y Reguant, 2017), la migración se puede presentar a partir de factores internos como las expectativas de vida, realización, cuestiones culturales; o factores externos como la falta de oportunidades tanto laborales como educativas, crisis económicas, problemas de seguridad, dificultad para satisfacer las necesidades básicas (Aruj, 2008); no obstante, en los últimos tiempos ha tomado fuerza la migración forzada, ya sea por conflicto armado o desastres ambientales. Las personas se movilizan con la esperanza de encontrar una estabilidad y nuevas oportunidades en las que logren sobrevivir a las adversidades, pero la realidad es que, se enfrentan a un modo de vida distinto, en el que sus ideales, costumbres y cultura es radicalmente diferente a la presente en el nuevo contexto, encontrándose en un desajuste de su adaptación (Martínez y García, 2018).

Actualmente, Venezuela presenta uno de los fenómenos migratorios masivos en la historia de la región, por ello, Brito (2021), afirma que se ha convertido “en el segundo país después de Siria, con el mayor índice de movilidad humana” (p. 44); de acuerdo con esto, Aliaga (2021), hace referencia a la población venezolana migrante que supera los 5,5 millones para ese año, a su vez resalta éste éxodo como una migración forzada ya que muchas personas salen de este país por motivos de seguridad y protección de su vida y de sus derechos, por el aumento de la violencia, escasez de alimentos y medicinas, hiperinflación y conflictos sociales y políticos.

De acuerdo con Castillo y Reguant (2017), la migración es un proceso “consustancial a la humanidad”, que ha aportado al desarrollo de los pueblos y ha permitido un avance tecnológico,

generando beneficios a las comunidades. Es de resaltar, que este proceso tiene realidades particulares aun cuando mayormente se observa desde un conglomerado de personas que se movilizan, identificándose por medio de números y estadísticas; en concordancia con esto, Bazurto (2017), afirma que la definición cuantitativa de estos fenómenos va “generando la invisibilización del individuo y ubicándolo en un universo negativo y deshumanizador” (p. 144),

los diferentes procesos observados en torno a la migración venezolana han llevado a generar ideas referentes a los ciudadanos que se movilizan de este país, por ello el observatorio de Proyecto Migración Venezuela en su boletín de 2021 (citado por Colombia, OIM, 2021), afirma que en los últimos años ha aumentado una percepción negativa sobre la migración, a partir de la encuesta de percepción de la migración en Colombia lograron observar que entre mayo y junio del 2021, un 59% de la población encuestada afirma que la población migrante no le generaba ninguna confianza, al igual que el 28% se situaba en un punto intermedio y solo el 11% afirmaba que si les generaban confianza.

Ante las dificultades que se tienen en la adaptación de la población migrante debido a diversos factores que influyen en sus diferentes contextos, porque se tiene que gestionar el conflicto generado por la migración sumado al conflicto que se presenta al enfrentarse a un entorno diferente; de acuerdo con Posada (2017), parte de ésta población aún no logra establecerse en un territorio debido a las dificultades en el acceso a educación, inserción laboral o servicio básicos como la salud, sintiéndose aún extranjeros ya que no cuentan con procesos claros de inserción en el nuevo contexto, a su vez el Departamento Nacional de Planeación en el documento CONPES (3950), afirma que ha sido difícil identificar la totalidad de esta población debido a la situación de movilidad en que aún se encuentran muchas personas debido a no contar con estrategias que faciliten su asentamiento e integración social.

El ser humano se caracteriza por tener la capacidad de adaptarse al contexto mediante el afrontamiento de éste, sin embargo, no se puede decir que afrontar una situación es sinónimo de adaptación, pues esta se refleja en la funcionalidad que el sujeto tiene en su entorno. De acuerdo a lo expresado por Benito (1979), la identificación con el grupo le permite la potenciación al individuo. La cultura, se convierte en un mecanismo de adaptación, ya que esta está construida por valores y actitudes y hasta personalidades que guían la manera aceptada del comportamiento.

Murphy, (citado por Benito, 1979) propone que la conducta adaptativa en los seres vivos corresponde a la adquisición de la información del ambiente; el control interno para enfrentar situaciones de desadaptación y la autonomía para actuar, cuando se logra satisfacer necesidades, se puede tomar como anticiparse a la solución de problemas, lo cual disminuye la ansiedad, no obstante, su fracaso también puede influir de manera negativa en el proceso de adaptación.

La adaptación se puede dar de dos maneras, una como adaptación sociocultural y otra como adaptación transcultural, la primera, se enfoca en aprender habilidades y conocimientos culturalmente apropiados; mientras que la segunda, plantea que el individuo se transforma internamente, a partir de las aptitudes que desarrolle y le permitan sentirse bien dentro del contexto al que llegó (Sosa y Zubieta, 2015). No obstante, también se evidencia que unas de las barreras para la adaptación no son meramente culturales, pues la desintegración familiar es una variable importante (González y Prados, 2007).

Cuando no se trabaja por la adaptación en el joven migrante se deja a la deriva ese análisis de las afecciones psicosociales en la persona, la cual debe aprender a sobrevivir como pueda, pese al gran esfuerzo del sujeto, puede resultar siendo infructuoso, porque el proceso de migrar trae consigo un duelo, un desajuste de hábitos, modos de vida, de pertenencia. El interés por hacer acompañamientos en la salud mental del migrante se establece como esa atención

primaria que busca dar a la persona herramientas que contribuyan en su bienestar; además de promover la autogestión del mismo para lograr integrarse en la comunidad de acogida para lograr gestionar el proceso de manera eficiente, a partir de la acción psicosocial desde los subjetivo, interpersonal y político (Villa, 2012).

El fenómeno migratorio se debe analizar de manera interdisciplinar, puesto que es una situación compleja que requiere de ajustes atencionales, jurídicos y procedimentales para la efectiva incorporación, dado que, las soluciones requieren compromisos estatales, de salud, educación, sector laboral, entre otros, en el que se evalúe cuáles son las jerarquías que se requieren ir impactando de manera paulatina para generar oportunidades para todos. Desde disciplinas como la psicología se busca que desarrollen "estrategias de afrontamiento constructivo" (Ferrer et al., 2014, p.559), ya que la adaptación está relacionada con procesos cognitivos, motivacionales y afectivos.

Lazarus y Folkman (citado por Ferrer et al., 2014), plantean que el afrontamiento se debe hacer a partir de cognición (hacer una valoración del suceso de la manera menos amenazante posible), la conducta (toma de decisiones en cuanto al comportamiento al enfrentar situaciones cotidianas) y el afecto (regulación de emociones ante las situaciones vividas), pero esto en gran medida depende de las habilidades sociales del individuo y las redes de apoyo con las que cuente. Massey et al (1993), resalta la importancia de las redes en el proceso migratorio, en la "teoría de redes migratorias", en la cual se reconoce que la construcción de lazos interpersonales entre migrantes presentes y pasados, y no migrantes, contribuye en la disminución de costes y riesgos y aumenta el logro de objetivos planteados al inicio del proceso.

Triana y Arango (2012) en su programa de intervención sobre los "procesos de adaptación psicosocial en los migrantes colombianos", estos autores se centran en migrantes que

regresan a sus contextos, y se pueden analizar de sus modelos la importancia de las redes sociales y su creación y recuperación por medio de los grupos, en donde se pueden generar ambientes de integración para los migrantes. De acuerdo con Ferrer et al. (2014), el migrante se enfrenta a nuevos ambientes, costumbres y contextos sociales, por tanto, es importante desarrollar acciones que se dirijan entre lo cognitivo, lo conductual, lo afectivo y lo social, permitiendo valorar la situación, enfrentar el problema y gestionar las emociones que se generan en este proceso, a su vez, los autores proponen que es necesario ofrecer herramientas a la comunidad que acoge a los migrantes y establecer redes sociales para estos, teniendo en cuenta que es un proceso que no solo impacta a la población migrante sino también a quienes les reciben; Márquez (2012), establece un programa más individualizado tomando en cuenta aspectos clínicos de los que es importante resaltar fases como la identificación del proceso vivido, formación en habilidades de autoconocimiento, sociales y laborales, la identificación cultural a partir de visitas guiadas y la creación de redes de apoyo.

En el estudio realizado por Guevara y Alfaro (2021), se muestra el impacto positivo de la implementación de programas que permiten la inclusión de estudiantes en situación de foráneos, en el que se afirman que un buen proceso de adaptación le garantiza a la persona el éxito en su vinculación con los diferentes contextos con los que se encuentra en el lugar de destino, para los autores la orientación cultural constituye un eje fundamental en el proceso de adaptación, no como un proceso de imposición cultural, sino a partir de un intercambio, donde tanto las personas del lugar de destino como los migrantes puedan expresar y dar a conocer sus culturas permitiendo una comprensión del otro, los autores proponen además las redes de apoyo a partir de personas que comparten la misma cultura con el fin de que, ya habiendo vivido un proceso de adaptación, pueda aportar al proceso de otros; a su vez Silva (2021), resalta la importancia de

integrar estrategias con los diferentes actores que hacen parte del proceso migratorio, teniendo en cuenta que para que se genere un proceso de adaptación es necesario garantizar la seguridad y la regularización de la persona, así también establece la importancia de comprender la cultura tanto en las dinámicas sociales como en las variaciones idiomáticas, pues cuando se dificulta el acercamiento con la comunidad, puede generarse un aislamiento voluntario en la persona; finalmente Rincón et al. (2022), proponen el fortalecimiento de habilidades personales y sociales con el fin de fortalecer su actitud frente al proceso de adaptación que se relaciona con el contexto del lugar de destino.

Juventud

Esta corresponde a una fase de desarrollo de la persona, que no está totalmente fijada, pues se habla de adolescencia y adultez. Dávila (2004) plantea que ésta corresponde a "una construcción social, histórica, cultural y relacional, para designar con aquello la dinamicidad y permanente evolución/involución del mismo concepto" (p.90), puesto que, el reconocimiento de ésta, se da luego de reconocerles como sujetos de derecho, con pensamientos e ideales particulares a los estandarizados.

De acuerdo con el Ministerio de Salud de Colombia (s.f), se establece que el ciclo vital se divide en cinco etapas de desarrollo "primera infancia (0-5 años), infancia (6 - 11 años), adolescencia (12-18 años), juventud (14 - 26 años), adultez (27 - 59 años) y vejez (60 años y más)" (párr. 2), esta subdivisión permite reconocer el nivel de vulnerabilidad al que se enfrenta la persona de acuerdo con una condición etaria, lo que permite que se formulen, coordinen e implementen estrategias diferenciales de acuerdo a las necesidades del ciclo vital de cada persona.

De acuerdo con Erikson (1950), (citado por Bordignon, 2005), se plantea que el desarrollo de la persona emerge de acuerdo a unos estadios psicosociales, en el que se puede reconocer el tránsito de la población participante, ésta teoría expone que, la adolescencia: de 12 a 20 años, recorre el estadio: identidad versus confusión de roles – fidelidad y fe; y el joven adulto: de 20 a 30 años, el estadio: intimidad versus aislamiento – amor; la primera, plantea la identidad personal a partir de la identificación psicosexual, ideológica, psicosocial, profesional, cultural y religiosa ; la segunda, se basa en la construcción de confianza de la persona, ya sea en el amor o en las relaciones sociales, en el que se establecen lazos afectivos a través de sacrificios y compromisos con el otro, o por el contrario, optar por el individualismo o egocentrismo sexual, psicosocial e individual. Por lo tanto, se puede inferir, que es un proceso complejo el lograr esa identificación e intimidad porque es mucha la información que suministra el medio y es el sujeto quien debe establecer que espera, que desea y que puede construir con los recursos con los que cuenta.

En el libro Jóvenes y migraciones, Tavira et al (2019), compilan una serie de investigaciones multidisciplinares en las que se reconoce como el joven emprende el proceso migratorio, debido al rechazo de esas desigualdades e injusticias que se viven en el país de origen, en el que busca alcanzar una estabilidad, al comparar la situación actual con las expectativas de un futuro mejor en otro país; además de analizar los diferentes contextos problemáticos a los que los jóvenes migrantes se enfrentan; Lo anterior lo ratifica el estudio de Posada (2017), donde se deja en evidencia que los jóvenes migrantes han salido en busca de mayores oportunidades, pero el incorporarse al nuevo contexto se prolonga porque son muchas las dificultades que éstos encuentran, por ejemplo, el acceso a educación, salud y trabajo, situación que mantiene la incertidumbre del joven migrante.

Salud Mental en el Proceso Migratorio

La salud mental está ligada al bienestar de la persona, es por ello que la Organización Mundial para la salud - OMS, (2014), hace referencia de esta al definir "salud" como "un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades", (p.1), por ello, la salud mental es definida como el "estado de bienestar mental que permite a las personas hacer frente a los momentos de estrés de la vida, desarrollar todas sus habilidades, poder aprender y trabajar adecuadamente y contribuir a la mejora de su comunidad" (OMS, 2022). De acuerdo con Fierro (1997), el estrés se define como "la experiencia y la presencia de un desafío situacional a un sujeto agente con recursos escasos." (p.7), la resolución positiva de éste se inicia por el afrontamiento, procesamiento de la información, manejo de estímulos estresores, todo lo anterior desde la potenciación de recursos en la persona.

De acuerdo con el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia - UNICEF (2019), las cifras en cuanto a la salud mental de niños y jóvenes son cada vez más alarmantes, para este año se identificó que el 20% de los adolescentes del mundo padecen algún tipo de trastorno mental, el 15% de los adolescentes de países en desarrollo se plantearon el suicidio en algún momento y este a su vez ha pasado a ser la segunda causa de muerte entre jóvenes de 15 a 19 años. Mostrando así la realidad de la salud mental, que es afectada cada vez con mayor intensidad y presencia en niños y jóvenes.

En Colombia se puede observar diversas normativas que hacen referencia al funcionamiento de la prestación de los servicios en salud mental, aun así se evidencian dificultades para el acceso a este tipo de servicios pues, de acuerdo con Rojas et al. (2018), "el acceso al servicio continuó limitado y no por ausencia de leyes y planes, sino por variables actitudinales, sociales y estructurales propias del sistema de salud, que no dieron los frutos

esperados" (p.132), Por su parte Hernández y Sanmartín (2018), hacen referencia a las iniciativas fallidas en el establecimiento de políticas públicas que permitan un mejor acceso y funcionamiento de la prestación de servicios en salud mental, así también Flórez et al. (2020), afirman como los centros de salud mental, no cuentan con instalaciones suficientes ni han implementado las normativas establecidas, generando así más vulnerabilidad en los pacientes.

Conocer el impacto psicológico que produce la migración en las personas que viven este proceso, permite tener claridad sobre los elementos que pueden contribuir a la integración efectiva del individuo en la comunidad receptora. Se evidencia que el proceso migratorio produce sentimientos de ansiedad, tristeza y desesperanza, causados por la fracturación familiar entre padres e hijos, dejando de manifiesto síntomas relacionados con el sueño, ánimo y conflicto para construir relaciones interpersonales (Enríquez et al, 2021). El malestar psicológico que se presenta en el sujeto está relacionado con diferentes variables como la edad, el género y el nivel educativo, en referencia ello podemos afirmar que las personas adultas cuentan con más recursos psicológicos que le permiten el afrontamiento de situaciones nuevas; el género masculino cuenta con más habilidades sociales y el nivel educativo genera en la persona más recursos psicológicos y cognitivos (Álvarez, 2021).

No realizar un proceso adecuado de duelo seguido del proceso de migración puede provocar que el sujeto, perciba este proceso no como una oportunidad de inicio y restablecimiento, sino como un acto de huida, provocando signos relacionados con la tristeza, pensamientos recurrentes e intrusivos, insomnio, tensión, cefalea e irritabilidad (Montero y Delfino, 2021). Así como las bajas oportunidades laborales tienen una correlación con los problemas psicológicos (Bird et al., 2020), impactando en el estado de bienestar de la persona.

El proyecto de vida familiar en el migrante se torna compleja debido a que el sistema de salud colombiano no logra cubrir necesidades en cuanto a salud sexual y reproductiva, evitando que se tenga la posibilidad de tener atención en cuanto a la planificación familiar (Rubiano, 2020), a nivel general de salud los entes territoriales solo han logrado cubrir la atención a mujeres embarazadas y cubrir la vacunación infantil (Fernández y Orozco, 2018).

Se aprecia que la aculturación es fundamental en los procesos de adaptación; en el contexto educativo los casos de disparidad han llevado a replantear la interculturalidad como una forma de inclusión escolar, pues es evidente que existen discursos xenófobos que contribuyen al aislamiento de las partes (Marrugo, 2022), destacando como este proceso educativo es el que ha confrontado a los adolescentes con la crisis personal del proceso migratorio, pero les ha permitido la adaptación y restablecimiento de un proyecto de vida (Ortega y Pérez, 2020).

Es necesario resaltar la importancia de la espiritualidad en los procesos migratorios, comprendiendo ésta como la experiencia de sentirse parte de un todo, algo más profundo, que trasciende y que lleva a generar acciones en torno a ese sistema de creencias (Krmpotic, 2016), definida a su vez por Gómez (2012) como “un constructo social de palabras, conceptos, ritos y mitos que permiten dar sentido al mundo, crear una respuesta a los acontecimientos que le han ocurrido al desplazado” (p. 82), afirmando a su vez el impacto que tiene la espiritualidad en estos procesos de “asimilación” de la nueva realidad, pues no solo les permite sentirse parte de un colectivo, sino que también llevan a la reconstrucción de la vida de quienes han dejado sus tierras por diversas causas y debieron empezar desde cero.

Movilidad Social

La movilidad social en América latina según el análisis realizado por Kessler (2019), establece que al cuestionar estos aspectos se puede sesgar la información debido a la pobreza subjetiva que las personas perciben en cuanto a su situación, encontrando que en Colombia se mantiene en un quinto y cuarto lugar de los 18 países consultados, en cuanto a percepción de pobreza, riqueza, y movilidad social intergeneracional, mientras que Venezuela se posiciona en el lugar 17 y 18 de la escala.

La mayoría de los colombianos no perciben la movilidad social de manera positiva, puesto que las generaciones actuales sienten que su capacidad económica es inferior a la de sus antecesores, reforzando la idea de que la riqueza es heredada entre ricos, sin embargo, se guarda la esperanza de que sus descendientes sí tengan la posibilidad de mejorar su situación económica (Londoño, 2011). Sin embargo, de acuerdo con la decisión de la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico, en cuanto a la inclusión de Colombia a este organismo, se establece que el país ha tenido una movilidad social positiva, representada en el aumento de la clase media, en el que se reconoce la disminución en cuanto a desigualdad social, esta se ha mitigado a partir de la política social, que pretende atacar la pobreza con subsidios (Uribe y Ramírez, 2019); partiendo de esta realidad, Villa et al. (2017), afirma como estos procesos asistencialistas “generan en la gente un lugar mendicante, dependencia y desempoderamiento” (p. 14), lo que impacta no solo en las dinámicas sociales sino en la limitación de las oportunidades, autonomía y la reconstrucción de la persona ante el proyecto de vida, formando una identidad de víctima social.

Venezuela según el informe del Programa de Naciones Unidas para el Desarrollo en 2017, establece que ha caído 16 puestos de Desarrollo Humano en los últimos 5 años,

encontrando que en el país aumenta el empobrecimiento y la desigualdad, la hiperinflación que tiene el país, disminuye el poder adquisitivo de los habitantes, lo cual puede provocar un éxodo masivo en búsqueda de nuevas oportunidades, por lo que se afirma que, la desigualdad aumenta y la movilidad social se limita porque sólo se proyecta a condiciones de vida precarias (PROVEA, 2019).

Con base en lo expuesto anteriormente, es necesario comprender que el acto de migración se da por supervivencia y que es necesario contribuir en el desarrollo de la comunidad migrante, contemplando las posibilidades con las que se cuenta en Colombia, que como ya se sabe, en décadas anteriores esta migración fue a la inversa; entonces, es la hora de contribuir a las personas que están pasando por situaciones difíciles, pues la migración, que en su mayoría es de jóvenes se convierte en una oportunidad de potenciación en cuanto a las habilidades de ayuda para con el otro, mostrando la capacidad articulada de los profesionales en la promoción de la salud mental a partir de las crisis.

Grupo de Apoyo

La intervención psicosocial pretende reconocer a las personas intervinientes en el proceso como cocreadoras de las acciones que requieren para transformar problemáticas y necesidades sociales que le afectan directamente, en el que, quien interviene se convierte en un orientador de posibles fases articuladas a partir del diagnóstico contextualizado, en el que se pretende que la persona se sienta bien consigo misma, con su vida y con su entorno (Blanco y Marín, 2007).

La intervención psicosocial se centra en la participación de las comunidades articulada con los diferentes actores que hacen parte de esta, a su vez, busca el desarrollo y permite mitigar el impacto de las problemáticas que experimentan los participantes de la población intervenida (Aguirre, et al. 2019), a partir de la participación social se potencian habilidades y recursos

personales para el control de la propia vida a partir de la concienciación de su papel en el cambio. En Colombia, en el marco de la implementación del Modelo Integral para la salud se plantea la necesidad de trabajar con grupos de apoyo para mitigar problemas de salud mental en las comunidades, pues este se convierte en una alternativa de alivio para las personas que enfrentan situaciones de crisis, con ello se pretende generar una comprensión mutua del problema, buscando que el desarrollo de éste se dé en un ambiente de confianza y contención; este espacio debe ser dirigido por un profesional que logre dar un acompañamiento integral para afrontar una situación conflictiva (Ministerio de Salud, 2018).

Es importante que la población de jóvenes migrantes pueda tener como opción la participación en Grupos de apoyo, en donde se genere el intercambio de experiencias, entre los mismos migrantes y la cultura receptora, de manera que se superen percepciones y significaciones, que lleven a comprender al otro, ofreciendo entornos de esperanza y alternativa que permitan ver la migración como una oportunidad de potenciar una nueva cultura. Es de resaltar que esta interacción puede traer un flujo de saberes complementarios para construir una realidad participativa y menos apática a los problemas ajenos, con el fin de comprender que nadie está libre de tener que vivir una crisis como la migración, en el que no se trata de buscar un porqué sino un para qué.

Marco Legal

De acuerdo con el artículo 13° de la Declaración Universal de los Derechos Humanos (DDHH) dada en París el año 1948, se establece que toda persona puede circular libremente en un territorio, al igual que puede salir y regresar a su territorio, por su parte el artículo 14° de los DDHH establece que ante un caso de persecución, las personas pueden buscar asilo en cualquier país y disfrutar de este; por su parte en la resolución 70/1 aprobada por la Asamblea General de las Naciones Unidas en el año 2016, se destaca en el numeral 39° el compromiso por combatir la xenofobia, el racismo y la discriminación, al igual que se tomarán las medidas necesarias para mejorar la integración e inclusión de los migrantes, con el fin de facilitar el acceso a educación, atención en salud, justicia y la enseñanza de los idiomas; la resolución 04/19 del 2019 de la comisión interamericana de Derechos Humanos en el principio 39 establece que se debe "garantizar la integración de los migrantes en la sociedad mediante la aplicación de medidas positivas. Dicha situación no debe estar condicionada a la pérdida de la identidad nacional ni cultural de sus países de origen", a su vez en el principio 63 se establece que los estados deben promover y destinar recursos para el desarrollo de políticas, programas y gobiernos que busquen la integración local de los migrantes garantizando los derechos, y donde se tomen en cuenta no solo las poblaciones migrantes sino también las nacionales, logrando así la prevención de la xenofobia y disminución al temor de perder espacios.

La Constitución Política de Colombia del año 1991, reordena el poder político al transformar al país en un estado social de derecho, en el cual la participación ciudadana es fundamental. La carta magna establece en el artículo 100 que "Los extranjeros disfrutarán en Colombia de los mismos derechos civiles que se conceden a los colombianos. No obstante, la ley podrá, por razones de orden público, subordinar a condiciones especiales o negar el ejercicio de

determinados derechos civiles a los extranjeros", con el fin de hacer visible esta integración, en los últimos años se han dado procesos que facilitan la documentación de migrantes en el territorio colombiano, mediante el decreto 1067 de 2015 del Ministerio de Relaciones Exteriores, se crea el permiso por protección temporal (PPT), tres años después se renueva con la resolución 5797 de 2017 del Ministerio de Relaciones Exteriores, en la que se crea el Permiso Especial de Permanencia (PEP), para luego adoptar el documento actual que se establece mediante el decreto 216 de 2021, el Estatuto Temporal de Protección para Migrantes Venezolanos, con un periodo de 10 años sin renovación.

La ley 1090 de 2006, la cual reglamenta el ejercicio de la profesión de Psicología y dicta el Código Deontológico y Bioético y otras disposiciones, establecen de manera concreta el deber y el derecho del psicólogo en su ejercicio profesional, donde se plantean los principios de justicia y no maleficencia, a partir de los que se debe procurar por la autonomía y beneficencia de la persona o comunidad acompañada; lo cual garantiza el buen ejercicio profesional y promueve los derechos del cliente o usuario frente a la participación en programas psicosociales orientados por psicólogos.

La ley 1616 de 2013, por la cual se reglamenta la normatividad pertinente a la salud mental y otras disposiciones, en el cual se precisa sobre el derecho a la Salud Mental desde la atención integral e integrada, centrada en la promoción de la salud a partir de los servicios de atención primaria para la prevención de la enfermedad entendiendo que su aplicabilidad les corresponde a todas las instituciones articuladas con el Sistema General de Seguridad Social en Salud.

En lo referente al sector de salud, el Consejo Nacional de Política Económica y social (CONPES, 3950), dirige sus acciones en aportar al ciudadano venezolano, atención en urgencias,

vacunación, atención a madres gestantes, mediante el aseguramiento al régimen de salud, que de acuerdo con el Decreto 2353 de 2015 en el artículo 40° “La población migrante de la República Bolivariana de Venezuela”, cumplen con las condiciones para ser afiliados al régimen subsidiado.

En el plan de Desarrollo Departamental 2020-2023, en el programa 12 se establece la propuesta “Boyacá avanza en el reconocimiento de la población migrante”, en el que se hace referencia a la ejecución de estrategias con el fin de integrar a la población migrante, así, de acuerdo con el Informe y análisis de la Gestión y Resultados del plan de Desarrollo del año 2022, se establece que dicho programa ha tenido un resultado sobresaliente con el 80% de su cumplimiento en el cuatrienio.

En lo que respecta a nivel territorial, el Plan de Desarrollo Municipal 2020-2023 de la ciudad de Tunja, propone una estrategia de “Paz y Reconciliación” dentro del programa “Construcción de paz y convivencia ciudadana”, en el que establece la implementación de estrategias de atención a la población migrante, en concordancia con ello, se genera la estrategia “Aseguramiento en salud para migrantes venezolanos en Colombia” con la que se ofrece atención a la población migrante en la Alcaldía de la ciudad de Tunja, con el fin de orientar el proceso de afiliación al régimen subsidiado de salud.

Metodología

Proyecto Social Aplicado

Los proyectos sociales pretenden desarrollar acciones en torno a las poblaciones vulnerables con la finalidad de mitigar el impacto de problemáticas que se puedan presentar en las comunidades, se constituye por tanto, como una "herramienta que permite inducir un cambio a partir de las iniciativas de los actores que interactúan en un territorio o sector específico" (Baca y Herrera, 2016, p. 70); siendo entonces un proceso que aporta al desarrollo de las comunidades y a la reducción de las desigualdades que pueden presentarse.

Teniendo en cuenta a Bustos (2020), estos proyectos se diferencian de los proyectos de investigación en su finalidad, ya que en este último se pretende comprender y explicar una realidad, mientras en el proyecto social o de desarrollo, se busca la transformación de la realidad. Es por ello, que un proyecto social promueve la participación de en torno a los contextos sociales, la identificación de la realidad desde diagnósticos contextualizados y la implementación de acciones que permitan y generen el cambio.

Enfoque

Para el desarrollo de este proyecto social aplicado se toma el método mixto, que de acuerdo con Hernández Sampieri et al (2014), estos representan "procesos sistemáticos, empíricos y críticos de investigación e implican la recolección y el análisis de datos cuantitativos y cualitativos, así como su integración y discusión conjunta, para realizar inferencias producto de toda la información recabada" (p. 534), este enfoque se presenta debido a que se pretende recolectar y analizar datos cuantitativos a partir de la encuesta de caracterización y datos cualitativos desde el metaplan, los testimonios ofrecidos, la observación participante y los diarios

de campo, llevando a reconocer la realidad de la comunidad participante a partir de datos relevantes.

Modelo

El presente proyecto se basa en el modelo del cambio social, el cual busca hacer partícipe a las personas de la dinámicas sociales de la comunidad en la que se desarrollan, Mesa y Restrepo (2020), afirman que este modelo se puede observar cómo ambicioso, debido a que busca mejorar o generar un cambio en toda una gama de factores centrados en la libertad y la participación; Buelga et al. (2009), hace referencia a cómo este modelo lleva a la participación ciudadana en medio de las políticas y dinámicas sociales, haciendo énfasis en la activación de la comunidad y la consciencia social que lleva al reconocimiento de las necesidades, situaciones y recursos con los que se cuentan.

De acuerdo con Montero (2006), este modelo se presenta como un proceso en el que las comunidades desarrollan acciones en torno a problemáticas que puedan afectar sus dinámicas de relación y bienestar, a su vez, resalta que por medio de este modelo las comunidades pueden identificar las necesidades existentes o generar otras; por su parte Carnaval (200) afirma que este es un modelo dinámico, que se orienta al futuro, que se constituye de la actividades humana, y que tiene valores como la equidad, la libertad y el amor, donde el punto de partida es la conciencia del problema para la generación de acciones.

Beneficiarios

Directos: Este proyecto se llevó a cabo con la participación de 12 Jóvenes migrantes venezolanos en Tunja, que salieron de Venezuela hace más de 6 meses, con edades entre 18 a 28 años.

Indirectos: Aporta al bienestar de las familias de los participantes, debido a que pueden percibir de manera diferente la situación que están enfrentando; también la comunidad receptora se verá beneficiada porque al reconocer las circunstancias y motivaciones del proceso podrá aportar en la integración del joven migrante y acercarse sin prejuicios. Por último, los psicólogos en formación pueden obtener aprendizajes a partir de la experiencia y ejecución del grupo de apoyo psicosocial.

Técnicas de Recolección de Información

Metaplan

El metaplan de acuerdo con Jiménez (s.f.), se constituye como una herramienta de metodología social participativa, que permite la interacción de los grupos y facilita la identificación de las percepciones en torno a temas específicos, para el desarrollo de éste, se dispone de marcadores, papeles en el que cada persona pueda escribir sus ideas y percepciones, y un tablero en el que se colocan estas y a las que tienen acceso los participantes, las categorías en las que se desarrollará el metaplan son: dificultades, consecuencias, oportunidades y factores protectores.

Encuestas de Caracterización y Evaluación

Las encuestas son instrumentos que permite obtener gran cantidad de información cuantitativa o cualitativa, de igual manera permite optimizar el tiempo que se invierte en entrevistas u observación participante (Gallardo y Moreno, 1999), a su vez, estas permiten tener una aproximación a la realidad que viven los diferentes grupos, desde el conocimiento de las estructuras, características, dinámicas, acontecimientos y experiencias (Alcaldía de Medellín, 2019). La encuesta de caracterización se desarrolla a partir de preguntas cerradas que buscan comprender aspectos como hábitos alimenticios, hábitos de sueño, tiempo de desplazamiento,

nivel económico, nivel educativo, constitución familiar, ingresos económicos, acceso a servicios, entre otros.

La encuesta de evaluación se constituye de preguntas abiertas en las que se busca comprender la percepción de los participantes en torno al desarrollo de los diferentes encuentros y su impacto en las diferentes esferas que integran su realidad.

Observación Participante

Esta se constituye como una técnica que permite la inmersión al campo y nos ayuda a la comprensión de la realidad social, esta técnica lleva a que el investigador se involucre en el contexto que pretende estudiar, de manera que no solo observa sino que también acompañe y comparta las experiencias del grupo de estudio (Robledo, 2009); a su vez, Vitorelli et al. (2014), afirma que esta "consiste en la inserción del investigador en el interior de un grupo estudiado, desnudándose de prejuicios e integrándose en él para comprender mejor sus rituales y significados culturales" (p. 76), de esta manera, la observación participante se desarrolla desde la participación e integración de los investigadores en la integración del grupo de apoyo psicosocial, de manera que se busca no solo observar sino el aprehender las dinámicas de esta población desde el acompañamiento y el compartir.

Diario de Campo

Este es una técnica que acompaña a la observación participante y funciona como un apoyo a la memoria del investigador, de manera que le permite reflexionar sobre las experiencias vividas en torno a la población objeto de estudio (Luna, et al. 2022), en esta ocasión se desarrolla el diario de campo por semanas y se complementa con una matriz DOFA, permitiendo que se analicen los eventos que se presenten y se dé una visión más objetiva por parte de los investigadores.

Procedimiento

Fase de Alistamiento

Esta fase está constituida por la construcción teórica y detalles logísticos que se planean usar en la implementación, con el objetivo de tener mayor claridad del tema y la guía objetiva que requiere éste, se trata de la fundamentación de la propuesta, el cual permite reconocer la problemática identificada y la formulación del programa de adaptación que se pretende aplicar, así como también la disposición de los recursos que se van a necesitar para el desarrollo del programa.

Tabla 1

Fase de planeación y logística

Fase de alistamiento	
Nombre de la acción	Planeación
Objetivo	Fundamentar acciones que permitan un abordaje primario y acercamiento con la población.
Población	Se trabajará con 15 a 20 jóvenes migrantes venezolanos con edades entre 18 a 28 años.
Actividades	Reconocimiento de la realidad a partir de referentes teóricos y situación presente Propuesta del programa a implementar. Disposición de recursos.

Recursos	Psicólogos en formación Profesional en psicología Conexión a internet Libreta de apuntes Esferos Tiempo: 1 mes
Resultados esperados	Los estudiantes Unadistas en formación centrarán los intereses que el programa “Grupo de Apoyo Psicosocial” pretende acompañar, entendiendo los fenómenos que se presentan en el proceso migratorio y las posibles variables que afectan la adaptación de la persona. Los estudiantes Unadistas en formación construirán el programa de adaptación enfocado a jóvenes migrantes venezolanos para redireccionar el proyecto de vida de los participantes. Los estudiantes Unadistas en formación podrán reconocer la organización requerida para realizar una implementación adecuada e integral del programa elaborado para el abordaje de la comunidad acompañada. Se evaluarán los recursos materiales y de logística que se requieren para la implementación del programa de adaptación, logrando que el estudiante indague sobre dónde, cuándo y cómo se desarrollará dicho programa.

Fuente. Autoría propia

Fase de Integración

En esta fase comprende dos momentos: el primero en el que se hace la invitación a los participantes para la conformación del grupo de apoyo psicosocial, esta convocatoria se pretende realizar a partir de redes digitales y el voz a voz, la cual requiere de la elaboración de un discurso preliminar que busca la conexión con el participante, dejando claro los beneficios y el propósito del proyecto aplicado, logrando así una base de datos. Y un segundo momento, que comprende la consolidación del grupo de apoyo que va de la mano con el primer encuentro presencial, en el que se hará una presentación general de los agentes externos que orientarán al grupo de apoyo.

Tabla 2

Fase de integración

Fase de integración	
Nombre de la acción	Integración
Objetivo	Consolidar un grupo de apoyo psicosocial para implementar acciones dirigidas a contribuir al proceso inicial de adaptación del joven migrante.
Población	Se trabajará con 15 a 20 jóvenes migrantes venezolanos con edades entre 18 a 28 años.

Actividades	Implementar convocatoria para la integración de jóvenes migrantes que deseen participar en la conformación del grupo de apoyo. Consolidar el grupo de apoyo psicosocial en el primer encuentro. Itinerario del primer encuentro: Recepción en la puerta. Bienvenida. ¿Quiénes somos? / Grupo de apoyo psicosocial. Propuesta de actividades del G.A.P. Presentación con la dinámica “en mi maleta llevo” Actividad de integración con juego de preguntas de cultura general de Venezuela. Apreciaciones del encuentro. Cierre e invitación al próximo encuentro. Compartir.
Bases teóricas	Para crear el grupo de Apoyo Psicosocial es necesario realizar un llamado a la comunidad contando con la participación de personas que sientan como una necesidad el problema planteado, observando que, es posible que exista un aporte significativo al proceso de adaptación sociocultural (Sosa y Zubieta, 2015), permitiendo que a partir de la trasmisión de información se comprenda de manera clara lo que se pretende realizar y los beneficios a obtener.

Garantizando con ello la participación voluntaria e interesada de cada participante para lograr mitigar las barreras que impone la migración en el vivir cotidiano, comprendiendo que la transformación de problemáticas se enfrenta con la participación activa de los mismos actores involucrados.

La convocatoria a este procesos se realiza a través de los medios masivos digitales y radiales, entendiendo que la mayor difusión se podrá lograr a través de los nuevos medios de comunicación catalogados como virtuales, mostrando la efectividad del correr de las noticias de un lugar a otro como en la red social Twitter (Pantoja, 2011), por otro lado, Herrera (2012) muestra la trascendencia que tiene la información transmitida por redes sociales, convirtiéndose en una herramienta de comunicación interactiva y dinámica. Con lo anterior, es pertinente lanzar la convocatoria por medios como Twitter, Facebook, TikTok, WhatsApp e Instagram, garantizando con ello mayor difusión.

No obstante, para asegurar que haya más inclusión en cuanto a la participación de quienes no manejen herramientas tecnológicas, se hará una cuña radial, teniendo en cuenta que Antequera y Obregón (2002), afirman que “la radio es el medio con mayor penetración, por encima de la televisión, con un promedio cercano a los dos billones de aparatos receptores y con una penetración, a nivel mundial, de un aparato receptor por cada tres personas” (p. 149).

Al realizar este proceso de convocatoria es importante generar una integración entre los participantes en el grupo de apoyo psicosocial, de

	acuerdo con Urbano y Yuni (2014), para lograr los objetivos que se propone en el grupo de apoyo psicosocial es de vital importancia que exista una "dinámica basada en la calidad del proceso comunicacional y la calidez de los vínculos de los integrantes" (p. 95), para ello se propone el desarrollo de diferentes actividades que buscan generar este tipo de procesos que enmarcan el inicio de acciones.
Interrogantes "caja de preguntas"	Nombre 5 estados de Venezuela ¿Cuál es el estado más grande de Venezuela? ¿Dónde queda "La Gran Sabana"? ¿Cuál es la capital de Venezuela? ¿Qué es el fenómeno del Catatumbo y donde se da? ¿En qué estado se da la procesión religiosa más grande de Sudamérica? ¿Dónde podemos encontrar el desierto en Venezuela? ¿Dónde podemos encontrar nieve en Venezuela? Nombre tres platos típicos de Venezuela Nombre 3 equipos de béisbol en Venezuela ¿En qué estado se le llama "lampazo" a un coleto? ¿De dónde viene la expresión "Echarle pichón"? ¿Qué ingredientes lleva una hallaca? ¿Cuántas estrellas tiene la bandera venezolana? ¿Quién es el Dr. Jacinto Convic? ¿Cuál presidente venezolano, fue escritor?

¿Cuál es el instrumento tradicional venezolano?

¿Televisora que producía Radio Rochela?

¿Género musical que se escucha en diciembre?

¿Ciudad cuyo gentilicio es “maracucho”?

¿De dónde viene el nombre de “Venezuela”?

¿Cuántos estados tiene Venezuela?

Nombre tres dulces típicos venezolanos

Nombre tres etnias indígenas

¿Cuál es el código numérico de Movilnet?

¿Qué es una reina pepiada?

¿Cómo se llama la hinchada del Deportivo Táchira?

¿Cuál es la diferencia entre un pastelito y una empanada?

¿Cuál es la empanada tradicional de la costa?

¿Cuál es la capital del estado Sucre?

¿Dónde queda el monumento a la virgen de la paz?

¿Dónde queda el Salto Angel?

¿En qué estado se ubica el teleférico más alto del mundo?

¿Novela en la que el asesino se viste de novia?

¿Qué significa “soplar el bistec"?

Continúe la canción “Soy desierto, Selva...”

Recursos	Psicólogos en formación Profesional en psicología Participantes Lugar de encuentro Celular para grabar audio Dos cajas de cartón Sillas Libreta de apuntes Esferos Tiempo: Primer momento: 1 mes Segundo momento: 90 minutos Refrigerios
Resultados esperados	Se espera una participación suficiente de jóvenes migrantes venezolanos que de manera voluntaria deseen conformar el grupo de apoyo psicosocial. Generar un acercamiento con la población y lograr una vinculación con cada participante para que asista en el próximo encuentro. Fomentar la construcción de tejido social en los miembros participantes.

Fuente. Autoría propia

Tabla 3

Cronograma de convocatoria

Tiempo	Semanas				
Actividad	1	2	3	4	5
Creación de discurso para redes sociales y radio de convocatoria.	1 al 4 de febrero 2023	5 al 11 de febrero 2023			
Diseño de logo para grupo de Apoyo Venezuela			12 al 15 de febrero 2023		
Instalación de SIM para grupo de WhatsApp			15 de febrero 2023		
Creación de redes sociales			16 de febrero 2023		
Difusión de convocatoria redes sociales			17 al 18 de febrero 2023	19 al 25 de febrero 2023	26 febrero al 01 de marzo 2023

Difusión de convocatoria radial	20 al 24 de febrero 2023
Fecha límite de inscripción	02 de marzo 2023

Fuente. Autoría propia

Fase de Identificación del Proceso Vivido

Posteriormente, se hace necesario realizar una identificación de la experiencia vivida en el proceso migratorio, destinando para ello como mínimo dos (2) encuentros que permitirán que cada persona haga un reconocimiento de su vivencia, expresando cada situación vivida durante el proceso de migración en el cual se haya involucrado su área sentimental y su área física, con el objetivo de promover una escucha activa entre todos los participantes, reconociendo por medio de la observación y de la escucha activa elementos que puedan estar generando posibles necesidades insatisfechas y afectando la adaptación que evocan a menos oportunidades de autoestima, reconocimiento, vinculación a procesos sociales, progreso y autogestión.

Tabla 4

Fase compartir de experiencias

Fase de Identificación del proceso vivido	
Nombre de la acción	Identificar el Proceso vivido

Objetivo	Reconocer las experiencias vividas en el proceso migratorio de los miembros participantes a partir de la observación y de la escucha activa.
Población	Se trabajará con 15 a 20 jóvenes migrantes venezolanos con edades entre 18 a 28 años.
Actividades	Se creará un espacio propicio para compartir experiencias del proceso migratorio de los miembros, permitiendo que a través del diálogo se conozcan y comprendan las situaciones particulares que han tenido que afrontar los participantes. La respectiva participación se dará de manera voluntaria de acuerdo con la decisión personal.
Bases teóricas	El resultado de este proyecto aplicado es la constitución de un grupo de apoyo psicosocial, el cual tiene un objetivo fundamental, promover la participación de los jóvenes migrantes en torno al problema que se está asumiendo colectivamente como lo es el fenómeno migratorio, por lo tanto, esta estrategia permite que mediante la cooperación y apoyo entre los mismos participantes, se genere un espacio de confianza, por ello, López (2008), afirma que “Compartir una misma situación, convierte la experiencia en un espacio de iguales donde, tal y como manifiestan ellos mismos, se habla el mismo lenguaje”(p. 261), a su vez este ejercicio permite comprender las realidades del otro y fortalecer o

	corregir comportamientos propios, por ello Vega y De Dios (2007), afirman que el compartir las experiencias con personas que viven la misma situación, permite ver la realidad y el problema desde diferentes perspectivas.
Recursos	Psicólogos en formación Profesional en psicología Participantes Lugar de encuentro Sillas Libreta de apuntes Esferos Celular para grabar audios Tiempo de encuentro de 90 minutos Refrigerios
Resultados esperados	Se espera que cada miembro participante logre compartir su experiencia personal. Se espera que cada detalle expresado por los participantes aporte información adicional a la caracterización y den una guía a los psicólogos en formación sobre los temas que se pueden tratar con la población para un afrontamiento adecuado de la situación vivida.

Fuente. Autoría propia

Fase de Caracterización

En primera instancia se enviará un enlace a las personas que cuenten con conectividad, en el que se brindará una encuesta que fijará las condiciones de la persona migrante (Hábitos alimenticios, hábitos de sueño, tiempo de distancia, nivel económico, nivel educativo, constitución familiar); en el momento del encuentro presencial, se realizará el diligenciamiento de una encuesta de caracterización a los miembros participantes del grupo, el cual tendrá los aspectos mencionados anteriormente, pero se profundiza en información más precisa y datos minuciosos de cada persona, además que esto permite realizar una observación participante y detectar el interés por vincularse en el proceso.

Posteriormente, se realizará un (1) encuentro que tendrá como objetivo realizar actividades participantes basadas en el diligenciamiento de un metaplan, en el que se podrá extraer las causas, consecuencia, oportunidades y factores protectores con los que cuenta cada uno de los participantes, logrando con ello hacer una reflexión sobre las oportunidades que se pueden gestar a partir del reconocimiento del otro.

Tabla 5

Fase de reconocimiento sociodemográfico

Fase de caracterización	
Nombre de la acción	Caracterización
Objetivo	Recoger la información de los participantes en torno a las costumbres y procesos de migración vividos, así como de su proceso de integración al nuevo contexto.

Población	Se trabajará con 15 a 20 jóvenes migrantes venezolanos con edades entre 18 a 28 años.
Actividades	Encuesta de caracterización sociodemográfica y psicosocial desarrollada por medio de Google forms. Se desarrolla el metaplan en el que se tienen en cuenta los siguientes pasos: Reconocer las dificultades en el proceso de adaptación al nuevo contexto. ¿Qué considera que le hizo falta al momento de migrar? ¿Qué esperaba de la población en la ciudad de Tunja? ¿Qué extraña de su vida en Venezuela? ¿Qué considera que podría marcar una pauta positiva en su proceso de migración? Precisar sobre las consecuencias que estas traen. ¿Siento que el trato de los miembros de la comunidad del municipio de Tunja, han contribuido en mi desarrollo personal? ¿He podido acceder de manera oportuna a empleo, salud, educación y vivienda? Explique su experiencia De acuerdo con mi experiencia, ¿Creo que tengo un proyecto de vida establecido en este momento? porque si o no ¿Mis relaciones familiares se han debilitado debido al proceso migratorio? Explique su respuesta

	Contemplar las oportunidades que se han generado en el proceso. ¿Qué he logrado? ¿Cuento con el apoyo de personas o instituciones locales? ¿Conocer la cultura colombiana me permitió afianzar mi cultura y compartir la nueva? Explique su respuesta Identificar los factores protectores que le pueden permitir avanzar en el proceso migratorio a partir de la adaptación. ¿Qué elementos son esenciales para lograr forjar mis proyecciones o sueños? ¿Creo que el apoyo institucional necesario para sobrellevar el proceso migratorio lo he conseguido en Tunja? porque si o no ¿Siento que he logrado avanzar económicamente? porque si o no ¿Cuenta con redes de apoyo?
Bases teóricas	La caracterización hace referencia a un proceso propio del enfoque cualitativo, este busca comprender cualidades de la población de estudio, de acuerdo con Sánchez (2011) la caracterización busca comprender datos del pasado y el estado actual de la población, con el fin de describir esta. Para la comprensión del fenómeno migratorio en el desarrollo de este proyecto aplicado, esta fase pretende describir el estado socioeconómico de quienes participan, pero a su vez, las diferentes características que tienen como población venezolana en una ciudad y

país diferente al de su origen, es así que Gallo et al. (2014), afirman que la caracterización "ofrece la posibilidad de comprender dinámicas, transformaciones, procesos de equilibrio y desestabilización en la configuración de una estructura colectiva" (p. 362)

Es de resaltar que una parte de la caracterización se realiza por medios digitales debido a que esto reduce el tiempo en la caracterización y permite aprovecharlo en la aplicación del metaplan, es importante destacar que las redes sociales, permiten "proyectar, informar, compartir y difundir información con públicos o grupos específicos" (Hütt, 2012, p. 128); a su vez, López y Santillan (2018) afirman que las redes sociales permiten "la facilidad de elaborar el mensaje y el inmediato alcance exponencial a un público al que brinda oportunidad de establecer una discusión" (p. 173)

El metaplan es una metodología participativa que permite reconocer de manera grupal los diversos puntos de vista en torno a un problema específico, dando la posibilidad a cada participante de establecer alternativas de solución.

La complejidad humana requiere la construcción de conocimiento plural, a partir del debate y la validación del otro (Hart, Poole, Facey y Parsons, 2017, citados por Veiga et al. 2020), reafirmando la conceptualización que aportan estos ejercicios para los grupos de apoyo, "optimiza la discusión equitativamente, promueve la reflexividad crítica y la creación de alternativas." (Veiga et al. 2020, p.

	1006), según Jiménez (s.f) esta herramienta podría ser una manera de promover la co-construcción de la realidad, a partir de la opinión de todos los participantes de manera equitativa.
Recursos	Psicólogos en formación Profesional en psicología Participantes Lugar de encuentro Sillas Libreta de apuntes 140 papeles de colores de 14*14 Esferos Conexión a internet Refrigerios Tiempo de encuentro de 90 minutos
Resultados esperados	Se espera recolectar información concreta sobre hábitos, situaciones vividas, situación familiar y realidad actual de los miembros participantes. Reconocer las diferentes perspectivas de los participantes a partir de preguntas puntuales, para robustecer la comprensión de la realidad sentida por los integrantes.

Fuente. Autoría propia

Fase para la construcción de redes solidarias

Teniendo en cuenta la importancia de la creación de redes solidarias desde la institucionalidad en la construcción de condiciones para la adaptación del migrante, se genera un espacio de articulación con la Organización Internacional para las Migraciones - OIM, teniendo en cuenta que desde su acción en torno a la población migrante, nos permite acceder a información pertinente para la tramitología necesaria en la vinculación con instituciones que permiten la satisfacción de necesidades básicas.

Es importante informar al participante sobre la Constitución Política de Colombia con el fin de mostrarle sus derechos y a partir de estos las respectivas rutas que le aportarán para reconstruir su proyecto de vida permitiendo atención para el restablecimiento de derechos, a través del reconocimiento de un norte para lograr una adaptación, a partir del fortalecimiento de los recursos y el manejo de herramientas para procesar el fenómeno migratorio de manera adecuada.

Tabla 6

Fase de redes solidarias y rutas de atención

Fase de creación de redes solidarias y socialización de rutas de atención	
Nombre de la acción	Creación de redes solidarias y socialización de rutas de atención.
Objetivo	Construir redes solidarias a partir de la contextualización normativa colombiana.

Población	Se trabajará con 15 a 20 jóvenes migrantes venezolanos con edades entre 18 a 28 años.
Actividades	Actividad del teléfono roto: Se dará un mensaje que cada uno dirá al siguiente en el oído, llegando al final y haciendo un contraste con el primer mensaje y el último. (Esta actividad nos permite comprender las dificultades que se tiene al momento de transmitir y recibir información por parte de terceros, se pierden muchos detalles y tergiversa la información). Exposición sobre derechos Humanos y legislación en Colombia Por medio de una presentación se muestran los derechos humanos a los que estamos sujetos por el hecho de ser personas. Se presentan ampliamente los derechos que se establecen en Colombia para toda persona y la normatividad vigente en torno al migrante. Posteriormente con el apoyo de la OIM se darán indicaciones de las siguientes rutas: Ruta de legalización para el migrante venezolano. Ruta de atención en salud para el migrante venezolano Ruta de acceso a educación superior para el migrante venezolano Actividad de cierre: Preguntas y apreciaciones del encuentro.
Bases teóricas	El desconocimiento de derecho permite que las personas estén expuestas a abusos y tratos indignantes, por lo tanto, el realizar una socialización desde las experiencias vividas en relación con lo que es

exigible le dará garantías al sujeto de trabajar por su bienestar desde las leyes.

La estrategia pedagógica “aquí cabemos todos”, muestra que, es necesaria la inclusión a los contextos de llegada para la garantía de los DDHH, centrando esta psicoeducación en los funcionarios estatales, pues son ellos las primeras redes con las que la persona puede contar para el restablecimiento de derecho, por lo cual esta es una herramienta para la sensibilización de éstos (Fajardo, et al., 2019).

Las Naciones Unidas afirman que los migrantes se encuentran en situación de vulnerabilidad y aunque muchos ven este proceso como fortalecedor, es una experiencia en la que deben asumir una violación de derechos rutinaria, entendiendo que no hay articulación en la gobernanza migratoria que esté basada en derechos humanos a nivel mundial y nacional, evitando con ello que al atravesar fronteras se convierta en una batalla de supervivencia.

No obstante, el trabajo de la oficina del Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los DDHH para evitar la vulneración de derechos de las personas migrantes y garantizar el acceso a diversos programas de acompañamiento, como una estrategia en contra de la xenofobia y racismo de la comunidad receptora.

Desde el municipio de Tunja, se trabaja con la estrategia: Paz y Reconciliación, en la que se establece atención a la persona en condición de migrante para la garantía de derechos humanos mediante

	el acceso a programas sociales desde la orientación y atención humanitaria. La construcción de redes solidarias permite no solo facilitar el acceso de los migrantes a los diversos servicios, sino, como indica Ferrer et al. (2014), que los migrantes puedan desarrollarse como personas y sean reconocidos a su vez como "ciudadanos, agentes activos, partícipes de grupos políticos, sociales, culturales y sobre todo miembros de familias en relación con la sociedad y comunidades de acogida" (p. 570).
Recursos	Psicólogos en formación Profesional en psicología Participantes Lugar de encuentro Hojas en blanco Sillas Libreta de apuntes Esferos Celular para grabar audio Tiempo de encuentro de 90 minutos Refrigerios
Resultados esperados	Identificar redes solidarias creadas en el proceso de construcción y desarrollo del grupo de apoyo psicosocial.

	Lograr crear experiencias compartidas para promover vínculos entre participantes.
	Informar sobre la normatividad colombiana para integrar a la población migrante a la nueva realidad, forjando con ello condiciones óptimas para el restablecimiento de derechos.
	Satisfacer algunas de las necesidades sentidas a partir de la articulación con instituciones idóneas para la apertura de rutas de atención.

Fuente. Autoría propia

Fase de Identificación e Integración Cultural

Está fase busca el acercamiento de los participantes del grupo de apoyo con una parte de la población de acogida, esto a partir de diversas actividades que permitan el reconocimiento de la cultura del otro desde la gastronomía y el lenguaje, así como la aceptación expresada por medio de una carta que aporte al reconocimiento de la persona en su nuevo contexto.

Tabla 7

Fase de integración cultural

Fase de identificación e integración cultural	
Nombre de la acción	Identificación e integración cultural
Objetivo	Conocer los rasgos más importantes de las culturas presentes y promover la integración entre estas.
Población	Se trabajará con 15 a 20 jóvenes migrantes venezolanos con edades entre 18 a 28 años.
Actividades	El acercamiento entre la población migrante y la comunidad de acogida se genera desde la fase de integración en la que participan ciudadanos colombianos en el acompañamiento del grupo, pero se fortalece aún más con el encuentro intercultural, en el que se genera un espacio de compartir entre la población migrante y la población de acogida; este encuentro cuenta con las siguientes actividades: Bienvenida por parte del grupo de acompañamiento.

	Reconocimiento de palabras propias de cada país. Explicación del plato tradicional. Compartir gastronómico. Cartas por parte de la población de acogida a los participantes. Reflexiones en torno al encuentro. Cierre.
Bases teóricas	A raíz del movimiento migratorio, las personas comienzan a vivir procesos relacionados con la comunidad de destino, en donde, como indica Lestage (2001), se da la adaptación en dos procesos, uno voluntario desde la participación en los diferentes contextos y otro inconsciente en el que las personas comienzan a adoptar características culturales desde la relación con la comunidad que les acoge. De acuerdo con Sayer (2013), los procesos migratorios favorecen el intercambio de valores sujetos a la cultura, y lleva al fortalecimiento de la persona en costumbre, hábitos, pérdida del miedo, conocimientos, lo que a su vez, " facilita la aceptación y el respeto a la diferencia y la diversidad" (p. 88); Es por ello que, Muñoz et al. (2016), afirma que conocer la cultura en la comunidad de acogida, permite a los migrantes incorporarse de la mejor manera a las dinámicas sociales de su nuevo contexto.
Recursos	Psicólogos en formación Profesional en psicología

	Participantes Lugar de encuentro Sillas Mesa Libreta de apuntes Esferos Celular para grabar audio Tiempo de encuentro de 120 minutos
Resultados esperados	Se espera identificar las culturas de cada territorio y lograr gestionar la interculturalidad a partir de la significación particular de cada participante. Se espera lograr gestionar vínculos y aceptación a partir del reconocimiento de la cultura propia y ajena.

Fuente. Autoría propia

Fase de Evaluación

Ésta fase se realiza con el fin de identificar los alcances obtenidos y los resultados significativos de los aportes realizados al proceso inicial de adaptación, así como la eficacia del programa a partir del Grupo de Apoyo Psicosocial implementado a la población de jóvenes migrantes venezolanos.

Tabla 8

Fase para evaluar el impacto

Fase de evaluación	
Nombre de la acción	Evaluar
Objetivo	Evaluar los alcances e impacto del programa de apoyo psicosocial a partir de la participación y continuidad de los integrantes del grupo.
Población	Se trabajará con 15 a 20 jóvenes migrantes venezolanos con edades entre 18 a 28 años.
Actividades	Se evaluará la efectividad de los encuentros a partir de una encuesta escrita o digital.
Bases teóricas	Identificar los alcances e impactos del programa aplicado, permite identificar el cumplimiento de las metas que se establecieron para el desarrollo de este, a su vez, las dificultades que se pudieron presentar en el proceso de desarrollo del proyecto (Vega y Gómez, 2012); a su vez, Baca y Herrera (2016), afirman que la evaluación de los

	proyectos sociales permite generar acciones de mejora y poder ofrecer recomendaciones para el desarrollo de estos en otras oportunidades.
Recursos	Psicólogos en formación Profesional en psicología Participantes Tiempo 30 minutos Smartphone con acceso a internet
Resultados esperados	Se espera identificar las metas alcanzadas y las dificultades que se presentaron en el proceso de desarrollo del programa establecido. Se pretende conocer la percepción de los participantes en torno a estos programas que buscan generar un aporte inicial a su proceso de adaptación en el nuevo contexto.

Fuente. Autoría propia

Cronograma

Tabla 9

Cronograma de actividades

Tiempo	**Mes 1**				**Mes 2**				**Mes 3**				**Mes 4**				**Mes 5**			
Actividad		**2**	**3**	**4**	**1**	**2**	**3**	**4**	**1**	**2**	**3**	**4**	**1**	**2**	**3**	**4**	**1**	**2**	**3**	**4**
Alistamiento																				
Integración del grupo de apoyo psicosocial																				
Identificación del proceso vivido																				
Caracterización																				
Reconocimiento de necesidades insatisfechas																				
Creación de redes sociales																				
Identificación e integración cultural																				
Evaluación																				
Socialización de resultados obtenidos																				

Fuente. Tomado del modelo construido por la UNAD en el formato F-7-9-1

Presupuesto

Tabla 10

Recursos requeridos para el desarrollo del proyecto aplicado

Recurso	Descripción	Presupuesto
Equipo Humano	1 psicólogo profesional 2 psicólogos en formación	Apoyo de estudiantes y docentes de la UNAD
Equipos y Software	2 computadores 1 video beam	Computadores personales Alquiler: 400.000 COP
Viajes y Salidas de Campo	Encuentros	-
Materiales y suministros	1 salón para actividades 1 tablero 2 resmas de papel 20 pliegos de papel bon 10 marcadores 2 rollos de cinta 72 refrigerios	300.000 COP
Bibliografía	Uso de recursos digitales	-
TOTAL		700.000 COP

Fuente. Tomado del modelo construido por la UNAD en el formato F-7-9-1

Resultados

Fase 2 Integración

La fase de integración está divida en dos etapas, la primera se constituye la creación de identidad del grupo de apoyo y el proceso de convocatoria para lograr la participación de los jóvenes migrantes venezolanos; y la segunda, corresponde al primer acercamiento con los participantes.

Tabla 11

Convocatoria

Medio de difusión	Fecha	Impacto
Facebook (Grupos de venezolanos en Tunja)	17 de febrero de 2023	30 seguidores en la página del grupo.
Twitter	17 de febrero de 2023	15 seguidores.
Instagram	17 de febrero de 2023	60 seguidores
Emisora Boyacá 95.6 fm	24 de febrero de 2023	Participación en la franja de 12:00pm a 1:00pm en las emisoras comunitarias de los 123 municipios del departamento de Boyacá.
Pastoral social	22 de marzo de 2023	No aplica
Puntos de Atención y Orientación de ACNUR	23 de febrero de 2023	No aplica
Migración Colombia	23 de febrero de 2023	No aplica
Voz a voz	9 de febrero al 12 de marzo de 2023	70 jóvenes migrantes venezolanos aproximadamente

Fuente. Autoría propia

Mediante la recolección de información a través del diario de campo desarrollados en torno al proceso de convocatoria se pudo evidenciar las siguientes características:

Debilidades

No contar con una identidad única en redes sociales, desestimación de la salud mental en la calidad de vida, evitar enfrentar el proceso vivido lleva a la poca participación. A su vez, la comunidad de la ciudad de destino no mostró mayor acogida en el préstamo de espacio debido a los prejuicios.

Oportunidades

Se creó una identidad particular al grupo de apoyo, el voz a voz permitió la interacción y conocimiento de las realidades del migrante, se logró la articulación con organizaciones sociales para la divulgación de la convocatoria.

Fortalezas

Se establece un logo que representa la unión entre la comunidad migrante y la comunidad de acogida, la convocatoria se desarrolla durante un (1) mes para que se transmita una información puntual y definida, que permite la participación desinteresada de los jóvenes migrantes.

Amenaza

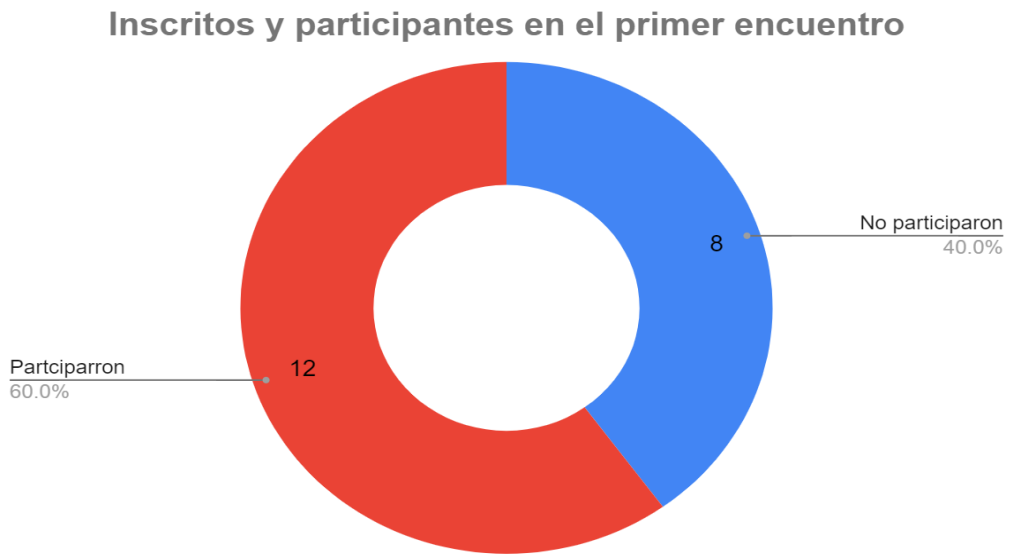
La difusión de la convocatoria por medios digitales puede obstaculizar el debido proceso de inscripción para las personas que no cuenten con este servicio, las acciones que se desarrollan con la población migrante suelen ser asistencialistas, gran parte de los migrantes quieren mantenerse en el anonimato, hubo dificultades en el momento de concretar horarios y fechas de encuentro.

La etapa de convocatoria se convirtió en un desafío contrarreloj, puesto que pasaba el tiempo y eran más los obstáculos que los avances, sin embargo, a partir de la constitución de la identidad del grupo de apoyo, se potencializan los ánimos para continuar, en el momento de acceder al espacio de la emisora Boyacá 95,6 FM, a partir de la entrevista hubo una reconexión con el propósito inicial, luego se fueron gestionando más oportunidades para contactar personas jóvenes migrantes a través de organizaciones, lo cual permitió que el proceso avanzara.

La segunda etapa de la fase se inicia el 12 de marzo de 2023, en la cual generaron vínculos a partir del proceso de interacción, encontrando en éstos diversos aspectos de interés, se evidencia en la figura 1 que los participantes inscritos fueron 20, de los cuales solo el 60% participaron en el desarrollo del primer encuentro.

Figura 1

Número de participantes inscritos y asistentes al primer encuentro



Fuente. Autoría propia

En el encuentro se da una integración a través del diálogo con la comunidad, se pueden evidenciar muchas experiencias significativas en la llegada e incorporación a una cultura semejante; en la que se resaltan procesos de adaptación, diferencias del lenguaje y situaciones de rechazo por prejuicios.

Los participantes resaltan situaciones relacionadas a los procesos de adaptación desde diversas perspectivas, vemos entonces una experiencia en torno a estos procesos:

Testimonio 1

"Yo toda mi vida he vivido cambios de cultura porque mi papá era de acá (Tunja), y mi mamá salió embarazada acá, y a los ocho meses dijo "me voy a parir a Venezuela", y me tuvo allá (y digamos yo), nos regresamos y yo estudié acá y cuando regresó a Venezuela, pues yo, vengo con una cultura diferente, mi mamá me mandaba al colegio, yo sufrí de mucho bullying, me mandaba al colegio con sopa de avena y la gente me criticaba eso y eso aquí se ve normal, o yo decía sumercé y no, no, no, no diga eso porque ¿qué es eso?, ósea no, entonces me hacían mucho bullying; luego adopté la cultura venezolana y llego acá y otra vez"

Testimonio 2

"Pues yo tengo un poquito menos de un año, voy a cumplir un año ahorita en abril, y digamos que mi familia es de San Cristóbal, de donde son los chicos, cuando llegué acá me sentí muy identificada, tenemos sí, palabras claves, como sumercé o cosas así, que digamos son diferentes, pero como cultura, como personas, como educación somos muy parecidos, ósea la gente es muy educada, muy amable, gracias a dios llegue a un entorno que me hizo sentir cómoda, segura, mi hermana ya estaba acá y pues, cree también un grupo de amigos, una segunda familia que me ha hecho sentir como en casa, Tunja me gustó mucho, me gustó mucho la seguridad, la tranquilidad, y bueno, casi no conocía venezolanos, exceptuando a mar y a su

familia, pues para ser honesta gracias a dios el grupo que hemos hecho, nos han abierto las puertas y ha sido muy bonito, la transición para mí, ha sido muy bonita en comparación con otras experiencias que he escuchado y pues ha sido muy positivo".

Testimonio 3

"La verdad yo no, hasta que llegue acá lo del dia de las velitas, yo nunca allá, me acuerdo haber prendido velas, entonces yo considero que es algo que yo a partir de ahora, yo lo haría en cualquier lugar, ósea, yo me voy a otro país y yo sé que el 7 prendo velitas, porque yo sé que es por la virgen de la inmaculada concepción, es una tradición que yo viví aquí, esto es comparado con la cultura que yo vivía, entonces, me gusto y sé que aun cuando me vaya de Colombia, es algo que sé que voy a compartir con mis hijos y mi familia".

Se logró identificar algunas experiencias en torno al lenguaje entre la población migrante y la comunidad de acogida donde se resaltan las siguientes intervenciones:

Testimonio 4

"Digo que, pues digamos que más allá de conocernos pues porque obviamente son culturas muy diferentes, tanto en Colombia en sus diferentes regiones como en Venezuela y sus diferentes regiones, también sería importante como ver el impacto que tuvimos digamos cada uno de nosotros como en el círculo en el que llegamos y cómo influimos, digamos directamente en las personas que conviven con nosotros sí, sabes que nosotros usamos términos específicos, refranes y ya por ejemplo las personas que nos rodean ya empiezan a hablar como en el mismo léxico que tú y comienzan a entender ya muchas cosas y básicamente eso nos pasa a nosotros".

Testimonio 5

"Nosotros como personas nos adaptamos tenemos que adaptarnos a donde estamos porque o sea ya ahorita acá también tengo palabras de acá de Boyacá estuve en Perú también y

tuve palabras de Perú cuando llegue de Perú cuando me decían su Merced y yo cómo es hoy yo trabajo también como instalador trabajo así y una vez me dijeron acá búscame un hombre solo y entonces yo estaba buscando una persona y entonces la persona que me estaba pidiendo me decía mueva se muévase él me veía que yo estaba buscando en la caja y me decía búsquelo, búsquelo un hombre solo entonces como cultura tenemos que despegarnos".

Testimonio 6

"Digamos los que llevamos pues bastante rato en Tunja la primera palabra que adopte cuando llegue, la primera palabra que hice mía fue "sumercé" y que cosa para encantarme eso y se lo digo a todo el mundo, venezolano o colombiano ¿Cómo está sumercé lindo? Y me encanta".

Se compartieron también experiencias en torno al rechazo como la siguiente:

Testimonio 7

"Yo también yo lo he visto por regiones porque por lo menos yo he ido a Bucaramanga y otros departamentos, y la verdad donde yo he sentido, bueno, que a mi casi no me ha pasado, la xenofobia es aquí en Tunja, por ejemplo, yo vivo en Villa Leiva y en Villa Leyva, yo digo "no yo soy venezolano" y me dicen "¿y qué?".

Testimonio 8

"Creo que el tema de la xenofobia va un poquito más allá, porque en el 2017 cuando nosotros llegamos, la percepción que tenían del venezolano en el 2017, no es la misma que hay hoy, sí, no se tenía como, o sea no habían tantos, Hay que ser honestos y no hay necesidad no hay nacionalidad para ser delincuentes y nos hicimos también una reputación un poco compleja, pero cuando yo llegué por ejemplo era una maravilla, no se veía eso, la gente te tenía aprecio y tal, el problema de todo eso es no generalizar".

A partir de los testimonios tomados de los relatos que se dieron mediante la interacción, se puede comprender que son muchas las situaciones que le han permitido al joven migrante establecer vínculos con la comunidad receptora, entendiendo que varios de los participantes cuentan con herramientas para afrontar la situación; no obstante, una de las participantes, tuvo que readaptarse a la cultura receptora, pues se trasladó a Venezuela con tradiciones Colombianas, exactamente Boyacenses y de acuerdo a lo conversado con la persona es un aspecto que incide como motivo de Bullying.

Las significaciones del lenguaje, también se convierten en obstáculo en el momento de relacionarse, ya que la funcionalidad del sujeto depende del entendimiento del mensaje, ya que éste debe responder al mismo de manera contextualizada, lo cual se convierte en retos porque las palabras pueden tener dobles sentidos; también se resalta que el lenguaje se toma como una fuente de reconstrucción de tejido social, porque el entorno va incorporando de manera bidireccional las significaciones y esto lleva a reconectar ambas culturas.

Del mismo modo se encuentran relatos en el que se anteponen conductas de rechazo en las interacciones con el otro, por ejemplo, los prejuicios que se han mediatizado por redes digitales, noticiosos y el voz a voz, catalogando al venezolano como delincuente, situación que lleva a generalizar por el simple hecho de la nacionalidad, circunstancias que los participantes han sentido y percibido, ya sea por comentarios o actitudes de las personas de la comunidad receptora.

Fase 3 Identificación del proceso vivido

Esta fase es considerada como la apertura de sentimientos nostálgicos, puesto que, está centrada en reconocer en cada participante tres facetas de su experiencia, resaltando la necesidad

de reconocer como eran antes, qué acontecimiento influyó para tomar la decisión de emprender este proceso y ahora cómo se reconocen.

Con relación a la primera faceta, se resalta, que cada participante tenía una vida o una rutina establecida, con base en las narraciones se acotaron apartados que permiten reconocer esa realidad:

Testimonio 1

"Yo allá era, estudié Administración de Aduanas y tributos, ejercí mi carrera por año y alguito (...) ehh ósea prácticamente en Venezuela era como hijo de papi y mami y no sabía cómo eran la cuestión fuera de Venezuela".

Testimonio 2

"De allá me crie desde peladito, si me toco empezar a trabajar desde pelao, porque solamente éramos mi hermano, yo y mi mamá, si, entonces siempre nos tocó reduro y eso pues allá son barrios, no son como los pueblitos ni nada, ehhh pues yo me gradué de asistente gerencial, hice varios cursos de contaduría, cosa que en ninguna me dedico acá".

Testimonio 3

"Bueno realmente ehhh pues allá en Venezuela, estaba muy bien, ósea, digamos estaba estudiando y tenía un buen trabajo, trabajaba en el "Garzón" y pues no tenía tanto problema en cuanto a la comida, pues como uno trabajaba ahí, tenía acceso a que le guardaran, pues digamos que ese era cierto detonante, que no conseguían los alimentos, (...) ehhh salía todos los fines de semana a rumbear, me la pasaba en la Asogata con mis amigas y pues toda la vida o esa vida".

Testimonio 4

"Allá pues también trabajé, salí técnico medio porque como ya sabe algunos liceos, eran técnicos, entonces yo salí como técnico medio en contabilidad, fue cuando hice mis pasantías(...) Era una empresa también donde se hacían pagos de impuestos municipales. Y ahí empecé, fue como decir mi primer trabajo, también, hice mis pasantías y quedé de una vez trabajando".

Testimonio 5

"Empecé a ser como muy muy digamos muy mal con mi mamá, no tenía una buena relación con ella, y bueno en mi adolescencia fui demasiado, demasiado malcriada".

Testimonio 6

"Bueno en mi historia pues por lo menos yo en Venezuela tenía mi negocio y todo, yo era de los que decía nadie me saca de mi zona de confort, yo me quedo aquí"

Testimonio 7

"Digamos que toda la vida yo he trabajado porque siempre me ha gustado la independencia y nunca me ha gustado pedirle a mis papás, empecé a estudiar ingeniería de sistemas, pagaba mi Universidad, (...). Justamente yo no había terminado la carrera porque pues yo trabajaba, me la pagaba, estudiaba, también tenía mi vida, mi entorno, mi familia, mi novio".

Ahora bien, la decisión de migrar se tomó con base en situaciones que le afectaron directa o indirectamente la calidad de vida, resaltando los siguientes fragmentos.

Testimonio 8

"Me di cuenta de que tenía que salir porque ya no era lo mismo, estaba acostumbrado a una vida muy distinta a la de acá, verdad, ehh que uno podía salir y darse sus lujos y cosas así y

pues ya de un tiempo para acá usted podía tener plata, pero ya no alcanzaba para nada o podías tener plata, pero no había que comprar de comida para la casa".

Testimonio 9

"En un momento mi mejor amiga me dijo, o bueno yo le dije bueno amiga pero que vamos a hacer, nos vamos a quedar acá, pues, así como que hablando un día tomando, y me dice como: amiga yo me voy en un mes, y yo pues cómo así, pues si, y pa´ donde que no me habías dicho".

Testimonio 10

"En la empresa que trabaja, pues era privada, pero le trabajaba al gobierno, y ella por decir trabajaba por contratos con el gobierno y fue cuando cambiaron de alcaldesa y toda esa cosa, entonces cerró, la alcaldesa decidió cerrar eso, que la gobernación o la alcaldía se encargaba de eso. Todo el mundo salió, yo estaba estudiando administración tributaria, ehhh iba en tercer semestre y allí lo dejé, no seguí estudiando más, porque no me podía pagar, porque allí en esa empresa por lo menos era uno era contratado y le pagaban un poquito más del sueldo mínimo y en cierta forma si alcanzaba un poquito más".

Testimonio 11

"A mí me afectó muchísimo porque yo "vivo" vivía lejos de la universidad y era muy difícil agarrar bus, ósea era una odisea, y donde yo agarraba bus era un peligro porque pues llegando a la ciudad, a la universidad eran guaruras y problemas y uno tenía que taparse de que no le cayeran, entonces fue muy complejo ese tiempo, yo sufrí mucho por eso y por tener la escasez de comida porque no era tanto porque no había dinero, sino que no había comida. Ehhh Empecé a perder clase porque los buses eran escasos y bueno, empecé a tener más problemas

con mi mamá por la situación del país, porque eso hizo que la relación empeorará ya que, pues mi mamá no tenía una estabilidad económica y yo se lo recalcaba mucho a ella".

Testimonio 12

"Me sacaron de allá, entre mi mamá y Mar entonces cómo se pusieron las cosas difíciles, que estaban matando a los jóvenes, la policía llegaba a casa a casa molestando todo eso por las protestas porque allá no la pasábamos".

Testimonio 13

"En el 2022 en febrero del 2022 hace 1 año fallece mi tía que era como una segunda mamá para mí y fue una cosa que nos costó muchísimo porque pues ella estuvo 3 días batallando y nosotros batallando por qué pues como les digo no es que no teníamos el dinero es que es un poquito complejo conseguir las cosas, incluso ahorita que todo está dolarizado y batallamos mucho y mi hermana es enfermera y mi hermana tenía cuanto contacto podía en el hospital y gracias a ella pudimos conseguir muchas cosas, pero yo siento que mi tía pudo haber muerto de una manera más digna… sabes! Y eso hizo un cambio en mi vida porque no era que yo vivía mal, pero yo siento que la situación te hace crecer demasiado rápido, entonces yo decía que yo no hacía nada, yo trabajaba, compraba las cosas que necesitaba ayudaba a mis padres y ya salir no era una opción".

Testimonio 14

"Mi hermana mi mamá y yo tuvimos que batallar solas porque mi papá pues otro asunto, entonces bueno tuvimos que batallar solas, dormir en las aceras para hacer o para comprar una harina las 3 solas porque un lema de las 3 las 3 estamos mal las 3 está entonces siempre me tocó madurar muy rápido más de lo que se debería entre comillas pero de una u otra parte eso sirvió

para pues lo que se avecinaba no luego este mi abuelo enferma, mi abuelo materno es la persona más sabia e inteligente que he conocido en mi vida".

Sin embargo, se evidencia que, a pesar de las dificultades y contratiempos, cada uno de los participantes reconocen un crecimiento personal a partir de la experiencia vivida, como se resaltará en los siguientes apartados.

Testimonio 15

"Ahorita estoy estudiando idiomas, espero que me gradué y sea alguien, pero así que digamos si he cambiado mucho del niño de Venezuela, a ahorita porque ésta…yo me siento un poquito maduro, pero si pienso en algún futuro estar aquí y ejercer mi carrera".

Testimonio 16

"Ahorita sigo ejerciendo eso, ahorita estoy en curso de mecánica. (...) pues del que era al que soy ahorita, ha cambiado bastante, prefiero el de ahorita".

Testimonio 17

"Pues tengo un novio que es de acá que actualmente estoy con él y él como que ¡no! ven montemos una óptica y yo sí y él siii y pues ya en este momento ya tengo dos años y medio con la óptica y pues me ha ido muy bien (...) digamos esta etapa pues sí me ha dado más oportunidades, primero porque soy independiente y pues me mando yo y yo hago lo que considero de cierto modo y pues porque también me ha dado para estar estudiando, ahorita estoy estudiando quinto semestre de ingeniería de sistemas (...) Y bueno si he madurado mucho y he cambiado muchas cosas en mi vida, ehh…qué más puedo decir, igual cualquier cosa que necesiten y yo pueda ayudarlos, cuentan conmigo".

Testimonio 18

"Después que llegó el permiso empecé a estudiar y actualmente estoy estudiando cocina y… trabajó también en un restaurante vegetariano, y pues este año si ha sido, yo creo que uno de los años que han sido mejorcitos para todos, es como más productivo, ya tenemos nuestras propias cosas también, siento que hemos crecido un poquito más y si a diferencia de lo que era allá en Venezuela y aquí, pues fue salir tu sola, desenvolverte tu sola y… pues si creo que he crecido un poquito más, antes era muy tímida, no soy de…hablar mucho, de socializar tampoco mucho, aquí he sido así, yo era muy cerrada también, soy de pocas amigas, en Venezuela era yo solita soy así, y acá por lo menos los dos somos del mismo círculo de amistades y así si en lo que he crecido poquito más es en ser más independiente, más responsable con mis cosas, también he tenido que ser más responsable con las cosas de él y con lo mío y así, creo que hemos crecido".

Testimonio 19

"Estoy estudiando en la Andina, Finanza y Negocios internacionales (...) siento que he cambiado muchísimo porque pues valoro más a mi mamá de lo que lo hacía antes y… ya que antes no había una buena relación y ahorita como que la necesito mucho, y he madurado mucho, he aprendido a ser muy independiente (...) bueno he aprendido muchas cosas, a valorar muchas cosas, las cosas pequeñas que llegan a la vida, ehhh a valorar más a mí familia(...)fue un cambio total en todo, me ha aportado mucho, mucho aprendizaje, muchas cosa y yo creo que de lo que era antes a lo que soy en día, estoy orgullosa de lo que soy, de todo lo que cambie".

Testimonio 20

"Conocí a mi novia y decidimos ya montar algo estable, porque pues era feo por lo menos estarle trabajando a otros que le pagaran unas chichiguas a uno, entonces yo dije no ya montar algo fijo, si, entonces gracias a Dios ya ahorita llevamos ya como 2 años con el negocio

y ya gracias a Dios hoy en día tenemos ya dos negocios y pues a como era antes a lo que soy ahora, el cambio es grandísimo porque anteriormente yo era como muy cerrado a la posibilidad de que yo estoy en lo mío y ya, y ahorita uno se vuelve como más competitivo, si yo me meto por aquí yo sé que yo le puedo hacer algo, ya uno como que busca más opciones y quiere mejorar la vida de uno".

Testimonio 21

"Gracias a Dios tengo amigos tanto colombianos como venezolanos, siento que he cambiado mucho mi perspectiva por ejemplo jamás pensé que me fuera a ir, jamás pensé que, que me iba a gustar vivir acá tiene que ser un poquito francos el hecho de que acá a pesar de que todo sea costoso el hecho de que haya transporte el hecho que puedas caminar el hecho que puedas comprarte las cosas el hecho que pueda salir y puedas mandar a Venezuela y todo eso que ustedes ven como superficiales pero yo siento que 1 tiene que vivir porque 1 está joven porque no tiene una toda una vida para preocuparse por su futuro pero mientras esté joven crear recuerdos eh experiencias creo que acá Tunja me lo ha dado, calidad de vida sí, sí calidad de vida exacto (...) hay que vivir las cosas como vengan y desde la gratitud".

Testimonio 22

"Ha sido mucho mejor o sea el cambio fue muy notorio mi hermana sigue siendo en los mejores puestos y eso ha sido cambios que de alguna u otra forma iban a pasar y entonces sí nos tocó aceptarlo no es más como en todo el camino hay dificultades y hay que aprender a llevarlas ¿no? (...) por… Yo quiero estudiar biología marina pero acá en Tunja no sé, no hay entonces la otra opción es ser una carrera corta que me diera para esa carrera entonces era asistente de vuelo parece aeromoza, pero resulta que no cuento con mucho apoyo de parte de mi papá".

Finalmente, al analizar lo encontrado en los relatos varios de los participantes manifiestan haber sentido en algún momento conductas de rechazo por el hecho de ser venezolanos, ya sea por prejuicios o por injusticia social, entendiendo esta última, como una forma de trato poco digno por el hecho de no contratar de manera legal al migrante y pagar lo justo por sus servicios.

Testimonio 23

"Los primeros dos años no fueron bonitos porque en el colegio por la misma xenofobia nos hicieron perder los años escolares estudiaba en la normal femenina, el primer año lo perdimos porque a las compañeras se les hizo muy gracioso decir que yo me había ido a Venezuela, me anularon notas y no me quisieron reponerlas".

Testimonio 24

"La gente no nos valora por el hecho de ser migrante, me molestan las justicias, a mi mamá llegó y le pagan 20.000 de 8 a 11 y ella tenía que comprarse el almuerzo (...) a mí me ha pasado con amistades, no me presenta a su pareja porque como soy venezolana se los voy a quitar (...) Pues cuando obviamente en mi estado de depresión y eso "odio ser venezolana", y no debería, no debería porque yo amo mi país".

Testimonio 25

"Hay gente que llegaba al taller y decía yo no quiero que él lo arregle porque va y me roba".

Testimonio 26

"Llegué de Venezuela y trabajé tres meses y me pusieron tres puestos de trabajo por un solo sueldo, (...) yo renuncié, entonces la dueña de eso me dijo que no renunciara que ella me subía el sueldo, el sueldo estaba en 800 algo, 700 algo, y me lo puso en millón doscientos y trabajé como dos meses así y el hijo llegó y me bajó el sueldo otra vez, y me dijo que no, que

tenía que quedarme con el puesto de trabajo, pero con el sueldo mínimo, entonces yo decía pero porque, que porque yo era venezolano, que yo no podía ganar más que él".

La fase de identificación del proceso vivido muestra a cada participante como un ser humano con sueños, proyectos de vida y retos por cumplir, evidenciando que la mayoría tienen vidas similares a cualquier otra persona, gran parte por no decir todos estudiaban para tener un futuro estable, también trabajaban para cubrir sus gastos y salir adelante, los participantes identificaban la realidad en torno a la decadencia en la economía, pero no les generaba ningún tipo de alarma ya que contaban con todo el apoyo de los padres.

En un momento la escasez fue evidente y satisfacer las necesidades básicas no era una opción, no precisamente por no tener dinero, sino porque no había que comprar; además se muestra que la enfermedad y muerte de un ser querido o la apresurada decisión de amigos por salir de Venezuela se convirtió en un factor clave para movilizarse y buscar mejores condiciones de vida.

A partir del reconocimiento de la realidad social, los participantes decidieron emprender un proceso de movilización que fue enmarcado por la incertidumbre, miedos y expectativas en torno a la cultura con la que se iban a enfrentar; muchos de los migrantes contaron con el recibimiento de personas colombianas, lo que facilitó su adaptación y el reconocimiento de la cultura de la ciudad de acogida. Al reconocer las perspectivas de cada sujeto, se puede inferir el crecimiento personal que le atañen al proceso de migración, pues ven de manera positiva, el tener que ser independientes y "madurar" a la fuerza al enfrentar situaciones extrañas y culturas diferentes, que les obligaban a convertirse en sujetos pasivos a merced de las circunstancias.

Fueron varias las conductas de injusticia social que vivieron, por el hecho de suplir necesidades básicas, empujándolos a acceder a trabajos mal remunerados, lo anterior porque a

veces las circunstancias llevan al sujeto a considerar posibilidades injustas como justas, porque es la única opción para poder sobrevivir en un entorno extraño. Por lo cual se explicaría que a este momento reconozcan esas conductas como “Xenofobia”.

Fase 4 Caracterización

Este proceso se divide en dos fases, la primera fase, reconoce las dificultades del proceso migratorio, las consecuencias de estas, las oportunidades y las situaciones que pueden favorecer la adaptación. Y la segunda fase, consiste en reconocer de manera holística a cada miembro participante a partir de las características particulares (nivel escolar, espiritualidad, redes de apoyo, condiciones socioeconómicas, hábitos de sueño, de alimentación, entre otros).

Tabla 12

Respuestas de la aplicación del metaplan

Aspecto	Preguntas	Respuestas
Dificultades en el proceso	¿Qué considera que le hizo falta al momento de migrar?	Información y preparación Más conocimiento del entorno al que iba a enfrentar y cómo manejar las situaciones que ocurrieran. Orientación migratoria, madurez, estabilidad emocional y económica. Conocer más sobre aportes y facilidades, tener mejores redes de apoyo. Tiempo para pensar Tener conocimiento de lo que iba a vivir donde iba a llegar.
	¿Qué esperaba de la población en la ciudad de Tunja?	Amabilidad, empatía, solidaridad, respeto, consideración y apoyo. Empatía, respeto, amabilidad y apoyo.

		Que fueran más amables y empáticos, fueran personas más cálidas Me asustaba mucho la gente de aquí, pero no fue así. Tener mayores oportunidades. Gente más cordial, más dada ayudar a los demás.
	¿Qué extraña de su vida en Venezuela?	Mi casa, mis amigos, la universidad, salir a pasear, Cachapas de "Mc punto". La familiaridad, salir, el calor ambiental y humano. Entorno, tradiciones y caminar por las calles. Todo: el ambiente, los amigos, conocidos y la labor que hacía. Todo, menos el gobierno. Principalmente a mi familia, las costumbres, las amistades, el ambiente cálido.
	¿Qué considera que podría marcar una pauta positiva en su	Si hubiera mejor clima la situación sería otra. Empatía.

	proceso de migración?	Organizaciones de apoyo, más oportunidades, clima más caliente. Cambios de clima Si tuviera un clima más caliente fuera mejor. Si las personas fuesen más cálidas, que pudiéramos integrarnos más a la sociedad, sin miedo a ser excluidos.
Consecuencias	¿Siento que el trato de los miembros de la comunidad del municipio de Tunja, han contribuido en mi desarrollo personal?	Si, he madurado en cierto modo, aprendí a ser más desconfiada y centrar mi vida en todo sentido. He aprendido de muchas personas buenas. Sí, porque he conocido gente muy amable y sincera, gracias a Dios. Sí, porque permite adquirir cierta madurez y a probarse y ver que es capaz de lograr mucho. Sí, a ser precavidos y menos confiados y madurez. En lo poco que he compartido con las personas en Tunja he podido compartir más conocimientos.

		Si, hay muchas personas dispuestas a ayudar.
	¿He podido acceder de manera oportuna a empleo, salud, educación y vivienda? Explique su experiencia	Ciertamente es difícil acceder a varios “recursos”, o podemos, pero se hace difícil. Es algo complejo acceder a todos los recursos. A veces se dificulta todo. Oportunamente, no. En salud creo que es un poco difícil en vivienda normal. Poder acceder a EPS por mi salud.
	De acuerdo con mi experiencia, ¿Creo que tengo un proyecto de vida establecido en este momento? porque si o no	De cierto modo, podría decir que tengo un proyecto de vida concreto, pero todo se dificulta a medida que pasa el tiempo. Puede ser, tal vez. No, porque depende de. Si, tengo muchas metas fijas. Es estudiar, encontrar un trabajo estable y colocar un negocio y traer a toda mi familia.
	¿Mis relaciones familiares se han debilitado debido al	Si, se han debilitado más de lo que me hubiera gustado, pero con la familia con la que llegue la relación ha estado fuerte.

	proceso migratorio? explique su respuesta	No todas, algunas se han fortalecido. No y sí, hemos compartido más, se han presentado problemas. No, por suerte mi familia está aquí conmigo, sin embargo, por otras cosas nos hemos distanciado. No y sí, no porque la familia que tengo cerca nos mantenemos unidos, sí porque los que están lejos es poca la relación. No, de hecho, se ha fortalecido ya que la distancia ha hecho que seamos más unidos.
Oportunidades	¿Qué he logrado?	Nuevas amistades, más comunicación con los familiares cercanos. Desarrollar mi carrera, madurar y conocerme. Logré madurar más, hice cosas que jamás pensé que lograría, logré varios proyectos, me convertí en una persona más empática. Conocerme más, aceptarme, retarme, aprender sobre salud visual y aprovechar para vivir de ese trabajo, entender que no puedo controlar las acciones de los demás y no frustrarme por cómo actúan.

		Conocer otras personas, especialmente de aquí de Colombia, la cual me quitó la idea que tenía de la gente de Colombia. Logré descubrir de lo que estoy hecha, ya que aprendí a emprender, a arriesgarme y ser más fuerte.
	¿Cuento con el apoyo de personas o instituciones locales?	Sí con personas. Si hay muchas personas dispuestas a ayudar y apoyarme. Si, conozco a varias personas que desde el inicio me dieron la oportunidad de conocerme y me han apoyado. Podría decir que si conozco a muchas personas de aquí que me apoyan. Si, cuento con el apoyo de mi tío, mi abuelo y varias personas. Cuento con personas de Tunja, Ventaquemada y Bogotá.
	¿Conocer la cultura colombiana me permitió afianzar mi cultura y compartir la	Si he valorado lo de aquí, pero hemos afianzado la nuestra Si me ha hecho valorar y extrañar la cultura Se ha valorado lo de allá y acá

	nueva? explique su respuesta	Si, extraño las costumbres y respeto lo de aquí. Si, extraño cosas de mi cultura y también me gustan muchas cosas de la cultura de acá que ahora aplico. Ir aprendiendo a valorar las costumbres de cada país.
Factores protectores	¿Qué elementos son esenciales para lograr forjar mis proyecciones o sueños?	No sé Confianza en mí, luchar, persistir, seguir, economía y salud Legalización, estabilidad económica, salud mental Disposición, disciplina, esfuerzo y recursos Salud, empeño, persistencia y apoyo Documentación, salud, familia, estabilidad económica y emocional.
	¿Creo que el apoyo institucional necesario para sobrellevar el proceso migratorio lo he conseguido en	No No No, conseguir un apoyo como ese es muy difícil. No cuento con ningún apoyo institucional Ha sido difícil porque no hay mucha apertura, ni políticas de inclusión.

	Tunja? porque si o no	Dibujo de carita triste
	¿Siento que he logrado avanzar económicamente? porque si o no	No, lo necesario No, no he avanzado como me gustaría, solo avance lo justo y necesario. No mucho, pero en el proceso he aprendido a manejar más el dinero. No porque es difícil Avanzar económicamente no, apenas para todo lo que necesito. No. Tengo lo necesario
	¿Cuenta con redes de apoyo?	Familia y amigos y estar acá (El grupo de apoyo psicosocial) Si, Dios, mamá, amigos y hermanos Cuento con redes de apoyo con familia y amigos Podría decir que si, con respecto a mi familia y pocos amigos Sí con mi familia. Con mi familia y algunas personas

Fuente. Autoría propia

Mediante el metaplan se recolecta información relevante en cuanto a dificultades del proceso, consecuencias, oportunidades y factores protectores.

Como dificultades se resalta que, el proceso migratorio se dio de manera sorpresiva, lo cual llevó a que emprendieran un viaje a lo desconocido, faltando información, orientación, acompañamiento, empatía por parte de la comunidad receptora; además de la ruptura de redes sociales los dejó desarmados para enfrentar la situación. Adaptarse a los cambios climáticos de Tunja, también se encuentra dentro de este aspecto.

Las consecuencias del proceso migratorio se relacionan con reconocerse como desconfiados y resilientes a cada proceso, porque, aunque se cuenta con personas que apoyan, también deben convertirse en autogestores de sus proyectos. Se encuentra que los servicios a los que han accedido son limitados, pues el hecho de contar con una vivienda, se convierte en un reto; además el proyecto de vida, puede estar idealizado, pero depende de las oportunidades que surjan; por otro lado, del fortalecimiento de lazos familiares, claramente se hace referencia de que los vínculos que se fortalecen son con los familiares cercanos, es decir, que los lazos con los familiares que se encuentran en Venezuela, son débiles, sin embargo, muchos reconocen que desde la distancia tratan de mantener contacto.

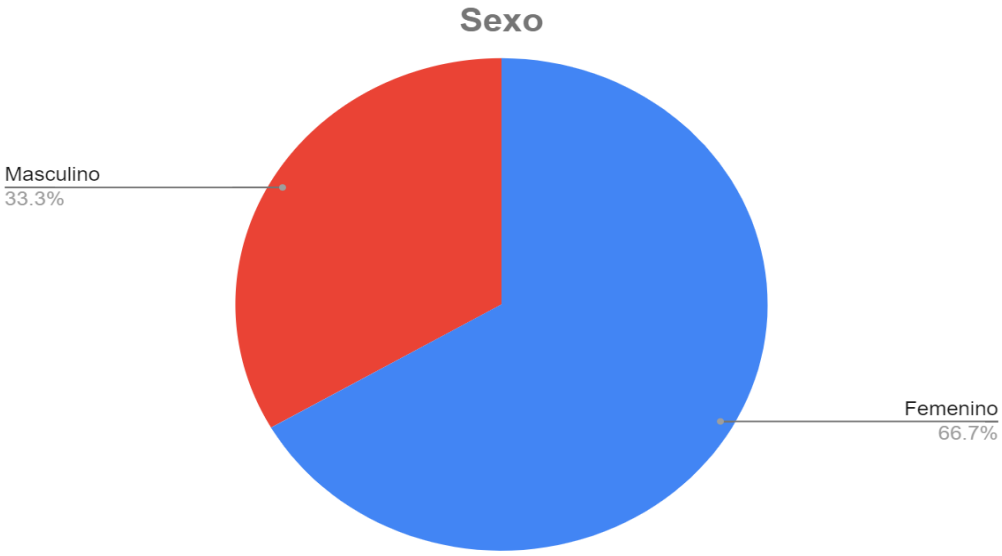
Las oportunidades, se reconocen a partir de un crecimiento integral, en el que consolidar amistades, retomar el proyecto de vida, auto reconocer los logros les permiten establecer estas situaciones como oportunidades para incorporarse a la cultura receptora; es de anotar que los jóvenes migrantes no sienten apoyo institucional, solo le dan crédito a un apoyo de personas del entorno; además que se ve como una oportunidad el reconocer la cultura colombiana para afianzar la cultura propia y ajena a partir de la interculturalidad porque cada una le aporta algo singular al sujeto.

Como factores protectores se establece que, el obtener la documentación, una estabilidad económica, acceder a salud tanto física como mental, articulación con instituciones, y la creación de redes solidarias le permite una proyección de metas.

La aplicación de la encuesta socioeconómica permitió identificar lo siguiente:

Figura 2

Clasificación del sexo de los participantes del GAP

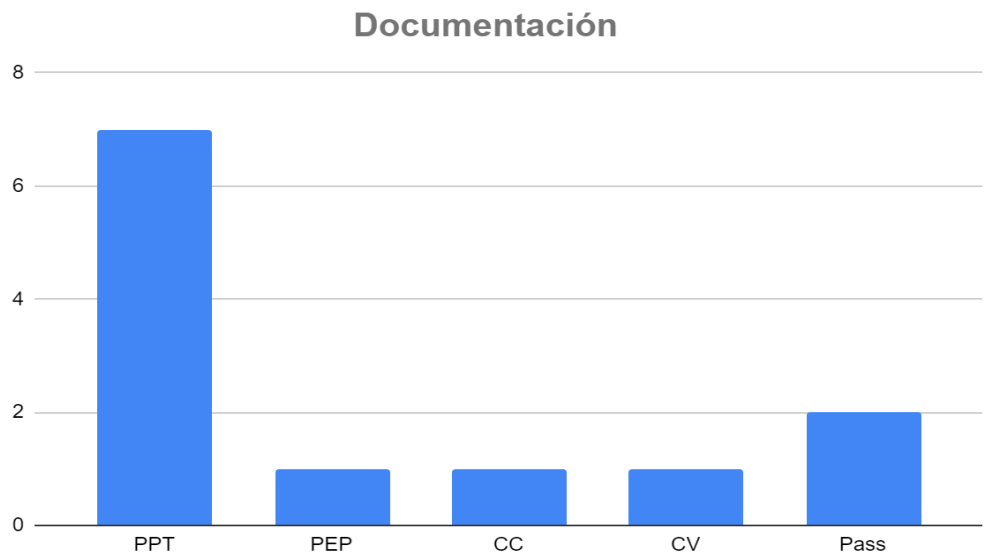


Fuente. Autoría propia

En la figura 2, basada en un número total de 12 participantes, encontramos que 8 participantes corresponden al sexo femenino siendo el 66,7% y 4 participantes corresponden al sexo masculino siendo el 33,3% de la población total.

Figura 3

Clasificación del tipo de documentación de los participantes en el GAP



Fuente. Autoría propia

Teniendo en cuenta la figura 3 en torno a la documentación con la que los migrantes se regularizan en el territorio nacional, 7 de los participantes cuentan con Permiso por Protección Temporal - PPT, 2 con pasaporte venezolano, 1 con Permiso Especial de Permanencia - PEP, 1 con Cédula de Ciudadanía Colombiana - CC y 1 con Cédula Venezolana – CV; partiendo de esta información se observa que, de acuerdo con la normatividad vigente, solo 8 de los jóvenes participantes se encuentran regulares en el país, por tanto, solo el 66,6% pueden acceder con mayor facilidad a los servicios que los demás (teniendo en cuenta que siempre presentan trabas en el acceso a los servicios).

Figura 4

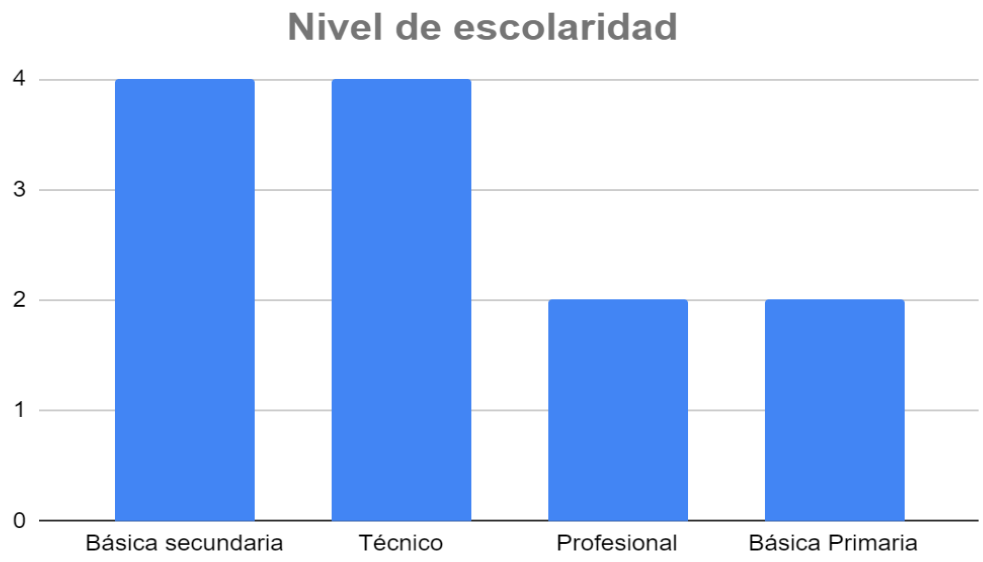
Clasificación de la zona de residencia de los participantes del GAP

Fuente. Autoría propia

La zona de residencia a la que pertenece el 100% de los participantes del grupo de apoyo es la zona urbana, esto se representa en la figura 4; infiriendo que, esta circunstancia le permite poder acceder de manera más equitativa a servicios, puesto que, la ruralidad cuenta con más distancias y menos oportunidades de progreso debido a la inequidad en este sector.

Figura 5

Clasificación del nivel de escolaridad de los participantes del GAP

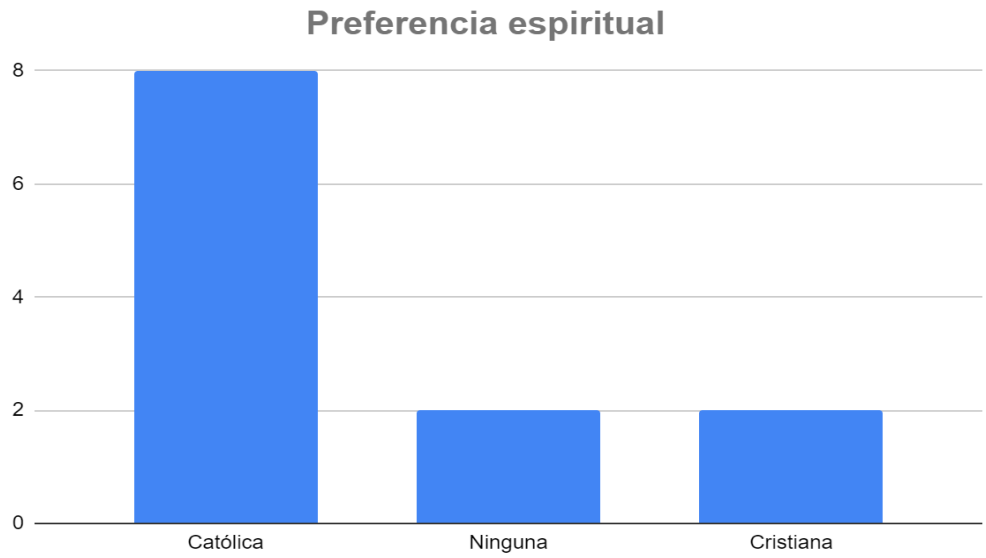


Fuente. Autoría propia

En la figura 5 se presenta el nivel de escolaridad de los participantes en el grupo de apoyo, mostrando que 4 culminaron su educación básica secundaria, 4 culminaron programas técnicos, 2 culminaron programas profesionales y 2 culminaron básica primaria; es importante resaltar que 6 de los participantes cuentan con formación profesional titulada en su país, de los cuales ninguno ejerce de manera oportuna en la profesión que tienen, siendo un motivo de desconsuelo, puesto que, en circunstancias “normales”, esto le abre oportunidades para progresar, pero en la población participante, esto no equivale a nada pues todos acceden a trabajos que no tienen nada que ver con lo que hacían en su país de origen.

Figura 6

Clasificación de preferencia espiritual de los participantes del GAP

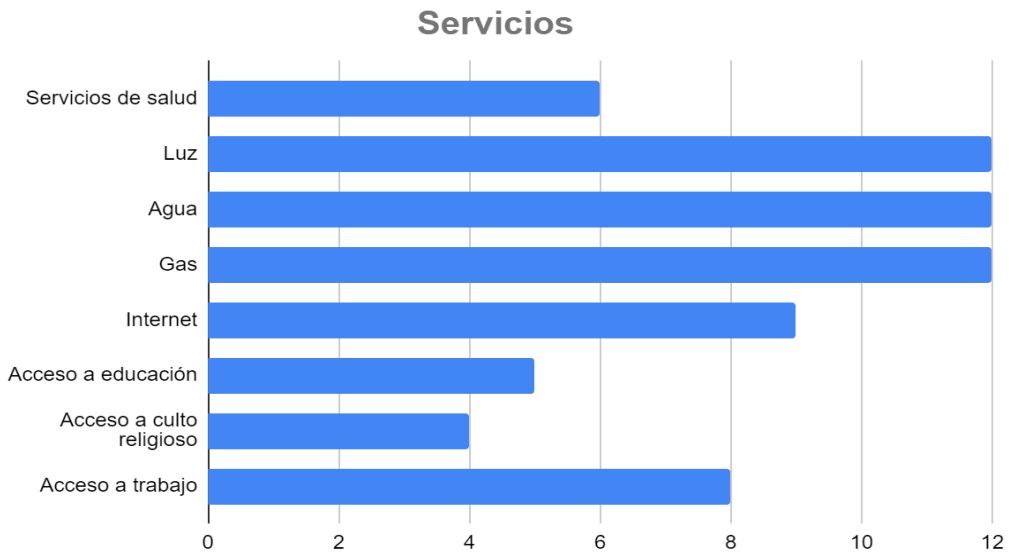


Fuente. Autoría propia

En la figura 6 se presenta la preferencia espiritual de los participantes del grupo de apoyo, en donde 8 de los participantes practican la religión católica, 2 participan de iglesias cristianas y 2 no tienen ninguna preferencia espiritual; este aspecto se denota como relevante, entendiendo que la espiritualidad le permite mantener una confianza subrogada a algo inmaterial, por lo tanto, las 2 personas sin preferencia especifica, puede dar información de, si se hace necesario éste aspecto a partir del reconocimiento de su proceso de “resiliencia” y “esperanza” por un nuevo comienzo.

Figura 7

Clasificación de los servicios con los que cuentan los participantes del GAP

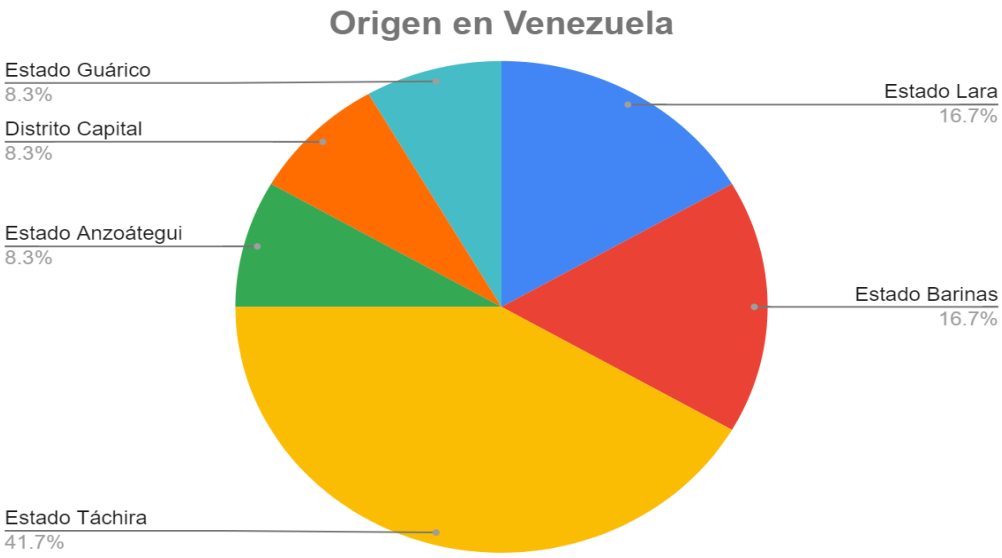


Fuente. Autoría propia

De acuerdo con la figura 7 haciendo referencia a los servicios con los que cuentan los participantes en el grupo de apoyo, 6 tienen acceso a salud, 12 cuentan con acceso a luz, agua y gas, 9 a internet, 5 a educación, 4 a culto religioso y 8 a trabajo. El acceso a servicios públicos permite evidenciar la suplencia de necesidades básicas, encontrando que todos tienen acceso a luz, agua y gas. Mientras que el acceso a educación, salud y trabajo, se convierten en desafíos, lo cual puede prolongar una situación de riesgo de vulnerabilidad en los sujetos porque no todos tiene la posibilidad de continuar un progreso en sus proyectos de vida, por lo tanto, estos aspectos son de relevancia para analizar y abrir rutas que promuevan la inserción equitativa a oportunidades en la comunidad de acogida. Finalmente, el acceso al culto religioso, aun resaltando que para cada persona tiene un valor particular, no se puede precisar que sea una falencia del entorno puesto que, no se reconoce las circunstancias por las cuales no puede acceder.

Figura 8

Clasificación de estado de origen en Venezuela de los participantes del GAP



Fuente. Autoría propia

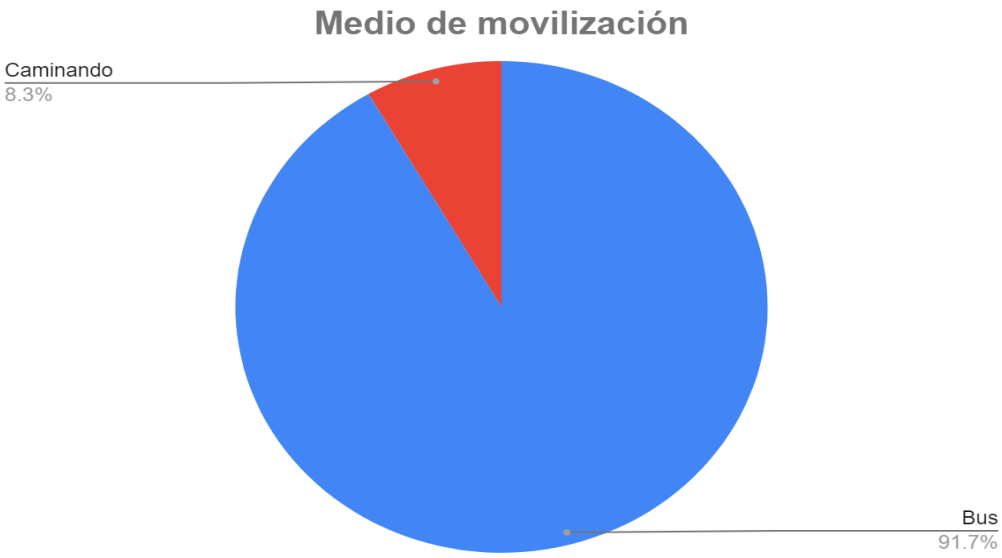
En la figura 8 se resaltan los estados de procedencia en Venezuela, siendo el mayor número del estado Táchira con 5 participantes representando el 41.7%, 2 del estado Lara que corresponden al 16.7%, 2 del estado Barinas que corresponden al 16.7%, y uno del estado Guárico, uno del estado Anzoátegui y uno del Distrito Capital, representando cada uno un 8.3%.

Se resalta que los estados a los que pertenece los participantes son de clima cálido, además de que se reconoce que tienen un estilo de vida muy abierto al compartir, es decir, que en el país de origen se considera como “normal” tener acercamientos instantáneos y dar confianza de manera rápida, situación que se contrapone a la realidad de la comunidad de acogida, empezando por el clima que es bastante frio, además de las relaciones lejanas que los participantes refieren ser “normales” en Tunja, donde se muestra mucha desconfianza y apatía, aunque, se infiere que esta perspectiva esta permeada por el ciclo vital en el que se encuentra el sujeto, pues la adolescencia y juventud temprana estaba siendo desarrollada allí, sin embargo, las

corresponsabilidades tenían que llegar con el progreso de las etapas del desarrollo del sujeto, entendiendo que la transformación de su realidad se puede relacionar de manera negativa con el cambio de ciudad y las circunstancia en que se dieron.

Figura 9

Clasificación de los medios de movilización que usaron los participantes del GAP



Fuente. Autoría propia

De acuerdo con la figura 9, 11 participantes afirman haberse movilizado en bus, lo que equivale al 91.7% y uno de los participantes afirma haberse movilizado caminando, siendo el 8.3%; esta información nos permite comprender que 11 de los participantes contaron con recursos para el desplazamiento hasta la ciudad de Tunja, y uno de los participantes tuvo que enfrentarse a la travesía de movilizarse caminando.

Figura 10

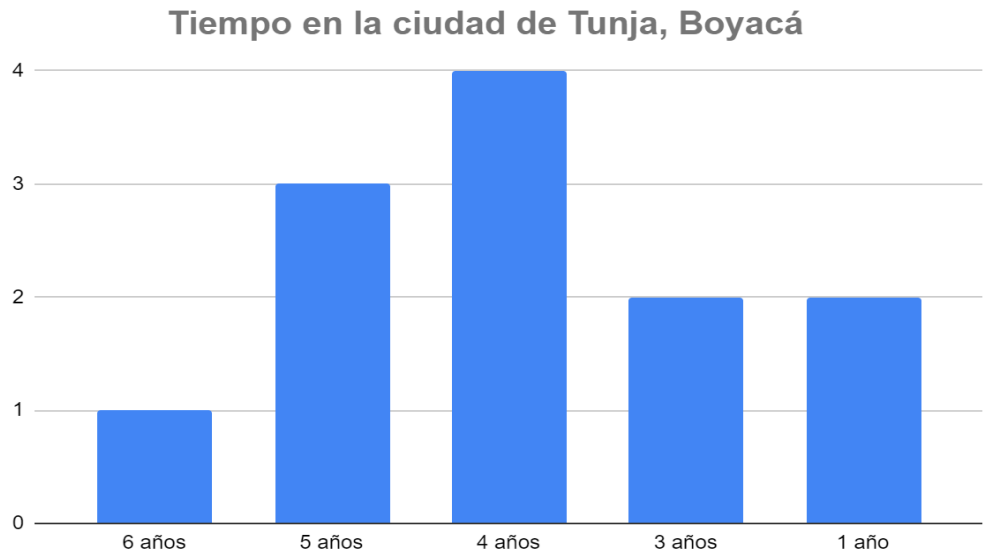
Clasificación de las personas con las que realizaron el proceso de migración

Fuente. Autoría propia

En la figura 10 se da respuesta a la interrogante ¿Con quién realizó el proceso de migración?, en donde 5 participantes afirman realizarlo en familia, 5 lo realizaron solos siendo cada uno el 41.7%, de igual manera 1 afirmó emprender este proceso con un amigo y 1 con su pareja, siendo cada uno el 8.3%; es importante resaltar que 7 de los participantes contaron con una red de apoyo que acompaño su proceso migratorio conformada por familia, amigos o pareja; lo que podría facilitar y permitir un proceso de adaptación en compañía de otras personas que hacían parte de su lugar de origen. Mientras que un 41,7 % tiene como factor de riesgo la falta de redes de apoyo para enfrentar el proceso, situación que indirectamente puede afectar en la interacción segura con el nuevo contexto.

Figura 11

Clasificación del tiempo de estadía en la ciudad de Tunja de los participantes del GAP

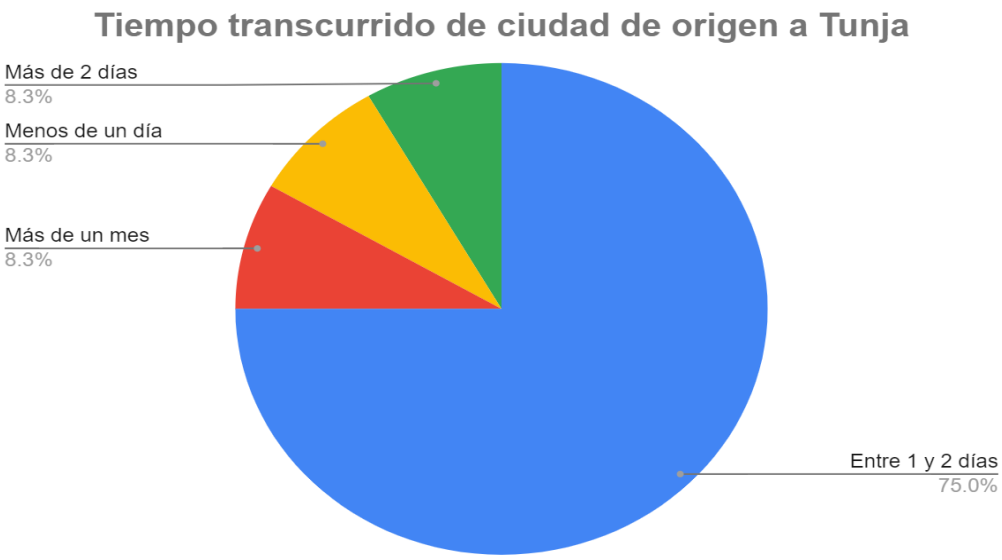


Fuente. Autoría propia

En referencia al tiempo de estadía en la ciudad de Tunja, Boyacá, se presenta la figura 11, en la que se encuentra que, un participante afirma tener 6 años, 3 afirman tener 5 años, 4 tienen 4 años, 2 tienen 3 años y 2 afirman tener 1 año; esta información permite observar como el contexto de Tunja ha llevado a prolongar el tiempo de estadía de los participantes pues cuentan con un tiempo mayor de 1 año viviendo en la ciudad.

Figura 12

Clasificación del tiempo transcurrido desde la ciudad de origen hasta la ciudad de Tunja

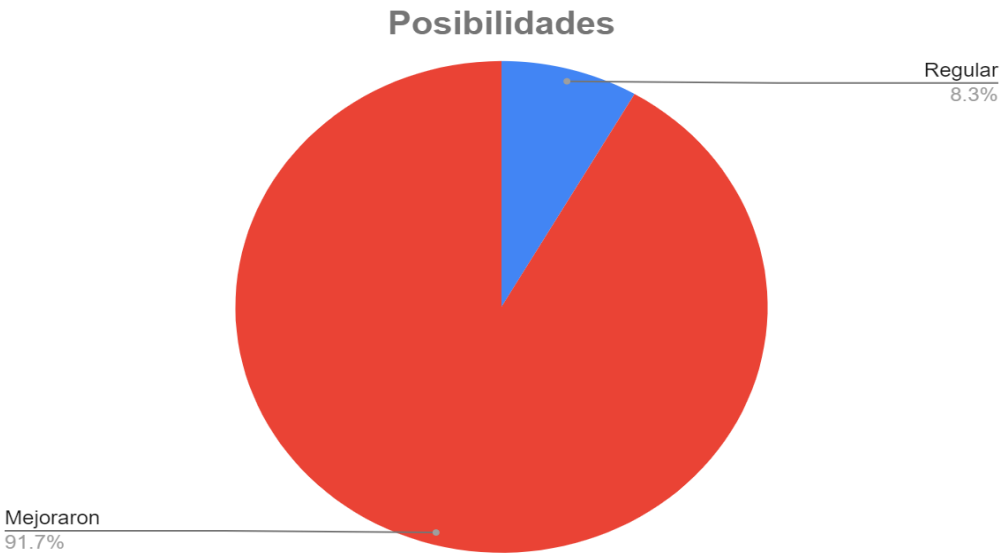


Fuente. Autoría propia

En la figura 12 se hace referencia al tiempo en que tardaron los migrantes desde su ciudad de origen, hasta su llegada a la ciudad de Tunja, teniendo en cuenta su paso por otras ciudades en las que pudieron estar establecidos es así como un participante afirma tardar menos de un día lo que corresponde a 8.3%, 9 afirman tardar entre 1 y 2 días correspondiendo al 75%, un participante afirma tardar más de 2 días siendo el 8.3% y un participante afirma tardar más de un mes, siendo el 8.3%.

Figura 13

Clasificación del estado de las posibilidades actuales de los participantes del GAP

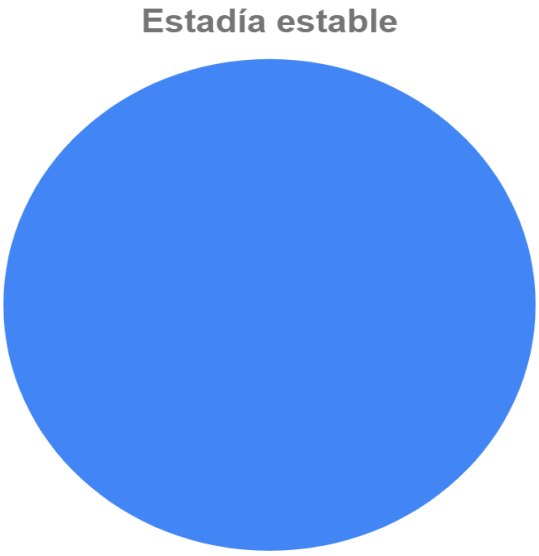


Fuente. Autoría propia

La figura 13 hace referencia al estado de las posibilidades después de realizar su proceso migratorio, en donde 11 participantes indican que han mejorado, representando el 91.7% y una persona afirma que las posibilidades han sido regulares siendo el 8.3%. Se observa que, de manera transversal se reconoce una mejoría en su calidad de vida, pues las posibilidades han mejorado a pesar de haber tenido que desarraigarse de su país natal; la mayoría cuenta con circunstancias que los mantiene con la confianza de continuar trabajando por un futuro más estable; situación que, muchos de los colombianos niegan tener, deduciendo que el proceso migratorio favoreció al sujeto.

Figura 14

Clasificación de la estadía de los participantes del GAP



Fuente. Autoría propia

En referencia a un lugar de residencia se presenta la figura 14 en la que el 100% de los participantes afirma contar con un lugar de residencia estable. Cuando la persona migrante refiere que es “estable”, se relaciona con poder acceder a techo, pero esto en ocasiones no garantiza que las personas se sientan satisfechas con el lugar donde viven, pues en diálogos con ellos, se deduce la difícil situación que enfrentan para acceder a un arriendo de vivienda, debido a los prejuicios que existen en contra de la población venezolana migrante; lo cual impide se pueda acceder de manera fácil a una estadía confortable y agradable.

Figura 15

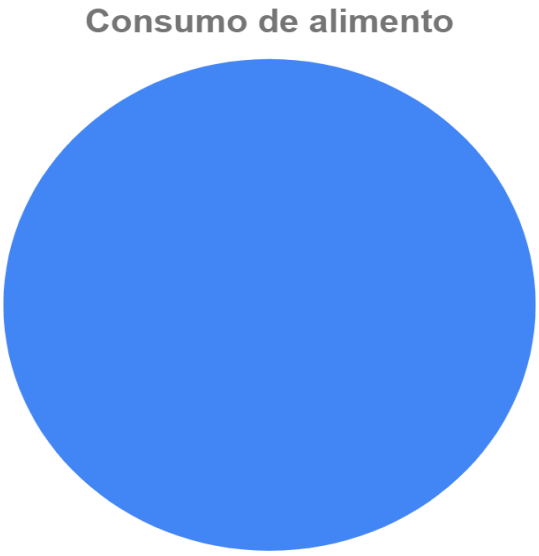
Clasificación del tiempo de descanso de los participantes del GAP

Fuente. Autoría propia

Se presenta la figura 15 que hace referencia al tiempo que dedican al descanso los participantes del grupo de apoyo, siendo que 9 afirman dedicar entre 6-8 horas al descanso, siendo el 75%, 2 afirman que dedican entre 8-10, correspondiendo al 16.7% y un participante afirma dedicar entre 4-6 horas al descanso, representando el 8.3%. A nivel general se aprecia que, los participantes tienen posibilidades de descansar un tiempo adecuado, solo una persona refiere un tiempo escaso ente 4 a 6 horas, por lo cual, se tendría que evaluar la situación o circunstancias que le impiden descansar más tiempo y si esto genera algún conflicto en su cotidianidad.

Figura 16

Clasificación del tiempo de ingesta de alimentos por los participantes del GAP



Fuente. Autoría propia

En la figura 16 se resalta el tiempo de ingesta de alimentos, en los que el 100% de los participantes afirma que consumen alimentos alrededor de cada 5 horas. Se deduce que actualmente tiene las posibilidades de mantener una rutina alimentaria adecuada, además de convertirse en un alivio, pues se sabe que la situación en el país de origen para el acceso a alimentos era conflictiva, lo que indirectamente movilizó a las personas a buscar salidas para restablecer las necesidades básicas como lo es la alimentación; infiriendo que este aspecto se puede considerar como un factor protector para iniciar el proceso de adaptación.

Figura 17

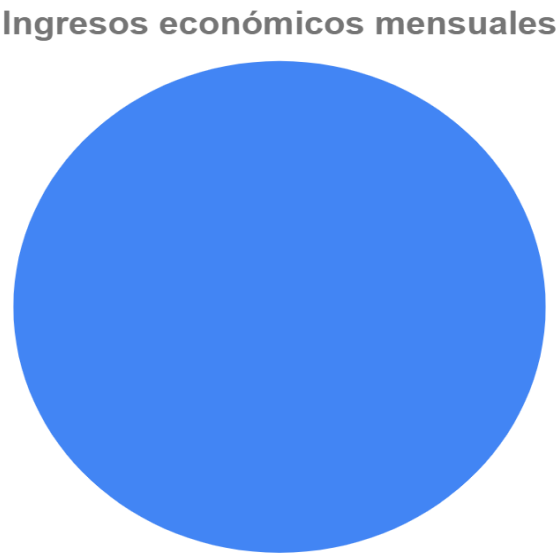
Clasificación del número de personas con las que viven los participantes del GAP

Fuente. Autoría propia

El número de personas con las que viven los participantes del grupo de apoyo, de acuerdo con la figura 17, 5 participantes afirman que viven con 3 personas lo que corresponde al 71.7%, 4 afirman que viven con 2 personas, correspondiendo al 33.3% y 3 afirman que viven con 1 persona, siendo el 25%. Es de anotar que, los participantes del Grupo de Apoyo, tiene la posibilidad de vivir cómodamente, pues en muchas ocasiones se evidencia que la población migrante se ve obligada a vivir en hacinamiento, eventualidad que, contribuye al mantenimiento de riesgo de vulnerabilidad.

Figura 18

Clasificación de los ingresos económicos mensuales de los participantes del GAP

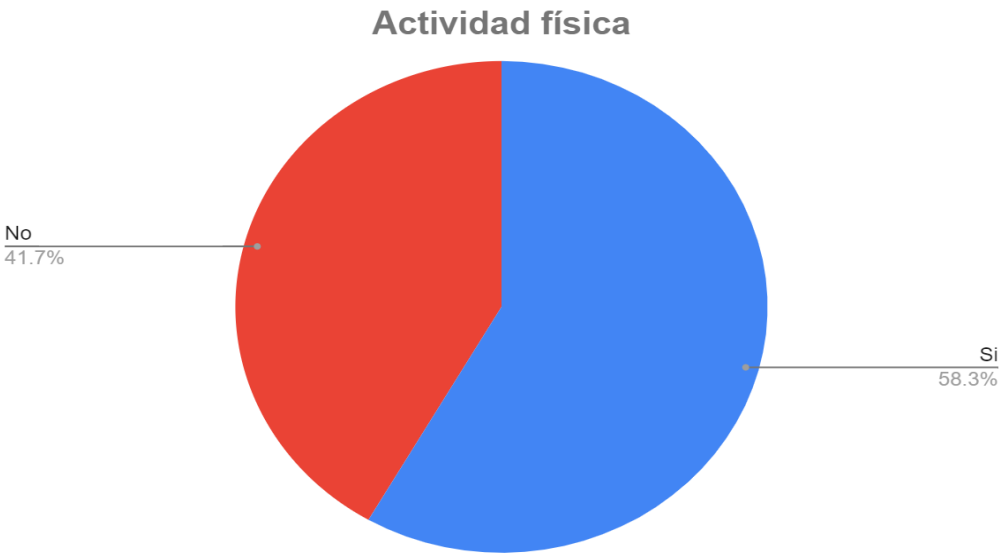


Fuente. Autoría propia

En referencia al ingreso económico que tienen los participantes del grupo de apoyo, desde la figura 18, se logra identificar que el 100% de los participantes, afirma que tienen un ingreso por debajo del salario mínimo mensual legal vigente - smmlv. En Colombia se puede decir que, para lograr sobrevivir es necesario contar con un salario mínimo para poder solventar necesidades, pero los jóvenes migrantes que participaron afirman que no cuentan con este ingreso lo cual evitaría que se pueda gestar un futuro para ellos, y más al contrastar que el 50% de los participantes son técnicos o profesionales, siendo una desmotivación para ellos el lograr impulsar un proyecto de vida, del cual se tenía una expectativa idealizada y en Colombia se desdibujo.

Figura 19

Clasificación del desarrollo de actividad física en los participantes del GAP



Fuente. Autoría propia

Figura 20

Clasificación del tipo de actividad física que realizan los participantes del GAP

Fuente. Autoría propia

En las figuras 19 y 20, se observa lo relacionado con la actividad física, 5 participantes afirman que no realizan actividad física siendo el 41.7%, siendo éste un aspecto esencial para liberar toxinas y estimular químicos que favorecen el bienestar en el individuo, por lo tanto, es necesario, buscar estrategias que promuevan la realización de actividad física de manera paulatina para favorecer la salud mental y la integración con la comunidad de acogida; pero 7 participantes afirman que realizan actividad física correspondiendo al 58.3%, de los cuales 3 afirman que salen a caminar, 2 practican fútbol, un participante va al gimnasio y un participante practica baloncesto, infiriendo que estos últimos tiene como factor protector la concienciación de los hábitos saludables.

Figura 21

Clasificación en torno a la identificación de las emociones de los participantes del GAP

Fuente. Autoría propia

Figura 22

Clasificación en torno al manejo de las emociones por parte de los participantes del GAP

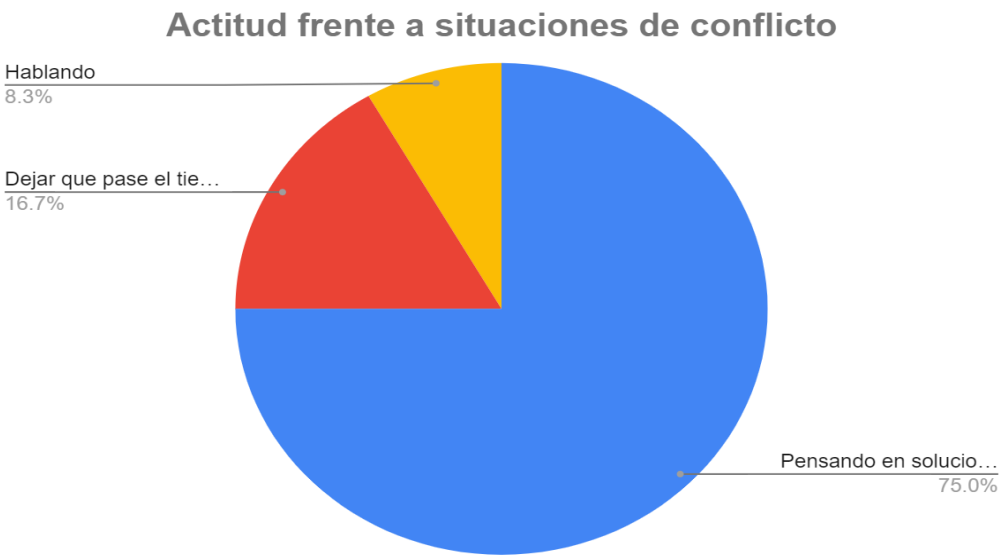
Fuente. Autoría propia

En la figura 21 se resalta la capacidad que tienen los participantes de identificar sus emociones, por ello 3 participantes afirman que se les dificulta identificar sus emociones correspondiendo al 25%, y 9 participantes afirman que se les facilita identificar sus emociones, siendo el 75%. Mientras que, al contrastar la información anterior con la figura 22 se resalta que, aunque se identifiquen las emociones, se dificulta expresar las mismas, observando que, 7 participantes afirman que se les dificulta expresar sus emociones correspondiendo al 58.3%, y 5 participantes afirman que se les facilita expresar sus emociones, siendo el 41.7%; deduciendo a partir de ello, que aun cuando se identifican diferentes emociones como pasa con 9 participantes, 4 de ellos se les dificulta expresarlas, teniendo un total de 7 participantes que se les dificulta el expresar las emociones que siente, lo que podría ser una dificultad al momento de desarrollar los encuentros y mas aun en su proceso de adaptación.

Por lo tanto, esta información nos permite identificar la importancia de la construcción de estrategias y herramientas por parte de los psicólogos en formación que lleven a la promoción de la identificación y posterior expresión de emociones, situación que le permite a la persona reconocer su historia de vida y su proceso de migración y así comprender al otro desde el sentir; puesto que es necesario que el sujeto sé comprenda a sí mismo para entender al otro.

Figura 23

Clasificación de la actitud frente a situaciones de conflicto



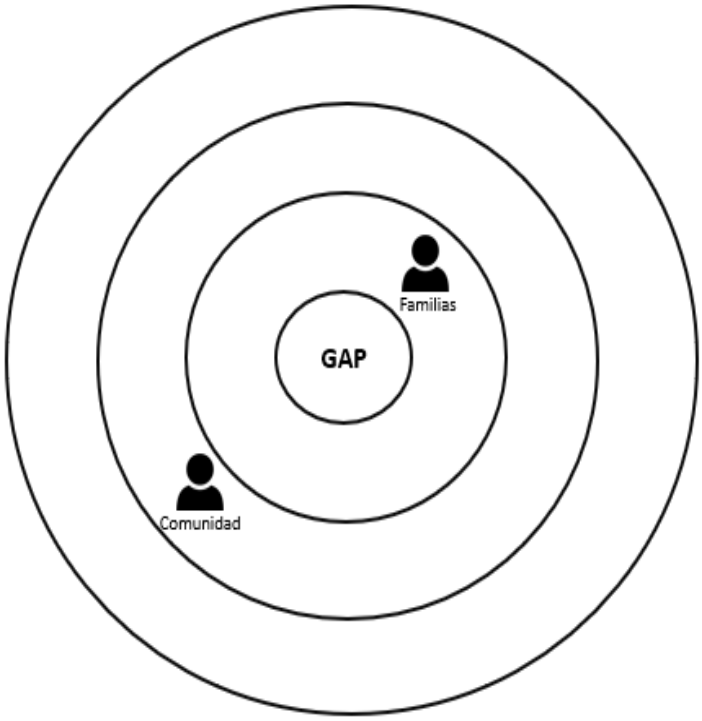
Fuente. Autoría propia

Respondiendo a la interrogante planteada ¿Cómo enfrenta las situaciones conflictivas?, se logra identificar en la figura 23, que 9 de los participantes afirman que tienen una actitud de buscar soluciones, 2 afirman que dejan que pase el tiempo y un participante afirma que hablando; es importante identificar estas formas de enfrentarse a los conflictos, los 9 participantes que afirman el pensar en una solución, pueden encontrarse en un riesgo debido a que esta acción puede presentarse con frecuencia sin llevar a acciones de solución, lo que puede generar en la persona pensamiento repetitivos, ansiedad, altos niveles de estrés e incluso frustración al no conseguir soluciones inmediatas; de igual manera enfrentarse a conflictos y no enfrentarlo con soluciones adecuadas puede llevar a generar cuadros de ansiedad y estrés que puede afectar el organismo de la persona debido a la perdida permanente del equilibrio.

Fase 5 Rutas de atención para la creación de redes solidarias

Figura 24

Mapa de actores, redes solidarias que percibían los participantes antes

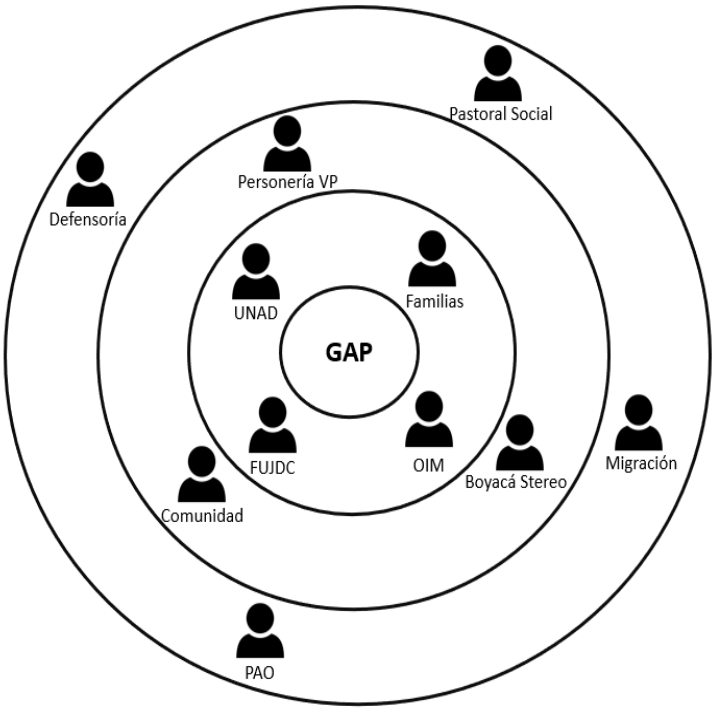


Nota. Este mapa de actores se desarrolló a partir de los instrumentos de caracterización aplicados y la realidad de quienes aportaron al desarrollo del GAP. *Fuente.* Autoría propia

Teniendo en cuenta los procesos de consolidación del grupo de apoyo, las encuestas de caracterización y lo observado en el desarrollo de los encuentros, se identificó que los migrantes no percibían mayores redes solidarias que otros venezolanos, familias y algunos miembros de la comunidad, llegando a afirmar que no veían la presencia de la institucionalidad en su proceso como migrantes.

Figura 25

Mapa de actores, redes solidarias que percibían los participantes después



Nota. Este mapa de actores se desarrolló a partir de los instrumentos de caracterización aplicados y la realidad de quienes aportaron al desarrollo del GAP. *Fuente.* Autoría propia

A partir de este proceso se logró afianzar como redes de apoyo solidarias, en un primer nivel los mismos miembros del grupo de apoyo psicosocial, demostraron un compromiso por el bienestar y progreso de los demás miembros del grupo, a su vez, se ubicaron las instituciones a partir del grado de compromiso con el desarrollo del grupo de apoyo, es así que, en un segundo nivel se ubican las familias como redes directas en el proceso de adaptación de quienes participaron, a su vez la Universidad Nacional Abierta y a Distancia desde el compromiso de sus docentes y profesionales en formación en el desarrollo de este proceso, la Fundación Universitaria Juan de Castellanos que se mantuvo atenta al proceso y dispuso de espacios físicos para las reuniones del grupo, a su vez la Organización Internacional para las Migraciones

quienes acompañaron algunos encuentros permitiendo informar las rutas de atención con las que cuenta la población migrante; en un tercer nivel se ubica la comunidad como conjunto de personas y dinámicas en las que los participantes se han desarrollado, la Personería del municipio de Villa Pinzón como parte del Ministerio Público, que acompaño uno de los encuentros y promovió rutas de atención y el apoyo a la comunidad migrante, así como la emisora Boyacá 95.6 fm que presto sus micrófonos para la difusión de este programa; en un cuarto nivel se ubican algunas instituciones que si bien no participaron de los encuentros, generan un apoyo a la población migrante y estuvieron al tanto de los procesos que se llevaban como la Defensoría del Pueblo, Migración Colombia, PAO y Pastoral Social.

Fase 6 Identificación e intercambio cultural

Este espacio contó con la participación de 26 personas donde se generó la integración desde un compartir gastronómico de personas colombianas y venezolanas, este encuentro se desarrolló en diversos momentos, partiendo de realidades identificadas en los encuentros anteriores, centrándonos entonces en las siguientes características.

Lenguaje: Se hizo una actividad con el fin de promover la riqueza y el conocimiento del lenguaje tanto de la comunidad de acogida como de la comunidad migrante, este evidencio como los participantes se interesaban en las palabras que generaban novedad, lograban un interés de todos los participantes.

Gastronomía: Luego de observar la riqueza que yace en la gastronomía de la comunidad migrante y de acogida, se dispuso de un espacio de compartir gastronómico, en el que las personas presentaban un plato típico que después sería compartido con los demás participantes, este espacio favoreció el compartir de todos como una sola comunidad, en torno a la riqueza de ambas naciones.

Aceptación: Finalmente se promovió un espacio en el que cada participante de nacionalidad venezolana recibiera una carta de recibimiento de un participante de nacionalidad colombiana, logrando generar un proceso de aceptación y bienvenida a la comunidad de acogida, reduciendo a su vez, el impacto de actos que pudieron haber vivido como el rechazo y la xenofobia.

Fase 7 Evaluación

Esta fase evaluó los aportes significativos obtenidos a partir de la implementación del Grupo de Apoyo Psicosocial como herramienta para favorecer el aporte inicial para la adaptación del joven migrante en la comunidad de acogida, mediante la aplicación de una encuesta con preguntas abiertas, arrojando los siguientes resultados:

Tabla 13

Resultados encuesta de evaluación

Pregunta	Respuesta
¿El saber que el grupo de apoyo tendría presencia de personas originarias de Venezuela lo motivó a participar en éste? Sí/no, justifique su respuesta.	Si. Para conocer la situación de las demás personas, si eran tan diferentes o similares sí. Porque la cultura de Venezuela es diferente en Si. Porque tuve la oportunidad de conocer personas de diferentes regiones del país Si me motivo, me gustó el trato me sentí como si estuviera en casa Si, porque me sentía más cómodo dentro del ambiente originado Si. Pues casi no comparto con otras personas, ya que la mayor parte del tiempo estoy en el trabajo o en mi casa. Si No, no hay una razón real más allá de la falta de tiempo Si, es importante como inmigrante el poder conocer personas que están en el mismo proceso y no sentirse solo en el camino.
Participar en los encuentros del grupo de apoyo ¿Le permitieron potenciar una conexión con la cultura de su país de origen? Explique su respuesta	Si. Porque la cultura de Venezuela es diferente en cada región Si. Conocer costumbres y cultura de esas regiones fue muy importante para mi Si ya que se hicieron actividades y representaciones de mi país de origen Si me ayudaron ya que tenía tiempo sin convivir con personas de mí mismo país Si. Porque realizamos actividades que hacían recordar tradiciones, costumbres y al finalizar el encuentro cultural llevando parte de la gastronomía venezolana Si, conocer la variedad de culturas de mi país de origen Si claro, es como si nunca se hubiese emigrado de Venezuela

	Si, claramente el conocernos y recordar de donde somos, que no gusta, que celebramos nos hace conectar con la esencia de nuestra tierra y querer aún más a nuestro país.
¿Por qué es importante para usted compartir con otras personas de Venezuela?	Porque mantenemos mejores relaciones como venezolanos Conocerlas interactuar con ellas es una experiencia muy gratificante Porque puedo sentirme como en casa y recordar tiempos que ya pasaron y podemos compartir experiencias Porque me siento más entendido por ellos Porque somos compatriotas. Además de poder compartir nuestros gustos en música, comida y tradiciones y mantener presente nuestra identidad Es importante para mí para siempre recordar ciertas costumbres culturales de mi país Para no olvidar quienes somos Es importante ya que sientes que no estás solo en este camino, es bonito conocer cada historia y saber que todos al final queremos lo mismo, un mejor futuro, crecimiento personal y poder ayudar a nuestras familias.
Hablar sobre su proceso vivido desde su ayer, la realidad que lo movilizó y su ahora, ¿Permitió replantear su proyecto de vida?	Si. Porque esperaba mejoras en muchas cosas y es muy difícil acceder a muchas áreas Si. Porque me animó a seguir adelante con entusiasmo Sí me permitió replantear mis proyectos de vida Si, me permitió mantener un enfoque de lo que quiero hacer con mi proyecto de vida Si claro que sí, permite hacer una retrospectiva de cómo llegamos y todo lo que hemos logrado, no solo económicamente sino emocional y mentalmente. Lo cual nos permite entender que debemos cambiar y mejorar en nuestro plan de vida. Si un poco Si Si.
¿Reconocer las perspectivas de otras personas de Venezuela le permitieron sentirse apoyado en el proceso?	Si. Porque con ellos se puede conocer otras alternativas para ayudarnos Si saber que se cuenta con el apoyo de estas personas me hace bien Sí me ayudó con el apoyo emocional Si, ya que me di cuenta que no solo yo he pasado momentos adversos en la vida cotidiana

	Si, es bueno saber que no estamos solos qué hay otras personas que han pasado por lo mismo y entienden mejor la situación de migrar. Si Si Si, a pesar de que cada proceso pueda ser diferente.
Identificar los recursos con los que cuenta actualmente y quizá los que le hacen falta ¿Ayudaron a observar su realidad y potenciar sus capacidades?	Si. Pero la situación se torna muy difícil cada día Si. Me ayudaron a replantear mejor mi futuro Si ya que no conocía varios recursos con los que podemos contar Si, me mostraron la realidad y que debo reforzar en mis capacidades Si Si totalmente Si Si
¿Cuáles dificultades logró identificar al realizar su proceso migratorio?	Es difícil adquirir las cosas especialmente en cuanto a salud y otras cosas La difícil situación para acceder a los servicios en todos los aspectos En relacionarme con otros compañeros venezolanos ya que eh tenido malas experiencias Ninguna El trabajo, la xenofobia, estar lejos de amistades y familia Procesos de documentación El proceso de legalización El proceso de legalización es un poco lento, obtener el documento puede tardar meses, lo cual dificulta obtener un buen empleo.
¿Qué consecuencias tuvo el proceso migratorio en su vida?	Dejar todo lo que tenía y empezar de nuevo con otras costumbres y otra realidad muy diferente a la que esperaba Dejar todo lo que tenía y hacía y tratar de habituarme en un país diferente con cultura y costumbres muy diferentes Cambio total de lo ritmo de vida Ninguna Dejar mi casa, mis amigos, cambiar el plan de vida que ya tenía trazado. Conocer un nuevo país, su gente, su cultura. Alejarme de mi familia Consecuencias de toda índole profesionales, laborales y sentimentales

	La mayor consecuencia para mí fue alejarme de mis seres queridos, dejar mis proyectos planteados por la situación y sobre todo mi estilo de vida.
¿Qué oportunidades ha logrado identificar desde que realizó su proceso migratorio?	Ninguna Conocer personas muy buenas, que han ayudado a facilitar algunas cosas Un futuro estable económicamente He logrado identificar y aprovechar muchas oportunidades Superar miedos. Adaptarse a los cambios. Aprender todo lo relacionado a la óptica y salud visual. Emprender. Educación Fuentes de empleó Obtener un empleo con todas las condiciones laborales, saber que tengo deberes como derechos que puedo hacer valer y sobre todo crecimiento profesional gracias al acceso a la educación
¿Por qué es importante para usted compartir con colombianos?	Para conocer su cultura y costumbres y la realidad del país Para conocer su cultura, sus costumbres y para interactuar con ellos Porque hay que convivir ya que vivimos en su país tenemos que acoplarnos a sus culturas Ya que vivo en su país, es algo rutinario de mi día a día convivir con personas de Colombia las cuales muchas de ellas me parecen agradables en Estamos en su país, por ende, es importante hacer relaciones qué permitan tener una buena adaptación y convivencia. Mi familia paterna es colombiana Para que se den cuenta que la nacionalidad no define que un ser humano Es importante primero que todo para borrar esa falsa idea que se pueda tener de los venezolanos, además de dar a conocer nuestra cultura y conocer la suya.
¿Con qué recursos usted cuenta después de haber participado en el grupo de apoyo?	La información adecuada suministrada por los participantes Muy buena información de muchas cosas Con todos los recursos que nos apoyen por ley y por derechos Información útil en cuantos, a entidades de salud, protección, y apoyo psicológico Un grupo de apoyo psicosocial No estoy seguro

	Cuento con grupo de personas que están ahí para escuchar, personas capacitadas que me pueden brindar ayuda tanto profesional como emocional.
De acuerdo a cada uno de los encuentros a los que asistió ¿En qué le aportaron para su integración a la nueva cultura?	Conocer culturas, costumbres y saber cómo actuar en ciertas ocasiones En el compartir, la información oportuna y el apoyo que me demostraron A mirar más allá de ser un simple migrante a que tenemos oportunidades como cualquier otra persona En mucho Integrarme, compartir mi historia, conocer a otras personas. En la manera de socializar con la cultura colombiana En términos de léxico El mayor aporte fue el conocimiento. Aprender su historia, sus conflictos y cómo poco a poco han ido creciendo como sociedad, su cultura, su comida, pero sobre todo a conocer a todas estas organizaciones que aportan su granito de arena y brindan ayuda no solo a la población colombiana sino también a la venezolana.
¿Qué tipo de actividad le gustaría que se desarrollará en el grupo de apoyo?	Todas las actividades que se plantean son buenas y me gusta compartir Algunas actividades como talleres y de esparcimiento Apoyo emocional y psicológico Que convivamos más como amistades bien sea en juegos, salidas etc. la actividad puede ser cualquiera la idea es convivir Considero que podemos desarrollar varios tipos de actividades. Más que ser un centro de apoyo y escucha, también se pueden incluir actividades relacionadas al arte, deporte, recreativas, al aire libre. Tales como yincanas, bailoterapias, acampar, pintura. Otras actividades de interacción De esparcimiento Me gustaría más actividades de integración cultural con personas de ambas nacionalidades, actividades al aire libre, viajes, talleres de formación y capacitación, entre otras.
¿Considera que en este momento requiere ser escuchado por un profesional	No. Porque me siento bien Si. Para algunos consejos y para ayudar a ver mejor algunas cosas No considero que no necesito ayuda de un profesional

de salud mental? Justifique su respuesta	No, Si siento la necesidad de hablar con alguien de varios aspectos de mi vida. No No No, me siento bien y emocionalmente estable.

Fuente: Autoría propia

La encuesta, se aplicó con el objetivo de reconocer los aportes significativos al participar en el grupo de apoyo, centrando las preguntas en tres aspectos importantes: el sentido de reconocimiento ante el fenómeno migratorio y los actores que apoyan en este, los aportes del Grupo de Apoyo Psicosocial y el valor de la interculturalidad.

Para el primer aspecto, se establece que, el integrar personas que vivieron una misma situación conflictiva les permitió sentirse cómodos y en un ambiente de confianza, lo que posibilita, expresar las vivencias de manera sincera, además de brindar estrategias de afrontamiento entre participantes, ya que reconocen que éste proceso les ayudó a sentirse acompañados, puesto que son muchos los que vivieron el suceso y aunque las vivencias fueron particulares, tienen muchas coincidencias, lo cual evocó sentimientos de nostalgia y empatía entre los diferentes relatos.

En el segundo aspecto, los participantes reconocieron de manera positiva los aportes del Grupo de Apoyo Psicosocial, donde resaltaron que, este contribuyó en el replanteamiento del proyecto de vida, además de convertirse en un proceso de desahogo, cambio de perspectivas frente a la comunidad de acogida, creación de redes de apoyo, potenciación como agentes de cambio desde la propuesta de actividades para el mantenimiento del grupo.

Por último, en el tercer aspecto, se observó la importancia de hacer énfasis en el acercamiento a la cultura de origen, como mecanismo para integrar a los participantes del grupo desde el compartir de experiencias, también al confrontarlos con la cultura de la comunidad de

acogida lleva a la identificación de la propia cultura, avivando la voluntad de compartir y potenciar una nueva cultura desde la empatía y exploración de nuevas experiencias con nuevas personas.

Análisis por categorías

Figura 26

Análisis de contenido

Nota. Este análisis se construye con la frecuencia de palabras de los testimonios obtenidos en las fases de integración, de identificación del proceso vivido y de evaluación. *Fuente.* Creado en Atlas TI.

Tomando en cuenta la figura 26 desarrollada a partir de las palabras que se presentan con mayor frecuencia en los testimonios ofrecidos son: persona, cultura, vida, conocer y apoyo, permitiendo identificar un discurso positivo en los participantes del grupo de apoyo, resaltando que, estas palabras que están vinculadas a los procesos de adaptación; de igual manera, se hace extensión a las demás palabras que integran la figura, con las que se destaca el discurso positivo en torno a los procesos migratorios que se desarrollan en los participantes del grupo de apoyo.

El proceso que viven los participantes corrobora la complejidad de este, pero les permitió potenciar los recursos que les quedaban, reconociendo a la familia como un elemento fundamental para continuar incorporándose a la comunidad de acogida y aceptar el cambio.

Conclusiones

A partir de la fase de caracterización se identifica que el Grupo de Apoyo Psicosocial está conformado por 12 participantes de los cuales un 66,7 % son mujeres y el 33,3% son hombres; teniendo en cuenta lo planteado por Peralta (2019), quien establece que el primer eslabón para promover la adaptación tiene relación directa con la regularización de la persona, se encontró que el 33,3 % no cuentan con documentación establecida por la normatividad vigente, lo cual evita una integración en la comunidad receptora, ratificando lo anterior, la caracterización resalta que solo el 50% tiene acceso a salud, el 41,6% tiene acceso a la educación y el 66,6% a trabajo. Además, que culminar un proceso formativo no garantiza que la persona continúe en ascenso, puesto que un 66,6% tiene título como técnico o profesional y un 100% asegura que los ingresos mensuales son inferiores a un salario mínimo legal vigente (SMMLV) establecido en Colombia. Asimismo, es importante establecer la necesidad de realizar campañas de regulación para que las personas participantes tengan un avance en su proceso de adaptación, por lo cual, es necesario crear redes solidarias que sostengan la comunicación con las instituciones dispuestas, para garantizar el acceso a los diferentes servicios básicos.

Considerando la caracterización sociodemográfica, se reconoce que solo un participante no tiene una rutina de sueño propicio para el descanso, pues afirma que duerme entre 4 a 6 horas; el 100% de los participantes tienen seguridad alimentaria; y el 41,7% no practica ninguna actividad física, esto debido a que, para poder alcanzar parcialmente sus metas se hace indispensable trabajar, puesto que a través del reconocimiento de experiencias, varios de los participantes expresaron que el contexto laboral no les ofrece mayores garantías, ni respetan los horarios normativos de ocho horas laborales; por lo tanto, una de las herramientas que se brindó con la participación al Grupo de Apoyo, fue la información de rutas para acceder a servicios,

además del reconocimiento de la normativa vigente en cuanto a la garantía de derechos fundamentales. De acuerdo con lo anterior, se resalta que, los hábitos de vida saludable pueden verse afectados por la inestabilidad económica del migrante.

Desde ésta identificación de la realidad, se establecieron encuentros que favorecieron el proceso inicial de adaptación de los jóvenes migrantes a la ciudad de acogida, por ello se partió de la necesidad de identificar la propia realidad como migrante, en concordancia con el aporte de Lazarus y Folkman (citado por Ferrer et al., 2014), donde el afrontamiento de la realidad se da desde la cognición, la conducta y el afecto; se distingue un avance en el desarrollo de este programa cuando los participantes se asumen como parte de un fenómeno social denominado "migración" y comienzan a generar acciones para asumir la realidad y poder empoderarse desde su reconocimiento como migrante y la necesidad de aprehender e integrarse a la cultura que le rodea.

La etapa de crisis que enfrenta el joven, de acuerdo con los estadios propuestos en la teoría psicosocial de Erickson (1950), tiene una gran disyuntiva, puesto que, el desarrollo de la persona se da en entornos dispares a los de nacimiento, lo cual evita que el sujeto interactúe de manera correcta con la comunidad de acogida, pues su emancipación se da en circunstancias desconocidas y de vulnerabilidad, lo que aumenta la crisis migratoria; llevando a un proceso de adquisición de recursos tanto internos como externos, interno porque deben adquirir habilidades personales, reconocer la situación que se vive y lograr una estabilidad en torno a la migración y la etapa del ciclo vital que están desarrollando; es externo porque deben generar nuevas redes de apoyo, regularizarse en el nuevo territorio, iniciar o integrarse a procesos de lucha por el acceso a sus derechos y finalmente acercarse e integrarse a la nueva cultura.

Desde la aplicación de éste programa y la percepción de los participantes en el desarrollo del grupo de apoyo psicosocial, se identificó una realidad en torno al "proceso" migratorio, donde se afirma que se identifica el punto de inicio, pero es difícil distinguir el momento en que finaliza este proceso; de acuerdo con Salvador (2002), este "se inicia con el sentimiento de la pérdida de lo conocido y termina cuando se reintroyecta lo bueno de lo perdido y la valoración de la nueva cultura" (p. 57), el desarrollo de este programa aportó en la identificación de la situación vivida y el reconocimiento de la cultura de acogida; pero se muestra la dificultad en la identificación de la culminación de este proceso al no sentirse acogidos en su totalidad ya que muchos no cuentan con la documentación correspondiente, y en ocasiones, aun cuando la tienen, se les dificulta el acceso a los servicios básicos que le constituyen como personas, como salud, educación y trabajo; en concordancia con ello, Peralta (2019), destaca las dificultades en el acceso a estos servicios para los migrantes partiendo de la situación económica en la ciudad de origen, es decir, quienes contaban con una buena economía han gozado de mejores procesos en la vinculación con servicios, mientras quienes han tenido situaciones económicas precarias, se han enfrentado a un mayor número de barreras que impide el acceso a los servicios que le facilitan su proceso de adaptación.

Estos encuentros desarrollados en el marco del grupo de apoyo psicosocial favorecieron la identificación de la cultura propia y el intercambio con la cultura del lugar de acogida, partiendo del aporte realizado por los diferentes autores (Lestage, 2001; Sayer, 2013; Sosa y Zubierta, 2015; Muñoz, et al., 2016; Marrugo, 2022) y la percepción de quienes hicieron parte de este programa, se pudo comprobar que el conocimiento de la cultura del lugar de acogida, permite que las personas se integren de manera adecuada a los diferentes contextos, ya que facilita el conocimiento del lenguaje, dinámicas sociales, costumbres y representaciones sociales.

Es importante resaltar el papel del psicólogo que desde la acción psicosocial aporta a estos procesos, en primer lugar realiza un acompañamiento en los procesos de integración para las personas que hacen parte de estos grupos de apoyo, permitiendo que se dé un espacio adecuado y de confianza entre los integrantes, promoviendo así la participación y el desarrollo oportuno de los encuentros que se realizaron, además, el psicólogo debe identificar los diferentes factores protectores con los que se cuentan para poder fortalecer y aquellos que se sitúan como un riesgo, de manera que pueda ser reducido su impacto en el bienestar de las personas; finalmente, como parte del fortalecimiento de los factores protectores, debe promover la integración y reconstrucción de redes que involucren al migrante en el nuevo contexto en el que se están desarrollando.

A partir de la evaluación de los alcances del grupo de apoyo psicosocial en torno a la aplicación del programa de adaptación inicial se encontró que la participación en este grupo de apoyo psicosocial, permitió a los participantes incorporarse en una experiencia compartida, reconocerse como migrantes y como parte de este fenómeno social, identificar rasgos de la cultura propia que fortalecen su proceso de adaptación y el intercambio con la cultura del lugar de acogida; además llevó a identificar el grupo de apoyo como una herramienta que favorece la adaptación al nuevo contexto debido a que se muestra como una oportunidad de conocerse y conocer la realidad del otro como lo indica el Ministerio de Salud (2018), en torno al desarrollo de los grupos de apoyo.

De acuerdo con la UNICEF (2019), el suicidio es la segunda causa de muerte en la etapa vital de la juventud, por ello, el grupo de apoyo se convierte en un factor protector para la población que lo integra, puesto que, se contó con el acompañamiento de psicólogos en formación que buscan el bienestar de éstos, de ahí que, se les facilitan herramientas desde la

integración y robustecimiento de redes de apoyo entre personas que han vivido la misma problemática e instituciones comprometidas con el desarrollo de la población en general.

Basile (s.f), afirma que la migración no es causante directo de trastornos mentales, pero sí se convierte en un factor de riesgo que impide el mantenimiento de la salud mental, este autor resalta que el malestar de ésta emerge “cuando el inmigrante no esté sano o padezca discapacidades y/o el medio de acogida sea hostil” (p.1); en concordancia con esto, el Grupo de Apoyo Psicosocial se constituye como un espacio en el que los jóvenes migrantes pueden reconocer su proceso desde una perspectiva diferente, reduciendo el impacto en el riesgo de la presencia de trastornos mentales, debido a la generación de espacios de integración de los migrantes con el contexto de acogida.

De conformidad con lo expuesto por la Organización Internacional de Trabajo -OIT- (s.f), el 10% de los migrantes a nivel mundial son jóvenes, que partiendo de la realidad de los países se ven obligados a partir de su ciudad de origen a otros lugares con el fin de conseguir mejores condiciones de vida; desde esta afirmación, se observa la realidad de la migración venezolana donde los jóvenes corresponden al 31% de la población migrante en Colombia (Migración Colombia, 2022), es de resaltar, el carácter ambiguo que tiene esta población en su proceso de adaptación, esto debido a que están más dispuestos al cambio y al conocimiento de las nuevas culturas, pero a su vez, muchos de ellos iniciaron el proceso de migración por impulso de sus padres o situaciones que afectan su realidad, además que, se muestra la exposición que éstos tienen a realidades de violencia sexual, laboral, social, psicológica o física debido al poco conocimiento que tienen de otros contextos y el déficit en habilidades para relacionarse.

Teniendo en cuenta las características de la conducta adaptativa, expuesta por Murphy (citado por Benito, 1979), el Grupo de Apoyo Psicosocial, brindó mediante los espacios de

interacción, información del ambiente a través del reconocimiento de la normatividad colombiana, con el objetivo de darle herramientas a las personas para lograr el control interno y enfrentar situaciones de desadaptación fomentando la autonomía para actuar; por lo que, la participación activa le permite al sujeto potenciar recursos lo que contribuye al afrontamiento de situaciones estresantes mitigando sentimientos de miedo, incertidumbre y ansiedad.

Recomendaciones

Como psicólogos en formación es importante comprender el aporte que se debe realizar desde el quehacer profesional en la construcción de estrategias que permitan reconocer a la persona migrante desde las diversas facetas, entendiendo que es importante centrar éstas acciones en la implementación de grupos de apoyo, ya que esta herramienta permite reconocer un fenómeno a partir de la escucha activa, donde se promueva la construcción de redes de apoyo y se logré incorporar al sujeto en la construcción de soluciones a partir de la participación activa de la comunidad; además de resaltar la necesidad de incluir a profesionales que pertenezcan a la comunidad analizada, lo que favorece la comunicación clara y eficaz para un acercamiento paulatino. Atendiendo con ello a lo establecido por el Colegio Colombiano de Psicólogos (2020), en el que resalta el papel del psicólogo en la promoción de la salud mental comunitaria en la población migrante.

De acuerdo con lo planteado por Bustos (2020), existe un componente solidario en los proyectos de desarrollo social, en el que se le encomienda a la comunidad afectada por el problema reconocer éste y tener una corresponsabilidad en la construcción de soluciones, por lo tanto, la participación de la comunidad migrante es indispensable, pues reconocer sus perspectivas en cuanto a dificultades, consecuencias y oportunidades le permite a ésta población ejercer un papel activo en la transformación social de la realidad, en la que se establezca su papel como funcional en la construcción de alternativas de solución a partir de la caracterización de condiciones particulares.

Es necesario identificar la relación entre el ciclo vital, el proceso de migración y la adaptación, permitiendo establecer estrategias en otras etapas de desarrollo, de manera que se pueda favorecer el proceso de adaptación, desde las diferentes dimensiones que componen la

realidad de la persona, centradas en las diferentes fases desarrolladas en el programa propuesto que lleva a la identificación de emociones, cambios en la cognición a partir de procesos de integración cultural y el fortalecimiento de las habilidades personales para el desarrollo de un proceso de adaptación.

Se evidencia que existe una normatividad vigente en Colombia para la protección de la persona migrante, sin embargo, existen vacíos en la aplicabilidad, puesto que no se evidencia una articulación concreta para promover la legislación actual que procure el beneficio de la población migrante, pues algunas instituciones desconocen la tramitología necesaria para el acceso a servicios, situación que pone en desventaja y exclusión al migrante; por lo tanto, se hace un llamado al desarrollo oportuno, seguimiento y evaluación de las políticas de integración de la comunidad migrante venezolana; Petit (2003), afirma que “las políticas públicas tradicionales no estaba preparada: nuevos desafíos de integración social y de tolerancia cultural en un mundo crecientemente competitivo y tenso” (p.5).

El desarrollo de los proyectos sociales, de acuerdo con Bustos (2020), favorece la adquisición de habilidades para los futuros profesionales en las diferentes áreas del conocimiento, es por ello que para los estudiantes de la UNAD, estos procesos de investigación deben motivar la acción en torno a la impronta social que caracteriza el futuro psicólogo Unadista, por ello, se sugiere trabajar interdisciplinariamente sobre los efectos que pueden causar los fenómenos sociales, puesto que, se requiere un análisis multidisciplinario para generar soluciones efectivas que permitan gestar condiciones adecuadas para el desarrollo de las comunidades.

Referencias bibliográficas

Aguirre, M., Moreira, D., Costa, L. y Pérez, S. J. (2019). Intervención psicosocial con niños en contextos de vulnerabilidad. El caso del barrio Tierras Coloradas, Loja – Ecuador. *Educació Social. Revista d'Intervenció Socioeducativa*, *72*, 77-101. https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7035543

Alcaldía de Medellín (2019). Consideraciones y pautas técnicas para la elaboración de estudios de caracterización de grupos de valor, de interés y partes interesadas. *Departamento Administrativo de Planeación, Subdirección de Información y Evaluación Estratégica.* https://acortar.link/76Dvz

Aliaga, F. (2021). Causas de la migración forzada de Venezuela a Colombia. Universidad Nacional Pedro Henríquez Ureña. https://revistas.unphu.edu.do/index.php/aula/article/view/180/212#toc

Álvarez, E. M. (2021). Recursos psicológicos y estrategias de afrontamiento en migrantes venezolanos. https://repository.unicatolica.edu.co/bitstream/handle/20.500.12237/2107/RECURSOS_PSICOL%C3%93GICOS_ESTRATEGIAS_AFRONTAMIENTO_MIGRANTES_VENEZOLANOS

Antequera Ripoll, J. C., y Obregón, R. (2002). La radio como dinamizadora de procesos sociales y culturales en Barranquilla (Colombia). *Investigación & Desarrollo*, 10(2),146-169. https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=26812203

Aruj, R. S. (2008). Causas, consecuencias, efectos e impacto de las migraciones en Latinoamérica. *Papeles de Población*, 14(55), 95-116. https://www.scielo.org.mx/pdf/pp/v14n55/v14n55a5.pdf

Baca, N. y Herrera, F. (2016). Proyectos sociales, notas sobre su diseño y gestión en territorios rurales. *Convergencia,* (72), 69-87. https://www.scielo.org.mx/pdf/conver/v23n72/1405-1435-conver-23-72-00069.pdf

Basile, H, S. (s.f) Migración, salud mental y suicidio. [página web]. Suicidioadolescente.com.ar. Consultado de 02 de junio de 2020. https://suicidioadolescente.com.ar/causas/causas09.pdf

Bazurto, V. (2017). La representación del migrante colombiano en la prensa de ese país: del espacio individual al espacio colectivo. Interin, 22(1), 131-148. https://www.redalyc.org/pdf/5044/504454375009.pdf

Benito, V. A. (1979). Aproximación al concepto psicológico de adaptación. Revista española de pedagogía, 95-113. https://revistadepedagogia.org/wp-content/uploads/2018/04/5-Aproximaci%C3%B3n-al-Concepto-Psicol%C3%B3gico-de-Adaptaci%C3%B3n.pdf

Bird, M., Freier, F, Luzes, M. y Pierola, M. (2020). El estrés económico y la salud mental de los migrantes y refugiados venezolanos. Lima: Banco Interamericano de Desarrollo https://socialdigital.iadb.org/es/node/8837

Blanco, A., y Marín, J. R. (2007). Intervención psicosocial. Prentice Hall. http://biblioteca.univalle.edu.ni/files/original/4cd5f06c868876d9423787e65f95adfa44997694.pdf#page=8

Bordignon, N. A. (2005). El desarrollo psicosocial de Eric Erikson. El diagrama epigenético del adulto. Revista Lasallista de investigación, 2(2), 50-63. https://www.redalyc.org/pdf/695/69520210.pdf

Brito, C. (2021). Políticas Públicas En Defensa De La Inclusión, La Diversidad Y El Género III Migraciones Y Derechos Humanos. https://eusal.es/index.php/eusal/catalog/view/978-84-1311-467-5/5556/6271-1

Buelga, S., Musitu, G., Vera, A., Ávila, M. E., y Arango, C. (2009). Psicología social comunitaria. *México: Trillas.*

Bustos, J, F (2020). Elementos básicos para la construcción de un proyecto de desarrollo social solidario contextualizado. Editorial Sello Editorial UNAD. Edición 1.

Carnaval, G. (2000). El cambio social; análisis del concepto y aplicación en la investigación, educación y práctica de los profesionales de la salud. *Colombia Médica, 31*(1), 37-42. https://www.redalyc.org/pdf/283/28331108.pdf

Castillo T., y Reguant, M. (2017). Percepciones sobre la migración venezolana: causas, España como destino, expectativas de retorno. https://revistas.comillas.edu/index.php/revistamigraciones/article/view/7898/7683

Colegio colombiano de psicólogos (2013). Perfil del psicólogo social: Ambiental, comunitario y político. (pp.436-529). Colombia. https://www.colpsic.org.co/aym_image/files/MEMORIAS%20DEL%20CONGRESO%202013.pdf

Colombia, O. I. M. (2021). Boletín Programa Migración & Salud: Atención en Salud Mental y Apoyo Psicosocial–SMAPS para nacionales venezolanos, colombianos retornados y comunidades de acogida-2020. https://repository.iom.int/bitstream/handle/20.500.11788/2327/BOLET%C3%8DN%20SMAPS.pdf?sequence=1

Congreso de Colombia (2007). Ley 1164 DE 2007. Por la cual se dictan disposiciones en materia del Talento Humano en Salud. https://www.minsalud.gov.co/Normatividad_Nuevo/LEY%201164%20DE%202007.pdf

Congreso de Colombia (2006). Ley 1090 de 2006. Por la cual se reglamenta el ejercicio de la profesión de Psicología, se dicta el Código Deontológico y Bioético y otras disposiciones. https://www.funcionpublica.gov.co/eva/gestornormativo/norma.php?i=66205

Constitución Política de Colombia [Const.]. Art.100 7 de julio de 1991. (Colombia). https://pdba.georgetown.edu/Constitutions/Colombia/colombia91.pdf

Dávila L, O. (2004). Adolescencia y juventud: de las nociones a los abordajes. Última década, 12(21), 83-104. https://www.scielo.cl/pdf/udecada/v12n21/art04.pdf

Departamento Administrativo Nacional de Estadística (2022). Encuesta Pulso de la Migración, resultados para la ronda 4 (marzo-abril 2022). DANE, Colombia. [página web]. https://www.dane.gov.co/index.php/estadisticas-por-tema/demografia-y-poblacion/encuesta-pulso-de-la-migracion-epm

Declaración Universal de los Derechos Humanos. 10 de diciembre de 1948. https://www.un.org/es/about-us/universal-declaration-of-human-rights

Decreto 1067 de 2015 [Ministerio de Relaciones Exteriores]. Por medio del cual se expide el Decreto Único Reglamentario del Sector Administrativo de Relaciones Exteriores. 26 de mayo de 2015.

Decreto 216 de 2021 [Ministerio de Relaciones Exteriores]. Por medio del cual se adopta el Estatuto Temporal de Protección para Migrantes Venezolanos Bajo Régimen de Protección Temporal y se dictan otras disposiciones en materia migratoria. 1 de marzo de 2021.

Decreto 2353 de 2015 [Ministerio de Salud y Protección Social]. Por el cual se unifican y actualizan las reglas de afiliación al Sistema General de Seguridad Social en Salud, se crea el Sistema de Afiliación Transaccional y se definen los instrumentos para garantizar la continuidad en la afiliación y el goce efectivo del derecho a la salud. 3 de diciembre de 2015.

Del Bosque, A. E., y Aragón, L. E. (2008). Nivel de adaptación en adolescentes mexicanos. Revista Interamericana de Psicología/Interamerican Journal of Psychology, 42(2), 287-297. http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rip/v42n2/v42n2a10.pdf

Departamento Nacional de Planeación. (2018, 23 de noviembre). Estrategia para la atención de la migración desde Venezuela (Documento CONPES 3950). Bogotá D.C., Colombia; DNP.

Enríquez, E., Villarreal, V., y Montero D. (2021) Impacto Psicológico De La Migración. Un Estudio Fenomenológico. Flujos, Fronteras. Ediciones Egregius. https://www.researchgate.net/profile/Alexis-Gaona-2/publication/357970544_Crisis_y_Migracion_Flujos_fronteras_integracion_y_futuros/links/61e9842b9a753545e2e50bf8/Crisis-y-Migracion-Flujos-fronteras-integracion-y-futuros.pdf#page=37

Fajardo, J., Palacio, y Vásquez, J. (2019). Los Derechos De Las Personas Migrantes Y La Gobernanza Migratoria Desde Un Enfoque De Derechos. https://colombia.iom.int/sites/g/files/tmzbdl1011/files/documents/Los%20derechos%20de%20las%20personas%20migrantes.pdf

Fernández, J. A., y Orozco, K. L. (2018). Migración venezolana en Colombia: retos en salud pública. Salud UIS, 50(1), 6-7. http://www.scielo.org.co/pdf/suis/v50n1/0121-0807-suis-50-01-00005.pdf

Ferrer, R., Palacio, J., Hoyos, O., y Madariaga, C. (2014). Proceso de aculturación y adaptación del inmigrante: características individuales y redes sociales. *Psicología desde el Caribe*, *31*(3), 557-576. http://www.scielo.org.co/pdf/psdc/v31n3/v31n3a09.pdf

Fierro, A. (1997). Estrés, afrontamiento y adaptación. Estrés y salud, 11-37. https://preventoronline.com/imagesbd/down/anex6457.pdf

Flórez, C., Becerra, W., Mosquera, W., y Ramírez, É. (2020). Producción científica sobre la salud mental en Colombia. Estudios del Pacífico, 1(2), 77-96. https://revistas.uniclaretiana.edu.co/index.php/EstudiosdelPacifico/article/view/281/210

Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia - UNICEF, (2019). Más del 20% de los adolescentes de todo el mundo sufren trastornos mentales. [Página web], https://www.unicef.org/mexico/comunicados-prensa/m%C3%A1s-del-20-de-los-adolescentes-de-todo-el-mundo-sufren-trastornos-mentales

Gallardo, Y. y Moreno, A. (1999). Módulo 3, Recolección de la información. *Instituto Colombiano para el Fomento de la Educación, ICFES.* https://www.unilibrebaq.edu.co/unilibrebaq/images/CEUL/mod3recoleccioninform.pdf

Gallo, N., Meneses, Y. y Minotta, C. (2014). Caracterización poblacional vista desde la perspectiva del desarrollo humano y el enfoque diferencial. *Investigación y Desarrollo*, *22*(2), 360-401. http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0121-32612014000200008

Gobernación de Boyacá (2022). Boyacá avanza en la afiliación de población migrante venezolana al Sistema de Salud. Gobernación de Boyacá. gov.co. https://www.boyaca.gov.co/boyaca-avanza-en-la-afiliacion-de-poblacion-migrante-venezolana-al-sistema-de-salud/

Gómez, E. (2012). Espiritualidad y desplazamiento: consideraciones para los estudios de migración. Theologica Xaveriana, 62(173), 61-84. http://www.scielo.org.co/pdf/thxa/v62n173/v62n173a03.pd

González, M., y Prados, M. (2007). Estrés de adaptación sociocultural en inmigrantes latinoamericanos residentes en Estados Unidos vs. España: Una revisión bibliográfica. *Anales de Psicología/Annals of Psychology*, 23(1), 72-84. https://revistas.um.es/analesps/article/view/23171/22451

Guevara, I., y Alfaro, E. (2021). Análisis de los procesos adaptativos en estudiantes migrantes de postgrado de una Universidad pública del sur de Chile. Revista Educación, 45(2), 1-13. https://www.scielo.sa.cr/pdf/edu/v45n2/2215-2644-edu-45-02-00187.pdf

Hernández, D., y Sanmartín, C. (2018). La paradoja de la salud mental en Colombia: entre los derechos humanos, la primacía de lo administrativo y el estigma. Revista Gerencia y Políticas de Salud, 17(35), 43-56.

Hernández Sampieri, R., Fernández, C. y Baptista, M. (2014). *Metodología de la investigación.* (6ta edición). McGRAW-HILL / INTERAMERICANA EDITORES.

Herrera, H. H. (2012). Las redes sociales: una nueva herramienta de difusión. Revista reflexiones, 91(2). https://revistas.ucr.ac.cr/index.php/reflexiones/article/view/1513/1521

Hütt, H., (2012). Las redes sociales; una nueva herramienta de difusión. *Reflexiones, 91*(2),121-128. https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=72923962008

Kessler, G. (2019). Entre la situación y la percepción: Pobreza subjetiva y movilidad social en América Latina. https://ri.conicet.gov.ar/bitstream/handle/11336/152516/CONICET_Digital_Nro.ebd6c2a5-5fc5-4707-9093-c093eaa16cc1_B.pdf?sequence=5&isAllowed=y

Krmpotic, C. S., (2016). La Espiritualidad Como Dimensión De La Calidad De Vida. Exploraciones Conceptuales De Una Investigación En Curso. *Scripta Ethnologica,* XXXVIII, 105-120. https://www.redalyc.org/comocitar.oa?id=14849184006

Lestage, F. (2001). La adaptación del migrante, un compromiso entre varias representaciones de sí mismo. *Revista Electrónica de Geografía y Ciencias Sociales.* (94). https://www.ub.edu/geocrit/sn-94-16.htm

Ley 1090 de 2006. Por la cual se reglamenta el ejercicio de la profesión de Psicología, se dicta el Código Deontológico y Bioético y otras disposiciones. 6 de septiembre de 2006. D.O. No. 46383.

Ley 1616 de 2013. Por medio de la cual se expide la ley de salud mental y se dictan otras disposiciones. 21 de enero de 2013. D.O. No. 48680.

Londoño, J. (2011). Movilidad social, preferencias redistributivas y felicidad en Colombia. Revista Desarrollo y Sociedad, (68), 171-212. https://revistas.uniandes.edu.co/doi/epdf/10.13043/dys.68.6

López, Y. D. (2008). El Grupo de apoyo como contexto de ayuda para personas con discapacidad en la comunidad valenciana. Portularia, 8(1), 247-264. https://www.redalyc.org/pdf/1610/161017350015.pdf

López, S. y Santillan, A. (2019). Las redes sociales son necesarias para la difusión de la ciencia, pero no suficientes. *Index de Enfermería, 28*(4), 171-173. http://ciberindex.com/index.php/ie/article/view/e12683/e12683

Luna, G., Nava, A. y Martínez, D. (2022). El diario de campo como herramienta formativa durante el proceso de aprendizaje en el diseño de información. *Zincografía-Pensamiento, 6*(11), 245-264. https://www.scielo.org.mx/pdf/zcr/v6n11/2448-8437-zcr-6-11-245.pdf

Márquez, L. (2012). Programa de apoyo psicológico al Inmigrante en Fase de Adaptación (Tesis de maestría). https://drive.google.com/file/d/12FkDSxL0BdWIlGy8yPzwDxIrVOekpj3e/view

Martínez, M., y García, J. (2018). Procesos migratorios e intervención psicosocial. *Papeles del psicólogo*, *39*(2), 96-103. https://www.redalyc.org/journal/778/77855949003/77855949003.pdf

Marrugo, E. R. (2022). Migrantes venezolanos en Colombia. Adaptación e inclusión escolar en la institución educativa Técnico Industrial de Turbaná (Doctoral dissertation, Universidad de Cartagena). https://repositorio.unicartagena.edu.co/handle/11227/15673

Massey, D,. Arango, J,. Hugo, G,. Kouaouci, A,. Pellegrino, A,. Taylor, E,. (1993). TEORÍAS DE MIGRACIÓN INTERNACIONAL: UNA REVISIÓN Y APROXIMACIÓN. Population and Development Review, Vol.19, n. 3, sep. 1993. [Traducido al español por Augusto Aguilar Calahorro]. http://www.ugr.es/~redce/REDCE10/articulos/14DouglasDMassey.htm#notabis

Mesa, M., y Restrepo, L. (2020). El cambio social como resultado de innovación social mediante metodologías participativas: una revisión bibliométrica. *El Ágora USB*, 20(1), 55-65. https://revistas.usb.edu.co/index.php/Agora/article/view/3864/3566

Ministerio de Salud. (2018). Orientaciones para el trabajo con grupos de apoyo y de ayuda mutua. https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/VS/PP/ENT/Orientaciones-grupos-apoyo-ayuda-mutua.pdf

Ministerio de Salud (s.f). Ciclo vital. [página web]. Consultado el 07 de junio de 2023. https://www.minsalud.gov.co/proteccionsocial/Paginas/cicloVida.aspx

Montero, M. (2006). Teoría y práctica de la psicología comunitaria, la tensión entre comunidad y sociedad. Ed. Paidos. https://centrodocumentacion.psicosocial.net/wp-content/uploads/2002/01/montero-m-teoria-y-practica-de-psicologia-comunitaria_1parte.pdf

Montero, D., y Delfino, G. I. (2021). Salud mental y migración. Un estudio cualitativo. https://repositorio.comillas.edu/xmlui/bitstream/handle/11531/62260/MonteroDelfino2021.pdf?sequence=1&isllowed=y

Muñoz, D., Núñez, M., y Sebastián, A. (2016). Comunicando culturas: La creación de espacios de intercambio para favorecer la integración. *Opción*, *32*(13), 153-172. https://www.redalyc.org/pdf/310/31048483009.pdf

Naciones Unidas (s.f). Acerca de la migración y los derechos humanos El ACNUDH y la migración. [página web]. https://www.ohchr.org/es/migration/about-migration-and-human-rights

Organización Mundial de la Salud - OMS, (2014). Documentos básicos, con las modificaciones adoptadas hasta el 31 de diciembre de 2014. https://apps.who.int/gb/bd/PDF/bd48/basic-documents-48th-edition-sp.pdf?ua=1#page=7

Organización Mundial de la Salud - OMS, (17 de junio de 2022). Salud Mental, fortalecer nuestra respuesta. [Página web]. https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response

Ortega, D. R., Pérez, E. M. (2020). Procesos de adaptación social de estudiantes adolescentes migrantes venezolanos a través de la inclusión académica al sistema educativo colombiano en básica secundaria. *Delectus*, *3*(1), 83-93. https://www.inicc-peru.edu.pe/revista/index.php/delectus/article/view/34/53

Organización Internacional de Trabajo (s.f). Juventud y migración. [página web]. Consultado el 07 de junio de 2023. https://www.ilo.org/global/topics/labour-migration/policy-areas/youth-and-migration/lang--es/index.htm

Pantoja, Ch. A. (2011). Los nuevos medios de comunicación social; las redes sociales. http://biblioteca.udgvirtual.udg.mx/jspui/bitstream/123456789/3535/1/Nuevos_medios_comunicaci%c3%b3n_social.pdf

Peralta A, U. (2019). Proceso de adaptación de migrantes venezolanos que llegaron a Bogotá en el período 2014-2018 (Doctoral dissertation, Universidad Externado de Colombia). https://bdigital.uexternado.edu.co/server/api/core/bitstreams/5d93e466-0637-4d35-972a-dc152a5701da/content

Petit, J. M. (2003). Migraciones, vulnerabilidad y políticas públicas: impacto sobre los niños, sus familias y sus derechos. CEPAL. http://repositorio.cepal.org/handle/11362/7178

Plan de desarrollo 2020-2033 [Gobernación de Boyacá]. Pacto social por Boyacá: tierra que sigue avanzando. https://www.boyaca.gov.co/wp-content/uploads/2020/06/pdd2020-2023boy.pdf

Plan de desarrollo Tunja 2020-2023 [Alcaldía Mayor de Tunja]. Únete al plan. https://alcaldiatunja.micolombiadigital.gov.co/sites/alcaldiatunja/content/files/000802/40091_pdm-_tunja_la_capital_que_nos_une_20202023.pdf

Posada, D. (2017). Jóvenes migrantes venezolanos en Colombia, una mirada a sus actuales trayectorias migratorias bajo el enfoque transnacional. Pontificia Universidad Javeriana. http://hdl.handle.net/10554/33956.

PROVEA (2019). Venezuela: aumenta la desigualdad y se extingue la movilidad social. [Página web], consultada el 03 de noviembre de 2022. https://provea.org/actualidad/venezuela-aumenta-la-desigualdad-y-se-extingue-la-movilidad-social/

Redondo, D. (2013). Rol del Profesional de Psicología en Atención Primaria de la Salud. Wímb Lu, 8 (1), 61–80. https://dialnet.unirioja.es/servlet/catart?codigo=4942674

Resolución 5797 de 2017 [Ministerio de Relaciones Exteriores]. Por medio de la cual se crea un Permiso Especial de Permanencia. 27 de julio de 2017.

Resolución 70/1 de 2016 [ONU]. Declaración de Nueva York para los Refugiados y los Migrantes. 19 de septiembre de 2006.

Resolución 04/19 de 2019 [OEA]. Principios interamericanos sobre los derechos humanos de todas las personas migrantes, refugiadas, apátridas y las víctimas de la trata de personas. 7 de diciembre de 2019

Rincón Ruiz, A., Arias Arévalo, P., y Clavijo Romero, M. (2022). Hacia una valoración Incluyente y plural de la Biodiversidad y los Servicios Ecosistémicos: visiones, avances y retos en América Latina. http://repository.humboldt.org.co/handle/20.500.11761/35890

Robledo, J. (2009). Observación Participante; el acceso al campo. *Nure Investigación*, (40), 1-4. https://acortar.link/1Qns5B

Rojas, L., Castaño, G., y Restrepo, P. (2018). Salud mental en Colombia. Un análisis crítico. *Ces Medicina*, 32(2), 129-140. https://www.redalyc.org/journal/2611/261157250007/html/

Rubiano, W. J. (2020) Análisis Documental: los derechos sexuales y reproductivos de las migrantes venezolanas en Colombia un área de oportunidad social.

https://repository.usta.edu.co/bitstream/handle/11634/32332/2020wendyrubiano.pdf?sequence=4&isAllowed=y

Salvador, I. (2002). La emigración como proceso de duelo: Protocolo de psicoterapia breve centrada en su elaboración. *Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría*, (82), 57-64. http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0211-57352002000200005&lng=es&tlng=es.

Sánchez, A. (2011). *Manual de redacción académica e investigativa; cómo escribir, evaluar y publicar artículos.* Católica del Norte Fundación Universitaria. https://cife.edu.mx/recursos/wp-content/uploads/2019/01/manual-de-redaccion-mayo-05-2011.pdf

Sayed, N. (2013). Proceso migratorio, diversidad sociocultural e impacto sobre la salud mental. Educación Social. Revista de Intervención Socioeducativa, 54, p. 87-101. https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7056781

Silva, L. (2021). Migración Venezolana una amenaza a la seguridad y defensa nacional. *Universidad Militar Nueva Granada.* http://hdl.handle.net/10654/40076

Tavira, N., León, A., Madrigal, A., (2019). Jóvenes y migraciones. Editorial gedisa.

Jiménez, R. (s.f) Una Metodología de diagnóstico; el metaplan. Desarrollo Humano y Familia, Escuela de Ciencias Sociales Artes y Humanidades UNAD. https://portalweb.chec.com.co/HablandoClaro/assets/metaplan---una-metodologia-de-diagnostico-el-metaplan.pdf

Sosa, F., y Zubieta, E. (2015). La experiencia de migración y adaptación sociocultural: identidad, contacto y apoyo social en estudiantes universitarios migrantes. *Psicogente, 18*(33), 36-51. http://www.scielo.org.co/pdf/psico/v18n33/v18n33a04.pdf

Tizón, J. L. (1989). Migraciones y salud mental: recordatorio. *Gaceta Sanitaria*, *3*(14), 527-529.

Triana, M., y Arango, C. (2012). Procesos de adaptación psicosocial en los migrantes colombianos nacidos entre los años 1.967 y 1.977, que han retornado en el período comprendido entre los años 2.000 a junio de 2.012. A los municipios de Pereira, Santa Rosa y Dosquebradas. https://repositorio.utp.edu.co/server/api/core/bitstreams/074dd627-87dd-4f54-b3b3-b0e86db56543/content

Tunja (2019). Plan de desarrollo Tunja 20/23: Únete al plan. https://alcaldiatunja.micolombiadigital.gov.co/sites/alcaldiatunja/content/files/000802/40091_pdm-_tunja_la_capital_que_nos_une_20202023.pdf

Urbano, C. y Yuni, J. (2014). Técnicas para la animación de grupos. Editorial Brujas.

Uribe, C., y Ramírez, J. (2019). Clase media y movilidad social en Colombia. Revista Colombiana de Sociología, 42(2), 229-255. http://www.scielo.org.co/pdf/rcs/v42n2/0120-159X-rcs-42-02-229.pdf

Vega, T. y De Dios, Y. (2007). Beneficios psicosociales de los grupos de apoyo, su influencia en los estilos de socialización familiar. *INFD Revista de Psicología, 1*(2), 135-146. http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=349832315009

Vega, R. y Gómez, C. (2012). Importancia de la evaluación de programas sociales, una revisión documental de algunas perspectivas. *Contribuciones a las Ciencias Sociales,* www.eumed.net/rev/cccss/20/

Veiga, S., Movilla, M., y Rivas, N. (2020). Scoping review sobre el Metaplan como metodología de investigación cualitativa en Ciencias de la Salud. New Trends in Qualitative Research, 3, 1000-1007. https://publi.ludomedia.org/index.php/ntqr/article/view/222

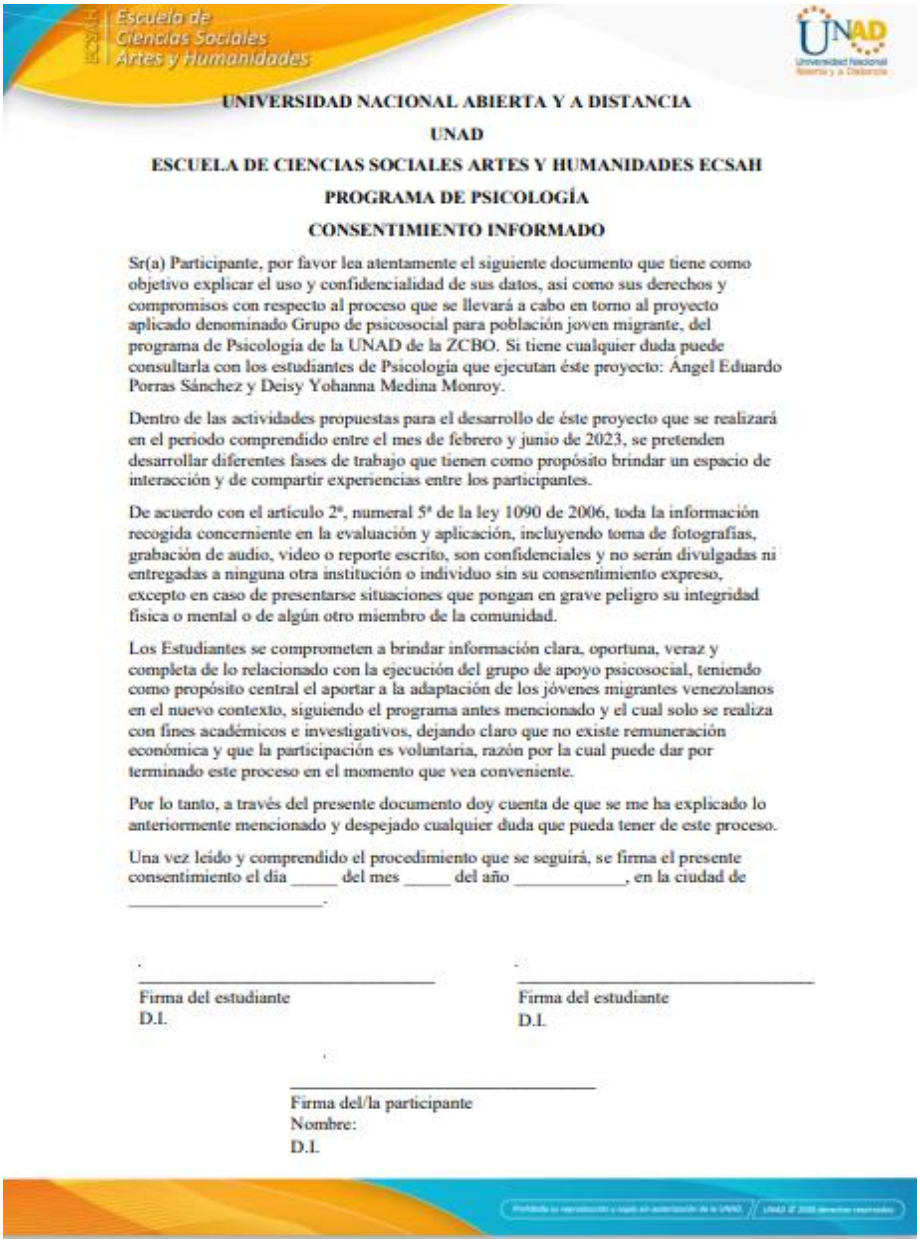
Villa, J., Barrera, D., Arroyave, L. y Montoya, Y. (2017). Acción con daño, del asistencialismo a la construcción social de la víctima. Mirada a procesos de reparación e intervención psicosocial en Colombia. *Universitas Psychologica*, *16*(3), 1-19. http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=64752604024

Villa, J. D. (2012). La acción y el enfoque psicosocial de la intervención en contextos sociales: Podemos pasar de la moda a la precisión teórica, epistemológica y metodológica. El ágora usb, 12(2), 349-365. https://revistas.usb.edu.co/index.php/Agora/article/view/208/91

Vitorelli, K., Almeida, A., Dos Santos, C., García, C., Ribeiro, P. y Méndez, M. (2014). Hablando de la Observación Participante en la investigación cualitativa en el proceso salud-enfermedad. *Index de Enfermería*, *23*(1-2), 75-79. https://dx.doi.org/10.4321/S1132-12962014000100016

Zuleyman, V. A. D. (2020). Tejiendo redes a través del apoyo psicosocial para el migrante venezolano. *Boletín Informativo CEI*, *7*(1), 52-58. https://revistas.umariana.edu.co/index.php/BoletinInformativoCEI/article/view/2197/2408

Apéndice A. Consentimiento Informado.



UNIVERSIDAD NACIONAL ABIERTA Y A DISTANCIA

UNAD

ESCUELA DE CIENCIAS SOCIALES ARTES Y HUMANIDADES ECSAH

PROGRAMA DE PSICOLOGÍA

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Sr(a) Participante, por favor lea atentamente el siguiente documento que tiene como objetivo explicar el uso y confidencialidad de sus datos, asi como sus derechos y compromisos con respecto al proceso que se llevará a cabo en torno al proyecto aplicado denominado Grupo de psicosocial para población joven migrante, del programa de Psicología de la UNAD de la ZCBO. Si tiene cualquier duda puede consultarla con los estudiantes de Psicología que ejecutan éste proyecto: Ángel Eduardo Porras Sánchez y Deisy Yohanna Medina Monroy.

Dentro de las actividades propuestas para el desarrollo de éste proyecto que se realizará en el periodo comprendido entre el mes de febrero y junio de 2023, se pretenden desarrollar diferentes fases de trabajo que tienen como propósito brindar un espacio de interacción y de compartir experiencias entre los participantes.

De acuerdo con el artículo 2º, numeral 5ª de la ley 1090 de 2006, toda la información recogida concerniente en la evaluación y aplicación, incluyendo toma de fotografías, grabación de audio, video o reporte escrito, son confidenciales y no serán divulgadas ni entregadas a ninguna otra institución o individuo sin su consentimiento expreso, excepto en caso de presentarse situaciones que pongan en grave peligro su integridad física o mental o de algún otro miembro de la comunidad.

Los Estudiantes se comprometen a brindar información clara, oportuna, veraz y completa de lo relacionado con la ejecución del grupo de apoyo psicosocial, teniendo como propósito central el aportar a la adaptación de los jóvenes migrantes venezolanos en el nuevo contexto, siguiendo el programa antes mencionado y el cual solo se realiza con fines académicos e investigativos, dejando claro que no existe remuneración económica y que la participación es voluntaria, razón por la cual puede dar por terminado este proceso en el momento que vea conveniente.

Por lo tanto, a través del presente documento doy cuenta de que se me ha explicado lo anteriormente mencionado y despejado cualquier duda que pueda tener de este proceso.

Una vez leído y comprendido el procedimiento que se seguirá, se firma el presente consentimiento el dia _____ del mes _____ del año _____, en la ciudad de _____.

_____
Firma del estudiante
D.I.

_____
Firma del estudiante
D.I.

_____
Firma del/la participante
Nombre:
D.I.

Link drive: https://drive.google.com/file/d/1wFa0aMwOvIl9FOID5PN86cnFesi-hLjG/view?usp=drive_link

Apéndice B. Diarios de Campo

DIARIO DE CAMPO	
Nombre del observador:	
Fechas: 27 de abril al 04 de mayo	
Proyecto:	
Fase:	
Objetivo:	
Actividades	
Observaciones	
Debilidades	Oportunidades
Fortalezas	Amenazas

Link drive:

https://drive.google.com/drive/folders/1mvhLXwNsmtgqnYuwp6ebNJNa-VoUaHNi?usp=drive_link

Apéndice C. Fotografías de fase de integración - convocatoria

Apéndice D. Fotografías de fase de integración - Primer Encuentro

Apéndice E. Fotografías de fase de Identificación del Proceso Vivido

Apéndice F. Fotografías de fase de Caracterización

Apéndice G. Fotografías de fase para la construcción de redes solidarias

Apéndice H. Fotografías de fase de Identificación e Integración Cultural