

**Inteligencia emocional y adaptación psicosocial en adolescentes migrantes venezolanos
de la institución educativa liceo almirante padilla de Riohacha**

Danna Iguarán Iguarán

Asesora

Mg. Katherine Rivera Quintero

Universidad Nacional Abierta y a Distancia UNAD
Escuela de Ciencias Sociales, Artes y Humanidades ECSAH

Psicología

2026

Resumen

Este proyecto aplicado tuvo como propósito comprender la relación entre la inteligencia emocional y la adaptación psicosocial en adolescentes migrantes venezolanos vinculados a la Institución Educativa Liceo Almirante Padilla de Riohacha. Se adoptó un enfoque mixto concurrente con dominancia cualitativa, de alcance descriptivo y carácter aplicado. Participaron ocho adolescentes entre 15 y 17 años, seleccionados mediante muestreo no probabilístico por conveniencia, con consentimiento informado de sus acudientes y asentimiento de los participantes. El componente cualitativo incluyó grupos focales y observación participante; el componente cuantitativo se desarrolló mediante el TMMS-24, una ficha de caracterización sociodemográfica y un cuestionario inicial de competencias emocionales. Los datos se analizaron mediante triangulación temática y estadística descriptiva. Los resultados evidenciaron que la regulación emocional fue la dimensión con mayor necesidad de fortalecimiento: cinco de los ocho participantes debían mejorar tanto en comprensión como en regulación emocional. Los grupos focales mostraron duelo migratorio persistente, nostalgia, discriminación escolar y tendencia a contener emociones. Se concluye que la inteligencia emocional puede funcionar como recurso protector para favorecer la adaptación psicosocial cuando se trabaja mediante estrategias psicoeducativas contextualizadas, éticas e interculturales.

Palabras clave: inteligencia emocional, adaptación psicosocial, adolescentes migrantes, regulación emocional, intervención psicoeducativa.

Abstract

This applied project aimed to understand the relationship between emotional intelligence and psychosocial adaptation among Venezuelan migrant adolescents enrolled at Liceo Almirante Padilla High School in Riohacha, Colombia. A concurrent mixed-methods design with qualitative dominance, descriptive scope, and applied orientation was used. Eight adolescents between 15 and 17 years old participated through convenience sampling, with guardian informed consent and participant assent. The qualitative component included focus groups and participant observation; the quantitative component included the TMMS-24 questionnaire, a sociodemographic characterization form, and an initial emotional competencies questionnaire. Data were analyzed through thematic triangulation and descriptive statistics. Findings showed that emotional regulation was the area requiring the greatest support: five out of eight participants needed improvement in emotional understanding and regulation. Focus groups revealed persistent migratory grief, nostalgia, school discrimination, and a tendency to suppress emotions. The project concludes that emotional intelligence may operate as a protective resource for psychosocial adaptation when supported through contextualized, ethical, and intercultural psychoeducational strategies.

Keywords: emotional intelligence, psychosocial adaptation, migrant adolescents, emotional regulation, psychoeducational intervention.

Tabla de Contenido

Introducción	9
Planteamiento del Problema	11
Justificación	13
Objetivos	15
Objetivo General	15
Objetivos Específicos.....	15
Marco Contextual.....	16
Marco Teórico.....	17
Adolescencia	17
Migración y Duelo Migratorio.....	17
Inteligencia Emocional	18
Adaptación Psicosocial	19
Intervención Psicoeducativa	19
Metodología	21
Enfoque y Tipo de Estudio	21
Población y Muestra	21
Técnicas e Instrumentos.....	22
Procedimiento y Análisis de la Información.....	23
Consideraciones Éticas	23
Plan de Acción	25
Resultados y Análisis.....	26
Características del Grupo	26

Sistematización de los Grupos Focales.....	27
Resultados del Cuestionario TMMS-24.....	28
Análisis del Cuestionario Inicial.....	31
Discusión.....	34
Impacto de Resultados	37
Conclusiones	39
Recomendaciones	40
Referencias Bibliográficas	42
Apéndices.....	45

Lista de Tablas

Tabla 1 <i>Caracterización Sociodemográfica de los Participantes</i>	27
Tabla 2 <i>Puntajes de Inteligencia Emocional Percibida y Adaptación Psicosocial</i>	30
Tabla 3 <i>Respuestas del Cuestionario Inicial por Ítem y Participante</i>	32

Lista de Figuras

Figura 1 <i>Distribución de Participantes por Nivel en Cada Dimensión del TMMS-24</i>	29
Figura 2 <i>Comparación de Puntajes de Inteligencia Emocional y Adaptación Psicosocial por Participante</i>	31
Figura 3 <i>Promedios Grupales por Pregunta del Cuestionario Inicial</i>	33

Lista de Apéndices

Apéndice A <i>Sistematización de Instrumentos Aplicados</i>	44
Apéndice B <i>Caracterización Sociodemográfica</i>	45
Apéndice C <i>Evidencias del Proceso y Talleres</i>	46

Introducción

La migración venezolana hacia Colombia constituye uno de los procesos de movilidad humana más significativos de América Latina en la última década. Según Migración Colombia (2024), para febrero de 2024 se estimaba la presencia de 2.845.706 migrantes venezolanos en el país. Esta dinámica tiene una expresión particular en departamentos fronterizos como La Guajira, donde niñas, niños y adolescentes deben reconstruir sus vínculos escolares, familiares y comunitarios en escenarios marcados por desigualdad social, presión sobre los servicios institucionales y experiencias de discriminación.

En la adolescencia, la migración adquiere una complejidad especial porque coincide con una etapa de construcción de identidad, búsqueda de pertenencia y consolidación de habilidades socioemocionales. El cambio de país, la separación de familiares, la interrupción de trayectorias escolares y la necesidad de adaptarse a códigos culturales diferentes pueden intensificar emociones como tristeza, miedo, rabia, vergüenza o incertidumbre. Por ello, el análisis del fenómeno migratorio no puede limitarse a la dimensión administrativa o educativa; debe incorporar el bienestar emocional y la adaptación psicosocial como ejes de comprensión e intervención.

La inteligencia emocional, entendida desde el modelo de habilidades como la capacidad para percibir, comprender, usar y regular las emociones propias y ajenas (Salovey y Mayer, 1990; Mayer et al., 2016), ofrece un marco útil para analizar los recursos internos que pueden favorecer la adaptación. En población adolescente, la literatura ha vinculado mejores niveles de inteligencia emocional con bienestar subjetivo, ajuste psicosocial y mejores relaciones interpersonales (Salguero et al., 2011; Llamas-Díaz et al., 2022).

Este proyecto se centró en los adolescentes migrantes venezolanos de la Institución Educativa Liceo Almirante Padilla de Riohacha. Desde un enfoque mixto con dominancia cualitativa, el trabajo articuló grupos focales, observación participante y medición descriptiva mediante el TMMS-24. La finalidad fue reconocer las necesidades emocionales del grupo, comprender sus experiencias de adaptación y diseñar una estrategia psicoeducativa pertinente para fortalecer la regulación emocional, la comunicación asertiva, la empatía y las habilidades sociales.

Planteamiento del Problema

La migración venezolana ha transformado las dinámicas sociales, educativas y familiares en distintas regiones de Colombia. En ciudades receptoras como Riohacha, los adolescentes migrantes se integran a instituciones educativas donde deben enfrentar nuevas normas, pares, docentes, formas de hablar y expectativas sociales. Aunque la escolarización representa una oportunidad de inclusión, también puede convertirse en un escenario de tensión cuando aparecen burlas, estigmatización, xenofobia o dificultades para establecer vínculos de confianza.

En la Institución Educativa Liceo Almirante Padilla se identifica la presencia de estudiantes venezolanos que han experimentado cambios relevantes en su trayectoria vital. Algunos adolescentes manifiestan tristeza, ansiedad, rabia, aislamiento o dificultades para expresar lo que sienten, reacciones comprensibles ante la pérdida de redes, la separación familiar y la necesidad de adaptarse a un nuevo contexto. Estas manifestaciones, cuando no son acompañadas, pueden afectar la convivencia escolar, el rendimiento académico, la autoestima y la participación social.

El problema central no radica únicamente en la condición migratoria, sino en la interacción entre vulnerabilidad social, discriminación, duelo migratorio y escasez de espacios sistemáticos de acompañamiento emocional. La escuela suele priorizar la matrícula, la permanencia y el cumplimiento académico, pero no siempre cuenta con estrategias psicoeducativas suficientes para promover la elaboración emocional de la experiencia migratoria.

Desde esta perspectiva, resulta necesario analizar cómo se relacionan la inteligencia emocional y la adaptación psicosocial en adolescentes migrantes venezolanos de Riohacha. La pregunta orientadora del proyecto fue: ¿cómo se relacionan las habilidades de inteligencia

emocional con el proceso de adaptación psicosocial de los adolescentes migrantes venezolanos que estudian en la Institución Educativa Liceo Almirante Padilla de Riohacha, La Guajira?

Justificación

La pertinencia de este proyecto se sustenta en la necesidad de comprender y acompañar una realidad que afecta directamente a adolescentes migrantes venezolanos en el contexto escolar de Riohacha. El fenómeno migratorio no solo implica desplazamiento geográfico; también conlleva pérdidas simbólicas, cambios familiares, redefinición de vínculos, exposición a estereotipos y retos de integración. Estas experiencias pueden tener efectos importantes sobre la salud mental y la adaptación psicosocial.

Desde el campo de la psicología, el estudio aporta una lectura aplicada de la migración al situar el foco en los recursos emocionales de los adolescentes. Fortalecer la inteligencia emocional permite ofrecer herramientas para identificar emociones, comprender sus causas, regular respuestas impulsivas, comunicar necesidades y resolver conflictos de manera pacífica. Estas competencias son relevantes tanto para el bienestar individual como para la convivencia escolar.

A nivel institucional, el proyecto ofrece insumos para que la escuela pueda implementar estrategias psicoeducativas sensibles al contexto migratorio. Los resultados permiten reconocer necesidades concretas del grupo y orientar acciones que integren a docentes, familias y orientadores escolares. En ese sentido, la intervención propuesta no busca sustituir procesos clínicos especializados, sino fortalecer capacidades preventivas y comunitarias desde el escenario educativo.

La investigación también tiene valor social, pues contribuye a visibilizar las voces de adolescentes que con frecuencia son abordados desde cifras o diagnósticos generales, pero pocas veces desde sus relatos, emociones y proyectos de vida. El rigor del estudio se fortalece al

combinar técnicas cualitativas con mediciones descriptivas, lo que permite una aproximación más amplia y prudente al fenómeno.

Objetivos

Objetivo General

Diseñar e implementar una estrategia de intervención psicoeducativa orientada al fortalecimiento de la inteligencia emocional, con el fin de favorecer la adaptación psicosocial en adolescentes migrantes venezolanos de 15 a 17 años vinculados a la Institución Educativa Liceo Almirante Padilla del municipio de Riohacha.

Objetivos Específicos

Reconocer el nivel de inteligencia emocional y de adaptación psicosocial en los adolescentes migrantes venezolanos participantes, a partir de instrumentos de caracterización, medición descriptiva y espacios de diálogo grupal.

Identificar las principales dificultades emocionales, sociales y de integración asociadas al proceso migratorio en la población adolescente participante.

Diseñar una estrategia de intervención psicoeducativa basada en el fortalecimiento de habilidades de inteligencia emocional, especialmente autoconciencia, autorregulación, empatía, comunicación asertiva y habilidades sociales.

Marco Contextual

Riohacha, capital de La Guajira, es un municipio ubicado en una zona de alta interacción fronteriza y movilidad humana. La cercanía territorial y cultural con Venezuela ha hecho que el departamento reciba población migrante en condiciones heterogéneas: familias con vocación de permanencia, niños y adolescentes escolarizados, hogares con redes familiares fragmentadas y personas con dificultades para acceder a servicios básicos.

En el ámbito educativo, la llegada de adolescentes migrantes implica retos para la inclusión, la permanencia y la convivencia escolar. Las instituciones deben responder a trayectorias académicas interrumpidas, diferencias curriculares, barreras documentales, carencias económicas y tensiones relacionales derivadas de prejuicios o prácticas discriminatorias. Estos factores influyen en la forma como los adolescentes construyen sentido de pertenencia en la escuela.

La Institución Educativa Liceo Almirante Padilla constituye el escenario de este proyecto. Allí, los adolescentes migrantes venezolanos no solo cursan actividades académicas, sino que reconstruyen redes de pares, negocian identidades y buscan reconocimiento social. En este contexto, la inteligencia emocional se plantea como una competencia relevante para mediar conflictos, expresar necesidades, comprender emociones y fortalecer la adaptación psicosocial.

Marco Teórico

Adolescencia

La adolescencia es una etapa de transición en la que se producen cambios biológicos, cognitivos, emocionales y sociales que inciden en la construcción de identidad y en la consolidación de proyectos personales (Papalia y Martorell, 2020). Durante este periodo aumenta la importancia del grupo de pares, se reorganiza la relación con la familia y se fortalecen habilidades de autonomía, toma de decisiones y regulación emocional.

Desde la perspectiva psicosocial de Erikson, la adolescencia se asocia con la tensión entre identidad y confusión de roles. Cuando este proceso coincide con experiencias adversas como migración forzada, separación familiar, discriminación o pobreza, la construcción identitaria puede volverse más compleja. El adolescente debe responder simultáneamente a la pregunta por quién es, a qué grupo pertenece y cómo proyecta su futuro en un contexto distinto al de origen.

La autorregulación emocional es un componente central del desarrollo adolescente. En contextos de vulnerabilidad, su fortalecimiento resulta especialmente importante porque permite afrontar frustraciones, manejar impulsos, pedir apoyo y sostener vínculos saludables. Por ello, una intervención con adolescentes migrantes requiere reconocer tanto las características propias del desarrollo como las demandas específicas del proceso migratorio.

Migración y Duelo Migratorio

La migración implica la transformación de territorios, vínculos, rutinas, referentes culturales y expectativas de vida. En el caso de adolescentes, este proceso puede vivirse como una experiencia de pérdida múltiple: se deja atrás una casa, una escuela, amigos, familiares, prácticas cotidianas y una forma conocida de habitar el mundo. Estas pérdidas no siempre son visibles para la institución educativa, pero influyen en la vivencia emocional del estudiante.

Achotegui (2012) propone el concepto de duelo migratorio para describir los procesos emocionales asociados a la separación del país de origen, la familia, la lengua, la cultura, el estatus social y las redes de apoyo. Cuando las condiciones migratorias son altamente estresantes y se acumulan factores como pobreza, soledad, miedo, discriminación y falta de oportunidades, el duelo puede intensificarse y afectar la salud mental.

En adolescentes migrantes venezolanos, el duelo migratorio puede expresarse a través de nostalgia, irritabilidad, tristeza, aislamiento, dificultad para confiar en otros o temor a ser rechazados. Estas manifestaciones no deben ser comprendidas únicamente como problemas individuales, sino como respuestas situadas en un contexto social que puede facilitar u obstaculizar la integración.

Inteligencia Emocional

La inteligencia emocional fue definida inicialmente por Salovey y Mayer (1990) como la capacidad para monitorear los sentimientos y emociones propios y ajenos, discriminar entre ellos y usar esa información para orientar el pensamiento y la acción. El modelo de habilidades actualizado por Mayer et al. (2016) comprende cuatro ramas: percepción emocional, facilitación emocional del pensamiento, comprensión emocional y regulación emocional.

La percepción emocional se relaciona con la capacidad de identificar emociones en uno mismo y en los demás. La comprensión emocional implica nombrar, diferenciar e interpretar cambios emocionales. La regulación emocional supone manejar respuestas afectivas de manera flexible y adaptativa. En adolescentes, estas habilidades contribuyen a la toma de decisiones, la resolución de conflictos, la empatía y el bienestar subjetivo.

El cuestionario TMMS-24, adaptado al español por Fernández-Berrocal et al. (2004), mide la inteligencia emocional percibida a partir de tres dimensiones: atención o percepción

emocional, claridad o comprensión emocional y reparación o regulación emocional. Al tratarse de un instrumento de autoinforme, sus resultados deben interpretarse como percepción subjetiva de habilidades emocionales y no como diagnóstico clínico.

Adaptación Psicosocial

La adaptación psicosocial se entiende como el proceso mediante el cual una persona logra ajustarse de forma funcional a las exigencias sociales, escolares, familiares y culturales de un contexto determinado. En población migrante, este proceso involucra tanto recursos individuales como condiciones del entorno receptor: apoyo familiar, aceptación social, oportunidades educativas y ausencia de discriminación.

Berry (1997) plantea que las personas migrantes pueden desarrollar distintas estrategias de aculturación: integración, asimilación, separación o marginación. La integración, entendida como la posibilidad de mantener vínculos con la cultura de origen mientras se establecen relaciones significativas con la cultura de acogida, suele asociarse con mejores indicadores de bienestar psicológico.

En el contexto escolar, la adaptación psicosocial se observa en la participación académica, la construcción de amistades, la percepción de seguridad, la capacidad para pedir ayuda y la elaboración de proyectos de vida. Para adolescentes migrantes, la escuela puede funcionar como un espacio protector si promueve reconocimiento, inclusión y acompañamiento emocional.

Intervención Psicoeducativa

La intervención psicoeducativa articula procesos psicológicos y educativos para desarrollar competencias personales y sociales. En educación emocional, Bisquerra (2009) propone trabajar conciencia emocional, regulación emocional, autonomía emocional,

competencia social y competencias para la vida y el bienestar. Estas dimensiones son coherentes con las necesidades de adolescentes migrantes que deben procesar cambios y sostener vínculos en un entorno nuevo.

Una intervención psicoeducativa con población migrante debe incorporar enfoque intercultural, perspectiva de derechos, participación activa y cuidado ético. No se trata únicamente de enseñar técnicas de manejo emocional, sino de crear espacios seguros donde los adolescentes puedan narrar su experiencia, resignificar sus recursos y construir estrategias de afrontamiento en compañía de pares y adultos significativos.

Metodología

Enfoque y Tipo de Estudio

El proyecto se desarrolló desde un enfoque mixto concurrente con dominancia cualitativa. La elección de este diseño respondió a la necesidad de comprender la experiencia subjetiva de los adolescentes y, al mismo tiempo, contar con información cuantificable sobre sus competencias emocionales. El componente cualitativo tuvo mayor peso interpretativo, mientras que el componente cuantitativo permitió complementar la lectura mediante indicadores descriptivos.

El alcance fue descriptivo y aplicado. No se pretendió establecer causalidad ni generalizar estadísticamente a todos los adolescentes migrantes venezolanos de Riohacha. El objetivo fue caracterizar un grupo específico, comprender sus experiencias y fundamentar una propuesta psicoeducativa contextualizada. Por el tamaño muestral, los resultados cuantitativos se interpretaron mediante frecuencias, promedios, rangos y perfiles individuales, sin pruebas inferenciales concluyentes.

Población y Muestra

La población de referencia estuvo conformada por adolescentes migrantes venezolanos residentes en Riohacha y vinculados al sistema educativo. La muestra estuvo integrada por ocho estudiantes de la Institución Educativa Liceo Almirante Padilla, con edades entre 15 y 17 años. La selección se realizó mediante muestreo no probabilístico por conveniencia, considerando disponibilidad, autorización institucional, consentimiento informado de acudientes y asentimiento de los adolescentes.

El tamaño reducido de la muestra es coherente con el componente cualitativo del proyecto, en el que interesa la profundidad de la información y no la representatividad

estadística. Sin embargo, constituye una limitación para la generalización de los resultados. Por esta razón, los hallazgos deben leerse como una aproximación contextual y no como una caracterización definitiva de la totalidad de adolescentes migrantes venezolanos en La Guajira.

Los criterios de inclusión fueron los siguientes, redactados en forma narrativa para evitar listados y mantener consistencia con el formato solicitado: adolescentes entre 15 y 17 años, vinculados activamente a la institución educativa, de nacionalidad venezolana y residentes en Riohacha; participantes con capacidad de lectura y escritura en español; estudiantes sin discapacidad cognitiva, sensorial o motora que impidiera su participación en las actividades; adolescentes con consentimiento informado de su acudiente, asentimiento propio y participación voluntaria. Se excluyeron quienes no cumplían estos criterios o quienes presentaban diagnósticos clínicos activos que requerían atención especializada fuera del alcance del proyecto.

Técnicas e Instrumentos

En el componente cualitativo se utilizaron grupos focales y observación participante. Los grupos focales se organizaron alrededor de tres ejes: experiencia migratoria y vivencia emocional; experiencias escolares y relaciones con pares; familia, redes de apoyo y proyección personal. La observación participante permitió registrar dinámicas relacionales, formas de expresión emocional, actitudes frente a las actividades y modos de interacción durante los encuentros.

En el componente cuantitativo se aplicó el TMMS-24 como medida de inteligencia emocional percibida. Este instrumento evalúa percepción, comprensión y regulación emocional mediante 24 ítems tipo Likert. También se empleó una ficha de caracterización sociodemográfica para recoger información sobre edad, sexo, lugar de origen, tiempo de residencia en Colombia, estructura familiar y participación en actividades culturales o deportivas. Adicionalmente, se

aplicó un cuestionario inicial de competencias emocionales con escala Likert de cinco puntos, orientado a explorar autopercepción de identificación, comprensión, calma, empatía, manejo de preocupación, expresión emocional y resolución de conflictos.

Procedimiento y Análisis de la Información

El procedimiento se desarrolló en tres momentos. En el primero se realizó el acercamiento a la institución educativa, la presentación del proyecto, la gestión de consentimientos y asentimientos, y la aplicación de la ficha de caracterización junto con el cuestionario inicial. En el segundo momento se desarrollaron los grupos focales, la observación participante y la aplicación del TMMS-24. En el tercer momento se organizó la información, se construyeron matrices de sistematización y se integraron los hallazgos cualitativos y cuantitativos.

El análisis cualitativo se realizó mediante categorización temática, identificando recurrencias, contrastes y significados asociados a la experiencia migratoria, la vida escolar y las redes de apoyo. El análisis cuantitativo se basó en estadística descriptiva: frecuencias por nivel, promedios, puntajes individuales y comparación visual de perfiles. La integración de resultados siguió una lógica de triangulación, contrastando lo expresado por los adolescentes con los datos obtenidos en los instrumentos.

Consideraciones Éticas

El proyecto se orientó por principios de respeto, voluntariedad, confidencialidad y protección de población menor de edad. La participación de los adolescentes estuvo condicionada al consentimiento informado de sus acudientes y al asentimiento de cada participante. Se explicó que la participación era voluntaria y que podían retirarse sin consecuencias académicas o institucionales.

Para proteger la identidad de los participantes, los resultados se presentan mediante códigos alfanuméricos (P01 a P08), omitiendo nombres propios y datos que permitan su identificación. Esta decisión resulta especialmente importante por tratarse de adolescentes migrantes, una población que puede estar expuesta a vulnerabilidad social y estigmatización. La información recogida fue utilizada únicamente con fines académicos y formativos.

Plan de Acción

El plan de acción se estructuró como una estrategia psicoeducativa orientada al fortalecimiento de la inteligencia emocional y al acompañamiento de la adaptación psicosocial. La primera fase, denominada acercamiento y reconocimiento, incluyó la caracterización sociodemográfica, el cuestionario inicial, la aplicación del TMMS-24, los grupos focales y la observación participante. Esta fase permitió identificar necesidades emocionales, redes de apoyo y experiencias significativas del proceso migratorio.

La segunda fase correspondió a la intervención psicoeducativa. Se desarrollaron talleres vivenciales con metodologías lúdicas, participativas y reflexivas. El primer taller se orientó al reconocimiento e identificación de emociones, utilizando ejercicios de expresión, diálogo grupal y ejemplos cotidianos. El segundo taller se enfocó en el manejo emocional y la construcción de herramientas para la vida diaria, vinculando respiración, pausa reflexiva, comunicación asertiva y resolución pacífica de conflictos.

La tercera fase fue de seguimiento y cierre. En ella se promovieron espacios de reflexión para que los adolescentes compartieran aprendizajes, cambios percibidos y recursos personales identificados durante el proceso. Esta fase permitió consolidar la experiencia y formular recomendaciones para la institución educativa, las familias y futuras intervenciones con población migrante adolescente.

Resultados y Análisis

Los resultados se presentan integrando la información cualitativa y cuantitativa. En coherencia con el enfoque mixto, primero se describen las características del grupo, luego se sistematizan los principales hallazgos de los grupos focales y finalmente se analizan los resultados del TMMS-24 y del cuestionario inicial. La interpretación se realiza de manera descriptiva y contextual, evitando inferencias causales por el tamaño de la muestra.

Características del Grupo

El grupo estuvo conformado por ocho adolescentes, cuatro mujeres y cuatro hombres, con edades entre 15 y 17 años. Todos cursaban grado once. Cinco participantes provenían de Caracas, dos del estado Zulia y uno de Pedernales. El tiempo de residencia en Colombia osciló entre tres y seis años, lo que indica que, aunque la migración no era reciente para la mayoría, los efectos emocionales y relacionales seguían presentes.

Las familias de los participantes se encontraban reconfiguradas por el proceso migratorio. Cinco adolescentes vivían con su madre, dos con su padre y uno con un tío. Todos pertenecían al estrato socioeconómico 1, y los oficios familiares reportados correspondían principalmente al sector informal. Los ocho adolescentes manifestaron haber vivido experiencias de discriminación, lo que constituye un hallazgo relevante para comprender su adaptación escolar. Seis de los ocho participaban en actividades culturales o deportivas, aspecto que puede actuar como recurso de integración social.

Tabla 1*Caracterización Sociodemográfica de los Participantes*

ID	Sexo	Edad	Origen	Tiempo en Colombia	Convive con	Nivel de Adaptación
P01	F	15	Zulia	4 años	Madre	Alto
P02	F	15	Pedernales	3 años	Padre	Medio
P03	F	17	Caracas	6 años	Madre	Bajo
P04	F	16	Caracas	6 años	Madre	Bajo
P05	M	15	Zulia	4 años	Tía	Medio
P06	M	16	Caracas	6 años	Madre	Medio
P07	M	15	Caracas	6 años	Tío	Alto
P08	M	15	Caracas	6 años	Padre	Medio

Nota. Se usan códigos de participante para proteger la identidad de los adolescentes. Nivel de adaptación corresponde a la clasificación descriptiva obtenida en la escala usada en el proyecto.

Sistematización de los Grupos Focales*Experiencia Migratoria y Vivencia Emocional*

Los adolescentes relataron que la migración implicó dejar familiares, amigos, costumbres y espacios significativos. La emoción más recurrente fue la nostalgia, especialmente al recordar la vida en Venezuela y a personas que permanecen allí. Algunos participantes expresaron tristeza al hablar de la separación familiar, mientras que otros manifestaron rabia por no haber decidido sobre su salida del país. Estos relatos son consistentes con el concepto de duelo migratorio, entendido como un proceso de elaboración de pérdidas múltiples.

Experiencias Escolares y Relaciones con Pares

En el ámbito escolar, todos los participantes reportaron haber vivido discriminación. Las experiencias incluyeron burlas por la forma de hablar, comentarios sobre la nacionalidad y sensación de trato desigual. A pesar de ello, también reconocieron la existencia de docentes y

compañeros que han brindado apoyo. Un patrón relevante fue la tendencia a no responder frente a las burlas, guardando emociones para evitar conflictos. Esta forma de afrontamiento puede reducir confrontaciones inmediatas, pero también dificulta la expresión emocional y el pedido oportuno de ayuda.

Familia, Redes de Apoyo y Proyección Personal

La familia fue identificada como el principal soporte emocional. No obstante, varios adolescentes señalaron preocupación por la situación económica del hogar y por la necesidad de contribuir al bienestar familiar. En las mujeres apareció con fuerza la figura materna como referente afectivo, mientras que en los hombres se resaltó la idea de trabajar y salir adelante. Frente al futuro, los adolescentes manifestaron esperanza, aunque acompañada de incertidumbre por las condiciones económicas y sociales.

Hallazgos Transversales

La triangulación cualitativa permitió identificar cuatro hallazgos transversales. Primero, el duelo migratorio continúa presente incluso después de varios años de residencia en Colombia. Segundo, la discriminación escolar afecta la autoestima y el sentido de pertenencia. Tercero, los adolescentes tienden a contener emociones, especialmente tristeza y rabia. Cuarto, la familia y las actividades culturales o deportivas funcionan como recursos protectores para la integración social.

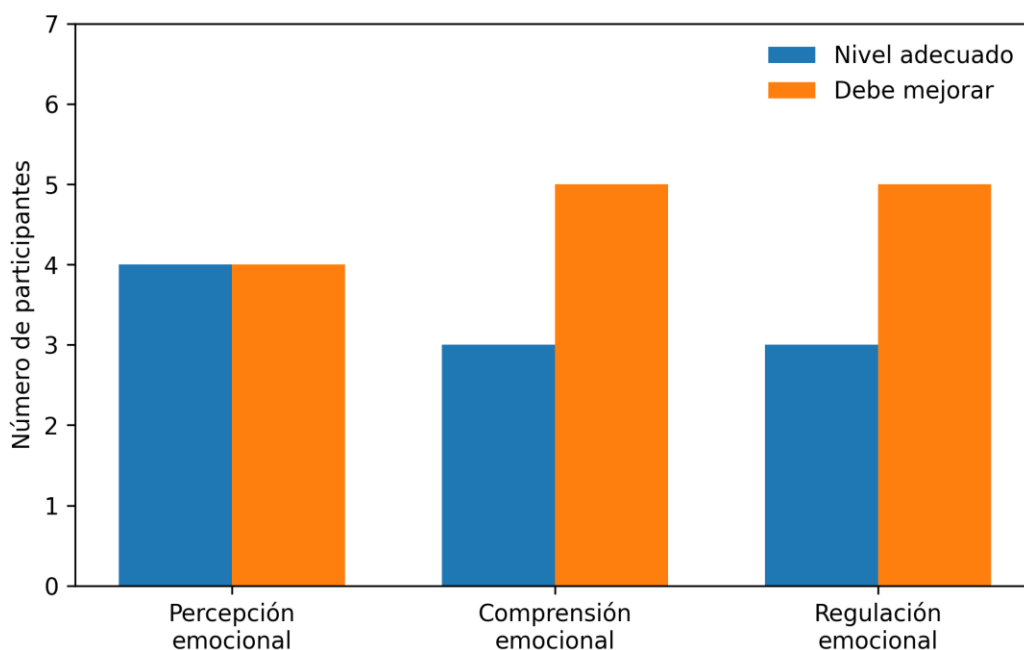
Resultados del Cuestionario TMMS-24

El TMMS-24 se utilizó para describir la inteligencia emocional percibida en tres dimensiones: percepción, comprensión y regulación emocional. Los resultados se interpretaron con puntos de corte diferenciados por sexo, de acuerdo con la adaptación española del instrumento. En percepción emocional, cuatro adolescentes se ubicaron en nivel adecuado y

cuatro debían mejorar. En comprensión emocional, tres alcanzaron nivel adecuado y cinco debían mejorar. En regulación emocional, tres obtuvieron nivel adecuado y cinco debían mejorar.

Figura 1

Distribución de Participantes por Nivel en Cada Dimensión del TMMS-24



Nota. Elaboración propia con base en los puntajes obtenidos por los ocho participantes en el cuestionario TMMS-24.

La Figura 1 muestra que la regulación emocional y la comprensión emocional fueron las dimensiones con mayor necesidad de fortalecimiento. Este hallazgo coincide con los relatos de los grupos focales, en los cuales varios adolescentes indicaron que prefieren guardar lo que sienten o evitar responder frente a situaciones de burla y conflicto. La información integrada sugiere que la intervención debe priorizar estrategias de reconocimiento, verbalización y regulación emocional.

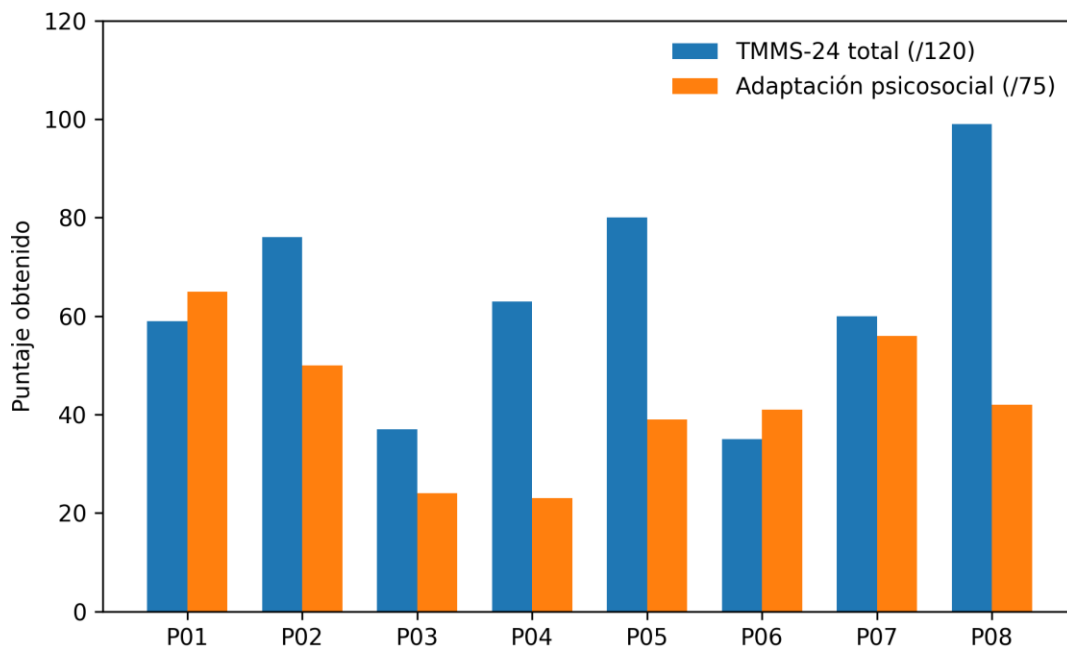
Tabla 2*Puntajes de Inteligencia Emocional Percibida y Adaptación Psicosocial*

Id	Sexo	Percepción	Comprensión	Regulación	Tmms-24 Total	Adaptación	Nivel
P01	F	22	21	16	59	65	Alto
P02	F	26	25	25	76	50	Medio
P03	F	13	13	11	37	24	Bajo
P04	F	24	23	16	63	23	Bajo
P05	M	27	27	26	80	39	Medio
P06	M	13	11	11	35	41	Medio
P07	M	22	22	16	60	56	Alto
P08	M	32	33	34	99	42	Medio

Nota. TMMS-24 máximo = 120; adaptación psicosocial máximo = 75. Los datos se presentan de forma descriptiva y no permiten inferencias estadísticas por el tamaño de la muestra.

Figura 2

Comparación de Puntajes de Inteligencia Emocional y Adaptación Psicosocial por Participante



Nota. Comparación visual entre el puntaje total del TMMS-24 y el puntaje de adaptación psicosocial obtenido por cada participante.

El análisis por perfiles muestra que la relación entre inteligencia emocional percibida y adaptación psicosocial no es lineal en este grupo. P08 obtuvo el puntaje más alto en TMMS-24, pero su adaptación se ubicó en nivel medio; por el contrario, P01 presentó un puntaje total de TMMS-24 moderado-bajo y adaptación alta. Los casos P03 y P04 requieren especial atención porque combinan puntajes bajos en inteligencia emocional percibida y adaptación psicosocial. Esta variabilidad confirma la necesidad de interpretar los resultados a la luz de factores familiares, escolares y culturales, no solo desde puntajes individuales.

Análisis del Cuestionario Inicial

El cuestionario inicial permitió explorar la autopercepción de los adolescentes sobre competencias emocionales básicas. El promedio grupal fue 28,4 sobre 35, equivalente a 81,1%, lo que indica una valoración positiva de sus habilidades. Sin embargo, al contrastar esta percepción con el TMMS-24 y los grupos focales, se evidencia una distancia entre la autoimagen de competencia emocional y las dificultades prácticas para comprender, expresar y regular emociones en situaciones de estrés o discriminación.

Tabla 3

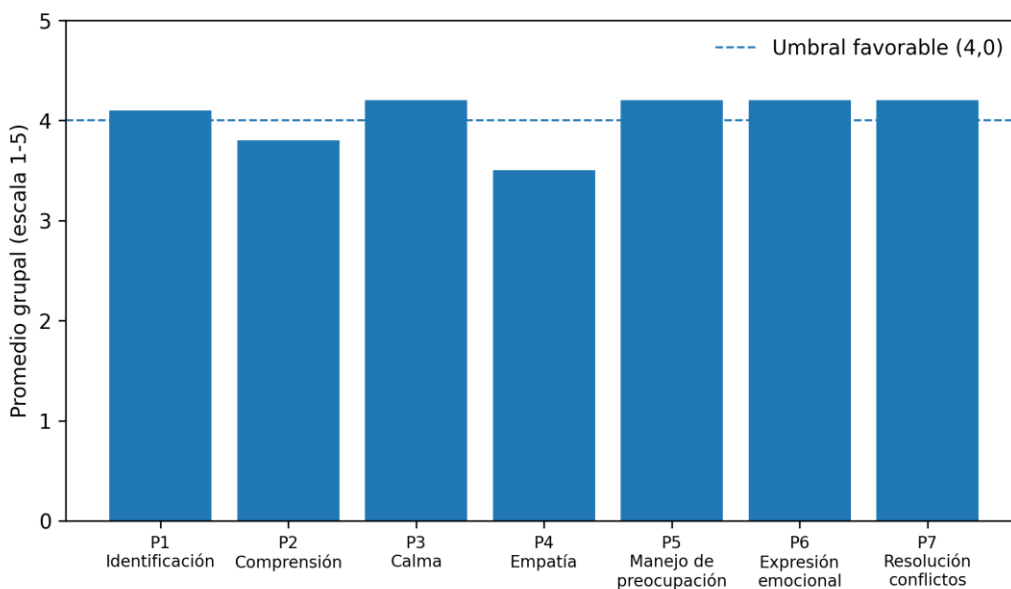
Respuestas del Cuestionario Inicial por Ítem y Participante

Ítem	P01	P02	P03	P04	P05	P06	P07	P08	Prom.
P1	4	4	5	5	5	5	3	2	4,1
P2	4	4	4	4	3	3	4	4	3,8
P3	3	3	4	5	5	5	4	5	4,2
P4	2	2	3	3	4	4	5	5	3,5
P5	5	5	4	3	5	5	3	4	4,2
P6	5	5	5	5	3	2	5	4	4,2
P7	2	2	5	5	5	5	5	5	4,2
Total	25	25	30	30	30	29	29	29	28,4

Nota. Escala Likert: 1 = totalmente en desacuerdo; 5 = totalmente de acuerdo. P1 = identifico lo que siento; P2 = entiendo por qué me siento así; P3 = puedo calmarme cuando estoy estresado; P4 = me pongo en el lugar de los demás; P5 = manejo la preocupación; P6 = expreso mis emociones; P7 = resuelvo conflictos de manera pacífica.

Figura 3

Promedios Grupales por Pregunta del Cuestionario Inicial



Nota. Promedios grupales por pregunta del cuestionario inicial aplicado a los ocho participantes.

La pregunta con menor promedio fue la P4, relacionada con ponerse en el lugar de los demás (3,5). Esto no permite concluir ausencia de empatía, pero sí indica que la competencia empática debe trabajarse de manera explícita. En los grupos focales emergieron gestos de apoyo y reconocimiento entre pares, por lo que la empatía puede considerarse un recurso en construcción y no una fortaleza consolidada. Las preguntas con promedios más altos se relacionaron con calmarse, manejar la preocupación, expresar emociones y resolver conflictos, aunque los relatos cualitativos mostraron que estas habilidades se vuelven más frágiles ante discriminación o estrés.

Discusión

Uno de los hallazgos centrales fue la persistencia del duelo migratorio pese al tiempo de residencia. Aunque la mayoría de los participantes llevaba entre cuatro y seis años en Colombia, la nostalgia, la tristeza por la separación familiar y la sensación de no pertenecer seguían presentes en sus relatos. Este resultado puede leerse a la luz de la propuesta de Achotegui (2012), quien plantea el duelo migratorio como un proceso que no se cierra con la llegada al país receptor, sino que puede reactivarse cuando se acumulan factores de estrés como la discriminación, la precariedad económica y la incertidumbre. Que el duelo persista varios años después sugiere que, en este grupo, las condiciones del entorno de acogida no han facilitado plenamente la elaboración de las pérdidas asociadas a la migración.

La regulación emocional fue la dimensión con mayor necesidad de fortalecimiento, lo que constituye el hallazgo más consistente entre los instrumentos y los grupos focales. Cinco de los ocho participantes debían mejorar en esta dimensión del TMMS-24, y en los grupos focales predominó la tendencia a callar, contener o evitar la expresión de tristeza y rabia. Desde el modelo de habilidades de Mayer et al. (2016), este patrón resulta significativo, pues regular las emociones no equivale a reprimirlas, sino a comprenderlas y modularlas de forma adaptativa; la contención sostenida sería, entonces, una estrategia de regulación poco funcional. Esta lectura es coherente con la evidencia que vincula mayores niveles de inteligencia emocional con un mejor ajuste psicosocial en la adolescencia (Salguero et al., 2011; Llamas-Díaz et al., 2022) y orienta el foco de la intervención hacia el reconocimiento y la verbalización emocional.

Un hallazgo que merece especial atención es la distancia entre la autopercepción positiva del cuestionario inicial, donde el grupo se valoró en un 81,1 %, y las dificultades identificadas mediante el TMMS-24 y los relatos cualitativos. Esta discrepancia puede interpretarse como una

estrategia de afrontamiento frecuente en contextos de adversidad: mostrarse fuerte, evitar preocupar a la familia o minimizar las emociones dolorosas. El contraste confirma además el valor del enfoque mixto, ya que un único instrumento de autoinforme habría ofrecido una imagen sobrevalorada de las competencias emocionales del grupo; fue la triangulación entre los datos cuantitativos y cualitativos la que permitió advertir esa brecha.

El análisis por perfiles mostró que la relación entre inteligencia emocional percibida y adaptación psicosocial no fue lineal en este grupo. Casos como el de P08, con el puntaje más alto en el TMMS-24 pero una adaptación de nivel medio, o el de P01, con una inteligencia emocional moderada y una adaptación alta, indican que los recursos emocionales individuales no explican por sí solos el ajuste psicosocial. Este hallazgo dialoga con el planteamiento de Berry (1997), según el cual la adaptación depende tanto de los recursos de la persona como de las condiciones del entorno receptor: el apoyo familiar, la aceptación social y la ausencia de discriminación. Los perfiles de P03 y P04, que combinan puntajes bajos en ambas variables, refuerzan la idea de que la adaptación se comprende mejor situando los datos en su contexto familiar, escolar y social.

Finalmente, el hecho de que los ocho participantes reportaran experiencias de discriminación señala a este factor como un elemento crítico del entorno escolar. El hallazgo sugiere que la inteligencia emocional puede funcionar como recurso protector, pero que su efecto es limitado si el contexto reproduce prácticas de exclusión: por más herramientas emocionales que desarrolle un estudiante, la adaptación se dificulta cuando el medio no ofrece reconocimiento ni acogida. Interpretados en conjunto, los resultados muestran que la adaptación psicosocial se construye en la interacción entre los recursos personales y las condiciones del entorno, lo que advierte contra explicaciones centradas únicamente en el individuo.

Impacto de los Resultados

Los resultados de este proyecto tienen implicaciones que trascienden la caracterización del grupo participante y se proyectan en los planos individual, institucional, social y disciplinar.

En el plano individual, el proceso permitió que los adolescentes contaran con un espacio para nombrar sus emociones, reconocer el duelo migratorio como una experiencia legítima y poner en común vivencias de discriminación que muchas veces se mantienen en silencio. La identificación de la regulación emocional como principal necesidad ofrece a cada participante una orientación concreta sobre qué habilidades fortalecer.

En el plano institucional, los hallazgos brindan a la Institución Educativa Liceo Almirante Padilla información útil para orientar acciones de acogida, prevención de la xenofobia y acompañamiento psicosocial. Al evidenciar que la discriminación escolar fue una experiencia compartida por todos los participantes, los resultados respaldan la necesidad de articular el trabajo emocional con estrategias institucionales de inclusión que involucren a docentes, orientadores y familias.

En el plano social, el proyecto contribuye a visibilizar las voces de adolescentes migrantes venezolanos que suelen ser abordados desde cifras o diagnósticos generales y pocas veces desde sus relatos, emociones y proyectos de vida. Reconocer su experiencia favorece una comprensión más humana del fenómeno migratorio en La Guajira y aporta a la construcción de una convivencia intercultural.

En el plano académico y disciplinar, los resultados aportan una lectura aplicada de la inteligencia emocional en contextos de migración y muestran la utilidad del enfoque mixto para captar matices que un solo instrumento no revelaría. Asimismo, sientan una base para futuras

investigaciones que amplíen la muestra, incorporen otras instituciones educativas y profundicen en la relación entre los recursos emocionales y las condiciones del entorno.

Conclusiones

En relación con el primer objetivo específico, se reconoció que el grupo participante presenta niveles heterogéneos de inteligencia emocional percibida y adaptación psicosocial. La regulación emocional fue la dimensión con mayor necesidad de fortalecimiento, seguida de la comprensión emocional. En adaptación psicosocial se identificaron perfiles alto, medio y bajo, lo que indica que los adolescentes no viven el proceso migratorio de manera uniforme.

En relación con el segundo objetivo específico, las principales dificultades emocionales, sociales y de integración estuvieron asociadas al duelo migratorio, la nostalgia, la discriminación escolar, la contención emocional, la incertidumbre frente al futuro y la presión económica familiar. Estas dificultades se expresan tanto en el plano individual como en la convivencia escolar y en la construcción de sentido de pertenencia.

En relación con el tercer objetivo específico, se diseñó una estrategia psicoeducativa basada en talleres vivenciales orientados a fortalecer autoconciencia, autorregulación, empatía, comunicación asertiva y habilidades sociales. La estrategia responde a las necesidades identificadas en el grupo y puede ser retomada por la institución educativa como herramienta preventiva y formativa.

Como conclusión general, la inteligencia emocional constituye un recurso relevante para favorecer la adaptación psicosocial de adolescentes migrantes venezolanos, siempre que se comprenda dentro de un enfoque integral que incluya redes de apoyo, contexto escolar, familia y reconocimiento intercultural. El proyecto permitió evidenciar que detrás de cada puntaje existe una historia de migración, pérdida, esfuerzo y esperanza, por lo que el acompañamiento psicoeducativo debe combinar rigor metodológico, sensibilidad humana y responsabilidad ética.

Recomendaciones

Se recomienda implementar de manera permanente espacios psicoeducativos orientados al fortalecimiento de la inteligencia emocional, priorizando regulación emocional, comunicación asertiva y resolución pacífica de conflictos. Estos espacios deben desarrollarse de forma continua y no como actividades aisladas, para que los adolescentes puedan practicar y consolidar las habilidades aprendidas.

Se recomienda crear espacios seguros de escucha para estudiantes migrantes, tales como grupos de apoyo, tutorías psicosociales y encuentros de orientación escolar. Estos espacios deben garantizar confidencialidad, respeto y reconocimiento de la experiencia migratoria, evitando prácticas que expongan o estigmaticen a los estudiantes.

Se recomienda capacitar a docentes y orientadores en enfoque intercultural, prevención de xenofobia y herramientas básicas de acompañamiento emocional. La adaptación psicosocial no depende únicamente del estudiante migrante; también requiere que la escuela construya condiciones de acogida, respeto y convivencia.

Se recomienda vincular a las familias en el proceso, reconociendo que son la principal red de apoyo para los adolescentes. Los encuentros con acudientes pueden abordar comunicación familiar, manejo de estrés, rutas de atención y estrategias para acompañar el duelo migratorio.

Se recomienda ampliar la muestra en futuras investigaciones e incluir otras instituciones educativas de Riohacha y La Guajira. Estudios posteriores podrían incorporar diseños longitudinales, instrumentos estandarizados de adaptación psicosocial y análisis comparativos por género, tiempo de residencia, composición familiar y condición migratoria.

Se recomienda mantener la protección de datos personales en toda publicación o socialización del proyecto. Dado que se trabaja con adolescentes migrantes, la presentación de

resultados debe realizarse con códigos, sin nombres propios ni información que permita identificar a los participantes.

Referencias Bibliográficas

- Achotegui, J. (2012). La crisis como factor agravante del Síndrome de Ulises. *Temas de Psicoanálisis*, 3, 1-20.
- Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Refugiados. (2023). Informe de situación sobre migración venezolana en Colombia. ACNUR. <https://www.acnur.org>
- Berry, J. W. (1997). Immigration, acculturation, and adaptation. *Applied Psychology: An International Review*, 46(1), 5-34. <https://doi.org/10.1111/j.1464-0597.1997.tb01087.x>
- Bisquerra, R. (2009). *Psicopedagogía de las emociones*. Editorial Síntesis.
- Bisquerra, R., y Pérez, N. (2007). Las competencias emocionales. *Educación XX1*, 10, 61-82. <https://doi.org/10.5944/educxx1.1.10.297>
- Defensoría del Pueblo de Colombia. (2021). Situación de los niños, niñas y adolescentes migrantes en La Guajira. Defensoría del Pueblo.
- Enríquez, C. (2021). Síndrome de Ulises en inmigrantes de Latinoamérica: Un estudio de revisión. *Revista Científica Universitaria*, 10(2), 19-37. <https://revistas.up.ac.pa/index.php/centros/article/view/2246>
- Extremera, N., y Fernández-Berrocal, P. (2002). La evaluación de la inteligencia emocional en el aula como factor protector de diversas conductas problema: violencia, impulsividad y desajuste emocional. En F. A. Muñoz, B. Molina y F. Jiménez (Eds.), *Actas del I Congreso Hispanoamericano de Educación y Cultura de Paz* (pp. 599-605). Universidad de Granada.
- Fernández-Berrocal, P., Extremera, N., y Ramos, N. (2004). Validity and reliability of the Spanish modified version of the Trait Meta-Mood Scale. *Psychological Reports*, 94(3), 751-755. <https://doi.org/10.2466/pr0.94.3.751-755>

- García, M., Lozano, G., Miramontes, S., Sánchez, J., y Zavala, J. (2019). Migración: percepción infantil a partir de narraciones. *PSICUMEX*, 9(1), 95-111.
<https://doi.org/10.36793/psicumex.v9i1.265>
- Goleman, D. (1995). *Emotional intelligence: Why it can matter more than IQ*. Bantam Books.
- Guzmán, W., Jáuregui, L., y Uzcátegui, R. (2020). Travesía migratoria de los niños venezolanos en Suramérica. *TraHs Números especiales*, 6(1), 103-121.
<https://doi.org/10.25965/trahs.2314>
- Hernández-Sampieri, R., y Mendoza, C. P. (2018). *Metodología de la investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. McGraw-Hill Education.
- Krauskopf, D. (2011). El desarrollo en la adolescencia: las transformaciones psicosociales y los derechos en una época de cambios. *Psicología, Conocimiento y Sociedad*, 1(4), 141-164.
- Llamas-Díaz, D., Cabello, R., Megías-Robles, A., y Fernández-Berrocal, P. (2022). Systematic review and meta-analysis: The association between emotional intelligence and subjective well-being in adolescents. *Journal of Adolescence*, 94(7), 925-938.
<https://doi.org/10.1002/jad.12075>
- Mayer, J. D., Caruso, D. R., y Salovey, P. (2016). The ability model of emotional intelligence: Principles and updates. *Emotion Review*, 8(4), 290-300.
<https://doi.org/10.1177/1754073916639667>
- Migración Colombia. (2024). Informe de migrantes venezolanos en Colombia en febrero de 2024. Observatorio de Migraciones, Migrantes y Movilidad Humana.
<https://www.migracioncolombia.gov.co/infografias-migracion-colombia/informe-de-migrantes-venezolanos-en-colombia-en-febrero>

- Organización Internacional para las Migraciones. (2022). Informe sobre las migraciones en el mundo 2022. OIM. <https://worldmigrationreport.iom.int/wmr-2022-interactive/?lang=ES>
- Papalia, D. E., y Martorell, G. (2020). *Desarrollo humano* (14.^a ed.). McGraw-Hill Education.
- Rincón Peña, D. H. (2019). *El derecho a la educación de los niños, niñas y adolescentes migrantes venezolanos desde la perspectiva de los derechos humanos*. Universidad Católica de Colombia.
- Rubio Ortega, J. D., y Maya Pérez, E. (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(2), 88-103.
- Salguero, J. M., Fernández-Berrocal, P., Ruiz-Aranda, D., Castillo, R., y Palomera, R. (2011). Inteligencia emocional y ajuste psicosocial en la adolescencia: el papel de la percepción emocional. *European Journal of Education and Psychology*, 4(2), 143-152.
- Salovey, P., y Mayer, J. D. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition and Personality*, 9(3), 185-211. <https://doi.org/10.2190/DUGG-P24E-52WK-6CDG>

Apéndices

Apéndice A

Sistematización de Instrumentos Aplicados

https://drive.google.com/drive/folders/1hvSGulhvuMwHegI6zlej_P_v45JXdXJm?usp=sharing

Apéndice B*Caracterización Sociodemográfica*

<https://drive.google.com/drive/folders/12IT5hDORDpM11W92wtwx52fcwKS21jtp?usp=sharing>

Apéndice C

Evidencias del Proceso y Talleres

https://drive.google.com/drive/folders/1hvSGulhvuMwHegI6zlcj_P_v45JXdXJm