

**UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR
FACULTAD DE CIENCIAS Y HUMANIDADES
DEPARTAMENTO DE PSICOLOGÍA**



**PROPUESTA DE INTERVENCIÓN PSICOTERAPÉUTICA PARA
ABORDAR LOS EFECTOS PSICOSOCIALES DEL RETORNO
FORZADO EN PERSONAS SALVADOREÑAS QUE MIGRARON
IRREGULARMENTE HACIA ESTADOS UNIDOS**

Autores:

| | |
|--------------------------------------|---------|
| Figuerola Carballo, Gabriela Lisseth | FC14029 |
| Osorio Torres, Sofía Alejandra | OT14002 |
| Robles Robles, Norma Cristina | RR14055 |

Docente Directora:

Mtra. Ofelia de los Ángeles Trejo Escobar

Coordinador General de Procesos de Grado:

Lic. Israel Rivas

Ciudad Universitaria, Octubre de 2020

UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR

Rector

Msc. Roger Armando Arias

Vice-rector Académico

PhD. Raúl Ernesto Azcúnaga López

Vice-rector Administrativo

Ing. Juan Rosa Quintanilla

Secretario General

Ing. Francisco Alarcón

FACULTAD DE CIENCIAS Y HUMANIDADES

Decano

Mtro. Óscar Wuilman Herrera Ramos

Vice-decana

Mtra. Sandra Lorena Benavides de Serrano

Secretario

Mtro. Juan Carlos Cruz Cubías

DEPARTAMENTO DE PSICOLOGÍA

Jefe de Departamento

Msc. Bartolo Atilio Castellanos

Coordinador del Proceso de Grado

Mtro. Israel Rivas

Docente Directora

Mtra. Ofelia de los Ángeles Trejo Escobar

“Esta propuesta ha sido inspirada en toda la población salvadoreña que debió enfrentarse a los efectos de la migración y el retorno forzado, por lo cual se dedica la presente a estas personas”.

AGRADECIMIENTOS

“Agradezco infinitamente a Dios por la sabiduría, fortaleza y entendimiento que me concedió durante mi carrera universitaria, desde mi primer año de estudios hasta la finalización de mi proceso de grado. Doy gracias a mis padres por su apoyo, cariño y colaboración transformados en palabras de aliento, desvelos y madrugadas constantes; gracias a mis compañeras de tesis por su responsabilidad e iniciativa, además de su amistad, la cual permitió facilitar todo este proceso. Finalmente me doy gracias a mí, por la dedicación, perseverancia y esfuerzo en el transcurso de estos años de estudio.”

Gabriela Figueroa

“Primeramente agradezco a Dios que me brindo la sabiduría y fortaleza para poder culminar este proceso con éxito, agradezco también a mi familia, quienes siempre mostraron comprensión y me apoyaron en todo momento para seguir adelante; doy gracias especialmente a mi mamá y a mi novio, quienes siempre me animaron cuando el agotamiento durante la carrera universitaria me consumía, me brindaron apoyo incondicional y siempre buscaron alternativas para ayudarme a superar cada obstáculo en el camino. Finalmente agradezco a mis compañeras y asesora, por la responsabilidad, esfuerzo y dedicación en todo este proceso.”

Sofía Osorio

“Agradezco a mi familia, especialmente a mis padres quienes me han apoyado emocional y económicamente en todo el proceso de la carrera y tesis, también agradezco a Dios por darme salud en todo el proceso. De igual manera, doy gracias a mis compañeras de tesis por su apoyo, comprensión y sabiduría lo cual nos permitió la culminación satisfactoria del proceso de grado. También agradezco a nuestra asesora de tesis, quien nos acompañó en todo momento compartiendo sus conocimientos y solventando nuestras dudas. Y finalmente gracias a todas las demás personas que de una u otra manera contribuyeron en la realización de este proceso.”

Norma Robles

INDICE DE CONTENIDO

| | |
|--|----|
| INTRODUCCIÓN | 10 |
| I. DESCRIPCIÓN DE LA PROPUESTA..... | 12 |
| II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA | 13 |
| III. JUSTIFICACIÓN DE LA PROPUESTA | 14 |
| IV. OBJETIVOS DE LA PROPUESTA | 15 |
| Objetivo General | 15 |
| Objetivos Específicos..... | 15 |
| V. METAS DE LA PROPUESTA | 16 |
| VI. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA | 17 |
| 6.1. Antecedentes de investigaciones sobre la Migración y el Retorno | 17 |
| 6.1.1. Internacionales | 17 |
| 6.1.2. Nacionales..... | 19 |
| 6.2. Base Teórica..... | 23 |
| 6.2.1 La Migración..... | 23 |
| Historia de la migración | 23 |
| Causas y consecuencias de la migración | 25 |
| Migración en El Salvador | 30 |
| Caravanas migratorias | 34 |
| Psicología y migración | 36 |
| 6.2.2. El Retorno | 41 |
| Conceptualización del retorno | 41 |

| | |
|---|-----|
| Tipos de retorno..... | 41 |
| Causas y consecuencias del retorno | 43 |
| Estadísticas oficiales del retorno en El Salvador..... | 47 |
| Psicología social y retorno..... | 49 |
| 2.2.3 Atención a la población retornada en El Salvador | 49 |
| Políticas gubernamentales de atención y protección al migrante..... | 49 |
| Instituciones y programas dirigidos a personas retornadas | 52 |
| VII. CONTENIDO DE LA INTERVENCIÓN | 60 |
| VIII. BENEFICIARIOS DE LA PROPUESTA DE INTERVENCIÓN | 61 |
| IX. METODOLOGÍA..... | 62 |
| o Selección de la temática..... | 66 |
| o Recolección de información bibliográfica..... | 66 |
| X. LOCALIZACIÓN FÍSICA Y COBERTURA ESPACIAL..... | 67 |
| XI. PLAN OPERATIVO O DE ACTIVIDADES..... | 68 |
| FUENTES DE INFORMACIÓN CONSULTADA | 104 |
| ANEXOS..... | 108 |

RESUMEN

La presente investigación expone como la problemática de la migración irregular se ha incrementado en los últimos años, por tanto, también el retorno forzado, el cual provoca consecuencias económicas, familiares, psicológicas y sociales que influyen de manera significativa en los salvadoreños; por ello es importante el diseño de este programa de intervención psicoterapéutico grupal que aborde los efectos psicosociales del retorno forzado y permita aliviar el malestar psicológico y emocional de estas personas, en dicho programa se implementan técnicas de intervención psicológica, estrategias psicosociales y técnicas de estimulación de habilidades para la vida que contribuyan a la reinserción social, laboral y familiar de los salvadoreños retornados. Por tanto, se interviene a través de las áreas de autorregulación y gestión emocional, relaciones interpersonales, transculturación, resolución de conflictos y toma de decisiones y proyecto de vida; bajo un enfoque teórico humanista existencial, el cual se centra en las vivencias y motivaciones de un ser consciente y en constante desarrollo. Cada una de estas áreas presenta indicadores de logro que permiten verificar el cumplimiento de los objetivos de cada sesión, de igual manera se plantean recomendaciones para que la aplicación del programa sea efectiva y así coadyuvar con la reinserción integral de la población retornada.

INTRODUCCIÓN

La presente denominada “*Propuesta de intervención psicoterapéutica para abordar los efectos psicosociales del retorno forzado en personas salvadoreñas que migraron irregularmente hacia Estados Unidos*”, se encuentra enfocada en el alivio del malestar psicológico y emocional generado por el retorno forzado, con el fin de contribuir al proceso de reinserción social, laboral y familiar de las personas retornadas; a través del desarrollo diversas temáticas.

Dentro del planteamiento del problema se plasma cómo la problemática de la migración ha ido incrementando en el país con el pasar de los años debido a factores de diferente índole. Sin embargo, si los migrantes se ven expuestos a un retorno forzado, podría generarse en ellos diferentes efectos psicosociales; los cuales deben ser abordados de manera adecuada para lograr la readaptación al medio social, por tanto, en la justificación se muestra la importancia del abordaje de estas temáticas y se explica como la presente propuesta pretende ayudar a generar un alivio psicológico y emocional en estas personas, a través de la potencialización de sus habilidades.

Como siguiente apartado se muestran los objetivos de la propuesta de intervención, los cuales de forma general se basan en la proposición de técnicas que promuevan la estimulación de las habilidades de los retornados, y de esta manera se les facilite su reinserción; por tanto, se han plasmado también metas que se encuentran en relación con dichos objetivos, estas metas se enfocan en el establecimiento de técnicas y estrategias psicosociales que les ayuden a estas personas a aliviar sus efectos psicosociales.

Posteriormente se encuentra la fundamentación teórica, la cual se divide en dos apartados. El primer apartado, denominado “Antecedentes de la migración y el retorno”, dividido en dos, los antecedentes internacionales y nacionales. El segundo apartado, denominado “Base teórica”, se encuentra una breve fundamentación relacionada a la migración, la cual incluye historia sobre el surgimiento de la migración, causas y consecuencias, la migración en el contexto salvadoreño, caravanas migratorias a nivel centroamericano y estudios de psicología relacionados a la migración; también se plantean aspectos relacionados al retorno, tales como los tipos de retorno, causas y consecuencias,

estadísticas en El Salvador y estudios de psicología relacionados al retorno; finalmente se encuentran las políticas gubernamentales de atención y protección al migrante, así como también presenta diversas instituciones y sus respectivos programas enfocados al bienestar de las personas retornadas.

Luego se presenta el contenido de la intervención, el cual detalla cómo serán abordadas las temáticas de autorregulación y gestión emocional, relaciones interpersonales, transculturación, resolución de conflictos y toma de decisiones, y proyecto de vida. Para esta propuesta de intervención, los principales beneficiarios serán los participantes del programa y entre los beneficiarios indirectos se encontrará el personal que labora con esta población y el medio social en el que estas personas se desarrollan.

Como parte de la metodología, se presentan diferentes aspectos relacionados a la implementación del programa, siendo estos la modalidad de terapia, característica de los participantes, tipo y tamaño del grupo, duración y frecuencia de las sesiones, tipo de actividades, recomendaciones de uso y evaluación de los elementos y resultados. Para el desarrollo de este programa de intervención, la localización física será en diferentes instituciones del país cuyo eje central de trabajo son las personas retornadas.

En el siguiente apartado se muestran los planes operativos, donde se desarrollan diez planes, uno para cada sesión de trabajo, la primera sesión será de encuadre grupal, las siguientes tres sesiones desarrollarán la temática de autorregulación y gestión emocional, seguido de una sesión orientada a las relaciones interpersonales, otra sesión de transculturación, otra sesión de solución de problemas y toma de decisiones y dos sesiones relacionadas al proyecto de vida, finalizando con una sesión de cierre y evaluación del programa. Cada sesión contiene sus respectivos indicadores de logro, los cuales permitirán evaluar su efectividad.

Finalmente se encuentran las referencias bibliográficas, con las cuales se llevó a cabo la recopilación de información y se logró así desarrollar esta propuesta de intervención psicoterapéutica; también se encuentra el apartado de anexos, el cual presenta aquellos materiales fundamentales, como conceptos clave y hojas de trabajo que ayudarán al desarrollo de cada sesión de trabajo y amplían información contenida en toda la propuesta.

I. DESCRIPCIÓN DE LA PROPUESTA

El presente programa de intervención psicoterapéutico es una propuesta que está dirigida a la población salvadoreña retornada que emigró irregularmente hacia Estados Unidos. En éste se proporcionarán orientaciones para el manejo adecuado de los efectos psicosociales que presentan estas personas debido al retorno forzado al que se han visto expuestos. Dicho programa ha sido diseñado por las integrantes del equipo de investigación y en éste se presentan diversas técnicas psicológicas así como también actividades de tipo lúdicas, participativas, grupales e individuales, de análisis y discusión, como estrategias para la intervención. Así también, el programa constará de 10 jornadas las cuales están planteadas para ejecutarse una vez por semana con una duración de 90 minutos cada una.

II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

La problemática del Retorno forzado en personas salvadoreñas se ha visto incrementado en los últimos años, debido al aumento de la migración (como caravanas migrantes, trayectorias guiadas por "coyotes", etc), así como al aumento de controles migratorios en las fronteras entre México y Estados Unidos que imposibilita en la mayoría de ocasiones el ingreso irregular de los migrantes salvadoreños, quienes muchas veces se han visto obligados a migrar debido a la delincuencia y factores de inseguridad, frustración de expectativas de vida, incertidumbre social sobre el factor económico y falta de oportunidades laborales y violencia intrafamiliar como causas principales.

Tanto la migración como el retorno forzado, provocan desintegración familiar, en la mayoría de casos son los padres quienes migran o son retornados a su país de origen y por consecuente, se separan de sus hijos; estas problemáticas también generan dificultades de índole económico debido a los gastos e inestabilidad que esto conlleva. El retorno forzado se lleva a cabo a través de actos de deportación ya sea en la zona fronteriza de México o la que se presenta cuando se encuentran en Estados Unidos que puede ser debido a la falta de documentación legal que permite la permanencia en el país; por cometer delitos graves, o por vencimiento de permisos o por dificultades de adaptación.

Si los efectos del retorno forzado no son abordados, se presentarán dificultades de readaptación al ambiente del país de origen, deseos de volver a migrar de manera irregular y pocas habilidades para lograr una adecuada reinserción al ámbito familiar, comunitario, social y laboral; todo ello a lo largo tendrá repercusiones en la salud mental y física de estas personas.

Por ello, es de vital importancia que las personas retornadas de manera forzada, obtengan una atención psicoterapéutica que permita el mejoramiento de sus habilidades de reinserción al contexto social y familiar, ya que si no participan en procesos de intervención no lograrán disminuir los efectos psicológicos como ansiedad, depresión, frustración, sentimientos de culpabilidad y desesperanza, generados por el regreso involuntario al país de origen.

III. JUSTIFICACIÓN DE LA PROPUESTA

La migración irregular de salvadoreños hacia Estados Unidos es uno de los fenómenos sociales que durante décadas se ha observado en el país, ya que día con día muchas personas emprenden el anhelado viaje hacia el llamado “sueño americano”. Sin embargo, la migración irregular produce otro acontecimiento social que es el retorno de personas migrantes, el cual se manifiesta de dos formas: la primera es cuando los salvadoreños no logran el objetivo de llegar a su destino y son regresados desde las fronteras de Centroamérica, México o Estados Unidos y, la segunda forma de retorno, es cuando los salvadoreños logran llegar a Estados Unidos, establecerse en el país, trabajar, estudiar y formar sus propias familias pero son detenidos por migración y son enviados de manera forzada a El Salvador.

En cualquiera de las dos formas de retorno, los salvadoreños deben replantearse su proyecto de vida, ¿Qué hacer?, ¿En qué trabajar?, entre otros. E indudablemente, esta situación genera malestar psicológico y social en dichas personas. Por ello, con la presente propuesta de intervención psicoterapéutica se pretende ayudar a que estas personas alivien el malestar psicológico que el retorno forzado les ha provocado, así también se logrará establecer una explicación psicológica sobre cómo estos efectos del retorno forzado influye en el área personal, familiar, económica y social de los retornados.

El equipo investigador considera importante conocer la relación que existe entre el retorno forzado y una serie de síntomas de orden cognitivo, afectivo y conductual presentados por personas que han tenido dicha experiencia para poder establecer una intervención efectiva. Con este plan de intervención se contribuirá también con investigaciones posteriores que profundicen en el tema de la migración y el retorno desde la perspectiva psicológica, la cual ha sido muy poco estudiada; se podrán sugerir ideas y recomendaciones para un abordaje más adecuado y óptimo cuando se tenga contacto con población retornada, sin revictimizar y logrando un alivio emocional en cada persona.

IV. OBJETIVOS DE LA PROPUESTA

Objetivo General

Diseñar una propuesta de intervención psicoterapéutica que aborde los efectos psicosociales y que alivie el malestar psicológico generado por el retorno forzado en salvadoreños que migraron irregularmente hacia Estados Unidos, con el fin de contribuir al proceso de reinserción social, laboral y familiar de estas personas.

Objetivos Específicos

- Proponer técnicas de intervención psicológica para el manejo de ansiedad, depresión y frustración en personas retornadas.
- Establecer técnicas de estimulación de habilidades para la vida que permitan a las personas retornadas mejorar su bienestar emocional y calidad de vida.
- Plantear estrategias psicosociales que contribuyan a la reinserción social, laboral y familiar de personas que fueron retornadas de manera forzada.

V. METAS DE LA PROPUESTA

- Lograr el diseño de una propuesta de intervención psicoterapéutica que aborde los efectos psicosociales y permita aliviar en un 98% el malestar psicológico generado por el retorno forzado en salvadoreños que migraron irregularmente hacia Estados Unidos, con el fin de contribuir al proceso de reinserción social, laboral y familiar de estas personas.
- Proponer técnicas de intervención psicológica para el manejo de síntomas específicos de cuadros de ansiedad y depresión en personas retornadas.
- Establecer técnicas de estimulación de habilidades para la vida, específicamente en las áreas de: Manejo de emociones y sentimientos, manejo de la tensión y el estrés, relaciones interpersonales y solución de problemas.
- Lograr el establecimiento de metas a corto, mediano y largo plazo a través de la elaboración del proyecto de vida que contribuya a una mejor reinserción social, familiar y laboral de las personas retornadas.

VI. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

6.1. Antecedentes de investigaciones sobre la Migración y el Retorno

6.1.1. Internacionales

La investigación realizada por Liliana Rivera Sánchez (s.f) denominada “**Migración de Retorno y Experiencias de Reinserción en la zona metropolitana de la Ciudad de México**” tuvo como objetivo reflexionar sobre las condiciones contemporáneas del retorno de migrantes mexicanos de Estados Unidos a México, en particular sobre el retorno y la inserción en contextos urbanos. Según esta investigación, durante muchas décadas la migración ha sido vista como algo a nivel rural y en los últimos años se ha profundizado en los perfiles de las personas migrantes, dando como resultado personas de bajos recursos económicos o habitantes de zonas de riesgo en su país de origen. Sin embargo, en muchas ocasiones las personas que emprenden el viaje hacia Estados Unidos, ya han vivido desplazamientos hacia zonas más urbanas dentro de su mismo país, por tanto, el perfil y las características de las personas migrantes cada vez es más amplio y hace reconocer como principal causa, las condiciones de su localidad.

Como resultados, se obtuvo que los efectos provocados por el retorno pueden ser diferentes y variados, sobre todo por las condiciones que median su retorno (devueltos, deportados, repatriados o voluntarios). Se deberá entender el contexto del retorno y el papel que la población retornada tiene como agente social, para diseñar estrategias de reinserción que les brinden oportunidades de acuerdo a las habilidades y conocimientos de cada uno.

También se obtuvo que la reinserción social y laboral de las personas retornadas a un espacio urbano contribuirá en gran medida a sus oportunidades de empleo, relaciones familiares y personales, relación movilidad-establecimiento (la migración se ve disminuida con cambios de paisajes locales y cambios en la dinámica comunitaria). La reinserción y el establecimiento es mediado por la dinámica entre mercados de trabajo y modalidades de inserción social, creadas a partir de las experiencias vitales e históricas de las personas migrantes. Por tanto, deberá diferenciarse el retorno hacia un área rural o urbana debido a las oportunidades y mecanismos de inserción o reinserción.

De igual manera, los resultados muestran que, cuando una persona es retornada, deberá pasar por un proceso de readaptación al ambiente (el cual deberá cumplir con las condiciones necesarias), sin embargo, si este proceso de readaptación no se logra completamente, podría contribuir a una re-emigración. Muchas personas retornadas no logran completar su proceso de readaptación, debido a la relación asimétrica entre el país de origen y el país que han decidido como destino, como aspectos sociales y económicos.

En una reciente investigación realizada por Paula A. Rossiasco, Ana Aguilera, Germán Caruso, Rosa María Martínez y Cristina Savescu en 2018 “**Migración desde Venezuela a Colombia**”, cuyo objetivo fue determinar los impactos sociales, sectoriales y económicos que la migración sostenida de personas desde Venezuela está teniendo en Colombia, se obtuvo que a causa de la migración se pueden determinar grandes impactos sobre todo de índole económico y social; en el caso de Venezuela-Colombia, se identifican cambios significativos en la economía, sociabilidad e incluso en el área demográfica. Durante mucho tiempo se vivió una alta migración de la población colombiana hacia Venezuela, no obstante, desde hace algunos años son los venezolanos quienes han decidido migrar a Colombia, esto debido a la inestabilidad económica, política y al desabastecimiento de alimentos.

Además, esta investigación determina que la mayor parte de las personas que migran de manera irregular deben enfrentarse a dificultades en la asistencia escolar, dificultades para obtener atención médica y dificultades para la obtención de empleo (en muchos casos, los empleadores pagan menos la mano de obra a población migrante que a la población local). El área de salud, trabajo, seguridad y educación se han visto deteriorados debido al incremento poblacional en Colombia, ya que no cuenta con los recursos suficientes para atender a todas las personas que lo requieren.

También se obtiene que la migración está presionando las instituciones, servicios y dinámicas sociales de las áreas receptoras, por ello, existe desbordamiento de necesidades de salud, vivienda, saneamiento, educación, etc., ya que una población específica como trabajadores no calificados, usuarios de hospitales y escuelas públicas están siendo

afectadas por ser quienes compiten con los migrantes por oportunidades de trabajo y acceso a servicios básicos. Finalmente esta investigación plantea que a pesar de los impactos negativos de la migración, pueden obtenerse múltiples beneficios de índole económico, a través de la elección del lugar de destino según las habilidades de cada persona migrante, ya que incluso podrían ser más productivas que en su lugar de origen; de esta manera, las áreas receptoras ven mejorada su calidad de trabajo y aumenta su economía. Las personas migrantes calificadas potencializan sus habilidades y obtienen mejores ingresos económicos lo que conlleva el aumento de remesas a la vez que aumenta la economía local.

En otra investigación realizada en España por Laura Oso Casas (s.f) sobre **Migración, género y hogares transnacionales**, cuyo objetivo radica en conocer la inserción laboral de las mujeres migrantes latinoamericanas, se obtiene que en los últimos tiempos ha aumentado considerablemente las migraciones por parte del género femenino, sin embargo, durante años existió invisibilidad para mujeres inmigrantes, tomando mayor énfasis a las migraciones masculinas, quienes comúnmente se veían como únicos proveedores del hogar y quienes debían buscar mejores oportunidades de sostenibilidad¹.

También esta investigación determinó que en países desarrollados (Europa, Norteamérica y Oceanía), la feminización de las migraciones ha aumentado en grandes porcentajes, ya que desde finales de los años ochenta se han presenciado transformaciones que han favorecido a la aparición de corrientes migratorias protagonizadas por mujeres hacia y desde lugares de Europa. En conclusión, la presente investigación destaca la importancia de conocer la incidencia del género en las migraciones y como se ha logrado un enorme protagonismo de las mujeres en movimientos de poblaciones.

6.1.2. Nacionales

Según la investigación “**Niñas, niños, adolescentes y mujeres en la ruta del migrante**”, realizada por Elsa Ramos en el 2014, que tuvo como objetivo identificar las causas y condiciones emergentes y subyacentes que están provocando el aumento de la

¹ Desarrollo que asegura el cumplimiento de necesidades presentes sin afectar necesidades futuras.

migración de niñas, niños, adolescentes y mujeres en el contexto actual, se obtuvo que la migración se ha convertido en algo muy recurrente en los países del triángulo norte, quienes migran de manera irregular hacia Estados Unidos, motivados principalmente por factores de inseguridad. En este sentido, se obtuvo que la inseguridad, la violencia, el aumento de grupos de pandillas, robos o pagos de extorsión, entre otros, han obligado a familias enteras a huir de su país natal.

Las personas migrantes ven como única solución abandonar el país, debido a que incluso trasladarse dentro del mismo es peligroso y podrían asesinarlos. Así también se encontró que los adolescentes y jóvenes son quienes más frecuentemente migran de manera irregular hacia Estados Unidos, debido a que huyen de las maras y la delincuencia de su país; esta población se ve muy afectada debido a que en muchas ocasiones son obligados a formar parte de pandillas, arriesgando a perder la vida y poner en peligro a su familia.

En cuanto a la ruta del migrante, según el Instituto Nacional de Migración INM (2012), el trayecto que se sigue de México a Estados Unidos es: Reynosa, Nuevo Laredo, Matamoros, Piedras Negras y Tijuana. La ruta tiene varias etapas: La preparación del viaje, salir del país, el paso por Guatemala y la travesía por México. Por otra parte, este estudio determina que muchas familias y adolescentes tienen conocimiento sobre la posibilidad de recibir asilo en México, sin embargo, se niegan a esta oportunidad debido a que el cumplimiento de trámites es complicado (si la solicitud es recibida, se deben esperar 45 días hábiles para una resolución, mientras tanto los migrantes no reciben ningún tipo de ayuda alimenticia o de alojamiento); además no consideran a México como un país en el cual puedan tener las mismas “oportunidades” que Estados Unidos.

Cabe mencionar que como resultado de esta investigación se hace una diferenciación entre deportados y repatriados, puesto que manifiestan que si durante el trayecto, las autoridades migratorias de México capturan a extranjeros por haber ingresado a su territorio de forma irregular, no se refieren a ellos como detenidos, si no como retenidos; de igual manera no se refieren a ellos como deportados, si no como repatriados; esto debido a que

los términos “detenidos” y “deportados” son asociados con personas que han cometido algún delito.

En otra investigación realizada en el 2017 por Jhoana Castaneda, Jennifer Martínez, y Alejandro Flores, denominada “**Efecto de la educación y el trabajo con el flujo de migraciones de El Salvador**”, tuvo como objetivo estudiar los principales factores que motivan las migraciones en El Salvador, se retoman factores de educación, empleo y seguridad. Los resultados de esta investigación plantean que El Salvador se encuentra asechado por pandillas y grupos delincuenciales, por tanto, los jóvenes viven rodeados de inseguridad, lo que representa un peligro significativo en el espacio donde aprenden y se desarrollan. Muchas comunidades se ven afectadas por este factor, lo que provoca un pobre desempeño académico.

De igual manera, determinan que cuando los jóvenes empiezan a pertenecer a un grupo de pandillas, aumentan las deserciones escolares (sobre todo a nivel de tercer ciclo). Las bajas oportunidades educativas y el problema de violencia, son factores que influyen en el crecimiento de la migración. Las altas tasas de deserción y un acceso restringido al sistema educativo generan una gran cantidad de jóvenes fuera del contexto escolar, provocando altas tasas de desempleo en el país. Hasta el 2015, la tasa de desempleo era de un 7%, el cual se veía duplicado para el desempleo juvenil. Estas condiciones producen un incentivo en los jóvenes para buscar mejores oportunidades en otros países.

Los flujos migratorios pueden ser disminuidos si se logra una supervivencia a nivel educativo de tercer ciclo (el cual se ha identificado como el nivel educativo que tiene relación directa con la migración en El Salvador), puesto que el cumplimiento de ese nivel motiva a la supervivencia de niveles consecuentes y de esta manera se obtienen mayores oportunidades de empleo dentro del país, facilitando la inserción de personas al mercado laboral debido a la adquisición de habilidades. Es decir, los programas y proyectos de retención y apoyo a estudiantes, así como los programas de incentivos productivos y de empleabilidad pueden disminuir notoriamente los flujos migratorios.

Por ello, este estudio respalda que se vuelve de gran importancia implementar estrategias para asegurar la permanencia de estudiantes en las escuelas y garantizar la finalización de los niveles académicos. Estas estrategias han sido exitosas en países como Chile, quienes desde 2014, en el marco del Plan de Retención Escolar, expresaron la necesidad de garantizar los trece años de escolaridad y para ello han implementado prácticas como Gestión Pedagógica, Liderazgo Escolar y Convivencia (Mineduc 2014).

En cuanto a la investigación “**Las migraciones internacionales y sus efectos económicos en El Salvador**”, realizada por Óscar Francisco Rivera Funes (s.f) que tuvo como objetivo investigar los efectos económicos que tienen las migraciones en El Salvador se obtuvieron como resultados que: Las migraciones internacionales implican un traspaso de frontera entre un país y otro, por tanto, todos los países mantienen una regulación en sus leyes y políticas, puesto que los flujos migratorios no son algo nuevo y viene desde la historia de la humanidad.

También se encontró que en El Salvador, a partir de los años setenta, la migración internacional ha abarcado sectores socioeconómicos del país, tanto en áreas urbanas como áreas rurales. Así también, a partir de 1979 se han presentado múltiples causas de movilidad, teniendo como principales la violencia y la guerra civil. La variable económica surgió durante ese período y se ha mantenido en aumento por la crisis política y por desplazamientos internos y externos.

De igual manera, se encontró que a partir de 1995 la economía ha empezado a descender hasta los niveles de 2% en 2002, lo cual ha provocado que la migración internacional se intensifique. Estudios han mostrado el impacto de los flujos migratorios en la estructura económica nacional, mencionando que las remesas se han convertido en la entrada de divisas² más importantes de la economía del país, ayudando a la estabilidad financiera. Se ha reconocido como mayor fuente de ingresos económicos salvadoreños la “exportación” de recurso humano hacia Estados Unidos.

² Monedas extranjeras que son utilizadas en comercios internacionales.

Así también se obtuvo que las remesas familiares han tenido un gran impacto en el modelo macroeconómico de El Salvador, según datos del BCR: Las remesas en El Salvador han aumentado a lo largo de los años de 28.0 millones de dólares en 1976 a 1,935.2 millones de dólares en 2002. El Salvador ha construido un modelo económico basado en el desarrollo del sector terciario y en el crecimiento de importaciones, es decir, se trata del comercio y producción. El monto recibido de remesas es en gran medida para comprar medicamentos o emprender algún negocio, por ello el rubro de las remesas se ha vuelto parte de las finanzas nacionales.

Las responsables del presente trabajo de grado encontraron que las variables de la migración y el retorno han sido bastante investigadas, tanto a nivel nacional como internacional, sin embargo, no se hallan estudios que expliquen la relación existente entre dichas variables y el factor psicológico; por consiguiente, resultarán relevantes los resultados de investigar la relación entre “migración, retorno y efectos psicosociales”.

6.2. Base Teórica

6.2.1 La Migración

❖ Historia de la migración

A lo largo de los años los seres humanos se han desplazado de un lugar a otro desde sus orígenes, la migración es un tema tan antiguo como lo es la humanidad en sí, ya que es imposible hablar sobre el desarrollo de los seres humanos a lo largo de la historia sin hablar de las grandes migraciones de las cuales el ser humano ha sido parte. Según la Organización Mundial para las Migraciones, OIM (2006), la migración es el “Movimiento de personas fuera de su lugar de residencia habitual, ya sea a través de una frontera internacional o dentro de un país.”. A partir de esta definición, es posible identificar a lo largo de la historia grandes movimientos migratorios en el mundo, iniciando en la prehistoria con la expansión de la humanidad, el cual puede decirse que ha sido el movimiento migratorio más grande de los tiempos pues se basó en la movilización de los seres humanos hasta lograr colonizar todas las regiones habitables de la Tierra.

Se maneja la teoría que la expansión del ser humano tal y como lo conocemos hoy en día se inició en la región de África hace aproximadamente 150.000 a 100.000 años y marcó su final hace aproximadamente 11.000 años en la región de América. De esta manera, los seres humanos fueron migrando por todo el territorio habitable mundial, muchos estableciéndose en algunos lugares y aumentando así su población, es posible afirmar que, la población de la mayoría de países es producto de migraciones de la prehistoria. Como es bien conocido el ser humano se desarrolló luego a lo largo de la historia social, política y económica, por ello no es extraño que otro de los grandes movimientos migratorios se diera en la antigüedad, cuando Grecia, Cartago y Roma iniciaron a organizar flujos migratorios para expandir sus comercios, los que constituía su principal medio de subsistencia.

En la Edad Media, se dieron tres grandes movimientos migratorios que se consideran importantes en la historia. El primero de estos movimientos son las invasiones bárbaras o migraciones germánicas, las que tuvieron lugar durante el siglo III y VII d.C. y afectó a la zona de Eurasia, se trataba de movimientos migratorios masivos hacia el Imperio Romano con el fin de invadir sus tierras y apoderarse de ellas. Otro de los grandes movimientos migratorios es la expansión musulmana o expansión del islam en el año 622 la cual se dio con el fin de conquistar territorio y tuvo lugar durante varios años. Finalmente, tiene lugar la formación del Imperio bizantino en el año 395 el cual fue formado por migrantes griegos y romanos. En el siglo XIX junto con la Revolución Industrial toma importancia nuevamente la migración, pues da inicio una época de expansión del capitalismo, lo que llevó a un aumento de los movimientos migratorios transoceánicos de Europa y Asia a América y Oceanía.

Es posible identificar que a través de la historia la migración ha estado presente con diferentes objetivos para la humanidad, desde la subsistencia, comercialización, conquista de territorio y desarrollo. Desde el siglo XX hasta la actualidad se ha notado un aumento de las migraciones masivas de personas, esto debido al desarrollo que ha ido teniendo el ser humano en cuanto a los medios de comunicación y de transporte. Existen diferencias socio-económicas muy marcadas entre países desarrollados y sub-desarrollados, lo cual obliga a las personas a migrar buscando un mejor futuro para sí mismos y sus familias.

Al centrarse en la historia migratoria de Latinoamérica, es posible identificar cuatro momentos que son bastante marcados y significativos. Según Aruj (2008) el primero de estos momentos se da desde finales del siglo XIX hasta mediados del XX, movilizó a 55 millones de europeos aproximadamente y actuó como válvula de escape, posibilitando la organización o reorganización de los estados europeos. El segundo, consecuencia de la crisis económica de 1930, afectó al ámbito rural, generando una migración del campo a las ciudades. El tercero, producto de conflictos políticos, económicos y sociales, generó una migración entre países fronterizos desde la década de 1960. El cuarto, se produce en las últimas dos décadas del siglo XX hasta la actualidad y, según algunas estimaciones, ha movilizó en todo el mundo a más de 150 millones de personas que actualmente no residen en su país de origen. Se estima que para el año 2000 vivían fuera de sus países de origen 20 millones de latinoamericanos.

❖ **Causas y consecuencias de la migración**

A lo largo de la historia es posible notar que las principales causas de migración fueron la subsistencia, la comercialización, la conquista de nuevo territorio y la expansión de la humanidad, sin embargo, desde el siglo XX a la actualidad, junto con el desarrollo que ha tenido la humanidad, las causas de la migración han cambiado drásticamente. En Latinoamérica, los movimientos migratorios son una situación que aún en la actualidad posee un gran impacto en la población. Las personas de diferentes países Latinoamericanos deciden emprender un viaje hacia “una mejor vida” migrando habitualmente hacia Estados Unidos o hacia países Europeos, sin embargo, no todas aquellas personas que migran fuera de sus países de origen tienen las mismas razones; para comprender las razones por las cuales la población Latinoamericana frecuentemente decide migrar es importante conocer y saber diferenciar algunos términos importantes en este contexto.

La OIM (2006) proporciona la definición de los siguientes términos importantes en el contexto de la migración:

- **Migración interna:** Movimiento de personas dentro de un país que conlleva el establecimiento de una nueva residencia temporal o permanente.

- **Migración internacional:** Movimiento de personas fuera de su lugar de residencia habitual y a través de la frontera de un país del que no son nacionales.
- **Migración irregular:** Movimiento de personas que se produce al margen de las leyes, las normas o los acuerdos internacionales que rigen la entrada o la salida del país de origen, de tránsito o de destino.
- **Migración laboral:** Movimiento de personas de un país a otro, o dentro del mismo país de residencia, con fines laborales.
- **Migración por motivos climáticos:** Movimiento de una persona o grupo de personas que, principalmente debido a un cambio repentino o gradual en el medio ambiente como consecuencia del cambio climático, se ven obligadas a abandonar su lugar de residencia habitual, o deciden hacerlo, con carácter temporal o permanente, dentro de un país o a través de una frontera internacional.
- **Migración regular:** Movimiento de personas que se produce de conformidad con las leyes del país de origen, de tránsito y de destino.
- **Emigración:** Desde la perspectiva del país de salida, movimiento que realiza una persona desde el país de nacionalidad o de residencia habitual hacia otro país, de modo que el país de destino se convierte efectivamente en su nuevo país de residencia habitual.
- **Inmigración:** Desde la perspectiva del país de llegada, el acto de trasladarse a un país distinto del país de nacionalidad o de residencia habitual, de manera que el país de destino se convierta efectivamente en el nuevo país de residencia habitual.

De acuerdo a dicha diferenciación de términos, es posible afirmar que en Latinoamérica, a partir del siglo pasado y hasta la actualidad la migración internacional e irregular ha tenido un aumento en diferentes países, con frecuencia asociada a la falta de oportunidades laborales, temas políticos, guerras internas, desarrollo personal, entre otras; sin embargo, es necesario realizar un análisis para determinar las verdaderas causas por las cuales la población Latinoamericana decide migrar de manera irregular, sobre todo en busca del llamado “Sueño Americano”.

Históricamente el contexto sociocultural de Latinoamérica se ha visto empobrecido, pues la mayoría de países latinoamericanos son subdesarrollados, con desigualdad, en donde pocas regiones gozan de una alta calidad de vida y otras por el contrario cuentan con escasos recursos y una mala calidad de vida; generalmente, la población latinoamericana busca migrar de manera irregular a países más desarrollados. Por su desarrollo y cercanía, la mayoría de latinoamericanos decide migrar hacia Estados Unidos, siendo este el país más desarrollado del continente americano, el poder movilizarse hacia este país implica para esas personas la esperanza de que se les permitirá encontrarse con aquello de lo que carecían en su país de origen.

Para Aruj (2008) es importante tomar en cuenta los estudios de Abraham Maslow para lograr comprender las causas por las cuales las personas deciden migrar irregularmente, pues en sus estudios Maslow manifiesta que el ser humano se orienta a suplir sus necesidades, desde las más básicas hasta las más complejas. Es posible según esta teoría que aquellas personas que deciden migrar no hayan logrado cubrir sus necesidades en sus países de origen, por lo cual se ven en la necesidad de desplazarse a un país que posea mejores condiciones y les permita alcanzar la autorrealización que todo ser humano busca.

De esta manera, Aruj (2008) logra establecer ciertos factores externos e internos que llevan a los latinoamericanos a migrar de manera irregular:

| Factores externos | Factores internos |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • Falta de alternativas para los logros ocupacionales. • Incertidumbre social sobre el futuro económico. • Inseguridad general frente al crecimiento de la violencia. • Necesidades básicas insatisfechas. | <ul style="list-style-type: none"> • Frustración en las expectativas de vida. • Frustración en la realización personal. • Mandato generacional ligado a la comunidad de la cadena migratoria familiar. • Acceso a la información acerca de las opciones en el exterior. • Convicción de la imposibilidad de la realización ético-valorativa en la sociedad de origen. |

El punto de vista de Pérez (2019) considera que muchos de los movimientos migratorios internacionales e irregulares se dan por las necesidades personales que las personas buscan suplir, sin embargo, en otras ocasiones las razones que llevan a las personas latinoamericanas a migrar se ven vinculadas a un ambiente social, político y económico que impide la permanencia de estas personas en su país. Pérez identifica cinco razones por las cuales podría darse la migración irregular, siendo estas las guerras y los conflictos políticos, la pobreza económica, falta de oportunidades, las razones académicas y las familiares.

Si bien hoy en día son escasos los países en los que existan guerras como tal, cada país se enfrenta a sus propio régimen dictatorial, unos más duros que otros y los cuales muchas veces pueden llegar a perseguir a cierto grupo de personas por su ideología política, lo cual puede llevar a futuro a una guerra civil, de esta manera es como ambos factores llevan a las personas a migrar. La pobreza económica y la falta de oportunidades son consideradas otra de las razones para migrar, y podría decirse que es la más frecuente. Cuando determinado país o región sufre una crisis económica aguda que eleva la inflación y no permite que la población pueda mantener un poder adquisitivo, se generan olas migratorias de personas de distintos niveles sociales a otros países. (Pérez, 2019)

Finalmente, se encuentran las razones académicas y familiares, las cuales se basan en la pobreza de la educación del país o la necesidad de cada persona de superarse académicamente, de esta manera, frecuentemente jóvenes migran a otros países con mejor educación. También puede que se quiera tener una reintegración familiar, pues hoy en día no es extraño conocer casos en los que la mayor parte de la familia de una persona se encuentre residiendo fuera del país, por lo cual la minoría buscaría a la mayoría.

Para los migrantes, el país al cual se movilizan parece un lugar de oportunidades e ingresos que su país de origen no les puede proporcionar, imaginan mejores condiciones de vida, mejores posibilidades de desarrollo personal, menor índice de violencia y mayores oportunidades de empleo; sin embargo esto podría ser diferente. Es así como surgen las consecuencias que trae la migración para estas personas latinoamericanas que han decidido dejar su país en busca de algo mejor; las consecuencias de la migración pueden verse

relacionadas hacia tres aspectos: hacia la persona migrante, hacia el país de origen y hacia el país receptor.

Desde el punto de vista del migrante, hay una serie de consecuencias que según Rubio (s.f.) son sobre todo de carácter psicológico. En el momento que una persona decide migrar para obtener una mejor vida y cubrir las carencias a las que se veía expuesto en su país se ve ligado a una serie de consecuencias que podrían ser momentáneas o pasajeras, o por el contrario, podrían verse ligadas a esta persona durante toda su estadía en este nuevo país.

Para Rubio (s.f.) vinculado a las consecuencias psicológicas hay diversos aspectos ligados a la razón y las condiciones en las cuales se migró, muchas veces este puede ser un acontecimiento traumático si se encuentra ligado a huir de su país de origen por conflictos socio políticos o algún desastre natural, también cuando la migración implica el abandono de la familia o seres queridos muy cercanos. Así también existe un padecimiento frecuente entre las personas que han decidido migrar de su país de origen, “El Síndrome de Ulises”, el cual implica un cuadro de estrés debido a las situaciones extremas ante las que se ven expuestos en el proceso de migración.

En cuanto a las consecuencias económicas, se encuentra el posible desempleo al que se verán expuestas estas personas en un inicio, así como el alto costo de la vida que posiblemente encuentren en un país más desarrollado que su país de origen; en un inicio las personas migrantes se podrían ver en una gran dificultad para conseguir empleo y adaptarse al ritmo de vida de un nuevo país diferente al propio. Este aspecto podrá ser superado de acuerdo al grado de adaptación que tengan estas personas.

Existen también consecuencias para el país de origen, puede haber disminución en cuanto al conflicto social y político al mostrarse que un porcentaje significativo de la población ha migrado al exterior, también se verá una disminución en cuanto a los niveles de desempleo del país, así como nuevas oportunidades laborales producto de la población migrante (Aruj, 2008).

Por el contrario, Sánchez Toledo (2009) tiene otra visión sobre este tema, donde se plantean dos posturas, la primera en la cual debido a la pérdida poblacional surge a la vez una disminución de consumo del mercado interno, lo cual afectaría la economía del país de origen. Así también, en la segunda postura plantea la posibilidad de un aumento en la capacidad de consumo de aquéllos que se quedan y tienen un grado de parentesco con quien se fue; siempre y cuando el migrante esté en condiciones de enviar a su familia una parte del dinero que genere en el país receptor. Finalmente, Rubio (s.f) tiene la visión de que las personas que migran frecuentemente son jóvenes, por lo cual el país se ve en una situación en la cual la mayoría de su población es mayor a los 40 años, siendo los jóvenes la minoría en la población.

Para el país receptor también existen consecuencias, entre éstas, según Rubio (s.f) se encuentran consecuencias socioculturales y políticas, que se basan en el hecho de que las personas migrantes poseen sus tradiciones, lengua, religión y formas de comportarse, las cuales pueden ser muy diferentes de las de la sociedad receptora. Por un lado esto podría ser bueno pues constituye una sociedad con diversidad cultural, y de un lado negativo podría aumentar los niveles de xenofobia³ en el país e incluso se podría dar la situación de que este país genere leyes de inspiración xenófoba.

Desde el punto de vista económico, según Aruj (2008) sería positivo para el país ya que existiría mayor cantidad de mano de obra la cual ocuparía aquellos cargos que la población originaria del país no quisiera ocupar, así también crecería la economía del país ya que al ser una población mayor, existiría más demanda y consumo de productos de producción local y por consiguiente mayores ingresos para el país.

❖ Migración en El Salvador

La migración es un fenómeno que hoy en día da mucho de qué hablar, personas de diferentes países emprenden el viaje en busca del “Sueño americano” y El Salvador no es

³ Xenofobia: Conjunto de actitudes, prejuicios y comportamientos que entrañan el rechazo, la exclusión y, a menudo, la denigración de personas por ser percibidas como extranjeras o ajenas a la comunidad, a la sociedad o a la identidad nacional.

una excepción, así como la población de muchos países latinoamericanos, los salvadoreños también buscan su autorrealización fuera del país. Según datos del Gobierno de El Salvador (2017) se estima que aproximadamente un tercio de la población salvadoreña vive fuera del país y que, de esta, el 93.5% reside en los Estados Unidos, constituyéndose en la segunda población más grande en ese país, solo superada por población mexicana, en relación con la población inmigrante proveniente de América Latina y el Caribe, y la sexta en relación con la población inmigrante proveniente de todo el mundo.

Los flujos migratorios de El Salvador pueden dividirse en cuatro etapas, de la siguiente manera según el Gobierno de El Salvador (2017):

- La primera se remonta al período 1920-1969, en el cual miles de personas, especialmente de las áreas rurales, salieron del país impulsadas por la falta de acceso a la tierra y de oportunidades de empleo. Gran parte de ellas se dirigió hacia las plantaciones de banano en la costa norte de Honduras.
- La segunda etapa, en el periodo de 1970-1979, se caracterizó por el aumento de la migración hacia los Estados Unidos, motivada nuevamente por la carencia de tierras y por la falta de empleo, sin embargo, aparece un nuevo factor motivacional: la violencia generada por el conflicto armado.
- En la tercera etapa durante 1980-1991, el flujo migratorio se vio favorecido por cambios generados en las leyes migratorias de los Estados Unidos, como la Ley para la Reforma y el Control de la Inmigración de 1986 (IRCA, por sus siglas en inglés) que permitió que las personas migrantes en situación irregular logaran legalizar su situación y se llevaran legalmente a sus familiares. Este escenario propició la creación de redes de apoyo que ayudaron a migrar a una cantidad enorme de parientes, amigos y vecinos. Adicionalmente, algunos países europeos facilitaron programas de ayuda para perseguidos políticos, así como programas de migración hacia Canadá y Australia.
- La cuarta etapa inicia el año de la firma de los Acuerdos de Paz en 1992, el país enfrentó la desaceleración de la economía en 1996, la crisis de rentabilidad de la agricultura, los estragos del huracán Mitch en 1998 y de los terremotos de 2001, hechos que incidieron en los flujos migratorios.

A lo largo de los años, los salvadoreños que han decidido migrar de manera irregular hacia Estados Unidos, se han enfrentado a una serie de dificultades en la travesía hacia el “sueño americano” pues el viaje se encuentra lleno de violaciones a los derechos humanos y civiles, como robos, violaciones, secuestros, violencia física y psicológica que muchas veces en el peor de los casos puede terminar en muerte. Sin embargo esto no ha sido obstáculo para los salvadoreños, pues aun conociendo todas estas dificultades emprenden el viaje en busca de una mejor calidad de vida.

El cuadro 1 muestra según datos oficiales proporcionados por el Gobierno de El Salvador, la cantidad de salvadoreños que residían en el exterior para el año 2017, también puede notarse como los hombres migran con mayor frecuencia hacia México y Norteamérica, por otro lado, existe mayor número de mujeres salvadoreñas que migran hacia Europa, Centro América y el resto del mundo. Aun así, un gran número de salvadoreños, hombres y mujeres, migran hacia Estados Unidos en busca de oportunidades para lograr la sostenibilidad de las familias que dejan atrás en El Salvador. Cabe destacar que estos son los datos oficiales más recientes brindados por el Gobierno de El Salvador.

Cuadro 1: Número y ubicación de Salvadoreños en el exterior

| País de residencia | Población salvadoreña en el exterior | | | | | |
|---------------------------|--------------------------------------|-------------|------------------|-------------|------------------|--------------|
| | Hombres | % | Mujeres | % | Total | % |
| Estados Unidos de América | 1,483,383 | 51.16 | 1,416,224 | 48.84 | 2,899,607 | 93.52 |
| Canadá | 42,359 | 50.27 | 41,904 | 49.73 | 84,263 | 2.72 |
| Australia | 9,598 | 47.96 | 10,415 | 52.04 | 20,013 | 0.65 |
| España | 6,895 | 42.95 | 9,159 | 57.05 | 16,054 | 0.52 |
| Italia | 4,890 | 32.42 | 10,193 | 67.58 | 15,083 | 0.49 |
| México | 6,086 | 54.23 | 5,136 | 45.77 | 11,222 | 0.36 |
| Guatemala | 3,436 | 35.23 | 6,319 | 64.78 | 9,754 | 0.31 |
| Costa Rica | 4,377 | 45.11 | 5,326 | 54.89 | 9,703 | 0.31 |
| Belice | 3,896 | 50.30 | 3,849 | 49.70 | 7,745 | 0.25 |
| Honduras | 3,119 | 45.00 | 3,812 | 55.00 | 6,931 | 0.22 |
| Resto del mundo | 9,629 | 47.83 | 10,501 | 52.17 | 20,130 | 0.65 |
| Total | 1,577,668 | 50.9 | 1,522,838 | 49.1 | 3,100,506 | 100.0 |

Fuente: Gobierno de El Salvador (2017)

Dado el alto número de salvadoreños que migran a Estados Unidos es necesario conocer las causas específicas por las cuales los salvadoreños suelen migrar de manera irregular. Según el portal digital ElSalvador.com (2018) una de las razones por las cuales los salvadoreños migran es a causa de la violencia y las pandillas. La tasa de criminalidad en El Salvador ha sido alta, sin embargo esta ha disminuido con la implementación del “Plan Control Territorial”, pero a pesar de ello los salvadoreños siguen migrando debido a este causante, ya que se estima que en el país existen alrededor de 70,000 pandilleros. En El Salvador esta situación de las pandillas se ha dado desde que los salvadoreños migraran en un primer momento debido a la guerra civil entre 1980 y 1992, alguna de esta población salvadoreña en el exterior inició la organización de grupos para protegerse de otras comunidades étnicas, finalmente fueron deportados en la década de los 90’ por cometer diversos delitos; nuevamente en el país en una situación post-conflicto, muchos decidieron seguir cometiendo delitos siempre mediante la organización de las denominadas “maras” o pandillas.

Otra de las causantes de la migración en los salvadoreños según ElSalvador.com (2018) es la pobreza y la falta de oportunidades, en la actualidad muchas familias se mantienen debido a las remesas de sus familiares en el exterior ya que encontrar empleo y un sueldo digno frecuentemente es un problema cuando esto se combina con las extorsiones y delincuencia de las pandillas. Según datos del Gobierno de El Salvador (2017) también existen otras causas para que la población salvadoreña decida migrar, como la reunificación familiar y la violencia intrafamiliar. Generalmente, debido al alto número de salvadoreños residentes en Estados Unidos, muchas familias han quedado desintegradas, muchas abuelas y abuelos se han visto en la tarea de ser padres de sus nietos, mientras que los padres biológicos se aventuran en un viaje para darle una mejor vida a sus hijos y padres, cuando estos niños crecen es frecuente que quieran migrar para estar con sus padres, y muchos lo hacen.

Un factor señalado es la violencia intrafamiliar, pues muchas mujeres se ven en la necesidad de huir, en ocasiones con sus hijos para poder sobrevivir de la violencia de sus parejas, ya que estas son tan violentas que si decidieran migrar internamente se dieran en la

tarea de buscarlas para seguir con el ciclo de la violencia, por lo cual es común que las mujeres decidan migrar fuera del país.

❖ **Caravanas migratorias**

En la actualidad, la migración irregular hacia Estados Unidos es un suceso relevante en toda Latinoamérica, por ello en Centroamérica se adoptó una nueva modalidad para poder movilizarse hacia Estados Unidos. Según la Organización Mundial para las Migraciones (OIM) en Octubre de 2018 surgen en Honduras las “Caravanas migratorias” las cuales, conformadas por cientos de centroamericanos partían vía terrestre rumbo a Estados Unidos, con el objetivo principal de ingresar a ese país en busca de mejores condiciones de vida.

Las caravanas migratorias surgen de convocatorias realizadas a través de redes sociales como Facebook y WhatsApp, donde generalmente colocaban escasa información, haciendo énfasis únicamente en el lugar, fecha y hora en el que se concentraría la población para así partir hacia Estados Unidos. Según información de la OIM, las personas que deciden formar parte de estas caravanas migratorias creen que la migración en esta modalidad implica mayor protección para los migrantes, mayor asistencia de entidades gubernamentales y no gubernamentales, y menores costos asociados, pues no es necesario contratar a nadie para lograr cruzar la frontera; por ello esta modalidad de migración irregular fue tan popular en su momento.

A partir del surgimiento de esta modalidad de migración irregular se dieron siete caravanas originarias en el Norte Centroamericano:

- La primer caravana se originó en Honduras, el viernes 12 de Octubre de 2018, el punto de reunión en este momento fue la terminal de buses de San Pedro Sula, donde inicialmente la caravana estaba compuesta por 160 personas, sin embargo, luego de la partida más personas de todo el país interesadas en participar se fueron integrando, finalmente partieron alrededor de mil migrantes, portando solo recursos básicos.
- La segunda caravana se dio el 21 de Octubre de 2018, partiendo de Esquipulas, Guatemala. Esta caravana estaba conformada por aquellas personas que no habían

logrado cruzar exitosamente hacia México en un primer momento y algunas otras personas que se incluyeron en el camino. Ésta caravana, al intentar cruzar a México (quienes ya habían sido advertidos por el gobierno que tomaría medidas ante su ingreso), fueron recibidos con gases lacrimógenos y balas de goma de parte de la policía federal mexicana. Tras este hecho, el 29 de Octubre los migrantes intentaron cruzar a través del río Suchiate, donde nuevamente la policía se los impidió. Finalmente esta caravana logra avanzar a través de Tapachula, Huixtla, Mapastepec y Pijijiapan, dirigida por Irineo Mújica, dirigente de la organización Pueblos sin Fronteras.

- La tercera caravana parte el 28 de Octubre de 2018 desde San Salvador, El Salvador, con aproximadamente 300 salvadoreños. Sin embargo, a diferencia de las dos anteriores caravanas en las cuales se habían visto hechos violentos por parte de la policía mexicana hacia los migrantes, esta vez esta caravana logró cruzar pacíficamente, pues se registra que fueron unos 250 migrantes salvadoreños quienes ingresaron a México a través del puente internacional Rodolfo Robles de forma legal y ordenada.
- Esta cuarta caravana de migrantes parte también desde San Salvador, El Salvador, el 31 de Octubre de 2018, en esta ocasión los migrantes se organizaron en dos grupos y de esta manera se movilizaron hacia la frontera de La Hachadura. El viernes 2 de Noviembre se registraron 81 salvadoreños detenidos y deportados desde México, los demás siguieron su camino hacia la frontera mexicana con Estados Unidos.
- De esta quinta caravana no se tienen muchos registros, sin embargo esta se convierte en la tercera caravana de salvadoreños, pues el 5 de noviembre de 2018 se registran aproximadamente 250 salvadoreños que buscaban cruzar por la frontera Las Chinamas.
- La sexta caravana migratoria se originó en Honduras, parte desde San Pedro Sula con aproximadamente 500 hondureños el 14 de enero de 2019. Esta caravana logra ingresar irregularmente a México el 18 de enero, sin embargo en esta ocasión fueron resguardados por las autoridades.
- La séptima y última caravana, se llevó a cabo el 19 de enero de 2020, partiendo del Salvador del Mundo, San Salvador, El Salvador. Esta caravana estuvo conformada

por 60 personas, las cuales pretendían unirse a la caravana hondureña que había partido una semana antes.

Sin embargo, en una nota periodística realizada por el periódico digital El Faro (2020) en esta última caravana, exactamente el 23 de enero de 2020, el muro mexicano anti-inmigrantes ganó la batalla contra un grupo de compatriotas centroamericanos, ya que México instaló un cerco infranqueable de policías federales, guardias nacionales y agentes de Migración que impidieron el paso de migrantes hacia el Estado de Chiapas. Ese mismo día, un segundo grupo de migrantes intentaron llegar al municipio de Tapachula, pero, la caravana literalmente se estrelló al final del día contra el cerco de escudos de la Policía Federal en el cual se utilizaron gases lacrimógenos, golpes y una cacería sin tregua, quedando violentados los derechos de niños, niñas, adolescentes y adultos migrantes. La caravana fue desarticulada en su totalidad y sus miembros conducidos a estaciones migratorias.

De esta forma, el fenómeno de la migración irregular ha enlutado a muchas familias, si bien todas aquellas personas que migran van en busca de una mejor vida, sin embargo muchos encuentran un destino muy diferente al esperado, tal es el caso del salvadoreño Oscar Alberto Martínez de 25 años y su pequeña hija Valeria de dos años, quienes perdieron la vida el 23 de junio de 2019 al intentar cruzar el Río Bravo huyendo de la pobreza en El Salvador. La imagen del padre y la hija yaciendo ahogados a la orilla del río recorrió el mundo y se convirtió durante un tiempo en el emblema de todos los sufrimientos por los que pasan las personas pobres que intentan emigrar en búsqueda del “sueño americano”.

❖ **Psicología y migración**

La migración es un tema muy amplio y de bastante relevancia no solo en El Salvador, sino también a nivel Latinoamericano, como se puede observar en los apartados anteriores, las causas de la migración de latinoamericanos en general y salvadoreños no difieren mucho entre sí, por lo cual tampoco las consecuencias, ya que sabemos que todo inmigrante

se enfrenta con destinos similares en Estados Unidos, discriminación y xenofobia, así como en muchos casos el Síndrome de Ulises⁴.

Es posible comprender la migración desde dos perspectivas psicológicas, donde la primera ayudaría a comprender por qué las personas deciden migrar hacia otros países; la segunda se orienta a la adaptación de los migrantes al nuevo país donde han decidido residir. De esta forma la psicología brinda un aporte bastante importante a la temática, pues existe así una visión más amplia sobre el fenómeno de la migración, el cual ayudará a comprender mejor el contexto de los migrantes.

La primer perspectiva psicológica desde donde es posible abordar la migración es a través de lo que plantea Abraham Maslow (1943) con su teoría de la motivación humana. Según Glover (2019), la teoría de Maslow explica que las necesidades que experimentan los seres humanos impulsan a tener la fuerza de voluntad para superar todas las dificultades que se presenten día con día. Maslow, en su teoría plantea una pirámide de necesidades que van desde las necesidades básicas de sobrevivencia hasta las necesidades superiores y específicamente humanas de autorrealización. A continuación se describen cada uno de los escalones de la pirámide.

- **Necesidades básicas o fisiológicas:** Hace referencia a las necesidades para la supervivencia de cada persona, como comer, dormir, etc.
- **Seguridad:** Se refiere a la necesidad de sentirse resguardados y protegidos en la vida.
- **Afiliación:** Es la necesidad de pertenecer a un grupo social, de establecer relaciones recíprocas de afecto y de cooperación con los demás.
- **Reconocimiento:** Son todas aquellas necesidades de respeto y aceptación, tanto propia (autoestima), como de parte de los demás.

⁴Síndrome de Ulises: Es un cuadro psicológico, también conocido como el Síndrome del Emigrante con estrés crónico y múltiple. Se trata de un cuadro intenso de estrés que afecta a inmigrantes que viven situaciones límite. Es una variante extrema del duelo migratorio clásico.

- **Autorrealización:** Este es el nivel más alto en la jerarquía de necesidades y para llegar a él se necesita tener todas las demás necesidades satisfechas, ya que se refiere a la sensación de ser feliz y pleno en la vida; representa la búsqueda del crecimiento y el desarrollo personal.

A partir del planteamiento anterior, es más fácil entender el contexto de las personas que deciden migrar, ya que estas personas de cierta manera no han podido cubrir sus necesidades más básicas en su país de origen, por ello buscan una alternativa con la cual poder satisfacerlas. Según la pirámide de necesidades que plantea Maslow, se interpreta que las necesidades básicas o fisiológicas y las necesidades de seguridad son las más relevantes en cuanto a la temática de la migración, pues quienes deciden migrar hacia otro país aún no han logrado satisfacer estas necesidades, es decir, no tienen los recursos suficientes para alimentarse a sí mismos ni a sus familias, así como tampoco han logrado establecer una vivienda digna; en cuanto a las necesidades de seguridad, posiblemente tampoco posean oportunidades laborales, pueden también verse expuestos a inseguridad en sus zonas de residencia o incluso estar expuestos a violencia intrafamiliar.

De esta forma, al verse insatisfechas las necesidades básicas y de seguridad de las personas migrantes en su país de origen, deciden migrar irregularmente hacia otro destino donde vean mayor posibilidad de satisfacerlas, para posteriormente satisfacer también sus necesidades de afiliación, reconocimiento y autorrealización, pues consideran que al quedarse en su país de origen no tendrían posibilidades de conseguir la satisfacción de las necesidades superiores.

Existe una segunda perspectiva psicológica, ésta se ha adoptado propiamente para el estudio de las migraciones internacionales, se trata de la psicología de la aculturación en la cual el concepto de aculturación se entiende como:

“Proceso dual de cambios culturales y psicológicos que tienen lugar como resultado del contacto entre dos o más grupos culturales y sus miembros. A nivel social, implica cambios en las estructuras sociales, en las instituciones y en las prácticas

culturales. A nivel individual, implica cambios en el repertorio conductual de las personas”. (Albar, y otros, 2010)

Según Albar y otros (2010) el modelo de aculturación comprende la integración como una de las 4 estrategias aculturativas a través de las cuales la población inmigrante busca lograr su bienestar en función de dos dimensiones:

- La preferencia relativa por mantener la propia identidad y cultura.
- La preferencia por tener contacto con otros grupos culturales.

De esta manera se proponen cuatro estrategias de aculturación (Albar, y otros, 2010):

- **Integración:** Se considera valioso mantener la identidad y la cultura de origen y desarrollar relaciones con la sociedad receptora.
- **Asimilación:** Se considera valioso mantener relaciones con los grupos de la sociedad receptora.
- **Separación:** Se preserva la identidad y las características culturales, evitando relaciones con la sociedad receptora.
- **Marginación:** Caracterizada por la pérdida de identidad cultural y evitación con la sociedad receptora.

Las estrategias anteriormente expuestas, se plantean como estrategias de la aculturación orientadas a las personas migrantes, sin embargo Albar y otros (2010) plantean también estrategias aculturativas que este modelo proporciona a la sociedad receptora de estas personas inmigrantes:

- **Multiculturalismo:** Cuando la diversidad cultural es una característica aceptada y valorada en la sociedad receptora.
- **Melting pot:** Cuando la asimilación es la opción preferida para la población inmigrante.
- **Segregación:** Permite el mantenimiento de las características culturales de los nuevos inmigrantes, pero se rechazan las relaciones con ellos.

- **Exclusión:** Cuando el grupo dominante fuerza la pérdida de contacto del grupo minoritario con su cultura de origen y con los demás grupos de la sociedad receptora.

Otro campo de la psicología que se ha visto inmerso en la temática de la migración es la psicología de la liberación, fundada por Ignacio Martín-Baró. Según Lobato (2018) la propuesta consiste en que la psicología debería partir del contexto que se estudia y centrarse en las problemáticas que tienen las personas que residen en dicho contexto. Teniendo claridad de esta propuesta Albar y otros (2010) consideran que desde la perspectiva de la psicología de la liberación en conjunto con la aculturación es posible abordar la temática de la migración desde un punto de vista ecológico centrándose en la dinámica de poder de las relaciones humanas, así también desde este punto de vista se permitirá definir los problemas como procesos que tienen lugar en diferentes niveles interconectados, destacando la relación de las personas con los sistemas sociales.

Así, la migración es conceptualizada como un proceso de transición ecológica que implica la incorporación a un nuevo contexto sociocultural, con importantes cambios en normas y valores, la posición social de los actores implicados, sus redes de relaciones interpersonales y sus condiciones de vida (Albar, y otros, 2010).

Si bien la psicología no se ha visto muy involucrada en la temática de flujos migratorios, es un campo relativamente nuevo en el que la psicología se encuentra incursionando. Sin embargo, existen aportaciones importantes que podrían beneficiar de alguna forma a las personas migrantes y a las sociedades receptoras de esta población, así también podrían disminuirse los niveles de xenofobia en dichas sociedades receptoras y percibir el fenómeno migratorio desde un punto de vista positivo como lo sería la variedad cultural que existiría en la zona receptora de las personas inmigrantes.

6.2.2. El Retorno

❖ Conceptualización del retorno

Según el Glosario sobre Migraciones, elaborado por la Organización Internacional para las Migraciones (OIM), el retorno es definido de la siguiente manera:

“En sentido amplio, acto o proceso de regresar. El retorno puede ser dentro de los límites territoriales de un país como, por ejemplo, los desplazados internos que regresan y los combatientes desmovilizados; o, desde el país receptor (tránsito o destino) al país de origen, como por ejemplo los refugiados, los solicitantes de asilo y nacionales calificados. Hay subcategorías de retorno que describen la forma en que se organiza: voluntario, forzoso, asistido y espontáneo; y otras subcategorías que describen las personas objeto del retorno como, por ejemplo, repatriación (de refugiados)”. (OIM, 2006)

Según King (citado por Jáuregui & Recaño, 2014), la migración de retorno es el *“Concepto utilizado cuando las personas deciden volver a su país después de haber permanecido en el extranjero durante un período significativo de tiempo”*.

❖ Tipos de retorno

El retorno al igual que muchas temáticas se caracteriza por presentar una gama de tipologías de retorno. Durand junto con Douglas Massey (citado por Jáuregui & Recaño, 2014), proponen cinco tipos de retorno de acuerdo a la experiencia acumulada en un estudio de la migración México-Estados Unidos (Mexican Migration Project), los cuales son los siguientes:

- **Retorno definitivo:** son migrantes que después de haber permanecido una temporada de tiempo larga en el extranjero, donde se habían asentado, adquirido la residencia legal o nacionalidad y formado una familia, deciden regresar al país de origen de manera “definitiva”.
- **Migrantes temporales:** este tipo de migración se encuentra vinculado a la firma de convenios binacionales o iniciativas nacionales que permiten a los migrantes de un

país ir a trabajar a otro de manera legal por un tiempo determinado, tras el cual debe retornar para no perder el derecho a volver la siguiente temporada con otro contrato de trabajo.

- **Retorno transgeneracional:** el migrante abandona su país en busca de mejores condiciones de vida y en no pocas ocasiones con el deseo de volver, pero el tiempo avanza y diversos obstáculos se lo impiden, por ejemplo, la familia, las condiciones políticas y económicas desfavorables en el país de origen, entre otros.
- **Retorno forzado:** este tipo lo constituyen migrantes internacionales que son devueltos al país de origen por autoridades migratorias del país de destino, al no tener la documentación migratoria que acredite la estancia legal.
- **Retorno voluntario:** dentro de los flujos migratorios internacionales que inician la aventura, una proporción del total decide volver a casa por las dificultades vividas en algún momento del proceso, durante el trayecto o en el lugar de destino final.

Este grupo son los denominados “migrantes fracasados”. El deseo de todo migrante es poder cumplir las metas planteadas en el lugar de origen, pero la voluntad se va quebrantando al sufrir algunas dificultades en el camino como robos, detenciones, violaciones a sus derechos humanos, por la carencia de empleo y no poder adaptarse a la cultura, sufrir algún tipo de discriminación, entre otras causas.

Así también la Organización Internacional para las Migraciones (OIM) desde el punto de vista de la gestión de la migración, clasifica el retorno en tres tipos:

- ***Voluntario sin obligación***, son migrantes, que después de estar en el extranjero durante un período de tiempo deciden volver a su país por cuenta propia.
- ***Voluntario obligado***, conforman un grupo que emigró de su país de manera documentada, pero estando en el extranjero caducaron sus permisos migratorios y no pudieron renovarlos por lo que se vieron obligados a retornar.
- ***Involuntario***, sucede cuando un migrante es obligado de manera legal a regresar a su país, mediante una deportación.

Por su parte la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura UNESCO, presenta el retorno en dos categorías:

- **Retorno voluntario:** refugiados que regresan a su país de origen de manera voluntaria después de permanecer en el extranjero, lugar a donde tuvieron que trasladarse huyendo por algún conflicto.
- **Retorno involuntario:** es un regreso obligado al país de origen y generalmente está relacionado con la política de expulsión de migrantes no documentados.

En esta categoría se incluye a los migrantes que viajan en caravanas, ya que ellos tienen dos opciones: decidir regresar a sus países a través de programas de retorno asistido o son retornados de forma obligatoria al país de origen por haber incumplido las leyes migratorias.

❖ **Causas y consecuencias del retorno**

a) **Causas**

- **Dificultad de adaptación**

Muchos migrantes deciden retornar a su país de origen debido a las dificultades presentadas en el país de destino, como el hecho de adaptarse a una nueva cultura, nuevos estilos de vida y el aprendizaje de un nuevo idioma que permitirá su desenvolvimiento eficaz en Estados Unidos así como la oportunidad de mejores empleos, pero como es conocimiento de todos, la mayoría de migrantes presentan un grado de escolaridad bajo, lo cual dificulta aún más su capacidad de adaptación y ante la frustración que esto ocasiona se toma la decisión de regresar a su país.

- **Reunificación familiar**

La reunificación familiar es un factor motivante para que las personas decidan migrar y reunirse con sus seres queridos en el exterior, sin embargo, también se presenta como una de las causas de retorno, puesto que muchos migrantes al presentar sentimientos de tristeza y soledad deciden regresar con sus familias que tuvieron que abandonar por un tiempo para poder suplir necesidades económicas.

- **Deportaciones**

El retorno también se presenta a través de deportaciones y es detallado en una investigación periodística realizada por la cadena Univisión en 2016, en la cual se evidencian las principales causas de deportación siendo las siguientes:

- Entrar de manera ilegal a Estados Unidos: una persona puede ser detenida y retornada si se descubre tratando de cruzar ilegalmente la frontera de Estados Unidos.
- Por haber cometido delitos: inmigrantes (aunque fuesen legales) si han cometido delitos como asesinatos, violaciones, tráfico de drogas o armas serán condenados a prisión o serán enviados a su país de origen.
- Violencia doméstica: si los extranjeros han sido condenados por violencia doméstica como amenazas, violencia física y abuso psicológico.
- Quedarse más tiempo del permitido: cuando las personas con visas de turista o estudiantes deciden quedarse por más tiempo que el permitido por el Estado.
- Matrimonio por conveniencia: cuando una persona obtiene una Green Card por conveniencia será deportada y perderá automáticamente su residencia.
- Contrabando de personas: si se ha ayudado, asistido o animado a otra persona a ingresar ilegalmente a Estados Unidos.

Si una persona migrante o quien está legalmente en el exterior infringe la ley realizando alguna de las acciones anteriormente explicadas deberá responder a la autoridades migratorias a través de un juez que, en su mayoría, la resolución final será la deportación de Estados Unidos y el retorno al país natal.

Es importante mencionar con relación a este aspecto el programa TPS en Estados Unidos (Estatus de Protección Temporal), la cual inició en el año de 1990, y consiste en que las personas extranjeras pudiesen residir y trabajar de manera legal dentro de Estados Unidos. Este estatus dura aproximadamente entre 6 a 18 meses, y podrían existir prórrogas según leyes del país. Actualmente esta protección se encuentra con muchas incertidumbres, puesto que el plazo para los salvadoreños está por vencer y podría no existir renovación, incluso, este programa podría ser eliminado, afectando así a más de 300,000 salvadoreños.

Cabe mencionar que este programa está siendo uno de los puntos más importantes a retomar en las elecciones presidenciales del 2020 en Estados Unidos, los candidatos presidenciales lo han tomado a consideración, y el candidato republicano (actual presidente) ha puesto de manifiesto la eliminación del programa, mientras que el candidato demócrata ha mencionado la posibilidad de estatus permanente para migrantes.

b) Consecuencias del retorno

• Consecuencias económicas

Las personas que son obligadas a retornar se enfrentan a problemas económicos debido a que regresan al país sin una fuente de empleo que les permita sustentar los gastos propios y de su familia (Fundación Arias para la Paz y el Progreso Humano, 2000). Además, la deuda adquirida para el “coyote”⁵ que anteriormente era de \$5000, ahora en la actualidad ronda aproximadamente los \$7,000 y \$13,000, deberá ser pagada aunque no haya logrado cruzar la frontera estadounidense, todo esto aumenta la crisis económica familiar a tal grado de perder inmuebles que tuvieron que empeñar como casas y terrenos.

• Consecuencias familiares

La migración de retorno genera un proceso de ajuste y una nueva dinámica social, pues se debe readaptar y reincorporar a la persona retornada al núcleo familiar y negociar expectativas o conflictos en ambas partes. Es decir, la familia debe incluir nuevamente a la persona que físicamente por años no ha sido parte de ella sino que solamente ha sido el proveedor de servicios básicos de salud, educación, alimentación, entre otros. Todo esto supone el establecimiento de nuevas estrategias para establecer los roles que ocupará la persona retornada después de un largo período de ausencia, con la consiguiente tensión y estrés que este proceso conlleva.

• Consecuencias psicológicas y sociales

El estigma social de fracaso, el rechazo y la discriminación son consecuencias que a menudo sufren las personas retornadas, ya que en El Salvador a una persona “deportada” (actualmente se le denomina “retornada”) por años se le ha estigmatizado y se presume que

⁵ “Coyote”: se denomina así a la persona encargada de dirigir a los migrantes en el camino hacia la frontera de Estados Unidos de forma ilegal, generalmente por un pago.

por el hecho de ser deportada es un “delincuente, marero o pandillero” (Gaborit, Zetino Duarte, Brioso, & Portillo, 2012) y con esta forma de estigmatización lo que provoca es el sentimiento de rechazo, desesperación y frustración en personas retornadas, también incrementa los niveles de estrés, ansiedad y depresión.

❖ Retorno y covid-19⁶

Actualmente, a nivel mundial se enfrenta una de las situaciones más difíciles en los últimos tiempos, la cual es el surgimiento de la pandemia llamada coronavirus o covid-19. Por tanto, El Salvador no está exento de esta pandemia y con ella sus múltiples consecuencias de índole psicológico, económico y social que afecta a todos los salvadoreños. Los migrantes se encuentran más vulnerables puesto que encontrarse fuera de su país natal los excluye del apoyo económico y social proporcionado por el gobierno, así como también se dificulta tomar las medidas sanitarias que evita el contagio de la enfermedad como el lavado de manos constante, el uso de mascarillas y guantes y tener la distancia de 2 metros entre uno y otro, ya que los migrantes generalmente se encuentran aglomerados y sin condiciones higiénicas.

De igual manera, la migración y los retornos ya sean voluntarios u obligados se ven afectados por las medidas impuestas por el gobierno, ya que nadie puede ingresar legal o ilegalmente a El Salvador debido al cierre de aeropuertos y aduanas. Sin embargo, el Ministerio de Relaciones Exteriores (2020), junto con diversas instituciones, ha desarrollado una estrategia para el retorno de los salvadoreños que no han podido regresar al país por la implementación de las medidas ante la emergencia por COVID-19. Esto se debe a que algunos migrantes fueron abandonados en plena pandemia el 8 de abril de 2020 en Chiapas por las autoridades de migración de México; esta situación llegó hasta la Ministra de Relaciones Exteriores, Alexandra Hill, quien realizó las gestiones pertinentes para que el día 23 de Abril del mismo año, 41 salvadoreños pudiesen retornar al país a

⁶ Covid-19: Un nuevo coronavirus (CoV) es una nueva cepa de coronavirus. La enfermedad causada por el nuevo coronavirus que se detectó por primera vez en Wuhan, China, ha sido denominada enfermedad por coronavirus 2019 (COVID-19). “Co” hace referencia a “corona”, “vi” a “virus” y “d” a *disease* (“enfermedad” en inglés).

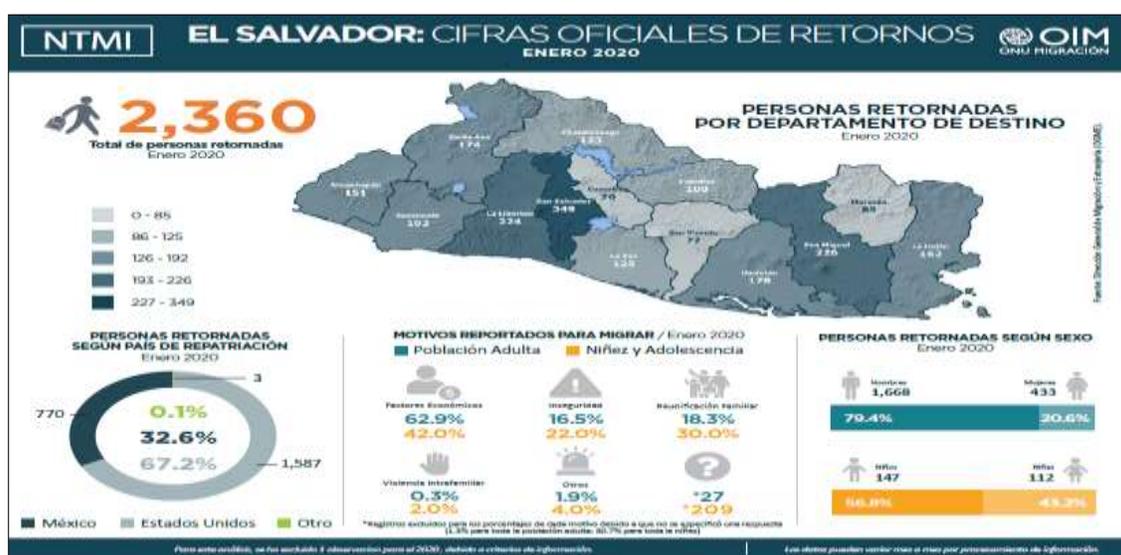
través de un vuelo gestionado con el apoyo de la Organización Internacional para las Migraciones (OIM), procedente de la ciudad mexicana de Tapachula.

Cada persona retornada estará sujeta a los protocolos sanitarios correspondientes y todos serán dirigidos a centros de cuarentena donde se les realizarán los chequeos médicos correspondientes, alimentación y atención a sus necesidades básicas. Así también, el Director General de Migración y Extranjería, Ricardo Cucalón, manifestó que “El Salvador continúa recibiendo a los salvadoreños retornados desde que inició la cuarentena nacional con los mismos protocolos establecidos para cualquier viajero que ingresó al país desde el inicio de las medidas” (Migración y Extranjería, 2020).

❖ Estadísticas oficiales del retorno en El Salvador

Como se muestra en el Cuadro 2, de las cifras oficiales de retornos de la Dirección General de Migración y Extranjería, solo en el primer mes del presente año han retornado al país un total de 2,360 personas, de las cuales 1,668 son del sexo masculino, 433 son mujeres, 147 son niños y 112 son niñas. Tal y como se percibe en las estadísticas, las personas del sexo masculino son quienes representan el sector de mayor población retornada.

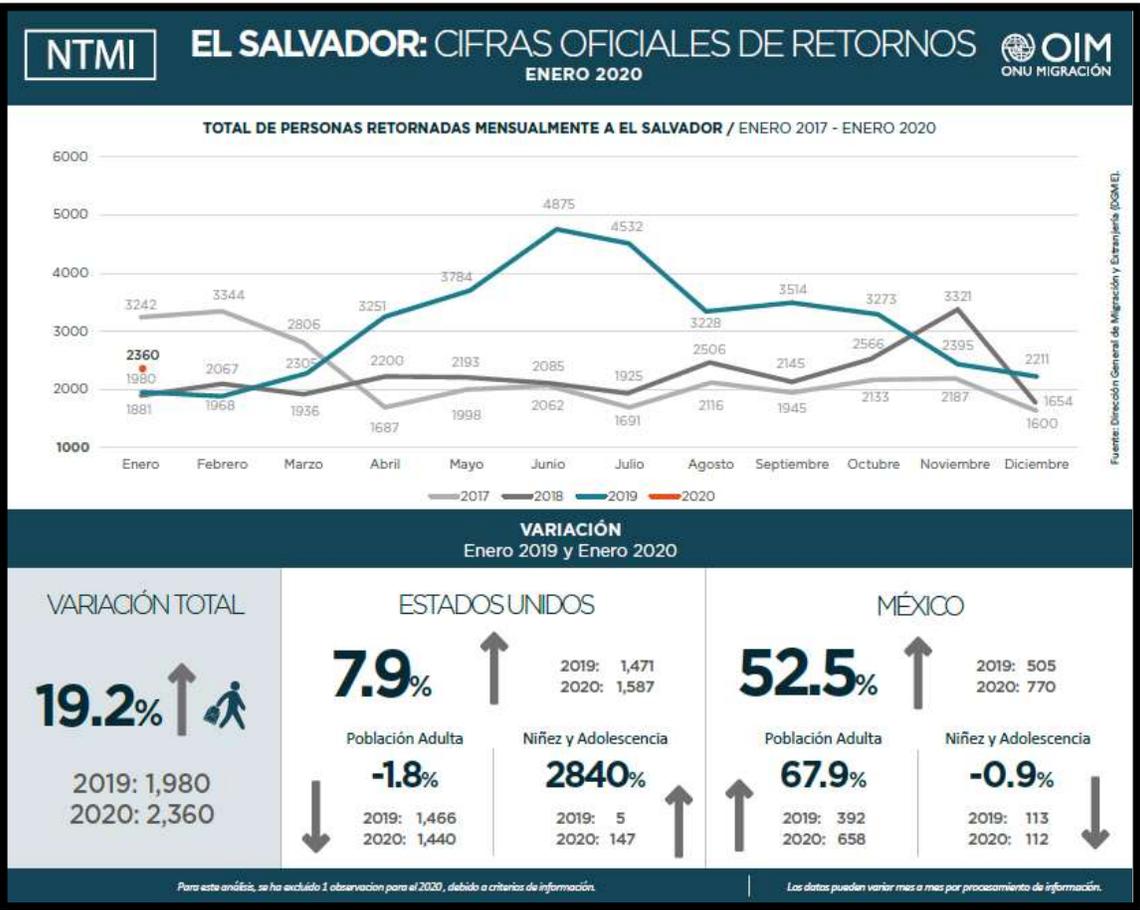
Cuadro 2: Cifras oficiales de retornos (enero 2020)



Fuente: Dirección General de Migración y Extranjería (2020).

Con un 67.2% que representa a 1,587 personas retornadas, Estados Unidos se convierte en el país que más repatriaciones realizó durante enero de 2020. Así también, el departamento de San Salvador obtuvo el mayor porcentaje de emigrantes retornados (349) seguido de San Miguel con un total de 226 retornados. En comparación con las estadísticas de enero de 2019, presentadas en el Gráfico 1, en el presente año se obtiene un incremento de retornos de 380 personas que equivale al 19.2% de variación total. En el año 2020, se muestra una reducción de retornos de la población adulta pero un incremento en los retornos de niños y adolescentes, lo cual impide la reunificación familiar de estos niños y adolescentes con sus padres.

Gráfico 1: Cifras oficiales comparativas de retornos (enero 2019- 2020)



Fuente: Dirección General de Migración y Extranjería (2020)

❖ **Psicología social y retorno**

Según la información recopilada, no se conocen teorías o autores en el área de la psicología que estudien la temática del retorno, sin embargo, ésta puede ser abordada desde la psicología social que es la rama de la psicología que se encarga de **analizar los procesos de índole psicológico que influyen al modo en que funciona una sociedad, así como la forma en que se llevan a cabo las interacciones sociales.**

Cabe mencionar que los efectos psicológicos que el retorno provoca en las personas se ha conceptualizado bajo el nombre de choque cultural inverso, el cual hace referencia a un reajuste o re asimilación de la cultura propia luego de permanecer por un tiempo significativo en otra cultura totalmente diferente (Quevedo, s.f). Así mismo, a través de la psicología social se estudian los sentimientos de fracaso, desesperación y frustración (retorno forzado) que los migrantes experimentan al momento de su retorno y cómo estos sentimientos influyen en su desarrollo personal, familiar y comunitario. Ya que en la mayoría de casos, el sentimiento de frustración no lo vivencia solamente la persona retornada, también lo sufre la familia quienes habían idealizado que con la migración obtendrían una mejor calidad de vida.

2.2.3 Atención a la población retornada en El Salvador

❖ **Políticas gubernamentales de atención y protección al migrante**

La Constitución de la República de El Salvador (1983) establece lo siguiente:

Art. 2, inciso 1.- Toda persona tiene derecho a la vida, a la integridad física y moral, a la libertad, a la seguridad, al trabajo, a la propiedad y posesión, y a ser protegida en la conservación y defensa de los mismos.

Art 3, inciso 1.- Todas las personas son iguales ante la ley. Para el goce de los derechos civiles no podrán establecerse restricciones que se basen en diferencias de nacionalidad, raza, sexo o religión.

Art 5.- Toda persona tiene libertad de entrar, de permanecer en el territorio de la República y salir de este, salvo las limitaciones que la ley establezca. Nadie puede ser obligado a cambiar de domicilio o residencia, sino por mandato de autoridad judicial, en los casos especiales y mediante los requisitos que la ley señale. No se podrá expatriar a ningún salvadoreño, ni prohibírsele la entrada en el territorio de la República, ni negársele pasaporte para su registro u otros documentos de identificación. Tampoco podrá prohibírsele la salida del territorio sino por resolución o sentencia de autoridad competente dictada con arreglo a las leyes.

A partir de estos tres artículos fundamentales y de toda la Constitución de la República de El Salvador se establecen otras leyes que de alguna manera velan por la protección y cumplimiento de estos incisos:

- **Ley Especial contra la Trata de Personas.** Tiene por objeto la detección, prevención, persecución y sanción del delito de trata de personas, así mismo, ayuda a la atención, protección y restitución⁷ integral de los derechos de las víctimas.
- **Ley de Protección Integral de la Niñez y Adolescencia (LEPINA).** Garantiza el cumplimiento de los derechos y deberes de los niños, niñas y adolescentes, sin importar su nacionalidad.
- **Ley Especial Integral para una Vida Libre de Violencia para las Mujeres.** Establece, reconoce y garantiza el derecho de las mujeres a una vida libre de violencia.
- **Ley de Igualdad, Equidad y Erradicación de la Discriminación contra las Mujeres.** Esta ley se encarga de orientar el diseño de políticas públicas que garanticen la igualdad entre hombres y mujeres, sin ningún tipo de discriminación.
- **Ley Especial para el Ejercicio del Voto desde el Exterior en las Elecciones Presidenciales.** Con esta ley, la población salvadoreña que se encuentran fuera del país, puede ejercer el sufragio para elegir Presidente y Vicepresidente de la República.

⁷ Restitución: Devolución o recuperación de un estado, cosa o situación que antes se tenía.

El Gobierno de El Salvador (2017), para efectos de la Política Nacional para la Protección y Desarrollo de la Persona Migrante Salvadoreña y su Familia, maneja ejes estratégicos que responden a las necesidades de las personas migrantes:

- **Origen:** Estos ejes se ven vinculados a las causas que motivaron a las personas a migrar del territorio salvadoreño de manera irregular.
- **Tránsito:** Los ejes relacionados al tránsito se ven vinculados a la protección y atención en el desplazamiento de los salvadoreños desde El Salvador hasta el país receptor, así como a la asistencia integral a los familiares de las personas migrantes durante el transcurso del viaje.
- **Destino:** Se trata de aquel periodo de adaptación de la población salvadoreña en el exterior, es decir, el proceso de incorporación que viven a la nueva cultura en la cual se encuentran inmersos.
- **Retorno y reinserción:** En muchas ocasiones es posible que las personas que hayan migrado del país se vean en la situación de retornar, ya sea voluntaria o involuntariamente, por lo cual se ve integrado a la atención integral de la persona salvadoreña que ha retornado, así como a la reinserción a la sociedad salvadoreña.

Este último eje es uno de los más importantes, pues en muchas ocasiones las personas que retornan al territorio salvadoreño se ven en serias dificultades, pues deben de reinsertarse a la sociedad, en muchas ocasiones sin los recursos o las oportunidades para hacerlo. Por lo cual el Gobierno de El Salvador (2017) define este eje de la siguiente manera:

- **Atención integral de la persona salvadoreña retornada.** Este eje se basa en implementar un modelo integral de atención a la población retornada, incluyendo la formación de protocolos y mecanismos necesarios con los cuales recibir a las personas migrantes, de esta manera, diseñar protocolos institucionales que ayuden a una atención psicológica, de salud y un abordaje adecuado según las necesidades de cada persona. Se enfoca en mantener un centro de atención temporal para las personas migrantes y sus familiares, el cual brinda acogida para personas que por motivos de seguridad o salud tienen dificultades para regresar a su lugar de origen. También crea y amplía programas que se encarguen de los derechos humanos, de

género y de protección de la niñez durante el proceso de retorno e incorporación al entorno familiar, con el fin de contribuir a la creación de condiciones óptimas para esta población.

- **Inserción de la persona salvadoreña retornada.** Este eje estratégico ayuda a definir acciones y mecanismos que faciliten la reinserción de las personas retornadas en El Salvador, a través del fortalecimiento de la educación flexible y certificación de competencias en un ámbito laboral no formal. Crea fondos de inversión, genera oportunidades de emprender y ser productivos, provee información y asistencia para apoyar nuevos emprendimientos tanto para la persona retornada como para su familia. La inserción de la población retornada no solo está constituida por la empleabilidad o el ingreso de recursos económicos, también se trata de la implementación de un centro que reciba y atienda a las personas adultas mayores que no cuentan con alguien que les pueda dar manutención o apoyo, de igual manera, se trata de aspectos comunitarios que ayuden a la participación de las personas retornadas y sus familiares en actividades culturales dignas y seguras que sirvan para fortalecer su identidad e inclusión.

De esta manera, esta sería una de las políticas más importantes que protege a los salvadoreños durante todo el proceso migratorio, e incluso en el caso de verse en la obligación de retornar al territorio salvadoreño.

❖ **Instituciones y programas dirigidos a personas retornadas**

a) Instituciones

- **Instituciones gubernamentales**

Dirección General de Migración y Extranjería (DGME) es la institución encargada de articular con las diferentes instituciones en el proceso de recepción de la población salvadoreña retornada al país, dentro de este sistema se articula la participación de instituciones del gobierno que según sus competencias forman parte del proceso de recepción de la población para brindar atención integral inmediata con equipos multidisciplinarios. Las instituciones que participan son el Instituto Salvadoreño para el

Desarrollo integral de la Niñez y la Adolescencia (ISNA), el Consejo Nacional de la Niñez y la Adolescencia (CONNA), Procuraduría General de la República (PGR), Ministerio de Relaciones Exteriores (MIREX), Policía Nacional Civil (PNC), Ministerio de Salud (MINSAL), Registro Nacional de las Personas Naturales (RNPN), Instituto Salvadoreño para el Desarrollo de la Mujer (ISDEMU), Oficinas Locales de Atención a Víctimas (OLAV) del Ministerio de Justicia y Seguridad Pública (MJSP); todas estas instituciones velan por el cumplimiento de los derechos de niños, adolescentes y adultos retornados.

- **ONG`s**

- **Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Refugiados (ACNUR)**

Trabaja para promover el establecimiento de un mecanismo de identificación, documentación y una ruta de referencia para las personas deportadas con necesidades de protección en la Dirección de Atención al Migrante (DAMI).

- **Protección de la niñez**

La protección de la niñez y sus familias es una de las prioridades del ACNUR en El Salvador. ACNUR trabaja con el gobierno para fortalecer la respuesta de protección disponible para la niñez y sus familias a través del Centro de Atención a Niñas, Niños y Adolescentes Retornados (CANAF), un programa del ISNA (Instituto Salvadoreño para el Desarrollo Integral de la Niñez y Adolescencia).

- **Protección basada en la comunidad**

Una parte clave del trabajo de ACNUR en El Salvador es el fortalecimiento de las comunidades para que estas puedan identificar los riesgos de protección y prevenir el desplazamiento forzado. Las intervenciones comunitarias de ACNUR benefician a comunidades a nivel nacional a través de una evaluación integral que garantice un enfoque de edad, género y diversidad, y el establecimiento de un Modelo de Protección Comunitaria. ACNUR busca:

- ✓ Promover la participación y el compromiso de la comunidad para una mayor protección de las comunidades en riesgo.

- ✓ Apoyar el fortalecimiento de las estructuras comunitarias y promover el diálogo con las entidades estatales.
- ✓ Mitigar los riesgos a través de intervenciones basadas en la comunidad, dirigidas a personas de interés de ACNUR con necesidades de protección específicas como niñez, juventud, población LGBTI y otros.
- ✓ Ayudar a ampliar las redes locales de protección con la participación de organizaciones comunitarias y de la sociedad civil.
- ✓ Promover el trabajo comunitario con un enfoque inter-agencial y de estrecha colaboración con otras Agencias de Naciones Unidas.

– **INSAMI**

El Instituto Salvadoreño del Migrante (INSAMI) es una fundación sin fines de lucro, creada para facilitar, en origen y en destino, una política integral de migración que garantice los derechos y deberes de la población salvadoreña transnacional. La estrategia de trabajo de INSAMI consiste en promover propuestas de políticas públicas en los campos económico, social, legal e institucional, que giran alrededor del fenómeno migratorio. También proporciona atención médica y psicológica a personas retornadas, además también facilita la adquisición de estrategias para quienes decidan emprender negocios propios y de esta manera facilitar oportunidades laborales.

b) Programas

– **“Bienvenido a casa”**

Este es un programa de la Dirección General de Migración y Extranjería que se encarga de recibir en primera instancia a los migrantes retornados vía terrestre y aérea de México y Estados Unidos respectivamente. Este programa permite la reducción de niveles de ansiedad de estas personas al ser atendidas por profesionales capacitados en el tema de migración y retorno. El programa presenta dos fases, la primera se encarga de entrevistar y proporcionar refrigerio a los retornados, también se proporciona servicio de telefonía para que las personas retornadas puedan comunicarse con sus familiares. La segunda fase comprende todo lo relacionado a la asistencia laboral, médica, jurídica entre otras para

potenciar sus habilidades y de esa manera mejorar las oportunidades laborales. A continuación se presentan los elementos que conforman cada fase del programa:

Fase I

1. Proceso de recibimiento.
2. Ejerce el control migratorio.
3. Se brinda charla informativa.
4. Se proporciona refrigerio.
5. Se entrevista.
6. Se entrega gasto de transporte.
7. El programa mantiene una base de datos de repatriados.

Fase II

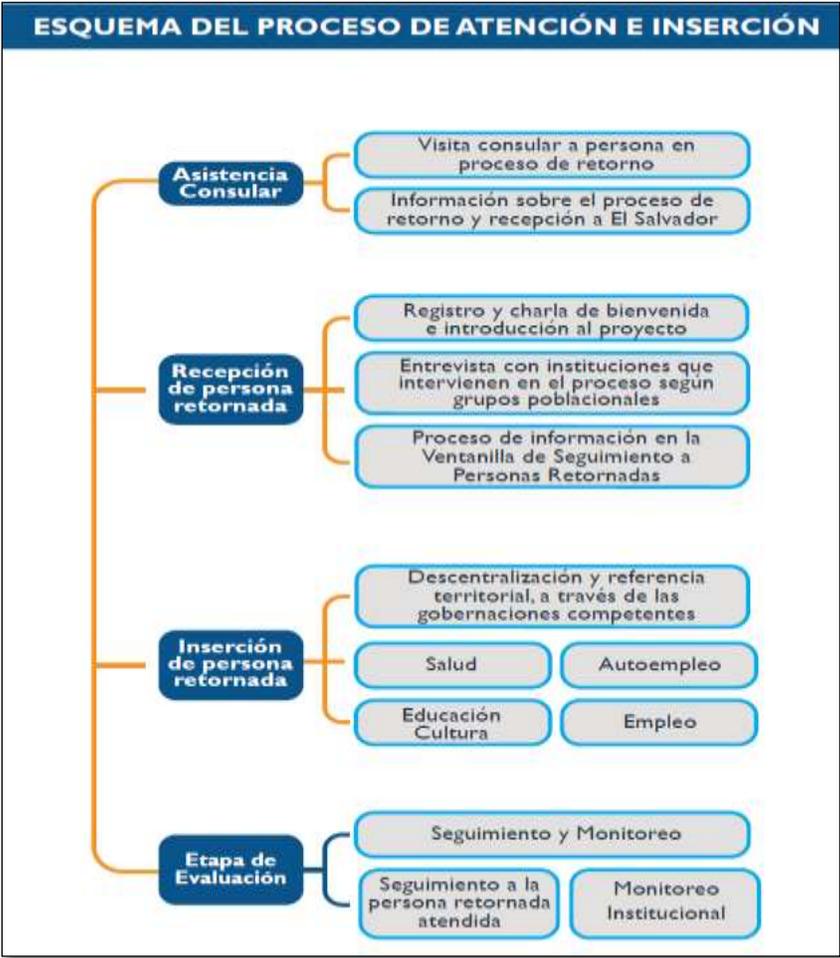
1. Asistencia Laboral: Los repatriados tienen acceso a la base de datos de oportunidades laborales.
2. Asistencia Educativa: Los repatriados podrán continuar sus estudios.
3. Asistencia Médica Básica: Se cuenta con un médico de la red de salud.
4. Asistencia Jurídica: Esto para evitarle gastos al retornado.
5. Capacitaciones:
 - Mecánica automotriz
 - Mantenimiento y reparación de computadoras.
 - Panadería.
 - Electricidad residencial.
 - Corte y confección.
 - Acceso a otro tipo de capacitaciones especializadas.
 - Todos los beneficios son gratuitos.

– Proyecto ventanilla de atención a personas retornadas

El Proyecto de Ventanillas da orientación y seguimiento a personas retornadas a nivel central y territorial, a partir de la elaboración y aplicación de la plataforma de entrevista única, sistematiza información personal y particular de la persona retornada desde el momento en que se le brinda atención consular, hasta su incorporación a los diferentes

proyectos disponibles en el Programa de Inserción. Actualmente existen seis ventanillas a nivel nacional, una en el aeropuerto internacional de El Salvador y las demás en Santa Ana, San Salvador, Chalatenango, San Miguel y Usulután. En el siguiente esquema se representa el proceso de atención e inserción de personas retornadas proporcionadas por el Ministerio de Relaciones Exteriores (2016).

Cuadro 3: Esquema del proceso de atención e inserción de personas retornadas



Fuente: Ministerio de Relaciones Exteriores (2016).

– **Otros proyectos y programas**

En el siguiente cuadro se muestran los proyectos y programas que desarrollan diversas instituciones gubernamentales y no gubernamentales, todas con el objetivo de proporcionar mejores oportunidades laborales y personales a personas retornadas para una mejor

inserción. Toda persona retornada tiene derecho a la participación en estos programas y proyectos.

Cuadro 4: Catálogo de programas y proyectos dirigidos a población retornada.

| Nombre iniciativa | Institución/es involucrada/s | Población beneficiaria | Descripción |
|---|---|---|---|
| Proyecto de reinserción económica y psicosocial de personas retornadas a El Salvador. Programa "El Salvador es tu Casa" | <ul style="list-style-type: none"> Dirección General de Vinculación con Salvadoreños en el Exterior (Ministerio de Relaciones Exteriores). Conamype | Población retornada | Creación de negocios propios por medio de capital semilla y apoyo psicosocial. |
| Proyecto de servicios financieros. Programa "El Salvador es tu Casa" | <ul style="list-style-type: none"> Dirección General de Vinculación con Salvadoreños en el Exterior (Ministerio de Relaciones Exteriores). | Población retornada | Apoyo de la banca nacional y privada, dando oportunidades de acceso financiero a tasas preferenciales para emprendimientos productivos. |
| Programa nacional de emprendimiento "Juventud emprende" | <ul style="list-style-type: none"> Conamype | Jóvenes retornados de entre 18 a 35 años. | Acompañamiento para crear empresas, formación emprendedora, desarrollo de redes, gestión de financiamiento. |
| Inserción sociolaboral de la persona retornada | <ul style="list-style-type: none"> Instituto Salvadoreño del Migrante (Insami, ONG) | Población retornada | Emprendimiento para personas retornadas que quieran iniciar una empresa en El Salvador |
| Bono de oportunidad para los deportados. Programa Reinserción sociolaboral de las personas migrantes | <ul style="list-style-type: none"> Instituto Salvadoreño del Migrante (Insami, ONG) | Población retornada | Apoyar en la primera fase de la creación de emprendimientos, por medio de talleres especializados. |
| Proyecto de Gestión Laboral para Personas Retornadas | <ul style="list-style-type: none"> Ministerio de Trabajo y Previsión Social | Población retornada que abandonó su lugar de origen por razones socioeconómicas | Gestión de puestos de trabajo, capacitación, organización, empleabilidad, información para el recurso humano retornado. |
| Proyecto piloto de inserción productiva para migrantes retornados a El Salvador. Programa "El Salvador es tu Casa" | <ul style="list-style-type: none"> Dirección General de Vinculación con Salvadoreños en el Exterior (Ministerio de Relaciones Exteriores) | Población retornada en Usulután. | Asesoría técnica, capacitaciones en habilidades para la vida, planes de negocio, seguimiento y monitoreo. |

| | | | |
|---|--|--|---|
| <p>"Bienvenido a Casa"- Dirección de Atención al Migrante.</p> | <ul style="list-style-type: none"> • DGME • ISNA • Conna • PGR • PNC • RREE • Minsal • RNPN • Isdemu • Otros | <p>Población retornada recién llegada, vía terrestre y aérea.</p> | <p>Atención inmediata en los procesos de recepción de personas salvadoreñas retornadas. Atención integral al facilitar alimentación, comunicación con sus familiares, asistencia médica y hospedaje de emergencia, entre otros.</p> |
| <p>Plan piloto de Atención Integral de la Niñez Retornada</p> | <ul style="list-style-type: none"> • DGME • ISNA • RREE • PNC • Minsal • Conna | <p>Niños, niñas, adolescentes, en especial entre 13 y 17 años.</p> | <p>Ofrecer cuidado a NNA que arriban desesperados, cansados y con traumas sufridos durante su tránsito, detención o retorno.</p> |
| <p>Proyecto de Producción Agrícola. Programa "El Salvador es tu Casa"</p> | <ul style="list-style-type: none"> • Dirección General de Vinculación con Salvadoreños en el Exterior (Ministerio de Relaciones Exteriores). • Fondo de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO). | <p>Población retornada</p> | <p>Agricultores retornados y sus familias para iniciativas productivas de manera asociativa en sus comunidades.</p> |
| <p>Proyecto de educación culinaria "Gastromotiva". Programa "El Salvador es tu Casa"</p> | <ul style="list-style-type: none"> • Dirección General de Vinculación con Salvadoreños en el Exterior (Ministerio de Relaciones Exteriores). • Programa Mundial de Alimentos (PMA). | <p>Población retornada</p> | <p>Mejora de oportunidades de empleo, ingreso y empoderamiento mediante la alimentación y la gastronomía.</p> |
| <p>Proyecto de formación, certificación y reinserción como marinos mercantes. Programa "El Salvador es tu Casa"</p> | <ul style="list-style-type: none"> • Dirección General de Vinculación con Salvadoreños en el Exterior (Ministerio de Relaciones Exteriores). • Autoridad Marítima Portuaria. | <p>Población retornada</p> | <p>Capacitación personal para las áreas de cocina, bartender y camareros.</p> |

| | | | |
|--|---|--|--|
| Proyecto Livelihood para migrantes jóvenes retornados. Programa "El Salvador es tu Casa" | <ul style="list-style-type: none"> • Dirección General de Vinculación con Salvadoreños en el Exterior (Ministerio de Relaciones Exteriores). • Comité Estadounidense para Refugiados y Migrantes (Uscri) | Población retornada | Fortalecen las capacidades laborales para su inserción productiva en formación técnica e inserción laboral. |
| Inserción educativa de jóvenes y adultos | <ul style="list-style-type: none"> • Mineducyt-Dneja | Población retornada | Atención educativa con prueba de suficiencia y modalidades flexibles a personas salvadoreñas retornadas. |
| Proyecto de cooperación educativa. Programa "El Salvador es tu Casa" | <ul style="list-style-type: none"> • Dirección General de Vinculación con Salvadoreños en el Exterior (Ministerio de Relaciones Exteriores) | Población retornada | Convenios con universidades para poder iniciar o concluir una carrera universitaria, en su mayoría a distancia o con horarios flexibles. |
| "Nuevas oportunidades": certificaciones de competencias laborales para la inserción laboral de migrantes retornados. | <ul style="list-style-type: none"> • Dirección General de Vinculación con Salvadoreños en el Exterior, • Swisscontact • Insaforp • Casalco • Insami | Población retornada | Certificación de capacidades de salvadoreños retornados, en las áreas de construcción y turismo. |
| Sistema corporativo de integración | <ul style="list-style-type: none"> • Insami | Población retornada | Conocer el perfil y activar una base para la generación de opinión y acción de acuerdo con la realidad. Crear una red nacional de retornados emprendedores. |
| Programa "Alternativas" | <ul style="list-style-type: none"> • GIZ, Cooperación Alemana • Alcaldías Municipales de Zacatecoluca, San Miguel y Ahuachapán • Mineducyt • Minsal • Injuve • Insaforp • Conamype • MTPS | Población retornada y en riesgo de migración irregular en niñez, adolescencia y juventud | Fortalecer las capacidades locales para brindar servicios a la población retornada y en riesgo de migración irregular, en las áreas de reinserción educativa, laboral, formación profesional y atención psicosocial. |

Fuente: Castillo, 2019.

VII. CONTENIDO DE LA INTERVENCIÓN

A continuación se presentan las temáticas que serán abordadas mediante la intervención psicoterapéutica grupal a través de diez sesiones, estas temáticas se encuentran orientadas hacia el manejo de los efectos psicosociales del retorno forzado y a coadyuvar a la reinserción social de salvadoreños que se vieron expuestos a dicha situación:

- **Autorregulación y gestión emocional:** Esta temática permitirá brindar estrategias acerca de las maneras asertivas para la identificación, expresión y gestión emocional de las vivencias experimentadas por el retorno forzado.
- **Relaciones Interpersonales:** Se enfoca en proporcionar estrategias para establecer relaciones interpersonales saludables, que permitan la reinserción social de las personas retornadas.
- **Transculturación:** Consiste en que las personas retornadas reconozcan la diversidad de costumbres, creencias, tradiciones y principios que han ido adquiriendo durante su vida en los diferentes medios sociales en los cuales se han encontrado, con el fin de que se les facilite la reinserción al medio social en el que actualmente se encuentran a través de la adaptación a nuevas costumbres, creencias, tradiciones y principios, sin perder aquellos que ya anteriormente habían adquirido.
- **Resolución de conflictos y toma de decisiones:** Fomentar habilidades de análisis y reflexión que permita a los participantes afrontar de diferentes maneras las demandas que se le presenten en su día a día.
- **Proyecto de vida:** Que los participantes reconozcan sus propias habilidades y destrezas que les permitan la creación de proyectos de emprendimiento, que les ayude en su reinserción laboral.

VIII. BENEFICIARIOS DE LA PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

Las personas salvadoreñas retornadas de manera forzada serán los principales beneficiarios, debido a que se les ayudará a disminuir los efectos psicosociales generados por el retorno, de esta manera se propiciará un alivio psicológico y emocional que contribuya al proceso de mejora de su calidad de vida en las áreas personal, familiar, social y laboral.

Como beneficiarios indirectos se encuentra el personal que trabaja con esta población, debido a que mejorará la efectividad de los programas ya establecidos por distintas instituciones, permitiendo aumentar la ayuda que les proporcionan, obteniendo así mejores resultados a través de actividades lúdicas y participativas. De igual manera, el núcleo familiar y social de la persona retornada son beneficiarios indirectos ya que son los principales ámbitos en los que una persona se desenvuelve; se espera que las habilidades y estrategias adquiridas por los participantes en el programa sean replicadas en estos contextos.

IX. METODOLOGÍA

a) Modelo teórico

El modelo teórico en el cual se basa la presente propuesta de intervención psicoterapéutica es el modelo humanista existencial, puesto que éste se basa en las personas, en un ser consciente y en constante desarrollo, tomando en cuenta sus vivencias y motivaciones, centrándose en el “aquí y ahora” de los participantes.

b) Tipo de investigación y tipo de estudio

La investigación realizada ha sido bibliográfica y de tipo de estudio documental, ya que se ha realizado una consulta bibliográfica sobre la temática de migración y retorno, en la cual se ha hecho uso de diversos documentos de diversas fuentes para obtener información relevante de la temática.

c) Criterios de revisión

Se utilizaron diversos criterios de revisión, los cuales fueron tomados en cuenta al momento de recolectar la información necesaria para el desarrollo de la presente propuesta de intervención psicoterapéutica, dichos criterios se detallan a continuación:

- *Credibilidad de las fuentes consultadas:* La información recopilada fue obtenida de páginas oficiales y reconocidas, que se muestran como especialistas en el área de migración y retorno.
- *Veracidad de la información:* la información planteada en la presente propuesta es actualizada y se retoma de diversas investigaciones y estadísticas proporcionadas por el Gobierno de El Salvador.
- *Aplicabilidad de la información a la temática estudiada:* La información recopilada se relaciona a la temática de investigación, la cual se ha contextualizado a la realidad salvadoreña.
- *Autenticidad de las fuentes consultadas:* Éstas son fuentes válidas, ya que la información plasmada es pertinente a la temática estudiada; así como confiable ya que son retomadas de páginas oficiales de organizaciones gubernamentales y no gubernamentales.

d) Modalidad de terapia

El programa de intervención se basa en la modalidad de psicoterapia grupal la cual promueve la interacción de varias personas con una problemática en común; esperando que de esta manera los participantes compartan sus propias experiencias y adquieran así diversas habilidades y estrategias para que logren la disminución de los efectos psicosociales ocasionados por el retorno forzado.

e) Población

El programa de intervención psicoterapéutico se encuentra dirigido a:

- Salvadoreños y salvadoreñas que migraron de manera irregular hacia Estados Unidos.
- Entre las edades de 18 a 35 años..
- Personas que hayan permanecido en Estados Unidos como mínimo 3 años.
- Población retornada de manera forzada:
 - ✓ Que no posea ningún record penal y/o criminal en Estados Unidos o El Salvador.
 - ✓ Retornados por vencimiento de permisos (TPS, asilo político, refugio, etc.)
 - ✓ Retornados por incumplimiento de leyes establecidas para cada tipo de VISA.

f) Tipo y tamaño del grupo

Se trabajará con un grupo cerrado, ya que los participantes que inicien el programa deberán de asistir a todas las sesiones, esto con el objetivo de que obtengan los aprendizajes y los cambios necesarios que les permitan una adecuada reinserción social, laboral y familiar. El tamaño del grupo dependerá de diferentes factores, como el número de facilitadores y el espacio físico, sin embargo, para mayor efectividad del programa se sugiere un grupo entre 10 y 15 participantes.

g) Duración y frecuencia de las sesiones

Se han diseñado 10 sesiones de intervención, las cuales se podrían llevar a cabo entre una o dos veces por semana, durante uno o dos meses y medio. Cada sesión tendrá la duración de 90 minutos para el desarrollo de las temáticas.

h) Tipos de actividades

Los tipos de actividades que se implementarán en el programa de intervención psicoterapéutico son las siguientes:

- Actividades lúdicas.
- Actividades participativas.
- Actividades grupales e individuales.
- Actividades de análisis y reflexión.
- Actividades de discusión.

i) Recomendaciones para el uso

Se sugiere tomar en cuenta las siguientes recomendaciones para la aplicación de la presente propuesta de intervención psicoterapéutica:

- Deberá ser implementada por un profesional de la psicología.
- Solicitar a todos los participantes confidencialidad de lo que se diga y haga dentro de las sesiones de trabajo.
- Dar a conocer al inicio de cada sesión que la asistencia y participación son completamente voluntarias.
- Los facilitadores deberán de investigar más acerca de las temáticas y así contrastar los conocimientos de los participantes con lo investigado.
- Disponer de un espacio adecuado que permita la privacidad del grupo.
- De ser necesario, realizar modificaciones a las hojas de trabajo según las necesidades del grupo, principalmente en aquellas donde se requiere que los participantes escriban, ya que algunos podrían tener dificultad con esta habilidad.
- No omitir ninguna parte de las sesiones, ya que esto podría repercutir en la efectividad del programa.

j) **Evaluación de los elementos y resultados**

Cada temática será evaluada a través de indicadores de logro que posibilitan la readaptación de las personas retornadas al medio social en el que se encuentran, al final de cada sesión se verificará el cumplimiento de cada indicador de logro a través de reflexiones y socialización, de esta manera se determinará la eficacia del programa de intervención. Estos indicadores se explican de manera general a continuación:

- **Autorregulación y Gestión Emocional:** Logran identificar, expresar y regular sus emociones de manera asertiva para un equilibrio emocional y una mejor calidad de vida.
- **Relaciones interpersonales:** Identifican sus propias habilidades sociales y las de los demás para la creación de relaciones interpersonales más saludables.
- **Transculturación:** Reconocen la diversidad cultural de los diferentes contextos en los cuales se ha desarrollado y que le facilitan su reinserción al medio social en el que se encuentra actualmente.
- **Resolución de conflictos y toma de decisiones:** Comprenden cada una de las fases del proceso de resolución de conflictos y es capaz de elaborar y analizar estrategias para la toma de decisiones más adecuadas.
- **Proyecto de vida:** Establecen metas a corto, mediano y largo plazo en base a sus propias habilidades, capacidades y destrezas que posibilitan la realización y cumplimiento de proyectos.

Además, se considera una sesión de cierre del programa denominada “**Evaluación y Retroalimentación Final**”, cuyo objetivo es evaluar los logros y las expectativas cumplidas en el programa de intervención, así como motivar a la realización del proyecto de vida de cada uno de los participantes.

k) Procedimiento

- Selección de la temática
- Recolección de información bibliográfica
- Establecimientos de objetivos y metas
- Elaboración de la descripción de la propuesta
- Elaboración de planteamiento del problema
- Elaboración de la justificación
- Redacción de la fundamentación teórica
- Identificación de las áreas a abordar para el contenido de la intervención.
- Diseño de los planes operativos
- Identificación de los beneficiarios de la propuesta de intervención
- Elaboración de la metodología
- Identificación de instituciones en las cuales es posible implementar el programa de intervención
- Organización de anexos y fuentes de información consultada
- Elaboración de la introducción
- Presentación de la propuesta

X. LOCALIZACIÓN FÍSICA Y COBERTURA ESPACIAL

La propuesta de intervención psicoterapéutica planteada puede ser implementada en diversas instituciones que trabajan con personas retornadas. En El Salvador existen muchas instituciones que prestan sus servicios a la población retornada en diferentes ámbitos, por lo cual, al incluir la propuesta de intervención psicoterapéutica podría enriquecer los procesos y/o programas ya existentes. Dichas instituciones son las siguientes:

- Organización Internacional para las Migraciones (OIM El Salvador)
- Dirección de Atención al Migrante (DAMI)
- Centro de Atención Integral para Migrantes (CAMI)
- Instituto Salvadoreño del Migrante (INSAMI)
- Centro de Atención a Retornados de El Salvador (CARES)
- Clínica Integral para Personas Retornadas (CLIAR)
- Alianza de Salvadoreños Retornados (ALSARE)
- Red Nacional de Emprendedores Retornados (RENACERES)

XI. PLAN OPERATIVO O DE ACTIVIDADES

Nº de sesión: 1

Tema: Encuadre grupal

Objetivo General: Realizar la apertura al programa de intervención con el fin de brindar lineamientos generales y definir los objetivos y expectativas de los participantes con respecto al programa.

| ACTIVIDAD | OBJETIVO ESPECÍFICO | PROCEDIMIENTO METOLÓGICO | RECURSOS | TIEMPO |
|---|---|---|---|--|
| <p>Actividad inicial</p> <p><i>“Escribiendo en el aire”</i></p> | <p>Realizar el rapport y lograr la presentación de facilitadores y participantes.</p> | <p>Inicialmente se realizará un saludo cordial y la bienvenida a los participantes, seguidamente se realizará la dinámica de presentación, en la cual facilitadores/as y participantes tomarán un papelito que se encuentra dentro de una caja (cada papelito contendrá el nombre de las partes del cuerpo. Por ejemplo: Pies, manos, codo, dedos, nariz, boca, etc.), luego se indicará que deben escribir en el aire su nombre con la parte del cuerpo que les corresponde según el papelito y los demás deberán adivinar el nombre de la persona, después la persona deberá decir su nombre, como le gusta que le digan y su color favorito; uno de los facilitadores/as iniciará con la dinámica, seguido pasará la persona que haya adivinado el nombre, se seguirá la dinámica hasta que cada facilitador/a y cada participante se haya presentado ante</p> | <ul style="list-style-type: none"> - 1 caja - Papelitos | <p style="text-align: center;">20 minutos</p> |

| | | | | |
|--|---|---|--|--------------------------|
| | | <p>todos.</p> <p>A continuación se presentará y explicará en qué consiste el programa y el objetivo de éste.</p> | | |
| <p>Actividad central</p> <p><i>“Árbol de expectativas”</i></p> | <p>Establecer normas de convivencia, así como realizar un sondeo de expectativas y desmitificación del papel del psicólogo.</p> | <p>Posteriormente se construirán las normas de convivencia a través de lluvia de ideas, donde se elegirá al azar a algunos participantes para que planteen normas de convivencia mientras el facilitador las anota en un pliego de papel bond previamente colocado en la pared. Seguidamente se conocerán las expectativas, para ello se entregará a cada persona la figura de una fruta y un lapicero; se les indicará que dentro de la figura deberán escribir lo que esperan del programa, es decir, cuáles son sus expectativas; cuando hayan terminado se les solicitará que se acerquen a pegarlo en la figura de un árbol colocado previamente en la pared. Después el facilitador leerá al azar algunas de las expectativas escritas por los participantes.</p> <p>Para continuar con la jornada se realizará la desmitificación del psicólogo, utilizando la dinámica “la papa caliente”, donde una bola de papel se irá pasando a cada uno de los participantes mientras suena una canción, cuando ésta se pause a quien le quedó la “papa” deberá desprender una de las hojas y leer la pregunta que ahí se le presenta.</p> | <ul style="list-style-type: none"> - 2 pliegos de papel bond - Plumones - Figura de un árbol. - Figuras de frutas - Lapiceros. - Tape. - Hojas de papel bond. | <p>65 minutos</p> |

| | | | | |
|---|--|--|-------------------|-------------------------|
| | | <p>Las preguntas serán las siguientes:</p> <p>1-¿Qué es para usted la “Psicología”?</p> <p>2-¿Quién es un psicólogo?</p> <p>3-¿En qué nos ayuda un psicólogo?</p> <p>4-¿Qué ha escuchado hablar sobre los psicólogos?</p> <p>5-¿Por qué cree que sería importante ir a un psicólogo?</p> <p>6- ¿En que podría beneficiarme la ayuda de un psicólogo?</p> <p>Las respuestas de los participantes se anotarán en un papelógrafo y se leerán, después el facilitador realizará la desmitificación contrastando las respuestas proporcionadas por los participantes.</p> | | |
| <p>Actividad final</p> <p><i>“Cierre y despedida”</i></p> | <p>Felicitar a los participantes por su asistencia a la sesión y por las actividades realizadas en la jornada.</p> | <p>Finalmente se felicitará a los participantes por la asistencia y por los aportes brindados en cada actividad realizada durante la jornada. De igual manera, se les motivará para que asistan a la siguiente sesión.</p> | <p>- Ninguno.</p> | <p>5 minutos</p> |

N° de sesión: 2**Tema: Autorregulación y Gestión Emocional**

Objetivo General: Lograr que los participantes reconozcan de manera clara y precisa los sentimientos y emociones que experimentan a raíz del retorno forzado al cual se vieron expuestos.

| ACTIVIDAD | OBJETIVO ESPECÍFICO | PROCEDIMIENTO METOLÓGICO | RECURSOS | TIEMPO |
|---|---|--|--|-------------------|
| Actividad inicial <i>“Cadena de frutas”</i> | Generar un ambiente de confianza entre participantes y facilitadores que permita un desarrollo óptimo de las actividades. | Se dará la bienvenida a los participantes del programa, seguidamente se les explicará el tema que se abordará en la sesión, así como el objetivo general de la jornada. Como dinámica de ambientación, se solicitará a los participantes que formen un círculo y que cada uno piense en una fruta, el primer participante del círculo dirá el nombre de una fruta, el segundo participante deberá decir el nombre de una fruta y la fruta que dijo el primer participante, el tercero deberá decir una fruta y la fruta que dijo el segundo y primer participante; y así sucesivamente hasta ver dónde se rompe la cadena. | - Ninguno. | 15 minutos |
| Actividad central <i>“Sé cómo me siento”</i> | Lograr que los participantes identifiquen de manera clara los sentimientos y emociones que | Para iniciar, se preguntará a los participantes: “¿Para ustedes que son los sentimientos?”, “¿Qué son las emociones?”, “¿Cuál es la diferencia entre sentimientos y emociones?”, “¿Cuáles creen que son los sentimientos y emociones más comunes?”. Se proporcionará retroalimentación a las respuestas de los participantes (<i>Ver conceptos claves en Anexo 1</i>). Seguidamente, a cada participante se le entregará | - Hoja de trabajo (ver anexo). - Lapiceros. | 70 minutos |

| | | | | |
|--|---|---|--|--|
| | <p>experimentan en su vida cotidiana.</p> | <p>una hoja de trabajo (<i>Ver Anexo 2</i>), se leerá y explicará la hoja de trabajo columna por columna, en el caso de aquellos participantes que se les dificulte la lectura y escritura, los/as facilitadores/as brindarán apoyo para completar las hojas de trabajo. Luego de que se haya explicado el primer apartado de la hoja de trabajo se procederá a contestar dicho apartado, únicamente hasta que todos/as los/las participantes hayan completado el apartado se procederá al siguiente con la misma dinámica.</p> <p>Cada participante deberá analizar e identificar los sentimientos y emociones que han experimentado a partir de su retorno forzado. En el cuadro de la hoja de trabajo deberán anotar 5 sentimientos o emociones (ordenados del más frecuente al menos frecuente), en la siguiente columna deberán anotar la frecuencia con la que los experimentan en una semana, luego deberán anotar los pensamientos que tienen debido a esos sentimientos y emociones; y en la última columna deberán escribir los síntomas físicos provocados por los mismos.</p> <p>Posteriormente, cuando todos los participantes hayan finalizado se les solicitará que compartan con el grupo dos emociones vivencias, los pensamientos y los síntomas físicos consecuentes.</p> <p>Seguidamente se continuará con la socialización a través de lluvia de</p> | | |
|--|---|---|--|--|

| | | | |
|--|---|--|--|
| | <p>ideas y se preguntará: ¿Cómo se sintieron exponiendo sus sentimientos y emociones frente al grupo? ¿Han experimentado alguno de los sentimientos o emociones planteadas por los demás?, ¿Se sintieron identificados con los pensamientos o síntomas físicos experimentados por sus compañeros?</p> <p>Finalmente se hará una pequeña reflexión:</p> <p><i>“Todos vivimos situaciones que nos provocan diferentes sentimientos y emociones, sin embargo, en algunas ocasiones se nos hace difícil identificar lo que sentimos y todo lo que esto conlleva, como los pensamientos o incluso los síntomas físicos. Por tanto, es importante ser capaces de identificar lo que sentimos, poder darle un nombre y saber la frecuencia con la que lo experimentamos”.</i></p> <p>Indicadores de logro:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Reconocen los sentimientos y emociones experimentadas a partir del retorno forzado. - Identifican la frecuencia con la que experimentan los sentimientos y emociones. - Logran identificar los pensamientos y síntomas físicos provocados por dichos sentimientos y emociones. | | |
|--|---|--|--|

| | | | | |
|---|--|---|-------------------|-------------------------|
| <p>Actividad final</p> <p><i>“Cierre y despedida”</i></p> | <p>Felicitar a los participantes por su asistencia a la sesión y por las actividades realizadas en la jornada.</p> | <p>Se felicitará a los participantes por la asistencia y por los aportes brindados en cada actividad realizada durante la jornada. De igual manera, se les motivará para que asistan a la siguiente sesión.</p> | <p>- Ninguno.</p> | <p>5 minutos</p> |
|---|--|---|-------------------|-------------------------|

N° de sesión: 3

Tema: Autorregulación y Gestión Emocional

Objetivo General: Brindar estrategias para que los participantes puedan mostrar sus sentimientos y emociones de manera asertiva.

| ACTIVIDAD | OBJETIVO ESPECÍFICO | PROCEDIMIENTO METOLÓGICO | RECURSOS | TIEMPO |
|---|--|---|--|--------------------------|
| <p>Actividad inicial</p> <p>“¡Adivina quién soy!”</p> | <p>Generar un ambiente de confianza entre participantes y facilitadores que permita un desarrollo óptimo de las actividades.</p> | <p>Se dará la bienvenida a los participantes del programa, seguidamente se les explicará el tema que se abordará en la sesión, así como el objetivo general de la jornada. Para el desarrollo de la dinámica, se solicitarán tres voluntarios y se les pedirá que elijan un papelito al azar (en cada papel estará escrito el nombre de un personaje famoso), seguidamente se explicará al grupo que para adivinar el personaje elegido por cada uno de sus compañeros deberán hacer preguntas (por ejemplo: ¿Es cantante?, ¿Es hombre?, ¿Está joven?) a las cuales el compañero voluntario sólo podrá responder SI o NO.</p> | <p>- Papelitos con nombres de personajes famosos.</p> | <p>15 minutos</p> |
| <p>Actividad central</p> <p>“El cuadro de las emociones”</p> | <p>Lograr que los participantes identifiquen maneras asertivas de expresar sus sentimientos y emociones ante situaciones de</p> | <p>Se hará una breve retroalimentación de la sesión anterior (en la cual se trabajó la identificación de emociones), y se explicará cómo esta sesión está relacionada con la anterior. Seguidamente se les preguntará a los participantes: “¿Para ustedes que significa expresar emociones?”, “¿Alguna vez se les ha dificultado expresar sus emociones”, “¿Por qué creen que es importante aprender a expresar nuestros sentimientos y emociones?”. Se proporcionará retroalimentación a las respuestas de los participantes (<i>Ver conceptos</i></p> | <p>- Hoja de trabajo (ver anexo). - Lapiceros.</p> | <p>70 minutos</p> |

| | | | | |
|--|-----------|--|--|--|
| | malestar. | <p><i>claves en Anexo 3</i>). Posteriormente, a cada participante se le entregará una hoja de trabajo (<i>Ver Anexo 4</i>). y se leerá la indicación, se les solicitará que en la primera columna del cuadro escriban 3 emociones que lograron identificar en la sesión anterior. Se les solicitará que en la segunda columna del cuadro escriban una situación que les haya generado o les genere experimentar esa emoción; en la tercera columna deberán escribir la manera en la que han reaccionado ante esa situación (se les solicitará a los participantes que lo hagan de la manera más descriptiva y detallada posible). En la cuarta columna, se les solicitará que piensen detenidamente y escriban la manera que consideren sea mejor expresar la emoción planteada. Posteriormente, cuando todos los participantes hayan finalizado se les solicitará que compartan con el grupo las situaciones vivenciadas y la manera que consideren les ayudará a expresar mejor sus emociones. Los facilitadores/as propiciarán la discusión entre participantes y se irán retroalimentando las formas de expresión emocional más asertivas.</p> <p>Seguidamente se reforzará la socialización a través de lluvia de ideas donde se preguntará: ¿Se sintieron identificados con las situaciones planteadas por los demás?, ¿Cuáles alternativas les parecieron más asertivas?, ¿Implementarían alguna de las soluciones propuestas por</p> | | |
|--|-----------|--|--|--|

| | | | | |
|--|--|---|--|--|
| | | <p>sus compañeros al momento de expresar sus emociones? Finalmente se hará una pequeña reflexión:</p> <p><i>“Continuamente las personas nos vemos expuestas a muchas situaciones que nos hacen experimentar emociones, ya sean placenteras o no, por tanto, se vuelve muy importante la manera en la que reaccionamos ante ellas; debemos aprender a afrontar las situaciones y expresar nuestras emociones de una manera asertiva, que nos permita sentirnos aliviados y a la vez relacionarnos de la mejor manera con los demás”.</i></p> <p>Indicadores de logro:</p> <ul style="list-style-type: none">- Reconocen situaciones en las cuales han experimentado emociones displacenteras.- Identifican nuevas maneras de expresar sus emociones y actuar asertivamente ante situaciones que les provocan malestar. | | |
|--|--|---|--|--|

| | | | | |
|---|--|---|-------------------|-------------------------|
| <p>Actividad final</p> <p><i>“Cierre y despedida”</i></p> | <p>Felicitar a los participantes por su asistencia a la sesión y por las actividades realizadas en la jornada.</p> | <p>Se felicitará a los participantes por la asistencia y por los aportes brindados en cada actividad realizada durante la jornada. De igual manera, se les motivará para que asistan a la siguiente sesión.</p> | <p>- Ninguno.</p> | <p>5 minutos</p> |
|---|--|---|-------------------|-------------------------|

N° de sesión: 4**Tema: Autorregulación y Gestión Emocional**

Objetivo General: Desarrollar técnicas que faciliten el manejo de sentimientos y emociones experimentadas por los participantes para un alivio psicológico y emocional.

| ACTIVIDAD | OBJETIVO ESPECÍFICO | PROCEDIMIENTO METOLÓGICO | RECURSOS | TIEMPO |
|---|---|--|-----------------|-------------------|
| Actividad inicial <i>“El tren de la diversión”</i> | Generar un ambiente de confianza entre participantes y facilitadores que permita un desarrollo óptimo de las actividades. | Se dará la bienvenida a los participantes del programa, seguidamente se les explicará el tema que se abordará en la sesión, así como el objetivo general de la jornada. Seguidamente, se solicitará a todos los participantes que se pongan de pie, deberán colocarse uno detrás del otro con las manos en los hombros de la persona que se encuentre adelante. Se indicará que el tren deberá estar en movimiento y al mismo tiempo todos deberán hacer sonidos que lo representen; se explicará que cuando la facilitadora diga algo, ellos deberán repetirlo, pero hacer lo contrario; por ejemplo: (Si la facilitadora dice “arriba”, los participantes deberán decir “arriba”, pero deberán agacharse), (Si la facilitadora dice “adelante”, los participantes deberán decir “adelante”, pero deberán dar un paso atrás). | - Ninguno. | 15 minutos |

| | | | | |
|---|--|---|----------------|--------------------------|
| <p>Actividad central</p> <p>“Soy un globo”</p> | <p>Facilitar el manejo de sentimientos y emociones que generan malestar en los participantes para un alivio psicológico y emocional.</p> | <p>Para iniciar la actividad, se harán las siguientes preguntas: “¿Para ustedes que significa la autorregulación emocional?”, “¿Se les hace difícil autorregular sus emociones?”, “¿Por qué consideran que es importante saber regular sus emociones?” (<i>Ver conceptos claves en Anexo 5</i>). Posteriormente, a cada participante se le entregará un globo y se les explicará que para el desarrollo de la actividad todos deben estar concentrados y en silencio, se les solicitará que deben imaginar que el globo entregado son ellos y deberán recordar aquellas situaciones que les han generado malestar a lo largo de su vida y se darán las siguientes consignas: “Cada situación que recuerden y les provoque malestar, será una vez que soplarán el globo” “Podrán tomarse el tiempo que consideren necesario y si así lo desean, pueden separarse un poco del grupo para más privacidad y concentración”. Se indicará que cuando terminen de soplar el globo lo amarren y cuando todos hayan finalizado, se dejará ir hacia arriba para imaginarse que son ellos quienes vuelan alto y van perdonando todas esas situaciones que los han lastimado y en símbolo de soltar todo lo que les ha generado malestar.</p> <p>Seguidamente se realizará la socialización a través de lluvia de ideas y se preguntará: ¿Cómo se sintieron al momento de soplar el globo?, ¿Se les dificultó recordar las situaciones vividas?, ¿Cómo se sintieron</p> | <p>Globos.</p> | <p>70 minutos</p> |
|---|--|---|----------------|--------------------------|

| | | | | |
|--|--|--|-------------------|-------------------------|
| | | <p>al momento de soltar el globo hacia arriba?</p> <p>Finalmente se brindará una pequeña reflexión:</p> <p><i>“Constantemente vivimos situaciones que nos hacen sentir mal y nos lastiman, sin embargo, es algo que no podemos evitar. Por tanto, debemos ser capaces de perdonar y soltar aquellas cosas que nos han lastimado y aprender de ellas para poder superarlas y sentirnos bien”.</i></p> <p>Indicadores de logro:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Identifica aquellas situaciones que les han generado malestar al momento de soplar el globo. - Muestra actitud de aceptación y perdón ante situaciones que les han provocado malestar. | | |
| <p>Actividad final</p> <p><i>“Cierre y despedida”</i></p> | <p>Felicitar a los participantes por su asistencia a la sesión y por las actividades realizadas en la jornada.</p> | <p>Se felicitará a los participantes por la asistencia y por los aportes brindados en cada actividad realizada durante la jornada. De igual manera, se les motivará para que asistan a la siguiente sesión.</p> | <p>- Ninguno.</p> | <p>5 minutos</p> |

N° de sesión: 5

Tema: Relaciones Interpersonales

Objetivo General: Proporcionar técnicas psicosociales para el establecimiento de relaciones interpersonales saludables en todas las áreas en las que se desenvuelven las personas retornadas.

| ACTIVIDAD | OBJETIVO ESPECÍFICO | PROCEDIMIENTO METOLÓGICO | RECURSOS | TIEMPO |
|--|--|---|---|--------------------------|
| <p>Actividad inicial</p> <p><i>“Pajillas y tarjeta”</i></p> | <p>Generar un ambiente de confianza entre participantes y facilitadores que permita un desarrollo óptimo de las actividades.</p> | <p>Se dará la bienvenida a los participantes del programa, seguidamente se les explicará el tema que se abordará en la sesión, así como el objetivo general de la jornada. Seguido de ello se presentará la dinámica “Pajillas y tarjeta”, donde los participantes se dividirán en dos equipos, cada equipo forma una línea y pone un pedazo de tarjeta al inicio de su línea. Cada participante tendrá una pajilla que se le proporcionó con anticipación y cuando el facilitador toque un silbato, ambos equipos deberán de tomar la tarjeta con la pajilla y pasarla a su compañero, cuando llegue al último participante deberán de regresar el trozo de papel al inicio. Se realizará una segunda ronda donde cuando el participante haya tomado el trozo de papel deberá de dar una vuelta y luego pasar el papel a su compañero, así hasta que la tarjeta llegue nuevamente al inicio.</p> | <ul style="list-style-type: none"> - Pajillas. - Dos tarjetas de papel. | <p>20 minutos</p> |

| | | | | |
|--|--|---|---|--------------------------|
| <p>Actividad central</p> <p>“Conociendo mis habilidades sociales”</p> | <p>Identificar la manera como me relaciono con las demás personas y contrastar si la forma en cómo me veo es la misma en cómo me ven las demás personas.</p> | <p>Se iniciará brindando una breve explicación de los elementos que constituyen las habilidades sociales y llevar al concepto de asertividad (<i>Ver conceptos claves en Anexo 6</i>). Luego se le entregará a cada participante dos hojas de papel bond, una hoja de trabajo (<i>Ver Anexo 7</i>). y una hoja en blanco, se dará la indicación de que en su hoja de trabajo escribirán las habilidades sociales que ellos consideran que tienen y la otra página se la colocarán en la espalda. Cuando cada participante tenga sus hojas de papel en la espalda deberán de formar parejas, y tendrán 5 minutos para hablar sobre el día que han tenido, al finalizar cada quien deberá de escribir en la espalda del otro las habilidades sociales que considera que su compañero posee, deberán de cambiar parejas y seguir la misma dinámica, hasta que todos hayan podido hablar entre sí y escribir en la espalda de su compañero.</p> <p>Al finalizar se reflexionará sobre las habilidades sociales que cada quien posee a través de las siguientes preguntas:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ¿Coinciden las habilidades sociales que yo considero que poseo con las que los demás creen que tengo? - ¿Existe alguna habilidad social que consideré y los demás no? - ¿Existe alguna habilidad social que los demás consideraron y yo no? | <ul style="list-style-type: none"> - Hojas de trabajo. (ver anexo). - Lapiceros - Hojas de papel bond. - Plumones | <p>65 minutos</p> |
|--|--|---|---|--------------------------|

| | | | |
|--|---|--|--|
| | <ul style="list-style-type: none"> - ¿En qué habilidad social debería de trabajar? - ¿En qué me ayudan las habilidades sociales? <p>Así también se realizará la siguiente reflexión de cómo lograr establecer relaciones interpersonales saludables:</p> <p><i>“Hemos hablado sobre las habilidades sociales, y hemos logrado a través de la actividad identificar algunas habilidades sociales propias y de los demás, así como también hemos identificado las habilidades en las que cada quien debería de trabajar e incluso que nos gustaría poseer. Estas habilidades sociales que hemos logrado identificar son las que nos ayudan a relacionarnos con los demás, integrarnos y comunicarnos de manera efectiva. Son muchas las facetas de la vida diaria en las que las habilidades sociales marcan la diferencia; hay personas cuyas capacidades son bastante limitadas y, sin embargo, son grandes triunfadores en el terreno profesional y personal. Por el contrario, también hay personas que tienen unas capacidades impresionantes y son incapaces de rentabilizarlas por su escasas habilidades sociales. Por ello, cada uno de nosotros debemos ser de ese grupo que puede destacar sus capacidad mediante unas relaciones interpersonales saludables.”</i></p> | | |
|--|---|--|--|

| | | | | |
|---|--|---|-------------------|-------------------------|
| | | <p>Indicadores de logro:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Identifica las habilidades sociales que posee. - Reconoce las habilidades sociales que las personas a su alrededor poseen. - Comprende las estrategias para mejorar sus habilidades sociales. | | |
| <p>Actividad final</p> <p><i>“Cierre y despedida”</i></p> | <p>Felicitar a los participantes por su asistencia a la sesión y por las actividades realizadas en la jornada.</p> | <p>Se felicitará a los participantes por la asistencia y por los aportes brindados en cada actividad realizada durante la jornada. De igual manera, se les motivará para que asistan a la siguiente sesión.</p> | <p>- Ninguno.</p> | <p>5 minutos</p> |

N° de sesión: 6

Tema: Transculturación

Objetivo General: Dar a conocer estrategias psicosociales que permitan a las personas retornadas la readaptación al medio social en el que se encuentran.

| ACTIVIDAD | OBJETIVO ESPECÍFICO | PROCEDIMIENTO METOLÓGICO | RECURSOS | TIEMPO |
|---|--|--|--|--------------------------|
| <p>Actividad inicial</p> <p><i>“Mi gran historia”</i></p> | <p>Generar un ambiente de confianza entre participantes y facilitadores que permita un desarrollo óptimo de las actividades.</p> | <p>Se dará la bienvenida a los participantes del programa, seguidamente se les explicará el tema que se abordará en la sesión, así como el objetivo general de la jornada. Luego se presentará la dinámica “Mi gran historia”, donde los participantes deberán de formar un círculo. El facilitador sacará un papel de una caja de cartón, la cual tendrá una palabra escrita, a partir de esta palabra deberá iniciar a narrar una historia, luego el participante de la derecha deberá de sacar también un papel y narrar la continuación de la historia incluyendo la palabra escrita en el papel. Se seguirá esta dinámica hasta que todos los integrantes del grupo hayan participado. Al finalizar se contará la historia completa creada por todos los participantes.</p> | <ul style="list-style-type: none"> - Caja de cartón. - Trozos de papel con palabras. | <p>15 minutos</p> |

| | | | | |
|---|---|--|--|--------------------------|
| <p>Actividad central</p> <p>“Reconstrucción del mundo”</p> | <p>Reconocer los diversos principios y costumbres ante los cuales se han visto expuestos y han adaptado en su diario vivir.</p> | <p>Se iniciará dividiendo a los participantes en grupos de 4 a 6 personas cada uno, luego el facilitador presentará el siguiente hecho:</p> <p><i>“El mundo fue destruido totalmente, sin embargo en un lugar subterráneo lograron sobrevivir un grupo de personas con todo lo necesario para muchos meses. Van a volver a la superficie luego de un tiempo para comenzar la reconstrucción del mundo que, por supuesto, debe ser mejor que el actual. Cada grupo acá es ese grupo que iniciará la reconstrucción del mundo, ¿Qué deberá de contener ese nuevo mundo?”</i></p> <p>Se orientará una discusión de grupo utilizando las siguientes preguntas:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ ¿Qué principios, normas, tradiciones y costumbres conozco? ✓ ¿Qué principios o normas fundamentales deben orientarlos? ✓ ¿Qué actitudes deben adoptar? ✓ ¿Qué tradiciones y costumbres les gustaría mantener? ✓ ¿Por qué este nuevo mundo debería de ser de esta forma? <p>Se indicará que deberán de representar las tradiciones, principios y actitudes que deseen mantener en su nuevo mundo a través de dramas breves, afiches, manualidades, vestimentas, entre otros; para ello se les proporcionaran los materiales necesarios. Al finalizar cada grupo expondrá lo que han hablado y mostrará las representaciones de</p> | <ul style="list-style-type: none"> - Papel de color. - Tijeras. - Pegamento. - Lana. - Plumones | <p>70 minutos</p> |
|---|---|--|--|--------------------------|

| | | | |
|--|---|--|--|
| | <p>aquello que desearían mantener.</p> <p>Luego de esta actividad se dará a conocer los conceptos de aculturación y transculturación, (<i>Ver conceptos claves en Anexo 8</i>); y se realizará la siguiente reflexión sobre la actividad:</p> <p><i>“Así como hemos reconstruido un nuevo mundo en esta dinámica, integrando diversas tradiciones, principios, costumbres, normas y actitudes, así mismo es la transculturación a la cual nos vemos expuestos cuando hemos vivido cierto periodo de tiempo en un lugar lejano a nuestro hogar de origen y adoptamos esas nuevas costumbres y normas de nuevos lugares. Al final cada quien puede llegar a un consenso en sus hogares de lo que le gustaría o no practicar luego de haber conocido nuevas tradiciones, normas y actitudes”.</i></p> <p>Indicadores de logro:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Identificar las diversas costumbres, normas y actitudes que generarían un mejor mundo. - Llegar a un consenso en cuanto a diversas costumbres, normas y actitudes que conocen y practican otras personas. | | |
|--|---|--|--|

| | | | | |
|---|--|---|-------------------|-------------------------|
| <p>Actividad final</p> <p><i>“Cierre y despedida”</i></p> | <p>Felicitar a los participantes por su asistencia a la sesión y por las actividades realizadas en la jornada.</p> | <p>Se felicitará a los participantes por la asistencia y por los aportes brindados en cada actividad realizada durante la jornada. De igual manera, se les motivará para que asistan a la siguiente sesión.</p> | <p>- Ninguno.</p> | <p>5 minutos</p> |
|---|--|---|-------------------|-------------------------|

N° de sesión: 7

Tema: Resolución de conflictos y toma de decisiones

Objetivo General: Fortalecer habilidades cognitivas que permitan a las personas retornadas afrontar de manera reflexiva y consciente las diferentes demandas que el medio les planteen.

| ACTIVIDAD | OBJETIVO ESPECÍFICO | PROCEDIMIENTO METOLÓGICO | RECURSOS | TIEMPO |
|---|---|---|-------------------|-------------------|
| Actividad inicial <i>“Enredados”</i> | Generar un ambiente de confianza entre participantes y facilitadores que permita un desarrollo óptimo de las actividades. | Se dará la bienvenida a los participantes del programa, seguidamente se les explicará el tema que se abordará en la sesión, así como el objetivo general de la jornada. Se presentará la dinámica “Enredados”, donde los integrantes del grupo deberán de formar parejas, cuando las parejas estén formadas se le entregará a cada pareja dos trozos de lana. Se explicará que deberán de atar un extremo de lana a una de sus muñecas, luego entrelazarán los trozos de lana con sus parejas y atarán el extremo suelto a su otra muñeca. Cuando el facilitador lo indique, cada pareja de participantes deberá intentar separarse de su compañero sin desatar los trozos de lana que tienen en sus muñecas. | - Trozos de lana. | 15 minutos |

| | | | | |
|---|---|---|--|--|
| <p>Actividad central</p> <p>“Nuevas estrategias”</p> | <p>Desarrollar estrategias que permitan solucionar conflictos que se presentan en la cotidianidad de las personas retornadas.</p> | <p>Se realizará una lluvia de ideas con las preguntas ¿qué entiende cómo problema?, ¿cómo resuelve usted los problemas que se le presentan? A partir de la lluvia de ideas se brindará una explicación sobre el concepto de problema y las fases de la resolución de problemas (<i>Ver conceptos claves en Anexo 9</i>).</p> <p>Luego se le entregará a cada participante una hoja de trabajo (<i>Ver Anexo 10</i>) y se explicará la primera fase de la solución de problemas, donde se solicitará que identifiquen un problema. Se explicará luego la segunda fase, “la definición del problema”, donde se entregará a cada participante plastilina con la cual deberán de representar el problema que anteriormente han seleccionado. Se explicará luego el tercer paso “creación de estrategias”, donde a cada participante se le entregará una paletita con un foco, al reverso deberán de escribir que comprenden por estrategia, y luego crear diversas estrategias para la problemática seleccionada. Para el cuarto paso “toma de decisiones”, se dará una breve explicación, y se le entregará a cada participante un par de ojos movibles, donde al reverso deberán de escribir una de todas las estrategias planteadas anteriormente. En el último paso, “verificación” se explicará que se lleva a cabo luego de la puesta en práctica de la estrategia seleccionada, acá se deberá evaluar las ventajas y desventajas de la estrategia, en base a esto se logrará</p> | <ul style="list-style-type: none"> - Hoja de trabajo. (ver anexo). - Lapiceros - Plastilina. - Paleta de madera con foco. - Ojos movibles. - Dulces. | <p style="text-align: center;">70 minutos</p> |
|---|---|---|--|--|

| | | | | |
|--|--|---|--|--|
| | | <p>determinar si la estrategia ha sido eficaz o no; y finalmente se le entregará un dulce a cada participante explicando que cada estrategia puede ser verificada al igual que probar diferentes dulces para saber que sabor preferimos.</p> <p>Al finalizar se le entregará a cada participante una caja de “solución de problemas” en la cual deberán de colocar cada uno de los elementos entregados, cada uno representará un paso de la técnica:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Plastilina: Identificación y definición de problemas. ✓ Foco: Creación de estrategias alternativas. ✓ Ojos: Toma de decisiones. ✓ Dulce: Verificación de estrategias. <p>Junto con la entrega de la caja de “solución de problemas” se realizará la siguiente reflexión:</p> <p><i>“Esta caja nos ayudará a recordar el proceso a seguir cada vez que necesitemos solucionar un problema. Muchas veces nos vemos ante problemáticas que no podemos solucionar sin un análisis previo, y debemos aprender que para tener el resultado que esperamos debemos planear diferentes estrategias, analizar cada una de ellas y tomar decisiones en base al análisis previo; tal y como lo hemos realizado en esta actividad”.</i></p> | | |
|--|--|---|--|--|

| | | | | |
|---|--|--|-------------------|-------------------------|
| | | <p>Indicadores de logro:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Identifica los problemas. - Crea diversas estrategias de solución ante la problemática seleccionada. - Evalúa la conveniencia de cada estrategia creada. - Comprende la importancia de verificar la efectividad de la estrategia a través de analizar ventajas y desventajas. | | |
| <p>Actividad final</p> <p><i>“Cierre y despedida”</i></p> | <p>Felicitar a los participantes por su asistencia a la sesión y por las actividades realizadas en la jornada.</p> | <p>Se felicitará a los participantes por la asistencia y por los aportes brindados en cada actividad realizada durante la jornada. De igual manera, se les motivará para que asistan a la siguiente sesión.</p> | <p>- Ninguno.</p> | <p>5 minutos</p> |

N° de sesión: 8

Tema: Proyecto de Vida (Parte 1)

Objetivo General: Reflexionar sobre los aspectos positivos de la situación vivida fuera del país y plantearse una visión sobre su plan de vida para los próximos 5 años.

| ACTIVIDAD | OBJETIVO ESPECÍFICO | PROCEDIMIENTO METOLÓGICO | RECURSOS | TIEMPO |
|--|--|---|--|--|
| <p>Actividad inicial</p> <p><i>“Agarrando el frijol”</i></p> | <p>Generar un ambiente de confianza entre participantes y facilitadores que permita un desarrollo óptimo de las actividades.</p> | <p>En primer lugar, se realizará la bienvenida a los participantes del programa, en segundo lugar, se les explicará la temática que se abordará en la sesión y se presentará el objetivo general de la jornada.</p> <p>Posteriormente se realizará la dinámica de ambientación, para ésta, se dividirá al grupo en 2 equipos, se colocarán en fila y cada equipo elegirá un capitán. Después se entregará una pajilla a cada participante y los capitanes comenzarán el juego. Se explica que frente a ellos a una distancia de 3 metros se encuentra una mesa con dos vasos para cada equipo, el de la izquierda con frijoles y el de la derecha vacío, luego se indica que el primero deberá dirigirse lo más rápido posible hacia el vaso que contiene frijoles y con la pajilla en la boca deberá sacar un frijol sólo por absorción y pasarlo con la pajilla hacia el vaso vacío, cuando lo haya pasado correrá el segundo participante y así sucesivamente hasta que logren pasar la mayoría de frijoles en un tiempo de 10 minutos, gana el equipo con mayor</p> | <ul style="list-style-type: none"> - 2 mesas - 4 vasos - Pajillas - Frijoles | <p style="text-align: center;">15 minutos</p> |

| | | | | |
|---|---|--|---|-------------------|
| | | número de frijoles. | | |
| Actividad central <i>“Estableciendo mis proyectos”</i> | Realizar un análisis FODA que facilite la elaboración del proyecto de vida. | <p>Se iniciará la técnica sondeando los conocimientos previos y para ello se preguntará al azar a los participantes ¿Qué conocen ustedes sobre el proyecto de vida? ¿Conocen los elementos que conforman un proyecto de vida? ¿Qué significa, FODA?, etc. Y a partir de sus respuestas se explicarán los conceptos relacionados con el proyecto de vida (<i>Ver conceptos claves en Anexo 11</i>). Después, se entregará una hoja de trabajo (<i>ver anexo 12</i>) en la cual deberán realizar su propio análisis FODA y establecer sus metas de vida a corto, mediano y largo plazo.</p> <p>Seguidamente, se socializará con el pleno los resultados de su hoja de trabajo, también se explicará la tarea para la siguiente sesión.</p> <p>Posteriormente se realiza la siguiente reflexión: <i>“El proyecto de vida nos permite identificar todos aquellos aspectos que contribuyen positivamente al logro de nuestras metas, así como también permite el mejoramiento o transformación de aspectos que podrían obstaculizar el cumplimiento de éstas. Recordemos que nunca es tarde para iniciar un nuevo proyecto”.</i></p> | <ul style="list-style-type: none"> - Hojas de trabajo (ver anexo). - Lapiceros . | 70 minutos |

| | | | | |
|--|--|---|-------------------|-------------------------|
| | | <p>Indicadores de logro:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Comprende la conceptualización del proyecto de vida y los pasos para su elaboración. - Identifican y describen los cuatro aspectos del FODA. - Establecen metas concretas a corto, mediano y largo plazo. | | |
| <p>Actividad final</p> <p><i>“Cierre y despedida”</i></p> | <p>Felicitar a los participantes por su asistencia a la sesión y por las actividades realizadas en la jornada.</p> | <p>Se felicitará a los participantes por la asistencia y por los aportes brindados en cada actividad realizada durante la jornada. De igual manera, se les motivará para que asistan a la siguiente sesión.</p> | <p>- Ninguno.</p> | <p>5 minutos</p> |

N° de sesión: 9

Tema: Proyecto de Vida (Parte 2)

Objetivo General: Fomentar la creación de un proyecto de emprendimiento mediante el reconocimiento de habilidades y destrezas propias.

| ACTIVIDAD | OBJETIVO ESPECÍFICO | PROCEDIMIENTO METOLÓGICO | RECURSOS | TIEMPO |
|---|---|--|--------------|-------------------|
| Actividad inicial <i>“El gatito ciego”</i> | Generar un ambiente de confianza entre participantes y facilitadores que permita un desarrollo óptimo de las actividades. | Inicialmente se realizará la bienvenida a los participantes del programa, después, se les explicará que se continuará con la temática del proyecto de vida con la variante de la presentación del proyecto de emprendimiento. Seguidamente se realizará la dinámica: “El gatito ciego”, para la cual se designa a un participante para que haga de gatito ciego, esta persona deberá salirse y se le vendarán los ojos. Mientras tanto en la sala, los demás participantes cambiarán de lugar entre sí y se volverán a sentar en círculo. La persona que hace de gatito entra a la sala de juego e intentará colocar su mano en la cabeza de uno de los participantes del círculo. Cuando el participante haya sido tocado deberá decir: “miau” (podrá cambiar el tono e intensidad de la voz) y el gatito deberá adivinar quién es la persona, si adivina, cambiará de papel con el participante y si no adivina sigue tocando la cabeza a otro participante hasta que | -Un pañuelo. | 15 minutos |

| | | | | |
|--|---|--|---|-------------------|
| | | adivine su nombre. El tiempo de la dinámica es de 10 minutos. | | |
| Actividad central “Emprendiendo mis ideas” | Lograr que las personas retornadas presenten un proyecto de emprendimiento que contribuya a la inserción laboral. | <p>Para comenzar con la técnica central, se realizará una lluvia de ideas para retroalimentar la sesión anterior, así también se preguntará por el proyecto que deben presentar en esta jornada (<i>Ver conceptos claves en Anexo 13</i>).</p> <p>Posteriormente, se indica que la presentación del proyecto se realizará a través de un sorteo, en el que cada uno tomará un papelito previamente doblado el cual contiene el número asignado para presentar el proyecto, la persona deberá explicar en qué consiste su proyecto, como espera llevar a cabo su proyecto, en cuánto tiempo espera lograrlo y que lo motivó a la elección de su proyecto, etc. Y los demás participantes podrán realizarle preguntas o proporcionar sugerencias positivas. Cuando todos hayan expuesto sus proyectos, se felicitará a todos y se socializará preguntando: ¿Cómo se sintieron al exponer sus proyectos? ¿Qué dificultades experimentaron al momento de exponer sus proyectos de emprendimiento? ¿Podrías mencionar al menos dos aspectos positivos de la presentación del proyecto?</p> <p>Reflexión: <i>“Todos tenemos diferentes metas y sueños que podemos llevar a cabo, también todos tenemos el potencial para hacer cumplir</i></p> | <ul style="list-style-type: none"> - 1 cajita. - Papelitos con números. | 70 minutos |

| | | | | |
|--|--|---|------------|------------------|
| | | <p><i>nuestras ideas paso a paso hasta que lo que creíamos imposible se vuelva posible”.</i></p> <p>Indicadores de logro:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Explican detalladamente su proyecto de emprendimiento. - Establecen tiempo de inicio de su proyecto. - Fijan metas concretas en la elaboración de su proyecto. | | |
| <p>Actividad final</p> <p><i>“Cierre y despedida”</i></p> | <p>Felicitar a los participantes por su asistencia a la sesión y por las actividades realizadas en la jornada.</p> | <p>Se felicitará a los participantes por la asistencia y por los aportes brindados en cada actividad realizada durante la jornada. De igual manera, se les motivará para que asistan a la siguiente sesión.</p> | - Ninguno. | 5 minutos |

N° de sesión: 10

Tema: Evaluación y Retroalimentación Final

Objetivo General: Evaluar los logros y las expectativas cumplidas en el programa de intervención, así como motivar a la realización del proyecto de vida de cada uno de los participantes.

| ACTIVIDAD | OBJETIVO ESPECÍFICO | PROCEDIMIENTO METOLÓGICO | RECURSOS | TIEMPO |
|--|---|--|--|-------------------|
| Actividad inicial “Mar y tierra” | Generar un ambiente de confianza entre participantes y facilitadores que permita un desarrollo óptimo de las actividades. | Primeramente, se realizará la bienvenida a los participantes del programa, en seguida, se les explicará la temática que se abordará en la sesión y se presentará el objetivo general de la jornada. Posteriormente se realizará la dinámica: “Mar y tierra”. Para ésta, se colocará al centro de la sala una división con tirro y en un lado habrá un papel de color con la palabra “mar” y en el otro, la palabra “tierra”. Los participantes estarán en fila en “tierra” y cuando el facilitador diga “mar” deberán saltar al mismo tiempo hacia “mar”. El facilitador deberá decir más y más rápido las palabras y la persona que se equivoque deberá abandonar el juego hasta que solo quede un participante quien será el ganador. | - Tirro. - Palabras “mar” y “tierra” en hojas de color. | 15 minutos |
| Actividad central “Mi álbum de | Realizar una retroalimentación de las sesiones a través de la | Para iniciar con la actividad se entregará un álbum creado a base de 10 páginas de color, en el que la primera página tendrá escrito el nombre del participante, las paginas 2 al 9 tendrán escrito el nombre de las temáticas de las sesiones en orden cronológico. Luego se les | - Álbum con hojas de color. - Lapicero | 70 minutos |

| | | | | |
|----------------------------|--|--|--|--|
| <p>aprendizaje”</p> | <p>identificación de los aprendizajes obtenidos por las personas durante el desarrollo del programa y a la vez evaluar el mismo.</p> | <p>explica que en cada una de las páginas deberán escribir con sus palabras que aprendieron en esa sesión y como implementarán lo aprendido en su vida diaria después de la asistencia al programa. Para continuar, se solicitará que cada uno de los asistentes comparta sus aprendizajes con el grupo y el facilitador realizará una breve retroalimentación de las sesiones y su relación con los aprendizajes de las personas (<i>Ver conceptos claves en Anexo 14</i>).</p> <p>Posteriormente se procederá a la evaluación del programa psicoterapéutico a través de la dinámica “La Telaraña”, donde se solicitará a los/las participantes que formen un círculo con sus asientos, se indicará que revisen debajo de sus asientos, pues algunos encontraran un sobre con preguntas. Las preguntas serán las siguientes:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ ¿Qué aspectos positivos presentaron las sesiones desarrolladas? ✓ ¿Cuáles fueron las dificultades a las que se enfrentó durante el programa psicoterapéutico? ✓ ¿De qué manera contribuiría usted con otras personas que también fueron retornadas pero no tienen acceso a estos programas? ✓ ¿Qué otras temáticas le gustaría que se desarrollaran en futuros programas dirigidos a las personas retornadas? | <ul style="list-style-type: none"> - Hojas de evaluación (ver anexo). - Bollo de lana. | |
|----------------------------|--|--|--|--|

| | | | | |
|--|--|---|--|--|
| | | <p>✓ Mencione algunas sugerencias que puedan incorporarse en posteriores talleres.</p> <p>Cuando ya se hayan encontrado todas las preguntas se indicará cuál pregunta se contestará primero, el participante con esta pregunta deberá de dar su opinión y a continuación se le entregará la punta de un bollo de lana; seguido se solicitará la participación voluntaria de otros participantes, a quienes se les irá entregando el bollo de lana mediante vayan participando, sin que el participante anterior suelte la parte de la lana que se le entregó. Se seguirá el mismo procedimiento a lo largo de la dinámica hasta que se hayan socializado todas las preguntas y todos los participantes hayan brindado sus opiniones acerca del programa. Al finalizar la socialización quedará la representación de una telaraña o una red donde todos estarán interconectados.</p> <p>Indicadores de logro:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Identifica al menos dos aprendizajes por cada sesión. - Establece aspectos positivos y proporciona sugerencias en la evaluación. | | |
|--|--|---|--|--|

| | | | | |
|---|---|---|-------------------|-------------------------|
| <p>Actividad final</p> <p><i>“Cierre y despedida”</i></p> | <p>Felicitar a los participantes por su asistencia al programa y realizar la despedida.</p> | <p>Finalmente se felicitará a los participantes por la asistencia a las sesiones psicoterapéuticas y por la participación activa en todo el programa. De igual manera, se les incentivará para la práctica de los conocimientos adquiridos en el programa en todas las áreas en las que se desenvuelvan y después se hará la despedida.</p> | <p>- Ninguno.</p> | <p>5 minutos</p> |
|---|---|---|-------------------|-------------------------|

FUENTES DE INFORMACIÓN CONSULTADA

- Albar, M. J., Camacho, C., García, M., El Karkri, M., El Jebari, T., Hernández, S., . . .
Sevillano, J. M. (Diciembre de 2010). *Contribuciones de la Psicología de la Liberación a la Integración de la Población Inmigrante*. Recuperado el Marzo de 2020, de SciElo: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1132-05592010000300003
- Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Refugiados ACNUR. (s.f.). Obtenido de <https://www.acnur.org/historia-del-acnur.html>
- Aruj, R. S. (Enero de 2008). *Causas, consecuencias, efectos e impacto de las migraciones en Latinoamérica*. Recuperado el Marzo de 2020, de SciElo: http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1405-74252008000100005
- Castaneda, J., Martínez, J., & Flores, A. (2017). *Efecto de la educación y el trabajo con el flujo de migraciones de El Salvador*. El Salvador. Recuperado el Marzo de 2020, de <https://www.fedisal.org.sv/wp-content/uploads/2017/11/Flujo-de-Migraciones-El-Salvador.pdf>
- Castillo, J. R. (2019). *Documento de propuesta de política pública: Migración y retorno*. FUNDAUNGO. Recuperado el 2020, de www.fundaungo.org.sv
- Constitución de la República de El Salvador*. (1983). San Salvador.
- Dirección General de Migración y Extranjería DGME. (2020). *Retorno a casa*. Obtenido de <http://www.migracion.gob.sv/temas/direccion-de-atencion-al-migrante/>
- Dirección General de Migración y Extranjería El Salvador. (sin fecha). *Programa de Atención a los Migrantes Salvadoreños: "Bienvenido a casa"*. Obtenido de https://www.iom.int/jahia/webdav/shared/shared/mainsite/microsites/IDM/workshops/return_migration_development_070708/pres_alvarez.pdf

DW. (15 de Septiembre de 2020). Recuperado el Octubre de 2020, de <https://www.google.com/amp/s/amp.dw.com/es/ee-uu-justici-permite-a-donald-trump-cancelar-tps/a-54928622>

ElSalvador.com. (25 de Octubre de 2018). *En El Salvador se migra para huir de la pobreza y de las pandillas*. Recuperado el Marzo de 2020, de ElSalvador.com: <https://www.elsalvador.com/noticias/nacional/en-el-salvador-se-migra-para-huir-de-la-pobreza-y-las-pandillas/532278/2018/>

Fundación Arias para la Paz y el Progreso Humano . (2000). *Migración e integración en El Salvador: Realidades y respuestas*. Costa Rica.

Gaborit, M., Zetino Duarte, M., Brioso, L., & Portillo, N. (2012). *La esperanza viaja sin visa: Jóvenes y migración indocumentada de El Salvador*. San Salvador: UNFPA-UCA.

Gobierno de El Salvador. (2017). *Política Nacional para la Protección y Desarrollo de la Persona Migrante Salvadoreña y su Familia*. San Salvador.

INSAMI. (s.f.). *Instituto Salvadoreño del Migrante* . Obtenido de <https://insami.wixsite.com/elsalvador/quienes-somos>

Jáuregui Díaz, J. A., & Recaño Valverde, J. (2014). Una aproximación a las definiciones , tipologías y marcos teóricos de la migración de retorno. *Revista bibliográfica de geografía y ciencias sociales*, 7. Obtenido de <http://www.ub.edu/geocrit/b3w-1084.htm>

Jáuregui, J. A., & Recaño, J. (2014). Una aproximación a las definiciones, tipologías y marcos teóricos de la migración de retorno. *Revista bibliográfica de geografía y ciencias sociales*, 2.

Lobato, R. M. (7 de Noviembre de 2018). *Ignacio Martín-Baro y la psicología de la liberación*. Recuperado el Marzo de 2020, de La Mente es Maravillosa.

Migración desde Venezuela a Colombia. (2018). Colombia. Recuperado el Marzo de 2020, de <https://r4v.info/es/documents/download/66643>

Ministerio de Relaciones Exteriores. (2016). *Programa Integral de Inserción para población Salvadoreña Retornada.* Obtenido de https://www.google.com/search?ei=ewt5XvmIG6-Mgge7_6ugDQ&q=programa+integral+de+inserci%C3%B3n+para+poblaci%C3%B3n+salvadore%C3%B1a+retornada&oq=programa+integral+de+inserci%C3%B3n+para+poblaci%C3%B3n+salvadore%C3%B1a+retornada&gs_l=psy-ab.3..0i7118.9387.3

OIM. (2006). *Glosario sobre Migración* (7 ed.). Suiza. Obtenido de <http://www.iom.int>

Organización Mundial de las Migraciones (OIM). (s.f.). *Términos fundamentales sobre la migración.* Recuperado el Marzo de 2020, de OIM - ONU Migración: <https://www.iom.int/es/terminos-fundamentales-sobre-migracion>

Oso, L. (s.f.). *Migración, género y hogares transnacionales.* Coruña, España. Recuperado el Marzo de 2020, de http://xenero.webs.uvigo.es/profesorado/sonia_parella/genero.pdf

Pérez, M. (Marzo de 2019). *9 causas y consecuencias de la migración.* Recuperado el Marzo de 2020, de Lifeder.com: <https://www.lifeder.com/causas-consecuencias-migracion/>

Quevedo, D. U. (s.f.). *Psicología y mente.* Obtenido de <https://psicologiaymente.com/social/migracion-de-retorno-choque-cultural-inverso>

Ramos, E. (2014). *Niñas, niños, adolescentes y mujeres en la ruta del migrante.* San Salvador, El Salvador.

Rivera, L. (s.f.). *Migración de retorno y experiencias de reinserción en la zona metropolitana de la Ciudad de México.* Ciudad de México, México. Recuperado el Marzo de 2020, de <http://www.scielo.br/pdf/remhu/v21n41/04.pdf>

Rivera, O. (s.f.). *Las migraciones internacionales y sus efectos económicos en El Salvador*. El Salvador. Recuperado el Marzo de 2020, de <https://ccp.ucr.ac.cr/libros/psm1/pdf/orivera.pdf>

Rubio, N. M. (s.f.). *Las 10 causas y consecuencias de la migración*. Recuperado el 2020 de Marzo, de Psicología y mente: <http://www.psicologiaymente.com/social/consecuencias-migracion>

Toledo, A. C. (Noviembre de 2009). *Migración y desarrollo. El caso de América Latina*. Recuperado el Marzo de 2020, de Contribuciones a las Ciencias Sociales: <http://www.eumed.net/rev/cccss/06/acst.htm>

Univisión. (14 de Julio de 2016). Estas son las 6 principales causas de deportación . Mnesota, Estados Unidos.

ANEXOS

ANEXO 1.

Conceptos claves sesión 2: Autorregulación y gestión emocional .

Sentimientos: El sentimiento es un estado de ánimo provocado por emociones hacia personas, objetos o situaciones, es decir, para que origine un sentimiento debe haber existido previamente una emoción. Los sentimientos son duraderos y se dividen en sentimientos que generan bienestar (por ejemplo, el amor); y sentimientos que generan malestar (por ejemplo, la desesperanza).

Emociones: Son reacciones del organismo ante agentes externos a los cuales nos vemos expuestos en nuestra cotidianidad, son percibidas como intensas y de corta duración. Las emociones son experimentadas cuando presenciamos estímulos y surgen como una respuesta automática del cuerpo, manifestándose principalmente en expresiones faciales, distanciamiento o acciones.

Diferencias entre sentimientos y emociones: La principal diferencia es la duración con la cual los experimentamos, puesto que los sentimientos son duraderos y pueden permanecer por años, mientras que las emociones son de menor duración y con mayor intensidad. Otra diferencia es que las emociones aparecen inmediatamente y de manera espontánea ante un evento, caso contrario de los sentimientos, los cuales surgen después de la emoción e incluyen procesos reflexivos.

Sentimientos y emociones más comunes: Los sentimientos y emociones que experimentamos con mayor frecuencia son felicidad, amor, tristeza, enojo, miedo, alegría, sorpresa, asco.

ANEXO 2. HOJA DE TRABAJO: “SÉ COMO ME SIENTO”

Nombre: _____ **Fecha:** _____

Indicación: A continuación, se te presenta un cuadro el cual deberás llenar según lo que se te solicita, para responderlo debes estar concentrado y en silencio, ya que deberás analizar e identificar los sentimientos y emociones que has experimentado a partir del retorno forzado.

| N° | Sentimiento o emoción (ordenada de las más frecuente a la menos frecuente) | Frecuencia en que se experimenta por semana | Pensamientos relacionados con esos sentimientos y emociones | Síntomas físicos provocados por esos pensamiento, sentimientos y emociones |
|----|--|---|---|--|
| 1 | | | | |
| 2 | | | | |
| 3 | | | | |
| 4 | | | | |
| 5 | | | | |

ANEXO 3.

Conceptos claves sesión 3: Autorregulación y gestión emocional.

Expresión emocional: Es la habilidad de expresar sentimientos y emociones de manera clara y óptima. La expresión emocional consiste en buscar las palabras que nos ayuden a expresar todo que estamos experimentando en nuestro interior y así lograr un alivio personal.

Importancia de la expresión de sentimientos y emociones: Para todas las personas debe ser importante aprender a hablar de sus sentimientos y emociones, sin embargo, en muchas ocasiones se nos enseña a no expresar lo que sentimos por temor a lo que dirán los demás o temor a vernos como personas débiles. Expresar lo que sentimos de manera asertiva, es de suma importancia para lograr un alivio y bienestar psicológico y emocional, así como establecer relaciones interpersonales saludables.

Emoción placentera: Son aquellas percibidas como agradables y deseables, las emociones placenteras son las que producen sensación de bienestar psicológico y plenitud interna; es así como estas emociones también nos ayudan a establecer relaciones sociales saludables.

Emoción displacentera: Todas las emociones que experimentamos nos ayudan a nuestro desarrollo personal, por tanto, no deben ser tomadas como “positivas o negativas”, puesto que todas son necesarias; de esta manera si logramos entender el porqué de una emoción, lograremos comprender su función. Por ejemplo, el miedo, no debe ser tomado como algo malo, si no como la necesidad de protección y búsqueda de seguridad que podría advertirnos de un peligro.

Asertividad: Es la habilidad que nos permite expresar nuestros intereses sin ser agresivos o pasivos; comunicarnos de manera asertiva nos ayuda a expresar nuestros derechos, opiniones, sentimientos, creencias y luchar por nuestras propias necesidades, sin dañar ni dejar de lado las necesidades de los demás.

ANEXO 4. HOJA DE TRABAJO: “CUADRO DE LAS EMOCIONES”

Nombre: _____ Fecha: _____

Indicación: A continuación, se te presenta un cuadro en el cual deberás anotar tres emociones identificadas en la sesión anterior y responder lo que se te solicita, para lo cual debes concentrarte y ser lo más sincero/a posible.

| Emociones identificadas | Situación que provoca que surja esa emoción | Reacciones ante esta situación | Manera asertiva de expresar la emoción |
|-------------------------|---|--------------------------------|--|
| | | | |
| | | | |
| | | | |

ANEXO 5.

Conceptos claves sesión 4: Autorregulación y gestión emocional.

Autorregulación emocional: Es la capacidad de experimentar emociones, reflexionar y manejar lo que sentimos; nos permite identificar emociones y comprender cuales son los aspectos que realmente nos ayudan a tener un equilibrio emocional. Saber gestionar las emociones permite priorizar ciertas acciones u objetivos para no dejarnos llevar y actuar impulsivamente, de tal manera que se puedan establecer relaciones asertivas que nos ayuden a crecer y lograr nuestro propio bienestar.

Importancia de regular nuestras emociones: Constantemente nos vemos expuestos a problemas o situaciones que nos provocan malestar, por ello, la autorregulación emocional es importante para tomar conciencia de las emociones que experimentamos día a día, y así, aprender a manejarlas para que éstas no se desborden, sin necesidad de reprimirlas o contenerlas. Si logramos la regulación de nuestras emociones, estaremos logrando un equilibrio emocional y podremos desarrollar habilidades que nos ayuden a nuestro bienestar y el de los demás.

Resiliencia: Es la capacidad de afrontar, adaptarse y superar situaciones traumáticas o dolorosas, una persona resiliente es aquella que logra recuperarse y superarse ante la adversidad de su entorno, ser resiliente no significa no experimentar dolor o tristeza, si no, que a pesar de todo logra sobreponerse y adaptarse para poder seguir adelante.

Aceptación y perdón: Ambos son un proceso y a la vez un resultado que se obtiene a través del tiempo, esto implica el cambio en las emociones y actitudes hacia una persona o situación. La aceptación nos ayuda a disminuir esas sensaciones de malestar, odio o rencor que experimentamos hacia otros o incluso hacia nosotros mismos, de esta manera, se nos permitirá comprender y sanar para poder perdonar, soltar y aprender.

ANEXO 6.

Conceptos claves sesión 5: Relaciones Interpersonales.

Habilidades sociales: Conjunto de estrategias de conducta y capacidades que nos ayudan a resolver una situación social de manera efectiva. Nos permiten expresar los sentimientos, actitudes, deseos, opiniones o derechos de modo adecuado a la situación en la cual el individuo se encuentra mientras respeta las conductas de los otros.

Tipos de habilidades sociales:

Habilidades sociales básicas:

- ✓ Escuchar
- ✓ Iniciar una conversación
- ✓ Formular una pregunta.
- ✓ Dar las gracias.
- ✓ Presentarse.
- ✓ Presentar a otras personas.
- ✓ Realizar un cumplido.

Habilidades sociales complejas:

Asertividad: Habilidad para ser claros, francos y directos, diciendo lo que se quiere decir, sin herir los sentimientos de los demás ni menospreciar la valía de los otros, sólo defendiendo sus derechos como persona.

Capacidad de escucha: Ser capaz de escuchar con comprensión y cuidado, entendiendo lo que la otra persona quiere decir y transmitiendo que hemos recibido su mensaje.

Capacidad de comunicar sentimientos y emociones: Poder manifestar ante las demás personas nuestros sentimientos de una manera correcta, ya sean positivos o negativos.

Capacidad de definir un problema y evaluar soluciones: Habilidad social de una persona para analizar una situación teniendo en cuenta los elementos objetivos, así como los sentimientos y necesidades de cada uno.

Negociación: Capacidad de comunicación dirigida a la búsqueda de una solución que resulte satisfactoria para todas las partes.

Modulación de la expresión emocional: Habilidad de adecuar la expresión de nuestras emociones al entorno.

Reconocimiento y defensa de los derechos propios y de los demás: Habilidad de ser consciente de nuestros derechos y los de los demás y defenderlos de una manera adecuada.

Habilidades emocionales vinculadas a las habilidades sociales complejas:

Empatía: Capacidad de ponerse en el lugar de la otra persona.

Inteligencia emocional: Habilidad social de una persona para manejar los sentimientos y emociones, discriminar entre ellos y utilizar estos conocimientos para dirigir los propios pensamientos y acciones.

ANEXO 7. HOJA DE TRABAJO: “CUADRO DE HABILIDADES SOCIALES”

Nombre: _____ **Fecha:** _____

Indicación: A continuación, se te presenta un cuadro de doble entrada, en el primer recuadro se colocarán las habilidades sociales que usted considera que posee, luego deberá rellenar el siguiente recuadro con las habilidades que los demás consideran que usted posee obtenidas en la actividad realizada.

| Habilidades sociales que considero que poseo | Habilidades sociales que los demás consideran que poseo |
|---|--|
| | |

ANEXO 8.

Conceptos claves sesión 6: Transculturación

Aculturación:

En las ciencias sociales, la aculturación indica el proceso de asimilación de prácticas o rasgos culturales después de producirse un contacto cultural.

En antropología cultural, el término aculturación se refiere al contacto cultural y la adquisición de una cultura nueva.

Cuando la aculturación acontece, se da un intercambio de prácticas culturales. Al involucrar al menos dos culturas, dicho proceso puede caracterizarse por ser asimétrico. Ello significa que una de las culturas involucradas puede tener mayor peso en el mismo y verse menos influenciada por las otras culturas menos dominantes. En todo caso, gracias a que hay una asimilación de elementos de una cultura a otra, la aculturación también conlleva que la cultura que adopta dichos elementos termine por compartir ciertas similitudes con la cultura de la cual estos provienen.

Transculturación:

Es un término más reciente que otorga mayor profundidad a los procesos de asimilación cultural, mediante la **noción del enriquecimiento y la pérdida de elementos de las culturas involucradas** para la creación de una nueva.

Se distinguen tres etapas en la transculturación:

1. **La aculturación:** adquisición de elementos de la nueva cultura huésped como, por ejemplo, la incorporación de costumbres extranjeras como la vestimenta en los pueblos indígenas,
2. **La desculturación:** desarraigo o pérdida de elementos de la cultura nativa o antigua como, por ejemplo, la pérdida del lenguas maternas, y
3. **La neoculturación:** surgimiento de una nueva cultura e identidad cultural como, por ejemplo, la creación de la comida criolla.

ANEXO 9.

Conceptos claves sesión 7: Resolución de conflictos y toma de decisiones.

Problema: Un problema es un asunto o cuestión que se debe solucionar o aclarar, una contradicción o un conflicto entre lo que es y lo que debe ser, una dificultad o un inconveniente para la consecución de un fin o un disgusto, una molestia o una preocupación.

Fases de la resolución de problemas

1. **Identificación del problema:** Lo primero es tener claro cuál es el problema.
2. **Definición del problema:** Es necesario definir la problemática que nos afecta, conocer qué nos genera el malestar, como influye la problemática en nuestra vida cotidiana.
3. **Creación de estrategias:** Se trata de las diferentes acciones que pueden realizarse ante esa situación que nos genera malestar.
4. **Toma de decisiones:** De todas las ideas que se nos han ocurrido ¿cuál es la más conveniente?, se debe de seleccionar una de las soluciones para ponerla en práctica.
5. **Verificación de estrategias:** Luego de haber puesto en práctica la estrategia seleccionada se debe verificar la efectividad de la misma ante la problemática, con base a los resultados. Se pregunta: ¿Ha funcionado? Si no ha funcionado se debe intentar otra solución de las propuestas en la fase 3.

ANEXO 10. HOJA DE TRABAJO: “FASES DE SOLUCIÓN DE PROBLEMAS”

Nombre: _____ Fecha: _____

Indicación: A continuación, se te presenta un cuadro en el cual deberás realizar todos los pasos para la solución de problemas, aclarando que la verificación se realiza una vez implementada la estrategia elegida, pero puedes visualizar los resultados sólo para efectos del ejercicio.

| | | |
|--|--|--|
| <p>Identificación de problemas</p>  | <p>Definición del problema</p>  | <p>Creación de estrategias</p>  |
| <p>Identificación de problemas</p>  | <p>Definición del problema</p>  | |

ANEXO 11.

Conceptos claves sesión 8: Proyecto de vida (Parte 1)

Proyecto de vida: Es un plan trazado, un esquema vital que encaja en el orden de prioridades, valores y expectativas de una persona que como dueña de su destino decide cómo quiere vivir.

FODA (Fortaleza, Oportunidades, Debilidades, Amenazas): Es una herramienta de análisis que puede ser aplicada a cualquier situación, individuo, producto o empresa para obtener información sobre aspectos positivos y negativos de sí mismo y del entorno y que se deberán tomar en cuenta para planificar o elaborar un proyecto.

Fortalezas: Son aquellas características que están en la persona (internas). Es aquello en lo que una persona es bueno; sus habilidades, destrezas, conocimientos o actitudes.

Oportunidades: Son aquellos aspectos positivos del entorno exterior que pueden ser utilizados para el logro de los objetivos propuestos.

Debilidades: Son características internas, es decir, que están dentro de las personas, éstas pueden ser emocionales o físicas, pero que se pueden convertir en una limitante para el logro de las metas o de los objetivos.

Amenazas: Son aspectos externos, del entorno que pueden obstaculizar o eliminar el logro de una meta.

Metas: Son pequeños objetivos que el individuo se plantea para poder llegar a un objetivo final que es mucho más amplio. Son el elemento calificador y cuantificador de los objetivos. Las metas contribuyen al logro del proyecto de vida.

Metas a corto plazo: Aquellas que por lo general tardan menos de un año en concretizarse o realizarse.

Metas a mediano plazo: Este tipo de metas tardan más de un año y menos de 5 en concretarse.

Metas a largo plazo: Son las metas que requieren de un periodo de tiempo largo para llevarse a cabo, mayores a cinco años.

ANEXO 12. HOJA DE TRABAJO: “ESTABLECIENDO MIS PROYECTOS”

Nombre: _____ Edad: _____

Fecha: _____

Indicación: A continuación se te presentan una serie de aspectos que deberás responder de manera individual en relación a tus metas, realiza tu FODA, luego escribe logros que deseas alcanzar y después establece metas a corto, mediano y largo plazo.

I. FODA

| | |
|---------------|--|
| FORTALEZAS | |
| OPORTUNIDADES | |
| DEBILIDADES | |
| AMENAZAS | |

II. VISION ¿Cómo me veo en...?

| 1 mes | 1 año | 5 años |
|-------|-------|--------|
| | | |

III. Escribe un logro que quieres alcanzar por cada ámbito que se te presenta y el tiempo en que esperas alcanzarlo.

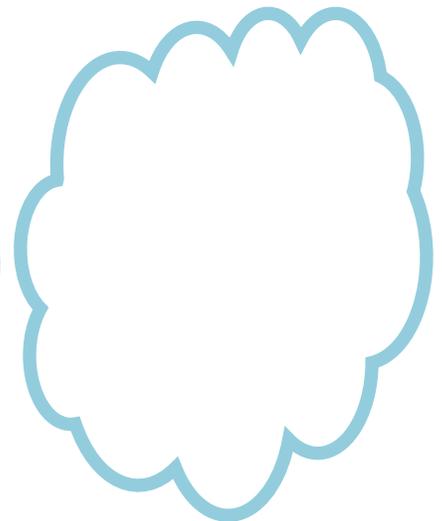
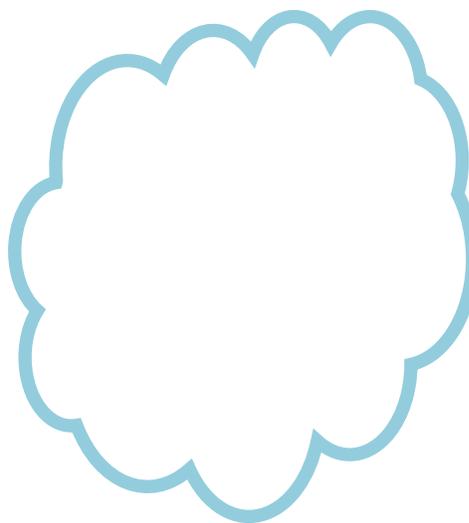
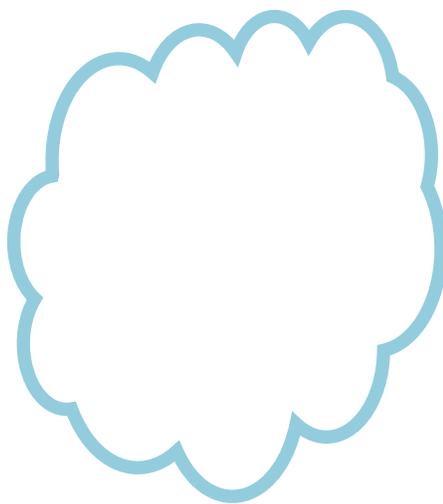
| -Ámbito | Social | Laboral | Familiar |
|----------------------------------|--------|---------|----------|
| -Objetivo | | | |
| -Tiempo en que espero alcanzarlo | | | |

IV. Escribe una meta

CORTO PLAZO

MEDIANO PLAZO

LARGO PLAZO



TAREA: Con base a su FODA y metas propuestas, piense en un proyecto que podría implementar usted mismo, describa su proyecto sobre cómo y en qué tiempo lo espera lograr. Deberá presentarlo de forma creativa en la siguiente sesión.

ANEXO 13.

Conceptos claves sesión 9: Proyecto de vida (Parte 2)

Emprendimiento: Es un proceso orientado a plasmar una idea en un proyecto efectivo, se procura que la idea o conjunto de ideas se transforme a través de una serie de pasos en una realidad concreta.

Tipos de Emprendimiento

-Emprendimientos pequeños: Son aquellos proyectos hechos a escala local y su éxito está determinado por su capacidad de dar sustento a los dueños y trabajadores de las empresas.

-Emprendimientos escalables: Proyecciones que inician como emprendimiento pequeño pero que buscan escalar posiciones en el mercado.

-Emprendimientos grandes: Son las llamadas “empresas grandes” que requieren permanente innovación y actitud creativa para su sostén.

ANEXO 14.

Conceptos claves sesión 10: Evaluación y retroalimentación final.

- **Sesión 1: Encuadre grupal**

-Descripción del programa terapéutico

-¿Qué es la psicología?

- **Sesión 2: Autorregulación y gestión emocional_(Identificación de emociones y sentimientos)**

Sentimientos: El sentimiento es un estado de ánimo provocado por emociones hacia personas, objetos o situaciones, es decir, para que origine un sentimiento debe haber existido previamente una emoción.

Emociones: Son reacciones del organismo ante agentes externos a los cuales nos vemos expuestos en nuestra cotidianidad, son percibidas como intensas y de corta duración.

- **Sesión 3: Autorregulación y gestión emocional_(Expresión de emociones y sentimientos)**

Expresión emocional: Es la habilidad de expresar sentimientos y emociones de manera clara y óptima.

- **Sesión 4: Autorregulación y gestión emocional (Manejo de emociones y sentimientos)**

Autorregulación emocional: Es la capacidad de experimentar emociones, reflexionar y manejar lo que sentimos; nos permite identificar emociones y comprender cuales son los aspectos que realmente nos ayudan a tener un equilibrio emocional.

- **Sesión 5: Relaciones interpersonales**

Habilidades sociales: Conjunto de estrategias de conducta y capacidades que nos ayudan a resolver una situación social de manera efectiva.

- **Sesión 6: Transculturación**

Transculturación: Adopción por parte de un pueblo o grupo social de formas culturales de otro pueblo que sustituyen completa o parcialmente las formas propias.

Aculturación: Proceso de recepción de otra cultura y de adaptación a ella, en especial con pérdida de la cultura propia.

- **Sesión 7: Resolución de conflictos y toma de decisiones**

Fases de la resolución de problemas:

1. Identificación del problema
2. Definición del problema
3. Creación de estrategias
4. Toma de decisiones
5. Verificación de estrategias

- **Sesión 8: Proyecto de vida (Parte 1)**

Proyecto de vida: Es un plan trazado, un esquema vital que encaja en el orden de prioridades, valores y expectativas de una persona que como dueña de su destino decide cómo quiere vivir.

FODA (Fortaleza, Oportunidades, Debilidades, Amenazas)

- **Sesión 9: Proyecto de vida (Parte 2) Emprendimiento**

Emprendimiento: Es un proceso orientado a plasmar una idea en un proyecto efectivo, se procura que la idea o conjunto de ideas se transforme a través de una serie de pasos en una realidad concreta.

ANEXO 15.

GLOSARIO

- **“Coyote”**: se denomina así a la persona encargada de dirigir a los migrantes en el camino hacia la frontera de Estados Unidos de forma ilegal, generalmente por un pago.
- **Covid-19**: Un nuevo coronavirus (CoV) es una nueva cepa de coronavirus. La enfermedad causada por el nuevo coronavirus que se detectó por primera vez en Wuhan, China, ha sido denominada enfermedad por coronavirus 2019 (COVID-19). “Co” hace referencia a “corona”, “vi” a “virus” y “d” a *disease* (“enfermedad” en inglés).
- **Emigración**: Desde la perspectiva del país de salida, movimiento que realiza una persona desde el país de nacionalidad o de residencia habitual hacia otro país, de modo que el país de destino se convierte efectivamente en su nuevo país de residencia habitual.
- **Inmigración**: Desde la perspectiva del país de llegada, el acto de trasladarse a un país distinto del país de nacionalidad o de residencia habitual, de manera que el país de destino se convierta efectivamente en el nuevo país de residencia habitual.
- **Migración interna**: Movimiento de personas dentro de un país que conlleva el establecimiento de una nueva residencia temporal o permanente.
- **Migración internacional**: Movimiento de personas fuera de su lugar de residencia habitual y a través de la frontera de un país del que no son nacionales.
- **Migración irregular**: Movimiento de personas que se produce al margen de las leyes, las normas o los acuerdos internacionales que rigen la entrada o la salida del país de origen, de tránsito o de destino.
- **Migración laboral**: Movimiento de personas de un país a otro, o dentro del mismo país de residencia, con fines laborales.
- **Migración por motivos climáticos**: Movimiento de una persona o grupo de personas que, principalmente debido a un cambio repentino o gradual en el medio ambiente como consecuencia del cambio climático, se ven obligadas a abandonar su lugar de residencia habitual, o deciden hacerlo, con carácter temporal o permanente, dentro de un país o a través de una frontera internacional.

- **Migración regular:** Movimiento de personas que se produce de conformidad con las leyes del país de origen, de tránsito y de destino.
- **Restitución:** Devolución o recuperación de un estado, cosa o situación que antes se tenía.
- **Síndrome de Ulises:** Es un cuadro psicológico, también conocido como el Síndrome del Emigrante con estrés crónico y múltiple. Se trata de un cuadro intenso de estrés que afecta a inmigrantes que viven situaciones límite. Es una variante extrema del duelo migratorio clásico.
- **Xenofobia:** Conjunto de actitudes, prejuicios y comportamientos que entrañan el rechazo, la exclusión y, a menudo, la denigración de personas por ser percibidas como extranjeras o ajenas a la comunidad, a la sociedad o a la identidad nacional.