

EDGARD FERNANDO PACHECO LUZA Y CRAYLA ALFARO AUCCA. (EDS)



MUJER EN LAS AMÉRICAS

BRECHA DE GÉNERO
EN UN MUNDO GLOBAL



Universidad
Andina
del Cusco

**HIGH RATE
BOOKS**
BY HIGH RATE CONSULTING



MUJER EN LAS AMÉRICAS BRECHA DE GÉNERO EN UN MUNDO GLOBAL

WOMEN IN THE AMERICAS. GENDER GAP IN A GLOBAL WORLD

USA, Octubre/October 2023

Comité científico / Scientific committee

Morela Pereira Burgos, Universidad del Zulia, Venezuela.

<http://orcid.org/0000-0003-4331-1530>

Juan Antonio Fernández, Universidad Autónoma Indígena de México, México.

<https://orcid.org/0000-0002-9297-9812>

William Jesús Rojas-Gutiérrez, Universidad Privada San Juan Bautista SAC, Perú.

<https://orcid.org/0000-0001-5296-2971>

Katerin Taboada Rosell, Universidad Andina del Cusco, Perú.

<https://orcid.org/0000-0002-3700-2937>

Cómo citar / How to cite: Pacheco Luza, E., Alfaro Aucá, C. (eds). (2023). *Mujer en las Américas. Brecha de Género en un mundo Global*. Universidad Andina del Cusco / High Rate Consulting. <https://doi.org/10.36881/brechagenero>

Portada / Cover: Ronald Morillo

Diseño / Graphic design: Equipo de diseño High Rate Consulting Co

Revisión de estilo / Style review: Fidias Arias Odón

ISNI High Rate Consulting: <https://isni.org/isni/00000000492376119>

ISBN: 979-8-9875607-5-4 | **e-ISBN:** 979-8-9875607-6-1

High Rate Consulting, Corp. Plano, TX. 75025 | Phone: +1 786 566 0795 | Email: wile@higrateco.com



ESTE LIBRO HA SIDO ARBITRADO POR PARES CIEGOS Y ES PRODUCTO DE INVESTIGACIÓN.
THIS BOOK HAS BEEN REVIEWED BY DOUBLE BLIND PEERS AND IS PRODUCT OF RESEARCH.

MUJER EN LAS AMÉRICAS

BRECHA DE GÉNERO EN UN MUNDO GLOBAL

Edgard Fernando Pacheco Luza
Crayla Alfaro Aucca
(Editores)



ÍNDICE

- 9 Presentación
- 11 Análisis bibliométrico desde una perspectiva de género en Scopus para el período 2000-2022.
Carlos Samuel Ramos Meza, Crayla Alfaro Aucca, Edgard Fernando Pacheco Luza y Juan Carlos Valencia Martínez
- 27 Percepción del Riesgo Sexual: desde la voz de las mujeres indígenas Yoreme-Mayo de Sinaloa, México.
Ginne Ussi Guadalupe Apodaca-Orozco, Leonor Tereso-Ramírez, Lourdes Patricia Ortega-Pipper y María Elena Fernández-López
- 39 El colectivo LGBTQ+: La relevancia de conservar, compartir y digitalizar historia, cultura y archivos.
Juan-José Boté-Vericad
- 59 Liderazgo femenino: apreciación comparativa entre mujeres de la política venezolana. Caso Solórzano y Machado.
Roosevelt Fernández-Parra, Rosana Meleán Romero, María Auxiliadora Guerrero e Irma Milagros Carhuancho Mendoza
- 73 Mujer migrante: asesoramiento psicosocial, orientación sociolaboral y derechos humanos.
Jesús Alfredo Morales Carrero
- 91 Las feministas argentinas en la oposición sindical al neoliberalismo.
Paula Andrea Lenguita
- 105 Relación entre la violencia de género y la intención de rotación laboral de mujeres en entornos laborales de México.
Mónica Lorena Sánchez Limón
- 117 Liderazgo en la agroindustria cacaotera de la Provincia de El Oro: Enfoque según género.
Mónica del Carmen Vargas Jiménez y María Elena Bonomie Sánchez
- 131 Regaining the Global North? A foreign Latina facing and challenging social structures while working for (re) gaining a diverse world.
Fabiana Cristina Turelli

Mujer migrante: asesoramiento psicosocial, orientación socio-laboral y derechos humanos

Migrant woman: psychosocial counseling, socio-labor orientation and human rights

Jesús Alfredo Morales Carrero

<https://orcid.org/0000-0002-8379-2482>

lectoescrituraula@gmail.com

Resumen

La movilidad humana como fenómeno global complejo, ha puesto a prueba la capacidad de respuesta de los Estados y Organismos Internacionales en torno a la satisfacción de los múltiples requerimientos de quienes deciden dejar voluntaria o forzosamente su lugar de origen, para aventurarse en la búsqueda de mayores y mejores oportunidades de vida tanto dignas como justas. Esta investigación como resultado de una revisión documental muestra en primer lugar, un análisis sobre los procesos psicológicos, sociales y emocionales por los que atraviesa la mujer que migra y, en segundo lugar, propone una serie de acciones para atender los requerimientos multidimensionales asociados con la inclusión efectiva de este sujeto de derecho; los cuales giran en torno al asesoramiento psicosocial, consistente en acercar mecanismos de ayuda relacionados con el manejo del duelo migratorio, el fortalecimiento de la autoestima y la valía personal, el proceder resiliente, la gestión emocional, socioemocional y afectiva, así como la adopción de la flexibilidad cognitiva para manejar los cambios emergentes con actitud proactiva. Con respecto a

>>

Cómo citar

Morales Carrero, J. A. (2023). Mujer migrante: asesoramiento psicosocial, orientación socio-laboral y derechos humanos. En: Pacheco Luza, E., y Alfaro Aucá, C. (eds). *Mujer en las Américas. Brecha de Género en un mundo global*. Universidad Andina del Cusco / High Rate Consulting. <https://doi.org/10.36881/brechagenero5>

la orientación socio-laboral, se precisa el apoyo en materia de emprendimiento, iniciativas productivas y actividades que garanticen la independencia, la autonomía y el logro del posicionamiento social. También, se menciona los derechos humanos que asisten a la mujer migrante, a decir, el derecho a una vida digna, a la salud y los servicios asistenciales, a la educación y actualización permanente, así como a la formación en ciudadanía global y en valores universales que garanticen su adaptación a las demandas de la cultura de destino; apuntalando de este modo su desempeño coherente y equilibrado de las dimensiones que conforman su supra-complejidad.

Palabras clave: procesos psicosociales, disposición adaptativa derechos humanos, desarrollo integral, calidad de vida y bienestar integral, mujer migrante.

ABSTRACT

Human mobility as a complex global phenomenon has tested the response capacity of States and International Organizations to satisfy the multiple requirements of those who decide to leave their place of origin voluntarily or forcibly, to venture in search of greater and better life opportunities, both dignified and fair. This research shows, because of a documentary review, firstly, an analysis of the psychological, social, and emotional pro-

cesses that women who migrate go through and, secondly, proposes a series of actions to address the multidimensional requirements associated with migration. This subject law effective inclusion that revolves around psychosocial counseling. That consists of providing help mechanisms related to managing of migratory grief, strengthening self-esteem and personal worth, resilient behavior, emotional, socio-emotional, and affective management, as well as adopting of the cognitive flexibility to manage emerging changes with a proactive attitude. Concerning socio-labor orientation, support is required in terms of entrepreneurship, productive initiatives and activities that guarantee independence, autonomy, and the achievement of social positioning. Also, the human rights that assist migrant women are mentioned, namely, the right to a dignified life, health and assistance services, education and permanent updating, as well as training in global citizenship and values. Universals that guarantee their adaptation to destination culture demands, thus underpinning its coherent and balanced performance of the dimensions that make up its supra-complexity.

Keywords: psychosocial processes, adaptive disposition human rights, integral development, quality of life and integral well-being, migrant woman.

INTRODUCCIÓN

Atender la supra-complejidad de los requerimientos y procesos psico-socioemocionales, laborales y socioeconómicos por los que atraviesa la mujer migrante, supone comprender las circunstancias de origen y en función de ello, diseñar acciones que promuevan “actitudes constructivas que posibiliten y potencien el crecimiento personal, la necesaria conjugación de adaptación y flexibilidad ante los cambios, así como las referencias y apoyos que lo facilitan, con una insistencia específica en la responsabilidad humana y profesional” (Melero, 2010, p. 31).

Este compromiso con el acompañamiento a la mujer migrante, refiere también a la ampliación de los mecanismos de afrontamiento positivo que le ayuden a lidiar con el estrés, la ansiedad, la depresión y los duelos, reforzando de esta manera la regulación emocional y su capacidad resiliente para superar las crisis generadas por el desarraigo forzoso que permea a quien decide moverse de su lugar de pertenencia en la búsqueda de oportunidades dignas. De allí, el énfasis de los programas de orientación psicosocial en generar procesos paliativos, de reinterpretación, de negociación y racionalización (Barra, 2003) que posibiliten la precisión de objetivos personales, el manejo de los factores externos y la superación de las tensiones.

Estos cometidos como elementos tangenciales de las convenciones internacionales en materia de derechos humanos, aunado a procurar el resguardo no solo a los más vulnerables, también pretende edificar los cimientos de una sociedad más justa, equitativa y paritaria en la que se garantice la superación de las discriminaciones y las desigualdades, para darle paso a un estado de convivencia solidaria capaz de entretejer los lazos de unión y el trato digno que sumado al bien común, ayuden a posicionar en la mujer como sujeto de derecho,

sus virtudes y cualidades independientemente de su pertenencia (Ferrajoli, 2016; García y Restrepo, 2020). Esta búsqueda de reivindicaciones globales para la mujer migrante, supone la consolidación de su libertad de agencia tanto para actuar como para decidir, emprender y asumir su crecimiento personal como una dimensión sobre la cual deberá trabajar enfáticamente (Sen, 2000).

Para Lafarga (2016), asesorar a la mujer que migra en el manejo de las diversas situaciones atravesadas en su lugar de origen, las ocasionadas en su transitar y las que le corresponde vivenciar en el contexto de destino, sugiere el reforzamiento de los intereses de vida, la precisión de su proyecto personal y la definición de cursos de acción que le ayuden no solo a consolidar su inserción efectiva dentro de la actividad social del país que la acoge, sino además, lograr el desenvolvimiento auténtico de sus preferencias tanto profesionales como ocupacionales, permitiendo de este modo la adhesión responsable con su crecimiento multidimensional.

Si bien es cierto, lo planteado representa la posibilidad de involucrar a la mujer migrante dentro de la vida activa del país receptor, también lo es la necesidad de conducirla a la recuperación de su dignidad como el eje sobre el cual gira el reconocimiento propio de su valía personal y del potencial que se desprende de la interiorización auténtica de libertad de agencia para operar dentro de un mundo con desafíos complejos y demandantes, a los cuales enfrentar desde el despliegue de su eficacia personal, de su convicción moral y del reconocimiento de su competitividad y autonomía para construir e impulsar su propio proyecto de vida (Branden, 2011).

En otras palabras, atender los requerimientos de la mujer migrante sugiere esfuerzos en torno a la recuperación del aprecio, la confianza y la acepta-

ción como sujeto de derecho, en quien recae la responsabilidad de operativizar sus potencialidades y capacidades propias, a las cuales se les adjudica la posibilidad de impulsar disciplinados esfuerzos para insertarse funcionalmente en la realidad social y ocupacional con actitud proactiva, creativa y comprometida con su crecimiento personal (Morales, 2023; Rogers, 2015).

Esta investigación como resultado de una revisión documental, además de integrar los referentes teóricos de varias disciplinas, también deja por sentada la necesidad de generar mecanismos de acompañamiento psicosocial, orientación socio-laboral y atención en derechos humanos, como dimensiones de las que depende que la mujer logre superar la crisis derivada del estrés post-traumático, insertarse laboral y socialmente, así como consolidar su libertad de agencia en el lugar de destino. Para ello, se consultaron fuentes primarias en materia de: psicología de la salud, desarrollo humano, civismo y ciudadanía, así como en materia de derechos humanos; del mismo modo se precisaron fuentes directamente vinculadas con los procesos psicosociales implicados en la migración de la mujer. Los materiales consultados permitieron organizar, por un lado un análisis teórico sobre los efectos multidimensionales de la migración en la mujer y, por el otro, sugerir algunas acciones que deben integrarse en los procesos de inclusión, atención y acompañamiento a este sujeto de derecho.

Dimensiones a considerar para atender los requerimientos de la mujer migrante

En este apartado se desarrollan las dimensiones en las que los Estados y Organismos Internacionales deben trabajar, desplegar esfuerzos sinérgicos y unificar criterios que le permitan atender los requerimientos de la mujer que migra, a quien se le deben aportar las condiciones necesarias para superar los conflictos de origen, los derivados de su travesía y aquellos con los que se encuentra en el lugar de destino. De allí, que precisen como dimensiones estratégicas y tangenciales las siguientes: asesoramiento psicosocial, orientación socio-laboral y lo referente a los derechos que le asusten como sujeto de derecho.

Asesoramiento psicosocial de la mujer migrante

Acompañar psicosocialmente a quienes migran por diversos motivos tanto forzosa o voluntariamente, demanda la actuación sinérgica de las instituciones tanto supranacionales como las del lugar de destino, en torno al asesoramiento en áreas específicas de las que depende la adaptación del sujeto-migrante a las nuevas condiciones de vida, a decir: resolución de necesidades básicas, desarrollo de habilidades y competencias para enfrentar las exigencias propias de las oportunidades reales, asumir responsable y disciplinadamente el manejo de recursos, así como disponer su capacidad racional para tomar decisiones que redunden en la maximización de su bienestar integral (Sayed-Ahmad, 2013).

Para Melero (2010), atender los requerimientos sociales y psicológicos de la mujer que migra, involucra el fortalecimiento del proyecto de vida personal a través del cual empoderarla para luchar por la consolidación de metas a corto, mediano y largo plazo; esto refiere entre otros aspectos, a la concreción de propósitos personales que, además conducirla al descubrimiento de sus capacidades individuales, también se ocupe de precisar cómo ubicarse con efectividad dentro de las oportunidades que el contexto de origen le ofrece. De allí que la autora enfatice en la vinculación indefectible entre el asesoramiento psicosocial y el desarrollo humano, como objetivo universal que exige “ampliar las capacidades personales y las oportunidades sociales que permitan elegir la vida que uno considere deseable” (p. 22).

Esto insta al individuo que migra a la recuperación de la confianza en las instancias de atención inmediata del lugar de destino, con la finalidad de estrechas lazos que ayuden a mejorar el funcionamiento psíquico, es decir, a lograr el equilibrio funcional derivado del afrontamiento positivo frente a los eventos estresantes por los que, en este caso la mujer que migra atraviesa; esto implica empoderarla, afirmar su valía y revitalizar los mecanismos socioemocionales y afectivos que le permitan manejar las crisis multifactoriales y, posteriormente redireccionar sus energías hacia la reafirmación de propósitos sobre los cuales anclar su recuperación.

De allí que la atención a la mujer que migra deba involucrar el acogimiento institucional como un reforzador de la sensación de seguridad, de la confianza y la solidaridad, valores que le instan a la superación progresiva de la crisis, dando de este modo lugar al desarrollo de la independencia, la autonomía y la libertad para crear posibles escenarios en función de los cuales impulsar su desarrollo como sujeto funcional (Martínez y Martínez, 2018). Según Morales (2022), se considera imprescindible atender prioritariamente las siguientes dimensiones en la mujer que migra, a decir:

1. Dimensión personal. Se procura la profundización en la historia de vida, en sus experiencias y vivencias, en la precisión de patrones destructivos y prácticas continuadas sistemáticamente que pudieran sumirla en la revictimización; del mismo modo, se intenta superar los desequilibrios funcionales derivados de la indefensión condicionada o aprendida, de la violencia o maltratos en sus diversas manifestaciones, pero también el manejo de los factores estresantes que por sus implicaciones sociales, psicológicas y emocionales pudieran reducir el desempeño correcto de la mujer en el lugar de destino.
2. Dimensión jurídica. El acompañamiento a la mujer en materia de asistencia legal le ofrece la posibilidad alcanzar la denominada sensación de seguridad, de cobijo, de resguardo, que la ubica en un estatus de reconocimiento como sujeto de derecho, sobre quien reposa en primera instancia el derecho a la vida, a la protección de su integridad humana y moral, pero también psicológica y social.
3. Dimensión contextual. Revisar las situaciones de origen, las condiciones del lugar de procedencia y las pertenencias, debe asumirse como un modo de comprender la precariedad, el caos social, económico e institucional que conduce a la mujer a dejar su país de origen. A partir de la precisión de estos datos, es posible construir líneas estratégicas de actuación psico-socioemocio-

nal que ayuden a mejorar las posibilidades de vida tanto calidad como de estabilidad.

Lo planteado constituye un modo estratégico, holístico e integral de atender los requerimientos tangenciales de la mujer que migra, focalizando esfuerzos en torno a aristas comunes que comparten quienes dejan su lugar de origen, a decir: garantizar su seguridad e integridad personal, superar las implicaciones multifactoriales de la disfuncionalidad familiar y la desintegración social, tomar distancia de los efectos psicológicos y morales de la persecución política (Red Acoge, 2018).

Por ende, fomentar el afrontamiento activo y positivo se entiende como el determinante de la superación exitosa de la adversidad, los obstáculos y las crisis; esto como parte del asesoramiento psicosocial de la mujer migrante, implica asumir cada situación cruenta como una posibilidad para aprender, para crecer y ampliar los beneficios asociados con el aprender a vivir bien independientemente de los cambios drásticos, frente a los cuales no se debe perder de vista los propósitos asociados con el proyecto de vida personal. Según Torralba (2013), algunas estrategias de afrontamiento activo que se deben facilitar a la mujer migrante para el manejo del duelo, las tensiones y el estrés son: el uso del análisis situacional personal y del contexto, con la finalidad de precisar oportunidades, definir cursos de acción sencillos, reales y significativos, y finalmente la adopción de la asertividad, como la actitud diligente y frontal que demanda el despliegue de los recursos personales para gestionar las situaciones problemáticas.

Lo anterior como resultado de la atención psico-emocional de las mujeres migrantes, implica entre otros aspectos, lograr que la sociedad de acogida cree las condiciones tanto de sensibilidad como de aceptación, que conduzcan a la maximización de los procesos adaptativos en el lugar de origen, a asumir y gestionar los cambios tanto drásticos como traumáticos, a superar la crisis por ansiedad, depresión, frustración, a reducir a través de la inteligencia emocional los efectos del estrés post-traumático y demás trastornos que vulneren el bienestar psicosocial (Organización Internacional para las Migraciones, 2018).

Para la Red Acoge (2018), las áreas prioritarias en las que se debe atender a la mujer migrante son; el área de ansiedad, el manejo de las preocupaciones excesivas, los pensamientos recurrentes, la tensión y la irritabilidad; el área de las somatizaciones, a decir: malestar físico, dolores. El área confusional, es decir la ubicación espacio-temporal; el área de los factores estresores, la disponibilidad económica, la incertidumbre, la pérdida de reconocimiento social y de estatus, los desafíos derivados de las barreras comunicativas, del idioma y la interacción tanto efectiva como funcional.

Por su parte, González (2008) propone como aspecto asociado con la estabilidad psicosocial, el desarrollo de la motivación como el modo de fijar la atención en el alcance de logros personales, en el despliegue del potencial personal para fines asociados con el proyecto de vida; esto implica dirigir los esfuerzos cognitivos, psicológicos y emocionales hacia el alcance de la autonomía, pero también hacia el desenvolvimiento de mecanismos adaptativos que fundamenten acciones asertivas cuya intencionalidad conduzca al desarrollo integrativo de la personalidad.

Relaciones interpersonales.

El fortalecimiento de los vínculos humanos depende significativamente de la disposición para manejar habilidades sociales enfocadas en lograr la aceptación y, seguidamente el acogimiento de quien migra. De allí, la necesidad de promover competencias comunicativas, de interacción y relacionamiento que optimicen el afrontamiento efectivo. Esto implica construir redes de apoyo, de solidaridad y cobijo, como recursos a través de los cuales maximizar las posibilidades adaptativas que, por un lado, coadyuven con el manejo de las crisis personales y, por el otro, faciliten las condiciones para entretejer nexos de apoyo que conduzcan al alcance de la cohesión social inclusiva.

Para Barra (2003), las relaciones interpersonales como recursos psicosociales al servicio de la superación de las crisis por migración, tiene como función potenciar vínculos sinérgicos de apoyo desde la denominada reciprocidad, como el valor universal que procura concatenar lazos de apoyo

social bidireccional en torno a la gestión de demandas propias del contexto, en las que el esfuerzo de todos se entiende como un modo de amortiguar de la ansiedad, la soledad y el estrés. A estos vínculos de apoyo recíproco la autora le adjudica el compromiso por consolidar el bienestar del otro, por precisar necesidades comunes a partir de las cuales motivar el operar conjunto que consolide la empatía y el beneficio mutuo.

Resiliencia.

Según Forés y Grané (2012), fortalecer la personalidad resiliente de la mujer migrante no procura en modo distanciarla de lo vivido, sino más bien, ayudarle a racionalizar los eventos complejos y las adversidades, entendiéndolas como procesos a partir cambiar el curso de acción de un cambio de percepción que supone desentrañar significados que redunden en el crecimiento personal.

Para Lafarga (2016), la superación de las crisis motivadas por eventos traumáticos depende significativamente de la actitud resiliente, a la que se entiende como la reformulación positiva de las situaciones complejas, difíciles y de amplio impacto emocional y psicológico, con la intencionalidad de estimar en la mujer, según sea el caso, posibilidades para impulsar nuevas oportunidades de crecimiento y desarrollo personal. Este operar resiliente de la mujer que migra le permite lidiar con los embates socioemocionales y afectivos, conduciéndola a asumirlos desde el reaprendizaje de la esperanza, que supone adoptar la autodeterminación de ir más allá re-significando lo trascendental, lo que redundará en el fortalecimiento de su ser (Cyrulnik y Anaut, 2014).

Torrallba (2013) indica que motivar el desarrollo de la resiliencia constituye un recurso útil para superar los problemas, las crisis y los desafíos personales, pero además, refiere a la ruptura de la dependencia y, por consiguiente el alcance de la autonomía para gestionar la adversidad con éxito. De allí que fortalecer la personalidad resiliente se entienda como un modo de reforzar el afrontamiento activo y la disposición para sobrellevar situaciones cotidianas con efectividad; en tal sentido, se considera imprescindible promover en la mujer migran-

te este proceso psicológico positivo, con la finalidad de maximizar la posibilidad para insertarse en redes de apoyo que le permitan creer, estimar las adversidades desde otros ángulos y sobreponerse al dolor con prontitud.

Manejo del duelo.

El manejo del arraigo y la superación de los eventos traumáticos por los que atraviesa la mujer migrante, constituyen procesos complejos de superar con prontitud. Por lo general, quienes migran experimentan abusos, la sensación de pérdida, cuadros psicológicos traumáticos y una profunda sensación de incertidumbre que agudiza el duelo (González, 2005). Frente a estos factores de riesgo, el accionar institucional debe girar en función de ayudar a gestionar, superar y redireccionar los procesos psicosociales hacia la resolución de los efectos del desarraigo forzoso, como factor responsable de cronificar el estrés emocional intenso.

Para Bowlby (2014), la superación del duelo constituye un proceso psicosocial del que depende el avance hacia un estado de equilibrio funcional, el cual por dar paso a la adaptación, permite también ampliar a la capacidad para racionalizar eventos traumáticos extrayendo de estos otras habilidades importantes para la supervivencia, a decir: la disposición para construir nuevas relaciones sociales, la fortaleza interior para responder a las demandas tanto del presente como del futuro, el balance de las necesidades determinando sus prioridades y jerarquizando requerimientos de los que depende la consolidación de su bienestar.

Desde las teorías del apego un modo de superar la crisis derivadas de la migración, exige de quien las experimenta la apertura y aceptación de refuerzos positivos, la construcción de vínculos de apoyo mutuo resultado de la interacción tanto con otros sujetos en la misma condición como con profesionales que le acompañen en la tarea de gestionar el dolor, la incertidumbre y la inseguridad; hasta alcanzar la redefinición de los patrones de apego que modifiquen a su vez su percepción de las experiencias desagradables y de los motivos que le condujeron a migrar. Es preciso indicar que algunas acciones de atención a la mujer migrante en lo que

respecta a la gestión del duelo son: el manejo de la ansiedad por desarraigo forzoso, la racionalización del dolor y el luto; el incremento de la sociabilidad como proceso vinculado con el mejoramiento significativo del estado anímico, emocional, psicológico y afectivo.

Procesos adaptativos.

Lograr que el involucramiento efectivo de la mujer a la vida social del país de destino, requiere la promoción de estrategias enfocadas en procesar las particularidades culturales, sociales, laborales, ocupacionales y productivas, incorporándolas a su propia cosmovisión y a la coexistencia; estas estrategias se relacionan con: la aceptación de la dinámica social, de sus transformaciones y modos de relacionamiento entre nacionales; precisar aspectos afines en función de los cuales construir oportunidades y posibilidades para entretejer el crecimiento integral de su ser; definir objetivos susceptibles de cambio en razón de la nueva realidad en la que la mujer procura integrarse; disponer su capacidad crítico-analítica para trabajar en soluciones/alternativas que no solo deriven en mayores beneficios sino que respondan al criterio de trascendencia, de desarrollo integral y del alcance de la estabilidad psicosocial (Sayed-Ahmad, 2013).

Manejo de la autoestima y autoconcepto.

Fortalecer el sentimiento de valía y el reconocimiento personal, se entienden como requerimientos a partir de los cuales lograr en la mujer que migra la superación de los desajustes vejatorios vivenciados en su lugar de pertenencia y, por consiguiente, desarrollar la madurez psicológica para enfrentar con seguridad los factores externos que pudieran vulnerar su integridad psicosocial y emocional. De allí, la importancia de potenciar la confianza en sí misma y la actitud positiva que haga posible el reconocimiento de su dignidad, así como la adopción del compromiso individual para aceptarse y amarse, dejando a un lado la autocrítica, la culpa y la sensación de indefensión condicionada o aprendida que pudiera conducirla a un estado de vulnerabilidad destructivo.

Algunas acciones de acompañamiento que

favorecen la superación de los derivados de una autoestima negativa parten de la promoción del autoconocimiento, proceso que sugiere conducir a la mujer migrante a explorarse, a realizar ejercicios permanentes de introspección y revisión de los estilos de vida, de las situaciones vivenciadas a lo largo de su existencia, pero también de los tratos traumáticos recibidos en su travesía al lugar de destino, en un intento por precisar posibles implicaciones nocivas en la autopercepción propia; seguidamente, se considera importante trabajar sobre la aceptación personal, instando al descubrimiento de sus particularidades, de sus potencialidades, capacidades y competencias, así como de los aspectos que requieren especial atención para mejorar su desempeño individual (Melero, 2010).

Del mismo modo, fortalecer la valoración personal implica ser aceptado, tomado en cuenta e integrado plenamente a la vida social, colectiva y grupal sin etiquetas; esto sugiere el acompañamiento de la mujer migrante en el desafío de superar el sentimiento de inferioridad, reforzar el respeto por sí misma, potenciar el juicio positivo y la denominada autovalía, como aspectos que redundan en el incremento o recuperación de la confianza personal (Branden, 2011). En tal sentido, fortalecer la autoestima de la mujer migrante implica ayudarla a lograr el estado de plenitud psicológica para actuar socialmente, garantizando así que su capacidad para pensar, tomar decisiones y movilizar esfuerzos, le conduzcan progresivamente a la consolidación de su autonomía funcional.

Disposición al cambio.

La apertura al cambio como una respuesta a la rigidez actitudinal, consiste en la ruptura con la visión estática de la vida y, por consiguiente, la adopción de ver en lo emergente una oportunidad para crecer y aprender. Esta disposición al cambio en su vinculación con el afrontamiento del estrés migratorio consiste en acompañar a la mujer en lo referente a la gestión de las tensiones, de la frustración y la ansiedad, lo cual demanda la adopción de modos de afrontamiento positivo, entre los que se mencionan “identificar información sobre los eventos estresores, como acción directa.

Para la psicología humanista, enfrentar cambios drásticos involucra la promoción de la flexibilidad para responder a las condiciones emergentes desde la actitud proactiva y analítica para sustituir estructuras de pensamiento férreas por la disposición para revalorizar, formulando alternativas que conduzcan al éxito auténtico (Lafarga, 2016), a deducir modos de vida favorables que aporten bienestar y, por consiguiente la satisfacción de las necesidades individuales.

Esta disposición al cambio, debe entenderse como la actitud de apertura a la transformación no solo de la dimensión cognitiva, sino además, de la disposición de la voluntad para hallarle sentido a las situaciones cotidianas, a los desafíos, a la demanda generalizada de reformular convicciones adoptando unos valores y prioridades por otros; esto refiere a la existencia consciente que involucra el descubrimiento de quién se es, de la necesidad de trascendencia y evolución permanente, como requerimientos para manejar con amplitud, competitividad y efectividad las situaciones drásticas que se presentan en la cotidianidad.

Al respecto Rogers (2015), propone que a través de la formación del ser es posible adecuarse a los cambios, pues orientar la personalidad a la adopción de ajustes adaptativos permanentes se asume como un modo de fortalecer la maleabilidad actitudinal y la apertura para sobrevivir a los embates emergentes. En tal sentido, guiar a la mujer migrante hacia la familiarización con los cambios recurrentes supone lograr la transición hacia nuevas experiencias que aunado a ampliar el repertorio psicosocial y emocional, le ayudan en la resolución de sus propios intereses, pues la puesta a prueba de su potencial humano le permitirá descubrir nuevas fortalezas y áreas no exploradas en las que pudiera ser exitosa.

Según Torralba (2013), el alcance de la flexibilidad como cualidad asociada con la disposición adaptativa de quien migra, se logra mediante el accionar proactivo en torno al crecimiento permanente, a la transformación y renovación del pensamiento, a la adopción del compromiso con el crecimiento a lo largo del ciclo vital; la flexibilidad como actitud frente a la vida, es también el resul-

tado de la interacción cotidiana con situaciones y experiencias enriquecedoras, a través de las cuales sustanciar la realización de ajustes permanentes frente a las circunstancias, pero también frente a los objetivos propuestos, estimando posibilidades de concreción igualmente factibles y viables.

Acceso a mecanismos asistenciales en materia de salud mental y física.

Fortalecer el desarrollo de competencias emocionales en la mujer migrante, implica redimensionar el bienestar personal y la disposición para enfrentar las tensiones que se derivan de la movilidad a un lugar desconocido y en ocasiones incierto; esto supone, guiar a la mujer en el proceso de gestionar sus emociones, la tensión, los episodios de ansiedad, con la finalidad de optimizar su desempeño social, su capacidad de respuesta frente a los cambios y a las demandas propias del contexto de destino. Esto sugiere, además, promover el bienestar subjetivo, al que se le adjudica el establecimiento de vínculos saludables, que mediados por la inteligencia emocional posibilitan actuaciones coherentes, respuestas asertivas y apropiadas a los requerimientos de un contexto demandante.

La educación emocional de la mujer migrante, también involucra conducirla al descubrimiento de sus propias emociones y sentimientos, así como aprender a gestionarlos de manera inteligente, previniendo efectos nocivos y, en su lugar asumiendo la generación de emociones que aporten en dos direcciones importantes asociadas con su desempeño funcional: en primer lugar, aprender a fluir con las circunstancias, proceso que insta a adoptar una actitud positiva que estima en medio de la crisis posibilidades para crecer multidimensionalmente; y, en segundo lugar, asumir la automotivación para emprender desafíos nuevos, reformular metas con rapidez y redireccionar cursos de acción que maximicen los beneficios.

Para Bisquerra (2009), la educación emocional como aliada de la superación de la crisis por migración, debe involucrarse como parte de los procesos de intervención, con la finalidad de aportarle a la mujer acompañamiento en al menos las siguientes áreas: manejo de habilidades socio-emociona-

les para construir vínculos sociales en el lugar de destino, aportando de este modo a la construcción de un clima de convivencia satisfactorio; fortalecimiento de la motivación intrínseca, que conduzca al cumplimiento eficiente de actividades productivas que redunden en el alcance de la autonomía personal y el desempeño eficiente; autorregulación y conciencia emocional, como aspectos a partir de los cuales afrontar situaciones críticas, pero además, para superar los riesgos y tomar decisiones con asertividad.

Lo anterior refiere también, al manejo del afrontamiento positivo como el proceso que insta a quien migra a confrontar las situaciones desafiantes desde el equilibrio emocional que, aunado a posibilitar el despliegue de esfuerzos y el accionar directo sobre los obstáculos, involucra el autocontrol y la aceptación desde la responsabilidad personal con la superación de la crisis. Este afrontamiento positivo demanda de quien atraviesa los efectos del denominado síndrome de Ulises, la revaloración positiva de las circunstancias en un intento por precisar oportunidades de crecimiento que amplíen su repertorio psicosocial y socioemocional para gestionar nuevas situaciones (Barra, 2003).

Esto implica ofrecer en la mujer que migra los recursos de afrontamiento y las estrategias centradas en reconducir la energía, la voluntad y los esfuerzos en mantener su salud en un estado de equilibrio funcional que le permita sobreponerse ante los factores estresores, pero además, sustituir creencias, representaciones y pensamientos negativos que no solo reduzcan el riesgo de atravesar estrés crónico, sino insertarse proactivamente en oportunidades de crecimiento que le conduzcan a lograr la superación personal. Por consiguiente, la tarea de los programas de acompañamiento a la mujer que migra deben involucrar la promoción del sentido de apertura, de tal manera que mujer alcance identificar aspectos personales por fortalecer, la selección de posibles alternativas para crecer y asumir cursos de acción beneficiosos.

Desarrollo personal.

Impulsar el crecimiento multidimensional de la mujer migrante requiere el trabajo en torno al auto-

conocimiento, al desarrollo del aprendizaje creativo y a la disposición plena para crecer continuamente y a lo largo de la vida. En tal sentido, atender estos requerimientos individuales se asocia con la adopción de la responsabilidad por trascender del estado actual hacia nuevas posiciones mediante el aprovechamiento de experiencias y vivencias que, al ser resignificadas modifican positivamente la percepción sobre el mundo, la realidad, los desafíos emergentes.

En consecuencia, ampliar las posibilidades de crecimiento personal en la mujer migrante, insta a ayudarla en la superación de las crisis particulares, en el manejo de los conflictos y en la gestión de lo verdaderamente trascendental, con la finalidad de potenciar que su interacción con el contexto de destino se convierta en un transitar mutuamente enriquecedor; esto significa garantizar que las decisiones individuales le conduzcan a cambios favorables, a nuevos desafíos complejos a impulsar nuevas acciones que armonicen su vida con las oportunidades de desarrollo que le ofrece al país de destino.

Desde esta perspectiva, el crecimiento personal de la mujer migrante como dimensión de asesoramiento permanente sugiere la activación de mecanismos de aprendizaje, la persistente proactividad para enfrentar la resistencia al cambio tanto consciente como inconsciente, y la interiorización del compromiso consigo misma en lo relacionado al desenvolvimiento de sus capacidades humanas. Para Lafarga (2016), el crecimiento personal debe fomentar en la mujer la operatividad de la conciencia reflexiva sobre el invaluable potencial, de su condición de persona única e irrepetible, de la autodeterminación necesaria para consolidar esfuerzos individuales, de la percepción positiva y comprometida con las metas fijadas; en otras palabras, se trata no solo de aportar mejoras personales sino además, generar cambios significativos, constructivos y trascendentales que le permitan a la mujer migrante mejorar su personalidad, sus interacciones interpersonales y grupales.

Este crecimiento personal como aliado de la potenciación de la vida digna, plantea la elevación de la confianza en sí misma, como requerimiento

del que depende la concreción del compromiso con el mejoramiento permanente; el cual debe girar en torno a “la elevación de la autoestima, el autoconocimiento, la asertividad, la comunicación interpersonal, la ética, la creatividad y la autonomía, entre otras dimensiones importantes del crecimiento personal” (Lafarga, 2016, p. 47). Para el autor, lo anterior refiere al redimensionamiento de la calidad humana, que implícitamente propone disponer los recursos afectivos, emocionales y socioemocionales en función de consolidar vínculos interpersonales tanto positivos como funcionales.

Orientación socio-laboral y ocupacional. Guiar en el proceso de insertar a la mujer en las actividades productivas de un país diferente al de origen, demanda acciones estratégicas vinculadas con el impulso de iniciativas productivas, oportunidades de emprendimiento e innovación. Esto implica potenciar actitudes asociadas con el aprender a aprender, es decir, a asumir los procesos formativos como punto de partida para mejorar las habilidades personales y desarrollar competencias nuevas que permitan enfrentar los desafíos emergentes desde la creatividad, la innovación y la inventiva, como respuestas que en la actualidad suponen la posibilidad para añadir valor a las actividades cotidianas de las que depende su desempeño funcional y operativo.

Para ello Rogers (2015), propone que el involucramiento de la mujer que migra en procesos de formación permanente, que le guíen en el desarrollo de actitudes críticas, reflexiva y analíticas que, a su vez le permitan resolver situaciones cotidianas y complejas disponiendo su pensamiento, su creatividad y la inventiva para actuar asertivamente. Para el autor, estos cometidos deben conducir a “liberar la curiosidad, permitir que las personas evolucionen según sus propios intereses, desatar el sentido de la indagación, abrir todo a la pregunta y la exploración, reconocer que todo está en proceso de cambio” (p. 6).

En otras palabras, se trata de acompañar a la mujer migrante en el proceso de acceder a nuevas oportunidades y posibilidades de autoformación, que le coadyuven en la apropiación significativa de información valiosa que favorezca la tarea de obte-

ner nuevos logros, ampliar los mecanismos de acceso a las nuevas tecnologías con la finalidad de insertarla en los avances científicos, en los hallazgos recientes tanto teóricos como prácticos, a partir de los cuales maximizar su competitividad dentro del campo laboral, ocupacional y social (Puleo, 2008).

Dentro de la orientación socio-laboral, también se considera imprescindible la formación en el manejo de mecanismos tecnológicos que permitan no solo ampliar el radio de acción en torno a precisar mayores y mejores oportunidades, sino además, fortalecer la convicción sobre el aprendizaje permanente, continuo y disciplinado, que ayude a la mujer a renovar los conocimientos, adquirir nuevos y lograr la transferencia de los saberes a acciones prácticas que aporten al mejoramiento de la calidad de vida y el bienestar integral.

Para ello, se considera imprescindible guiar a este sujeto de derecho en el complejo proceso de insertarse dentro del campo laboral que corresponda con sus intereses, lo cual demanda conducirla al descubrimiento de sus habilidades personales, al aprendizaje de un oficio, al perfeccionamiento de sus competencias para enfrentar nuevas tareas dentro de las actividades productivas del país de destino. Esto refiere también a la promoción de actitudes asociadas con “el desenvolvimiento de potencialidades previas existentes, despliegue de ideas, energías y voluntades” (Sabino, 2004, p.).

En tal sentido, la orientación socio-laboral procura reducir el fracaso en el acceso a las oportunidades de empleo a través el asesoramiento que cualifique a la mujer migrante para trabajar bajo presión, manejar jornadas de trabajo, asumir responsabilidades en las que debe colocar a prueba sus habilidades para liderar, organizar y coordinar actividades asociadas con la maximización de la productividad (Parras, 2003).

Emprendimiento y desarrollo de iniciativas productiva. Lograr una vida digna sustentada en la libertad de agencia, demanda del Estado la adopción y creación de mecanismos que involucren a la mujer positivamente en las actividades productivas sobre las que se sustenta el país, otorgándole la posibilidad real de acceder a oportunidades económicas y de financiamiento que favorezcan el de-

nominado cultivo de iniciativas personales. Según Sen (2000), esta libertad de agencia involucra la actuación plena de la mujer en la construcción de su propio proyecto de vida, en la concreción de metas y en la definición de objetivos, que por estar involucrados con sus preferencias le ayuden a fortalecer su desarrollo humano.

En otras palabras, atender a la mujer migrante implica darle curso a oportunidades de vida que junto a elevar la calidad de vida, reafirme el goce de las libertades individuales, de sus derechos como ciudadana del mundo (Cortina, 2009), a quien le asiste el cumplimiento de una serie de garantías vinculadas con: el libre emprendimiento, el aprovechamiento de los recursos, habilidades y competencias, el respeto por las iniciativas que apunten el vivir bien, es decir, que redimensione la esperanza de vida y su longevidad en condiciones dignas.

Esto involucra además, el libre acceso a mecanismos de acompañamiento técnico y jurídico que acerquen a la mujer a la gestión oportuna de contribuciones financieras especiales y actuaciones formales que incrementen la celeridad en la concreción de esfuerzos, de intercambios económicos y productivos a través de los cuales participar competitivamente dentro del mercado laboral del país de destino.

Lo referido como un cometido vinculado con el desarrollo humano, reitera la importancia de fortalecer en la mujer que migra su libertad de agencia, a la que se debe entender desde la concatenación de varias libertades, a decir: políticas, que involucren la disposición institucional para integrar a la mujer en los asuntos de la vida pública; servicios económicos, integrados por aportes financieros, gestión de créditos y beneficios. El acceso a las oportunidades sociales que posicionen a la mujer como un sujeto activo, creativo e innovador mediante el involucramiento en programas educativos y de formación, requerimientos que deben redundar en el crecimiento propio y del contexto de vida y, finalmente, el goce de garantías de transparencia y seguridad protectora que aporten complementariedad tanto al bienestar integral como a la calidad de vida (Sen, 2000).

Lo dicho depende significativamente de la ac-

tuación institucional pertinente, como el proceso al que se le adjudica la operatividad del compromiso moral en torno a la repartición tanto justa como equitativa de los recursos económicos y materiales, que le garanticen a la mujer migrante el impulso de los propósitos inherentes a su proyecto de vida personal; esto refiere a la actuación proactiva de la mujer en lo relacionado al manejo de sus propias decisiones, a la construcción de planes y proyectos que aporten al alcance de la independencia plena (Hayek, 1960) que la conduzca a gestionar sus necesidades de la manera como considere oportuno y viable.

Para Lafarga (2016), la promoción de la libre iniciativa tiene como punto de partida sumarle a la mujer migrante las condiciones necesarias para llevar adelante actividades diversas en las que alcance a precisar aquellas que se ajustan a sus intereses personales, que además, dan lugar a nuevas formas creativas de emprender, frente a las cuales se requiere al menos la adopción del pensamiento positivo para precisar oportunidades en la adversidad, así como asumir el establecimiento de conexiones de apoyo social que mediante la unificación de esfuerzos potencien el logro de metas y la concreción de objetivos personales (Torralba, 2013).

Según Morales (2023), el desarrollo de la creatividad en la mujer refiere a un requerimientos asociado con el alcance de la independencia y la autonomía, pues supone la posibilidad de identificar soluciones diversas frente a situaciones imprevisas, emergentes y variantes, a las cuales abordar como una nueva oportunidad para reinventarse; este espíritu innovador es el resultado de la unión de la operativización del pensamiento para generar ideas, de la actitud resiliente y de la adopción del afrontamiento positivo, aspectos que dan como resultado la originalidad y la creatividad práctica ante situaciones precisas.

Derechos humanos, formación en ciudadanía global, en valores universales y educación intercultural de la mujer migrante.

Este apartado involucra el desarrollo de aspectos directa e indirectamente vinculados los derechos fundamentales que asisten a la mujer. De

allí, que lograr el desempeño coherente, operativo y funcional de la mujer que migra, supone para el lugar de destino cumplir con la ampliación de las posibilidades inclusivas que junto a la expansión de las libertades individuales, revitalicen no solo el alcance equitativo y paritario de las oportunidades sino el ejercicio de los derechos fundamentales y la posibilidad de participar de la vida civil, política e institucional sin ninguna restricción.

Para Ferrajoli (2016), todo individuo debe gozar de las condiciones fundamentales que le garanticen el derecho a la vida digna, al cual se une la obligación institucional de acercar a todo sujeto de derecho la asistencia sanitaria, a gozar del acceso a atención en materia de salud física y mental, así como al resguardo de la integridad psicosocial y moral. En razón de cubrir los requerimientos de la mujer que migra, los Estados y organismos internacionales dentro del marco de los derechos humanos deberán asumir también, el acceso a oportunidades de bienestar integral y calidad de vida, entre las que se mencionan: el ingreso a programas de formación, capacitación y potenciación de habilidades personales, laborales y profesionales, gozar de seguridad social y asistencia sanitaria, así como a recibir el trato justo, que dignifique y aporte los bienes fundamentales para satisfacer requerimientos asociados con su desarrollo humano integral.

Para ello, se considera imprescindible apuntalar el reconocimiento de los derechos civiles, entre los que se precisa el operar pleno, en libertad y autonomía, como dimensiones que le aportan a la mujer migrante garantía de impulsar iniciativas económicas y productivas (Ferrajoli, 2016), que incrementen su patrimonio, su acceso a bienes y servicios dignos que, aunado a romper con la subordinación le permitan operar dentro de la vida pública sin ninguna limitación más allá de las normativamente establecidas.

Concretamente, las convenciones internacionales en materia de derechos humanos pautan que todo individuo independientemente de su procedencia debe ser protegido, con la finalidad de garantizarle el resguardo de su integridad personal, física y moral. Del mismo modo, se considera como derechos universalmente reconocidos la

atención tanto cálida como de calidad, así como el tratamiento respetuoso que evite el sometimiento a cualquier factor de riesgo que le vulnere directa e indirectamente.

Parte de los derechos que le asisten a la mujer migrante giran en torno a contar con el acceso a mecanismos informativos, de asesoramiento institucional y de acompañamiento que le permitan gestionar solicitudes oportunamente, cumplir con protocolos de prevención e intervención, así como dispositivos que garanticen la celeridad en la tramitación de documentos que le faciliten la regularización de sus estatus. Desde el enfoque de género, el asesoramiento a la mujer migrante procura reconocer el sentido paritario de su condición, es decir, se le asuma como un sujeto de derecho merecedora del trato justo y digno, como condiciones que demandan atender equitativamente sus requerimientos, prioridades y las necesidades inclusivas que le facultan para actuar socialmente.

Según Russo (2001), haciendo referencia al artículo 1° La Convención sobre la Eliminación de todas las Formas de Discriminación contra la Mujer, comenta que este instrumento jurídico reconoce la condición paritaria de este actor social, quien deberá gozar y actuar en cualquier esfera (económica, política, cultural, social, civil) sin discriminación alguna; esto refiere implícitamente al trato digno que procura, entre otros aspectos, la eliminación de los efectos destructivos de los denominados patrones socio-culturales e históricos.

Derecho a gozar de servicios primarios relacionados con el acceso a refugios, residencia y viviendas, al disfrute de una alimentación que corresponda con los requerimientos nutricionales, es decir, que aporten al restablecimiento o superación de los efectos ocasionados por el tránsito hasta el lugar de destino. Esto sugiere acompañar a la mujer migrante en la definición de una dieta saludable sustentada en el consumo de alimentos adecuados que redunden en la maximización del bienestar integral y la calidad de vida.

Derecho a la educación. Formar a la mujer que migra entra como propósitos lograr su inserción laboral en trabajos dignos y remunerados adecuadamente; esto refiere implícitamente a la necesidad

de focalizar esfuerzos educativos que cualifiquen a la mujer para alcanzar no solo la acreditación de sus saberes sino la ampliación de habilidades, destrezas y competencias para acceder a oportunidades de empleo correspondiente con sus méritos intelectuales, académicos y profesionales (Morales, 2022). Para Russo (2001), el derecho a la educación le otorga a la mujer la posibilidad real de gozar de programas de estudio que reduzcan no solo la discriminación en lo referente a la aplicación empleos con alto nivel de especialización y formación académica, sino además, como un modo de garantizar el alcance del poder adquisitivo digno que le permita consolidar su proyecto de vida personal.

Derecho a la seguridad social, refiere a varios aspectos vinculados con el fortalecimiento de mecanismos de protección en lo referente al ejercicio pleno de la maternidad, el acceso a servicios sociales y a la participación en los asuntos públicos sin ninguna limitantes (Russo, 2001); es decir, a la toma de decisiones sobre los asuntos de la vida cotidiana, sobre la participación en la resolución de situaciones dentro del marco del bien común, cuyo objetivo es maximizar los beneficios para todos.

Derecho al trabajo. El acceso a una vida laboral en condiciones tanto dignas como paritarias, se entienden como requerimientos para participar en ocupaciones vinculadas con el crecimiento del lugar de destino. El acceso a condiciones laborales justas también implica el establecimiento de jornadas de trabajo, horarios y actividades que no sometan a explotación ni a posibles excesos que transgredan lo normativamente permitido; del mismo modo, gozar de una remuneración y un salario que permita acceder a la satisfacción de necesidades tanto individuales como colectivas. Otros aspectos de los que debe gozar la mujer migrante son: escoger el lugar de trabajo, seleccionar en condiciones de libertad su ocupación, a cambiar de empleo cuando lo considere oportuno (Fuster, 2007).

El derecho a la salud. Como parte de los derechos y garantías que pautan los instrumentos jurídicos en materia de migración, involucran el acceso a servicios de atención médica sin restricción alguna y en condiciones paritarias, justas y sin discriminación. De allí, el compromiso de los Estados que

suscriben los tratados en el área, de proveer los medios de asistencia sanitaria que aporten a la prevención e intervención, garantizando de este modo la protección de la vida como derecho fundamental (Fries, 2019). Del mismo modo y en su vinculación con el resguardo preventivo de la salud ocupacional, la mujer migrante deberá gozar de condiciones de seguridad laboral que no sometan a potenciales daños físicos o corporales, a incrementar posibles causales de incapacidad, la generación de quebrantos de salud o dolencias ocasionadas por el exceso de trabajo y por el ejercicio forzoso de actividades.

Formación en ciudadanía global. La formación en ciudadanía global plantea como desafío lograr el reconocimiento de condición humana independientemente del pluralismo, multiplicidad de pertenencias y la diversidad sociocultural, histórica y cultural que subyace en cada individuo (Ferrajoli, 2016). De allí, la necesidad de involucrar dentro de los programas de atención a la mujer migrante la promoción y adquisición de prácticas ciudadanas asociadas con la participación en los asuntos de todos, proceso que supone adherir a la mujer migrante a la corresponsabilidad de transformar sinérgicamente el contexto de convivencia común en espacio para el vivir bien (Olmedo, 2018).

Seguidamente Lafarga (2016), propone que educar en ciudadanía además de referir al diálogo que debe entretejer los vínculos entre naciones y sus habitantes, también debe conducir a una vida plena, en la que cada ciudadano asumiendo su corresponsabilidad con el otro, consiga edificar los cimientos de un mundo tolerante “más justo, en el que los seres humanos se adapten mejor a las necesidades de las diversas comunidades; este diálogo puede derrumbar fronteras, dismantelar prejuicios y crear los vínculos indispensables para el progreso de todos” (p. 77).

La educación en ciudadanía es también, adquirir comportamientos cívicos que sumen a la coexistencia sana y saludable para todos; lo cual demanda, la disposición de “enormes esfuerzos cada día de nuestras vidas, a superar los conflictos, armonizar voluntades, alcanzar acuerdos, hacer concesiones, sin supeditar la voluntad propia a la de otras personas, o imponerla sobre ellas” (Camps

y Giner, 2014).

Valores universales. Desde la perspectiva de Lafarga (2016), las condiciones generadas por la inminente movilidad social por la que atraviesa el mundo, invitan a la transformación de los estilos y prácticas de vida, a la adopción de una cultura amplia, abierta y flexible que permita el reconocimiento recíproco, ideal universalmente asumido como el punto de partida para alcanzar el funcionamiento social coherente, pacífico y solidario que demanda el mundo. De allí, la necesidad de sensibilizar al individuo en función de su compromiso como ciudadano del mundo (Cortina, 2009), en quien recae la responsabilidad de asumir el respeto a la diversidad, la vida fundada en la cooperación, en la praxis de la justicia, la equidad y el bien común, valores que junto a la libertad favorecen las condiciones de coexistencia.

Por ende Lafarga (2016), indica que el logro funcional de la convivencia sana depende de dos aspectos importantes para la humanidad; por un lado, la aceptación como la sensibilidad hacia el diferente y, por el otro, el desarrollo del sentido del aprecio por la valía que entraña la condición humana, aspecto al cual se le adjudica la edificación de lazos profundos, la actitud sensata y ecuánime de estimar a los demás por lo que son, sujetos de derechos e individuos con quienes compartimos lazos socio-históricos y culturales que nos acercan más que distanciarnos.

Para Sen (2000), la adopción de valores universales constituye un modo de redimensionar las oportunidades de diálogo y encuentro entre culturas, logrando de este formar establecer estilos de relacionamiento fundados en el respeto a la libertad de la que gozan los demás individuos y, que les hace acreedores del compromiso de practicar la solidaridad recíproca como principio de vida, de convivencia. Esto supone, para la mujer que migra una oportunidad para ser acogida sin discriminación y sí, por el contrario, de gozar del trato dignificante que le permita establecer nexos tanto sanos como provechosos con el nuevo contexto.

En estos términos, se trata de consolidar posibilidades de crecimiento mutuo, en las que la migrante logre reconducir sus competencias personales

hacia el bien común, con el propósito de fomentar que en lugar de destino alcance la adecuación necesaria que le ayude en el proceso de concretar metas propias, así como adherirse a iniciativas que en lugar de destino constituyen oportunidades para el crecimiento mutuo. Esto como parte de los retos de los programas que atienden las necesidades multidimensionales de la mujer que migra, insta a este actor social a asumir desde el compromiso y la corresponsabilidad la tarea de impulsar la reivindicación de su igualdad ante la sociedad, de su autonomía, del acceso a una vida buena fundamentada en el progreso moral (Puleo, 2008).

Desde esta perspectiva, se procura incrementar la disposición sensible hacia la mujer que migra, asumiéndola como un agente portador del potencial sociocultural para enriquecer y mejorar las condiciones de vida del lugar de destino, es decir, en cuyo haber se encuentran contenidos principios a partir de los cuales sumar al sentido de apertura, a la comprensión de otras prácticas y cosmovisiones que en modo alguno se deben estimar contrapuestas sino puestas en relación a través de la tolerancia, como el principio unificador.

Según Ferrajoli (2016), la promoción de valores universales debe integrarse como parte de los programas de formación integral con la intencionalidad de reforzar el establecimiento de límites de actuación que permitan la convivencia, la coexistencia digna y respetuosa y la aceptación a las pertenencias diversas. Operar en dirección al logro de estos cometidos implica recuperar la confianza tanto de quienes integran el lugar de destino como de quienes migran, con la intencionalidad de edificar lazos sociales que coadyuven a atenuar que mitiguen los efectos de la discriminación, pero además, el abordaje de la exclusión socio-histórica y cultural, a la que se le adjudica la responsabilidad de “erosionar los vínculos sociales, alimentar la tensión y las heridas, fomenta el fanatismo, xenofobias y secesiones” (p. 31).

En otras palabras, se trata de instar al individuo hacia el manejo del respeto recíproco, como valor universal que supone tratar al extranjero dentro del marco de la igualdad, de la justicia social y de la solidaridad activa que permita sustanciar una coexis-

tencia fundada en la inclusión efectiva. Esto supone, reducir las desigualdades, el trato discriminatorio y denigrante contra la mujer y, en su lugar, fortalecer la posición de este actor social, integrándola en condiciones paritarias a las posibilidades de crecimiento que le ayuden a potenciar su existencia.

Lo planteado implica privilegiar la praxis de la libertad positiva, de la cual depende la actuación autónoma de la mujer, es decir, el despliegue de la capacidad para decidir y querer (Camps, 1999), para actuar de conformidad con sus preferencias hasta lograr que su competitividad le permita el alcance de una vida funcional, positiva y digna. Esta libertad se asume además, como la fuerza impulsora del desarrollo humano, al permitirle al sujeto actuar en pro de su bienestar propio sin dejar a un lado el operar de la conciencia colectiva que le insta a proceder con apego a límites acordados mutuamente.

Educación intercultural. El diálogo intercultural como resultado del juicio crítico (Puleo, 2008), se entiende como una alternativa estratégica y además medular de los procesos de acompañamiento a la mujer que migra; pues esto supone el trato benévolo, edificante y respetuoso frente a quienes ostentan una cosmovisión diversa, una pertenencia diferente. Este encuentro entre culturas insta al reconocimiento del pluralismo social, cultural e ideológico, en el que halle cabida la multiplicidad de identidades, cosmovisiones y prácticas que conforman el planeta (Morín, 2015).

En tal sentido, lograr el acercamiento estrecho entre individuos con pertenencias diferentes, supone para quien migra un modo de resignificar su propia existencia, de comprender realidades culturales mediante el uso de la reflexividad y la racionalidad, a través de las cuales lograr el mutuo reconocimiento que derive en la construcción de los ideales de igualdad, justicia y coexistencia. Esto como parte del compromiso con la unidad en la diversidad, supone estrechar puentes de reconciliación entre individuos mediante la denominada re-conceptualización de lo humano, asumiendo el trato fraternal que conduzca a una vida entrelazada por lazos comunes.

Para Lafarga (2016), la vida social por el dinamismo que le permea la movilidad social requiere

del diálogo entre las culturas que la conforman, reiterando de este modo la necesidad de comprometer a sus actores independientemente de sus pertenencias con el cumplimiento de los siguientes aspectos: la interiorización y el desarrollo de un mínimo de apertura hacia nuevas cosmovisiones, la capacidad tanto cognitiva como espiritual para comprender el mundo del otro, los significados que lo permean y el sentido que le atribuyen a sus prácticas de vida; disposición para escuchar, alcanzar tanto la interacción como el uso de la comunicación efectiva que eleve la motivación por acoger con interés genuino al otro.

CONCLUSIONES

La dignificación de la vida de la mujer migrante como un desafío generalizado al que se enfrentan los países receptores, involucra el compromiso con el tratamiento de las múltiples exigencias que se derivan de los complejos procesos psicosociales que vivencian estos sujetos en tres momentos diferentes, a decir: la crisis multifactorial derivada de la ruptura forzosa con su lugar de origen, el sometimiento a situaciones degradantes y vejatorias dadas en la travesía y la adaptación a las particularidades sociales y culturales propias del país de destino. Esta realidad, en la que se ven inmersas obligatoria y traumáticamente las mujeres a nivel global, sugiere el acompañamiento profesional en al menos las siguientes áreas estratégicas: el manejo del duelo migratorio, la recuperación de la confianza en sí misma, el sentido de autovalía personal, el descubrimiento de su potencial, de sus habilidades, destrezas y méritos individuales, así como los derechos humanos que le asisten garantizando la consolidación de su capacidad de agencia.

Lo dicho implica acciones de atención específica vinculadas con la recuperación de la seguridad, de la confianza, para lo cual se considera imprescindible lograr que la mujer migrante se abra a la construcción de procesos de interacción social activa que le ayuden a fortalecer una visión más positiva, organizada y coherente frente a la realidad; esta sensación de cercanía, de cobijo y aceptación se entiende como factores de protección que redimensionan la valoración personal así como la auto-

confianza, aspectos estrechamente asociados con el bienestar y la salud mental.

Por ende, el asesoramiento psicosocial como eje transversal de los programas de atención integral a la mujer migrante, debe procurar no solo elevar la capacidad de agencia sino además, el fortalecimiento del estilo de vida tanto resiliente como activo que le conduzca a valorar adecuadamente su potencial personal para gestionar los desafíos así como aprovechar las oportunidades adoptando actitudes de apertura y flexibilidad para precisar beneficios. Esto sugiere conducir a la mujer migrante al alcance de la autonomía e independencia para actuar, tomar decisiones, identificar alternativas y emprender acciones que redunden en la maximización de su calidad de vida.

A esto se agrega el desarrollo de la flexibilidad para enfrentar los cambios desde una actitud proactiva, dinámica y abierta que le permita a la mujer migrante transferir su potencial personal a la consolidación de su proyecto de vida; lo cual refiere a su capacidad adaptativa para ajustar su repertorio psicosocial a los requerimientos y particularidades propias del contexto de destino, en el cual precisar oportunidades para alcanzar bienestar integral, proceso que demanda la disposición cognitiva para estimar todo lo que represente una posibilidad para redimensionar su funcionalidad, sus beneficios.

Esto implica el logro de la estabilidad tanto operativa como funcional en la mujer migrante, en quien se debe promover actitudes de afrontamiento postraumático que le permitan superar con éxito los embates psicológicos, emocionales y afectivos a los que haya sido sometida, ofreciéndole de este modo la resolución de la rigidez, de los efectos paralizantes del miedo, de la indefensión aprendida o condicionada y de los estresores que no solo limitan su desempeño coherente y productivo, sino que reducen la calidad de vida al impedirle la adaptación efectiva a la vida social y productiva.

En tal sentido, atender lo múltiples requerimientos asociados con la concreción de una vida plena para la mujer migrante demanda esfuerzos en torno a garantizar en primer lugar, el derecho a llevar una vida digna, a condiciones de empleabilidad que le ayuden a insertarse dentro de la

actividad productiva del lugar de destino; en segundo lugar, el acceso en condiciones oportunas a los bienes, recursos y servicios que reivindiquen su bienestar y calidad de vida, pero que además, le ayuden a impulsar su libertad de agencia, es decir, su capacidad real para emprender, resolver necesidades de superación y gestionar con autonomía e independencia iniciativas de emprendimiento con apoyo de financiamiento institucional y acompañamiento técnico.

En suma, los procesos psicosociales por los que atraviesa la mujer migrante en su recorrido hacia el lugar de radicación permanente o de paso constituyen factores que condicionan significativamente su desempeño, su actuación y capacidad de respuesta frente a los desafíos sociales, laborales, culturales, entre otros. De allí, la necesidad de acompañar a este sujeto de derecho en la tarea de aprender a gestionar los cambios y desafíos a los que se enfrenta, asumiendo para tal fin una actitud de apertura que no solo aporte a la superación efectiva

del duelo migratorio sino al manejo de la rigidez, como factores coyunturales de los que depende la ampliación de las posibilidades para reinventarse, crecer y alcanzar su desarrollo humano integral.

Con respecto a las limitaciones se precisaron: escasa información que vinculen las tres dimensiones (asesoramiento psicosocial, orientación socio-laboral y derechos humanos) como parte de los protocolos de migración, también la información existente se enfoca en atender la atención enfática en los derechos humanos de manera generalizada, condición común para la dimensión psicosocial. A partir de lo planteado en esta investigación, se abren diversas posibilidades vinculadas con el acompañamiento integral y holístico a la mujer migrante, con el propósito de satisfacer la supra-complejidad de requerimientos y necesidades, en función de las cuales dignificar su existencia, su desempeño funcional y el alcance del desarrollo humano.

REFERENCIAS / REFERENCES

- Barra, E. (2003). *Psicología de la salud* [Health Psychology]. Editorial Mediterráneo.
- Bowlby, J. (2014). *Vínculos afectivos. Formación, desarrollo y práctica* [Emotional ties. Training, development and practice]. Tavistock Publications Ltd.
- Bisquerra, R. (2009). *Psicopedagogía de las emociones* [Psychopedagogy of emotions]. Editorial Síntesis.
- Branden, N. (2011). *El poder de la autoestima. Cómo potenciar este recurso psicológico* [The power of self-esteem. How to enhance this psychological resource]. Paidós.
- Camps, V. (1999). *Paradojas del individualismo* [Paradoxes of individualism]. Editorial Crítica.
- Camps, V y Giner, S. (2014). *Manual de civismo* [Civics manual]. Editorial Planeta.
- Cortina, A. (2009). *Ciudadanos del mundo. Hacia una teoría de la ciudadanía* [Citizens of the world. Towards a theory of citizenship]. Alianza Editorial.
- Cyrułnik, B y Anaut, M. (2014). *¿Por qué la resiliencia? Lo que nos permite reanudar la vida* [Why resilience? What allows us to resume life]. Gedisa.
- Ferrajoli, L. (2016). *Los derechos y sus garantías* [Rights and their guarantees]. Editorial Trotta.
- Forés, A y Grané, J. (2012). *La resiliencia en entornos socioeducativos* [Rights and their guarantees]. Editorial Narcea.
- Fries, L. (2019). *Las Mujeres migrantes en las legislaciones de América Latina. Comisión Económica para América Latina y el Caribe* [Migrant women in the legislation of Latin America. Economic Commission for Latin America and the Caribbean]. Serie Asuntos de Género N° 157. <https://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/444655/1/S1900271-es.pdf>
- Fuster, J. (2007). *Derecho de fundamentales y deberes cívicos de las personas* [Fundamental law and civic duties of people]. Comisión de Derechos Civiles ELA de PR.
- García, M y Restrepo, F. (2020). Aproximación a la migración venezolana [Approach to Venezuelan migration]. *Hallazgos*, 16(32), 63-82. <https://doi.org/10.15332/2422409X.5000>
- González, V. (2005). El duelo migratorio [The migratory grief]. *Revista del Departamento de Trabajo Social*, (7), 77-97. <https://revistas.unal.edu.co/index.php/tsocial/article/view/8477/9121>
- González, D. (2008). *Psicología de la Motivación* [Psychology of Motivation]. Editorial Ciencias Médicas.
- Hayek, F. (1960). *Los fundamentos de la libertad* [The foundations of freedom]. Unión Editorial.
- Lafarga, J. (2016). *Desarrollo humano: desarrollo personal* [Human development: personal development]. Editorial Trillas.
- Martínez, F y Martínez, J. (2018). Procesos migratorios e intervención psicosocial [Migration processes and psychosocial intervention]. *Papeles del Psicólogo*, 39(2), 96-103. <https://doi.org/10.23923/pap.psicol2018.2865>
- Melero, L. (2010). *La persona más allá de la inmigración. Manual de intervención psicosocial con personas migrantes* [The person beyond immigration. Psychosocial intervention manual with migrants]. Tirant Lo Blanch.

- Morales, J. (2022). Política pública en intervención preventiva a partir de la Ley orgánica venezolana sobre el derecho de la mujer a una vida libre de violencia [Public policy in preventive intervention from the Venezuelan Organic Law on the Right to Women to a Free of Violence Life]. *Mujer Andina*, 1(1), 83-93. <https://doi.org/10.36881/ma.v1i1.1.645>
- Morales, J. (2023). Sen Amartya. Ejes referenciales para una política pública potenciadora del desarrollo de la mujer [Transversal axes for the formulation of a public policy that enhances the human development of women based on the references of Sen Amartya]. *Mujer y Políticas Públicas*, 2(1), 61-80. <https://doi.org/10.31381/mpp.v2i.1.5855>
- Morín, E. (2015). *Enseñar a vivir. Manifiesto para cambiar la educación* [Teach to live. Manifesto to change education]. Nueva Visión.
- Olmedo, E. (2018). *Ética y formación ciudadana* [Ethics and citizen training]. USAC-Guatemala.
- Organización Internacional para las Migraciones. (2018). *Guía para la atención psicosocial a personas migrantes en Mesoamérica* [Guide for psychosocial care for migrants in Mesoamerica]. OIM.
- Parras, S. (2003). *Rompiendo el silencio. Manual de entrenamiento para activistas, consejeras y organizaciones latinas* [Breaking the silence. Training manual for Latino activists, counselors and organizations]. Fondo de Prevención de la Violencia Familiar.
- Puleo, A. (2008). Libertad, igualdad, sostenibilidad. Por un ecofeminismo ilustrado [Liberty, Equality, Sustainability. For an Enlightened Ecofeminism]. Isegoría. *Revista de Filosofía Moral y Política*, 38(1), 39-59. <https://doi.org/10.3989/isegoria.2008.i38.402>
- Red Acoge. (2018). *Mujeres migrantes o refugiadas: heroínas del siglo XXI. V Informe de Atención Psicosocial a Mujeres Migrantes de Red Acoge* [Migrant or refugee women: heroines of the 21st century. V Report on Psychosocial Care for Migrant Women of Red Acoge] www.redacoge.org
- Rogers, C. (2015). *Libertad y creatividad en la educación* [Freedom and creativity in education]. Editorial Paidós.
- Sabino, C. (2004). *Desarrollo y calidad de vida* [Development and quality of life]. Unión Editorial.
- Sayed-Ahmad, N. (2013). El proceso migratorio, diversidad sociocultural e impacto sobre la salud mental [The migration process, sociocultural diversity and impact on mental health]. Educación Social. *Revista de Intervención Socioeducativa*, 54, 87-101. <https://doi.org/10.34810/EducacionSocialn54id267195>
- Sen, A. (2000). *Desarrollo y libertad* [Development and freedom]. Editorial Planeta.
- Russo, E. (2001). *Derechos humanos y garantías. El derecho al mañana* [Human rights and guarantees. The right to tomorrow]. Eudeba.
- Torralba, L. (2013). *La personalidad resiliente* [The resilient personality]. Editorial Síntesis.