

Redes de apoyo socio-emocional en migrantes venezolanos¹

Jeeser José Gutiérrez Granadillo

Universidad Rafael Urdaneta, Maracaibo, Venezuela

Correo electrónico: jeesergutierrez@gmail.com

Resumen

La presente investigación tuvo como propósito conocer la experiencia vivida por los migrantes venezolanos ante las redes de apoyo. El fundamento teórico principal fue la teoría del Apego y Apoyo social, propuesta por Bowlby (1998) y redes de apoyo por Sánchez (2004). Se aplicó la entrevista semiestructurada, teniendo como referencia el método hermenéutico. A través de la triangulación se logró establecer las categorías considerando como principales los factores socioemocionales y el fenómeno de la migración venezolana y de estas surgen las subcategorías que tienen relevancia en el apego, las transacciones, la adaptación y la nacionalidad. Los resultados indican que, en el contexto migratorio, las redes de apoyo tienen el papel de consolidar vínculos que facilitan el proceso de adaptación en los lugares de acogida, siendo las redes de apoyo socioemocional, gran soporte ante el afrontamiento.

Palabras claves: Redes de apoyo, migrantes venezolanos, vínculos, transacciones, adaptación.

Socio-emotional support networks in venezuelan migrants¹

Abstrac

The present investigation had as purpose to know the experience lived by the Venezuelan migrants before the support networks. The main theoretical foundation was the theory of Attachment and Social Support, proposed by Bowlby (1998) and support networks by Sánchez (2004). The semi-structured interview was applied, taking the hermeneutic method as a reference. Through triangulation, it was possible to establish the categories considering the socio-emotional factors and the phenomenon of Venezuelan migration as the main ones, and from these the subcategories that have relevance in attachment, transactions, adaptation and nationality arise. The results indicate that, in the migratory context, support networks have the role of consolidating links that facilitate the adaptation process in the host places, with socio-emotional support networks being a great support in coping.

Keywords: Support networks, Venezuelan migrants, links, transactions, adaptation.

¹Artículo de investigación derivado del Trabajo Especial de Grado, titulado: Redes de apoyo socio-emocional en migrantes venezolanos, presentado en la Universidad Rafael Urdaneta, Maracaibo, Venezuela.

Introducción

Bowlby (1998) definió el apego como una tendencia de los seres humanos para generar vínculos sólidos y afectivos hacia las personas, como un proceso vital. El desarrollo de su teoría sobre el apego ha tenido mucha relevancia dentro de la psicología, siendo de gran interés para diferentes autores; por tal motivo ha llegado a considerarse en la actualidad como un cuerpo consolidado y estructurado con importante investigación práctica. Para Bowlby (1998), cuando se habla de apego es en su totalidad lo que hace que el sujeto pueda conseguir o mantener proximidad con otra persona diferenciada y generalmente considerada más fuerte y/o sabia, propio del ser humano. En tal sentido Mikulincer *et al.* (2003), señalan que al tener ciertos apegos que generen seguridad, las personas tendrán una ansiedad muy baja, y poca o nula evitación, seguridad en las relaciones, mayor efectividad con la cercanía y en la dependencia a otras personas, y de tal forma la confianza para buscar y conseguir apoyo y otros recursos que permitan afrontar el estrés.

Entender los efectos positivos de la integración social, expresada a través del apoyo social (apego), del desarrollo de roles y de la calidad de vida de las personas, implica en gran medida la mayor expresión de seguridad en las relaciones afectivas sanas. Kerr *et al.* (2003), han indagado cómo la relación entre apego adulto, experiencia y expresión emocional, genera altos niveles de afectos positivos, energía y placer, mayor concentración y hace que los niveles de tristeza y desanimo sean bajos. Asimismo, Consedine, N. y Magai, C. (2003) plantean que la seguridad dentro del apego está asociada con una capacidad más alta para estar alegre, tener mayor interés, evitando de esta manera que los focos de tristeza, rabia y miedo sean bajos; lo que se explica ante la presencia de un equilibrio emocional, incluyendo de esta manera la habilidad para reconocer y regular el estrés emocional; además, asociándolo a un mayor contacto, con un mayor número de individuos en sus redes de apoyo, logrando así una gran experiencia emocional.

Es así como los individuos que tienen un apego seguro, tienen la posibilidad de sentirse menos amenazados por factores que pueden ser un detonante de estrés, siendo capaces de experimentar, expresar y manifestar sus emociones, encontrando entre las preocupaciones y las memorias negativas posibilidades de poder afrontar estos estados. Este tipo de personas, tienden a mostrar la capacidad de encontrar apoyo cuando se encuentran bajo estrés utilizando recursos para el afrontamiento; permitiéndose explorar nuevos estímulos, lo que hace que sean menos hostiles con miembros de grupos distintos, siendo así empáticos hacia personas que atraviesan por situaciones de necesidad o conflicto.

Es en este sentido, que teniendo mayor claridad de lo que es el apoyo social, se comprenderá que el mismo tiene un papel importante para todas las personas. Los estudios se han desarrollado considerando una línea de investigación en la que se postula que el apoyo social tiene efectos considerables directos en la salud de forma integral en las personas. Los efectos que las relaciones sociales tienen sobre la morbilidad y la mortalidad de los individuos indican que, quienes tienen relaciones y vínculos sociales pueden llegar a tener más años de vida, desarrollando un estado de salud integral, en comparación a quienes se les dificulta establecer dichos vínculos.

Es de allí que entonces surge el término redes de apoyo, definidas por Sánchez (2004, p.238) como “producto de las relaciones sociales, de intercambios individuales regidos por elementos psicológicos o como una propiedad procedente de las relaciones sociales”. Para Ander-Egg (2004, p.238) se entiende como “toda acción, conducta o comunicación que tiene el propósito de proteger, auxiliar o ayudar a otro u otros, a afrontar situaciones problemáticas, de tipo individual, grupal y/o social”.

De acuerdo con el Instituto Nacional de las personas adultas mayores de México (INAPAM, 2020) las redes de apoyo socioemocional son el conjunto de relaciones que genera una persona con otros individuos, pueden estar integradas por cualquier número de personas a partir de dos; estableciendo vínculos de solidaridad y de comunicación que permiten resolver necesidades concretas. Las redes de apoyo socioemocional proporcionan bienestar material o afectivo a sus integrantes, están en movimiento continuamente y en estas intervienen intereses y principios.

En tal sentido las redes de apoyo pueden generar condiciones socioemocionales que se convierten en un sustento y estabilidad para los seres humanos, las redes de apoyo se ven afectadas por algunos factores, entre ellos los sociales, económicos, psicológicos y de movilidad humana; razón por la cual la International Organization for Migration (IOM, 2017) considera que la migración internacional es un fenómeno sumamente complejo que afecta considerablemente la estabilidad socio-emocional de los individuos, creando en oportunidades un desequilibrio en la salud física y mental de los mismos, viéndose afectadas las relaciones interpersonales y las redes de apoyo.

En ese mismo contexto y en los últimos años el fenómeno de la migración forzada se ha abierto paso como protagonista en los recurrentes flujos migratorios internacionales, destacando en gran medida la migración venezolana, producto de la situación socio-económica que atraviesa

el país desde hace algunos años. Para entender dicho fenómeno es importante tener claro ciertos elementos que influyen para que se genere el mismo; entre ellos destaca la coacción, conteniendo las amenazas que ponen en riesgo la vida y a su vez los medios que permiten subsistir, viéndose afectada por causas de tipo natural o netamente provocadas por el hombre: movimientos de refugiados y personas internamente desplazadas, así como personas desplazadas por desastres naturales o ambientales, desastres químicos o nucleares, hambrunas o proyectos de desarrollo, etc. Al analizar la migración desde el contexto y la perspectiva de la persona, se puede constatar que existen varios factores que empujan a la migración forzada (laboral, económico, comunitario, psicológico, político, etc.) teniendo una incidencia muy marcada en los proyectos migratorios de los países, lo que en definitiva conduce a las personas migrantes a procesos que permiten la inclusión o la exclusión social.

Por tal motivo se debe tener en consideración que una persona al llegar a un nuevo país o lugar de acogida debe establecer nuevas redes de apoyo, y asegurarse de que estas redes sean de sustento informativo, material y afectivo. Por lo que espera que esto le permita integrarse mejor para poder hacerle frente a la depresión por la separación y a su vez reducir el estrés. García *et al.* (2001) señala que el análisis de las redes de apoyo permite desde una perspectiva estructurada, describir cómo se está llevando a cabo el proceso de adaptación en el país de acogida, evaluando los efectos del fenómeno de la migración, considerando que las interacciones sociales más importantes de una persona, se dan desde una implicación emocional.

Aunado a esto, son muchos los efectos que este fenómeno tiene sobre la salud y el bienestar, procedentes de las relaciones sociales, y que estas al verse afectadas incrementan significativamente la vulnerabilidad de las personas; de tal manera que también puede afectar los lazos afectivos entre los miembros de la familia, amigos y parejas. Es importante resaltar que estas redes de apoyo juegan un papel importante para la contención emocional, siendo decisivo el asentamiento en el lugar que se haya escogido, considerando que los nuevos vínculos que inicialmente aparecen como débiles (amigos, personas del país de acogida y conocidos) son los que proporcionan ciertas oportunidades para favorecer los factores sociales de empleo, haciendo posible que se genere una confianza y cooperación en todo lo que es el ámbito laboral. Según Martínez *et al.* (2001) hay que destacar que estos apoyos sociales sirven de amortiguador ante los posibles efectos negativos del estrés, generado por la aculturación, previniendo los trastornos del estado de ánimo como la depresión.

En consonancia con ello, de manera específica se puede indicar que las redes de apoyo se establecen de acuerdo a una elevada proporción de vínculos especializados de familiaridad, amistad y paisanazgo. En el caso de los migrantes venezolanos estas agrupaciones surgen en gran medida con otros compatriotas, recurriendo a estos para solventar necesidades de diferentes índoles. Cuando los migrantes, comienzan a establecer conexiones sociales y comparten lazos simbólicos, están generando redes de apoyo, gestando de esta forma comunidades de apoyo. De acuerdo con Faist (2000, p.196) lo que se requiere para la formación de una red de apoyo es que las personas “sin parentesco, se vinculen a través de la reciprocidad y la solidaridad para alcanzar un alto grado de cohesión social y un repertorio común de representaciones colectivas y simbólicas.”

Es en este caso que el apoyo proporciona un sentido de pertenencia en los migrantes venezolanos, factor que los distingue significativamente de otros. Povrzanovic (2004) menciona que las redes de apoyo socioemocional facilitan los procesos de adaptación en el país de acogida y Maya *et al.* (2007, p.745) añade que el incremento de miembros de una red de apoyo logra que “potencialmente se proporcionen nuevos recursos para que el individuo y su red definan y se adapten a nuevas necesidades en el proceso de migración”. En tal sentido las redes de apoyo socioemocional tienen gran relevancia en la migración de los venezolanos al facilitar en gran medida su establecimiento, adaptación y culturización en un nuevo lugar, este proceso se hace más fácil estableciendo vínculos con compatriotas que están atravesando por una realidad similar; sin embargo, al lograr establecer lazos duraderos con las personas del país de acogida las redes de apoyo se incrementan y fortalecen considerablemente en la inserción de los migrantes en diferentes contextos de desarrollo personal y laboral.

En la exploración de los antecedentes, surgen diferentes factores relacionados con las redes de apoyo, en la investigación propuesta por Gámez *et al.* (2020) buscaban describir los factores de inserción en el mercado laboral de la población migrante venezolana en Quito. Entre los resultados que obtuvieron de esta asociación entre teoría y datos de campo, se logró demostrar que los migrantes venezolanos construyen redes de apoyo, considerando el parentesco, las relaciones de amistad o el paisanazgo, teniendo esto como una ventaja que les permite insertarse en el mercado laboral.

En otro contexto Vidal *et al.* (2016) plantean que la experiencia migratoria y laboral de un grupo de mujeres tabasqueñas hacia Carolina del Norte, en Estados Unidos, describe a las redes de apoyo como un factor que influye en los grupos caseros para generar el proceso de

movilidad, analizando así los costos y beneficios de migrar. En estas circunstancias, resultan de gran importancia las redes de apoyo social con el objetivo de poder conseguir empleo y resolver las necesidades cotidianas de la familia. Sin bien, este tipo de redes de apoyo por conveniencia no hacen que sea fácil lograr una integración social, por lo que su único o mayor propósito es la estabilidad económica temporal.

Mientras tanto Calderón *et al.* (2018) señala que las redes de apoyo que se mantienen y desarrollan a través de los medios de comunicación tecnológicos, influyen en la percepción del apoyo que se puede recibir, en el proceso de adaptación y en la satisfacción de cumplir o no objetivos personales, por lo que se entiende que los recursos tecnológicos son propicios en un proceso de migración para mantener la comunicación y contacto inmediato con sus redes de apoyo. Suponiendo de esta manera un gran beneficio para los migrantes al poder contar con una red de apoyo amplia y heterogénea, lo que le coloca como un elemento de gran valor observando lo productiva que puede ser la comunicación cuando esta es mediada por recursos tecnológicos, sirviendo como ayuda y contención a los migrantes para generar nuevas redes de apoyo.

Por otro lado, Calderón *et al.* (2018) describen el apoyo social de un grupo de familias que recibieron antes y durante su proceso de desplazamiento, logrando de esta manera identificar que estos percibieron un apoyo más de tipo instrumental recibiendo ayuda material, entre ellos mercado y ropa, las iglesias tuvieron una gran importancia en este apoyo que recibieron los desplazados. De igual manera existió el reporte de algunas otras familias que tomaron una ayuda más informativa por parte de las estructuras de la asistencia social brasileña, siendo de mucha relevancia el soporte a las familias vulnerables generando solución de algunos de sus problemas; en perspectiva estas instituciones también cumplen con los criterios de redes de apoyo social en el proceso de adaptación de los migrantes desplazados.

Los antecedentes anteriormente mencionados, ponen en contexto las redes de apoyo socio-emocional porque la gran ventaja de estas, es que proporcionan un contingente inmediato, y por la aproximación de sus mecanismos, prestan un apoyo emocional muy valioso y positivo aun cuando pueden generarse por un tipo de conveniencia consciente o inconsciente del individuo. El problema se establece cuando estas redes son improvisadas y eso depende naturalmente de cuánta cercanía exista entre los miembros y de las relaciones afectivas que se hayan generado previamente.

Dentro de este marco la relevancia psicológica que tiene la investigación, es sobre el comportamiento y la respuesta emocional de los migrantes venezolanos ante sus redes de apoyo

y el aporte que estas tienen en el bienestar socioemocional para lograr la adaptación en el lugar de acogida. En este sentido hace énfasis también en una relevancia contemporánea, donde la experiencia de los venezolanos se pone en contexto producto del fenómeno de la migración forzada que se vive en la actualidad sociopolítica de Venezuela, considerando que esta situación podrá generar conocimiento de valor sobre las redes de apoyo en el proceso de migración del venezolano.

Asimismo, se pretende destacar una relevancia humana-social, en la que identificar las redes de apoyo, permitirá conocer las necesidades socio-emocionales que atraviesan los migrantes venezolanos, obteniendo información de la experiencia de quienes han atravesado por este fenómeno migratorio, aportando en el reconocimiento de las redes de apoyo y su valiosa intervención en la contención emocional de los migrantes.

No resulta tan fácil entender de qué manera afecta el fenómeno global de la migración en el contexto de gran número de familias, sobre todo en el caso tan particular que atraviesa Venezuela donde la migración de algunos de los miembros, se ha vuelto algo tan común, produciendo tanto en los migrantes como en los familiares que se quedan gran dolor por la pérdida del ser querido. Este dolor impacta a cada uno de sus integrantes. Es innegable que cada tipo de migración marca de manera diferente sobre el grupo familiar, puesto que las causas, la forma de migración, los recursos, la personalidad, la edad, el género y las redes de apoyo con las que cuenta la familia juegan un papel importante.

El interés por comprender la vivencia ante las redes de apoyo en el proceso de migración que han tenido los venezolanos, orienta la pregunta ¿Cuál es la vivencia de los migrantes venezolanos en cuanto a las redes de apoyo socioemocional en el país de acogida?

Materiales y Métodos.

La presente investigación está enmarcada en el paradigma interpretativo, considerando que direcciona al investigador a considerar la información proporcionada por los informantes claves, para comprender la experiencia y vivencia relacionada con el fenómeno migratorio y su proceso de adaptación en el país de acogida, teniendo en consideración sus redes de apoyo socioemocional; motivo por el cual este paradigma es el apropiado para profundizar en la realidad y el contexto de la persona. En este sentido se consideró el método cualitativo por lo que se describe la recolección y el análisis de la información que está sustentada en la experiencia de los sujetos de investigación, consiguiendo respuestas que se interpretan en función del contexto y

la realidad de las personas, su comportamiento, las relaciones sociales y los fenómenos que pueden afectarla.

En este caso se obtuvo la colaboración de 3 informantes claves, adultos jóvenes, sin distinción de sexo, migrantes venezolanos, residenciados en Ecuador, en la ciudad de Riobamba, tomando en cuenta que su ingreso al país haya sido mayor a seis meses; estos fueron localizados a través de un grupo de voluntarios de la iglesia Católica, que trabaja en lograr la organización de los migrantes venezolanos en la ciudad, los informantes participaron voluntariamente de la investigación y a su vez, se realizó con estos la firma de un acuerdo de consentimiento, en el que toda la información recabada sería considerada estrictamente para uso de la investigación.

La observación y recolección de estas experiencias se realizó a través de la técnica de entrevistas profundas, de manera presencial, acordando el encuentro previamente en una oficina, se contó con la privacidad necesaria para generar rapport y alcanzar un nivel de comunicación adecuado, en el que se pudiera abordar la vivencia de los migrantes venezolanos ante sus redes de apoyo, cada entrevista tuvo una duración mayor a los 40 minutos; se tuvo como referencia el método hermenéutico y como razón la interpretación de las entrevistas, implicando de esta manera un proceso dialéctico en el que investigador escudriña entre las partes y el todo de los relatos, logrando la comprensión adecuada de la información proporcionada.

En este sentido se consideró un listado de preguntas generadoras que propiciaran el dialogo con el informante, y recabaran información relevante de su experiencia para la investigación, sin embargo, a medida que se desarrolló el encuentro surgieron otras interrogantes que permitieron indagar con mayor profundidad en la narrativa de los informantes, dicho listado partió de preguntas como las siguientes: ¿Hace cuánto tiempo migraste y que te motivó para hacerlo? ¿Desde el contexto de tu experiencia, que significa para ti la migración? ¿Cuándo migraste lo hiciste solo o con personas relacionadas contigo, amigos, familia, compañeros? ¿Cómo ha sido tu experiencia migratoria? ¿Has establecido relaciones (redes de apoyo) en el lugar que migraste, como han sido estas redes y que aportan en tu vida? Entre otras.

Las entrevistas fueron grabadas con el consentimiento de los informantes y posterior se realizó la transcripción de las mismas, con la finalidad de comprender las vivencias de los migrantes venezolanos ante las redes de apoyo, lo cual lleva a compartir posturas que coinciden en concebir dicho fenómeno de la migración como multirreferencial, cambiante, cuyas explicaciones son un producto social y humano.

Se llevó a cabo una triangulación de investigadores o expertos, en la que los especialistas analizaron la información obteniendo una visión más aproximada a la realidad de la experiencia de los sujetos entrevistados, dicha técnica se aplicó a través de la información que fue recabada respecto a la vivencia de los migrantes venezolanos ante las redes de apoyo, el análisis fue realizado bajo la experticia de 2 profesionales de la psicología una desde el enfoque social al trabajar con migrantes y sus familiares, y otra desde la clínica; dicha colaboración se realizó luego de contextualizar a las expertas sobre el tema de investigación, las transcripciones de las entrevistas fueron enviadas sin los datos personales de los informantes. El análisis y las conclusiones de las expertas fue enviado al investigador en un periodo de una semana.

Respecto a la información obtenida en la triangulación se logró procesar y categorizar de manera deductiva de acuerdo a las ideas, creencias y asociaciones que existían entre las narraciones, considerando como referencia los aportes teóricos de los autores consultados, para agrupar la información recogida en categorías y subcategorías, teniendo en cuenta ciertos criterios relevantes sobre las redes de apoyo socioemocional y las relaciones que estas guardan, posteriormente se plasmaron estas categorías en una figura para su representación gráfica.

Resultados y Discusión

En el siguiente apartado se presentan los hallazgos que se obtuvieron a través de las entrevistas realizadas a los informantes claves, los cuales fueron seleccionados para dicha investigación, en la que se logró recabar información relevante sobre la experiencia vital y migratoria por la que atravesaron. Por consiguiente, se exponen las categorías primarias, categorías secundarias y las relaciones entre ellas, las cuales surgen del proceso de triangulación de la información recabada en las entrevistas, estas están sustentadas en el contenido vital de los informantes y fueron analizadas desde diversas perspectivas teóricas relacionadas con la migración, el apoyo social y las redes de apoyo.

Estas perspectivas teóricas se consideraron de gran importancia en la investigación, por el valioso aporte que hacen de acuerdo al fenómeno de la migración que viven los venezolanos actualmente, afectando de manera directa sus redes de apoyo socioemocional, que de acuerdo a los autores sirven como soporte emocional en diversas circunstancias, considerando que el apego hacia la familia, amigos y conocidos es un factor que se debe resaltar en los procesos de movilidad, en este caso particular de los venezolanos. Ello abre paso a otros procesos como el de

intercambio, adaptación y parentesco, que afectan o facilitan la experiencia del migrante en el lugar de acogida tal como se ilustra en la figura:

Figura 1
Categorías y subcategorías de las Redes de Apoyo.



Categoría Factores socioemocionales: esta categoría hace referencia a que las redes de apoyo tienen una carga socioemocional que las vuelve necesarias ante diferentes circunstancias, sin embargo, es importante destacar que en la migración de los venezolanos los factores sociales y emocionales tienen un papel fundamental. Y es entonces, que la migración forzada ha tenido un papel significativo, con implicaciones sociales y emocionales muy demandantes en las redes de apoyo. Siendo esta una constante tal como lo señalan los informantes:

“Había una situación familiar con mi papá de salud y dije no salgo hasta que él esté bien”. (I.1/ 103-105).

“Me daba, así como miedo, porque ajá puede que te vaya excelente, pero puede que, en algún momento, alguna cosita pase y necesites que alguien te ayude en cualquier aspecto” (I.2/ 142-147).

En este sentido de la categoría de factores socioemocionales se desprenden dos categorías secundarias, la subcategoría apego que tiene su sustento en las relaciones familiares, de amistad y laborales para la generación de vínculos importantes; y la subcategoría transacciones, como producto de los efectos que tienen las redes de apoyo en el migrante venezolano, teniendo en consideración factores como el acompañamiento, los recursos y la comunicación.

Subcategoría Apego: esta subcategoría hace alusión a que la red de apoyo está constituida por las personas que hagan sentir “En familia”. Se debe comprender que el venezolano busca generar vínculos semejantes a los familiares. Es importante entender que el apego seguro está asociado a un mayor número de personas relacionadas entre sí, considerando factores familiares, de amistad o laboral, que posibiliten diferentes experiencias.

“Creo que lo que más ha llegado a mí como redes son las amistades, tanto las venezolanas como las propias ecuatorianas, donde corremos con la bendición de tener amistades sinceras, amistades que se consideran también una familia aun siendo ecuatorianas” (I.1/ 123-130).

Si estos vínculos con otras personas conocidas o no, no se establecen desde un principio de familiaridad y amistad, las redes de apoyo pueden verse afectadas o interrumpidas.

“Eso ya yo no lo tengo aquí, eso me hace falta, el apego lo necesito, y con respecto a la red que ahora tengo aquí es muy poca, nada más cuento con esta familia, entonces ha sido inestable, tanto lo que tengo en Venezuela, como lo que estoy viviendo aquí en Ecuador” (I.3/ 327-334).

Subcategoría Transacciones: esta subcategoría considera que el apoyo social es el conjunto de relaciones sociales en las que se generan procesos transaccionales, que proveen al sujeto de compañía, recursos afectivos, materiales y en aspectos de tipo informativo, relacionados con temas específicos y de interés que tienen que ver con el proceso de la migración, los vínculos emocionales y de superación o transformación personal.

“No viajó con ningún conocido, pero hago esos conocidos, ellos pasaron a ser las personas más cercanas en ese momento, compartíamos alimentos, toma de decisiones, nos cuidamos” (I.3/ 196-201)

“Al principio sí fue un poquito rudo, pero ya luego, cuando me encontré con él, yo simplemente dejaba que él fuera guía mío y yo iba atrás” (I.2/ 196-201)

Categoría Migración venezolana: en esta categoría se hace mención a aquellos determinantes que en un proceso migratorio serán relevantes considerar, de acuerdo a los criterios de adaptación social y cultural; en ese mismo contexto y en los últimos años el

fenómeno de la migración forzada se ha abierto paso como protagonista en los recurrentes flujos migratorios internacionales, destacando en gran medida la migración venezolana.

En la categoría migración venezolana surgen dos categorías secundarias, la subcategoría adaptación que toma énfasis en la capacidad de resiliencia de los venezolanos para afrontar el fenómeno de la migración, su culturización en el país de acogida y la experiencia de alcanzar un proceso de transformación personal, con el fin de desarrollarse en diferentes ámbitos; y la subcategoría nacionalidad considerando indicadores de parentescos emocionales con otros venezolanos, de interés relacionados con los gustos y preferencias, así como la sensación de estabilidad que les proporciona el saberse entre paisanos o compatriotas.

Subcategoría adaptación: hace referencia al proceso de adaptarse a un nuevo entorno, contexto o espacio, considerando que necesariamente para lograrlo se pasa por muchos movimientos psicológicos, esta situación es vivida tanto por el migrante, como por las personas del país de acogida, siendo los migrantes para esta población, diferentes, porque no pertenecen a su ambiente, rutina y cotidianidad, ocurriendo en diversas oportunidades, situaciones de rechazo, discriminación y xenofobia, como han experimentado algunos de los informantes.

“Pero si hay otros que se predisponen ya de una vez, es como que te cierran las puertas indistintamente, es como que te escuchan el acento y te miran feo. Y uno se siente mal, así como rechazado, o sea tú estás llegando con una buena energía, bueno a mí me gusta conversar y que tú llegues a hablarle a alguien y simplemente por ser venezolano, la persona te rechace más bien, ahí si se siente feo” (I.2/ 263-274).

Las diferencias culturales pueden generar distancias y la sensación de ser ajeno al grupo, esto puede dificultar la construcción de redes de apoyo con las personas locales del país de acogida. Sin embargo, para ubicarse en esta realidad es menester el uso de capacidades de manejo emocional. En estos casos es importante el desarrollo de la resiliencia para poder evitar y confrontar situaciones y eventos traumáticos relacionados con la migración. La adaptación a una nueva cultura implica una disposición a hacer espacio para lo nuevo. Salir del propio paradigma para entrar en contacto con el otro.

“He sufrido bastante de eso, desde que llegué, pero ha sido mi preparación lo que me ha permitido, poder afrontarlo con raciocinio, de tener la capacidad de explicarles que no todos somos iguales, que no venimos hacer daño, ni a robar, sino lo contrario, trato de darle la inversa” (I.3/ 472-479)

“Esta misma situación nos hace ver la manera de ver lo positivo de una crisis a tomar lo bueno de una y es lo que nos impulsó de una manera u otra a ser totalmente independientes en el sentido económico” (I.1/ 188-194)

Un factor que aparece recurrentemente, sea para bien o para mal desde la óptica del migrante, es que el proceso de adaptación a un nuevo país demanda una transformación personal, desde el desarrollo de actitudes hasta la modificación del sistema de creencias.

“migrar es, yo lo veo como cambiar todo, o sea cambiar tu entorno casi tu personalidad, tu forma de pensar, un cambio en general, una cosa que eras en un momento y que pasas a ser en otro momento” (I.1/ 115-120)

“Entonces desde lo laboral hasta lo matrimonial se ve afectado por la migración, pasando a ser el eje transversal de tu vida, todo cambia” (I.3/ 149-152)

Subcategoría Nacionalidad: señala que, de acuerdo a la experiencia, las redes de apoyo de los migrantes venezolanos, están constituidas por las personas que establecen o brindan una sensación de “familia, de estar en casa”. Es innegable que el venezolano busca generar vínculos semejantes a los familiares, por esta misma razón no siempre logran un proceso de adaptación exitoso en el país de acogida. Aunque compartir experiencias con personas que han vivido situaciones similares, genera movimientos mentales de cercanía, familiaridad, propiciando un estado de seguridad, estabilidad y soporte, proceso que se da sobre todo con sus compatriotas.

“lo primero es la confianza, como venezolanos podemos compartir y a través de la experiencia tomar una decisión más asertiva ante algunos... son elementos afectivos, pero qué te llenan, que te nutren, ante la carencia de no tener más familia o más amigos” (I.3/ 249-253 y 259-263)

“creo que lo que más ha llegado a mí como redes son las amistades, tanto las venezolanas como las propias ecuatorianas, dónde corremos con la bendición de tener amistades sinceras, amistades que se consideran también una familia aun siendo ecuatorianas” (I.1/ 123-130)

En este contexto migratorio del venezolano, establecer redes de apoyo, tiene un principio fundamental en la consolidación de fuentes de apoyo, generando vínculos que puedan responder al parentesco o la familiaridad de los individuos, con el afán de sentirse en casa, aun con las limitantes que eso pueda implicar. Consedine, N y Magai, C (2003) señalan que la seguridad en el apego se asocia con mayor alegría, interés, tristeza, rabia y miedo; lo que explica una amplia diversidad de emociones de manera equilibrada, que generan experiencias emocionales significativas, desarrollando la capacidad de reconocer y expresar el estrés emocional.

Es oportuno indicar que el desplazamiento conlleva un equipaje emocional en relación a la partida, las vivencias afectivas en la distancia y el reemplazo emocional propicia no sólo nuevas formas de relación familiar y adaptación, sino efectos socioemocionales contradictorios,

los cuales pueden derivar en grandes inconvenientes a nivel de la salud mental, como el estrés; generando así un desgaste emocional que ocasiona conflictos, afectos y emociones a nivel global. Yanguas *et al.* (2006) señala que las redes de apoyo se convierten en mediadores importantes y de gran soporte en los procesos de afrontamiento, relacionados con pérdidas, enfermedades, situación laboral o económica.

Muchos migrantes que deben desplazarse solos consideran que sus redes de apoyo socioemocional se ven afectadas por la separación y los escasos recursos para mantener medios de comunicación permanentes, lo que los lleva a tener una menor disponibilidad en situaciones de necesidad. Maya *et al.* (2000) considera que hasta un número pequeño de familiares o amigos compatriotas pueden ser la estructura reticular más estable, considerando que las redes de apoyo socioemocional se componen por estos otros individuos con los que existe algún parentesco o afinidad, destacando que la estabilidad del proceso migratorio radica en la consolidación de redes de apoyo extensas que proporcionen estabilidad y sean accesibles para la generación de vínculos socioemocionales.

De acuerdo a lo que plantea Hernández, S. (2002), las personas o las relaciones migratorias que se establecen desde la empatía y la cercanía, son las que proporcionan una mayor sensación de seguridad y afecto vinculándolos directamente desde un apoyo con carga más emocional. En este sentido puede percibirse que el apoyo informativo y material, solo tiene relevancia si viene marcado con la intención afectiva y emocional característico de los venezolanos.

En algunos casos, los informantes claves manifestaron cierta ambivalencia, apareciendo la nostalgia de los vínculos por las redes que dejaron en Venezuela y la tranquilidad o sosiego que les genera la posibilidad de aportar en el bienestar de estas redes a través de su migración. Considerando que es un factor que puede camuflarse bajo la concesión de “es por mi bien y el de mi familia” Fernández, K. (2014) establece que este puede ser uno de los argumentos más contundentes en la vivencia de un migrante, tal es el caso que atraviesan los venezolanos, teniendo que dejar familia, cambiar amistades, relaciones y afectos por una mayor estabilidad y seguridad para sí mismo y sus redes de apoyo.

De acuerdo al mismo proceso migratorio se observan ciertas situaciones de desigualdad, discriminación por parte de algunos miembros del país de acogida tornándose como un desajuste social para el migrante cuando debe relacionarse por temas de comunicación y factores laborales; esto conlleva a que los migrantes sean rechazados o considerados en trabajos con sobre carga y

muy mal remunerados. Gámez *et al.* (2020) menciona que esto no supone que los migrantes venezolanos sean agentes más dóciles que la población local; sino que detrás de esta posición se hace presente el proceso que vive de manera individual cada migrante, motivo que les condiciona a tener trabajos más precarios y segmentados, siendo esto de gran influencia discriminatoria para establecer nuevas redes de apoyo con las personas del país de acogida.

Considerando todos estos criterios la principal ventaja de esta investigación será poder entender la experiencia de los migrantes venezolanos y como estos aprovechan sus redes de apoyo como soporte afectivo, emocional y de información, para lograr su proceso de adaptación en el lugar que están residiendo; considerando que la función de las redes de apoyo es impulsar y propiciar el efecto de contacto entre individuos, intentando replicar vínculos familiares con personas compatriotas, manteniendo así los lazos sociales, recibiendo apoyo emocional principalmente y teniendo influencia en las relaciones y la satisfacción que pueda ocurrir entre estas.

Conclusiones

Se observó que los venezolanos que han atravesado por el fenómeno de la migración, han encontrado que sus redes de apoyo se ven parcialmente afectadas tras el desplazamiento, por lo que según en este caso el apego hacia la familia es un determinante del cual están y permanecen arraigados. Un grupo de familiares, amigos y paisanos se convierten para estos en su estructura de apoyo y soporte más prevalente.

No obstante, es importante destacar que las redes de apoyo están conformadas de manera preponderante por miembros que hacen parte de su núcleo familiar, amigos o coterráneos con los que han establecidos vínculos afectivos, transaccionales, o de apoyo de acuerdo a sus necesidades. No se puede descartar que en algunos casos se puede contar con el apoyo del país de acogida, sin embargo, en otros casos se generan rechazos, discriminación y hasta signos de xenofobia; lo que termina generando que el proceso de culturización y adaptación sea mucho más complejo.

Como consecuencia se debe puntualizar que el proceso migratorio comienza desde el momento en que la persona lo piensa, desde el momento en que se toma dicha decisión y lo planifica, es en estos casos que se presenta cierta necesidad de hacer el viaje solo o acompañado, por lo que una característica del migrante venezolano es la de contar con una compañía durante el proceso de desplazamiento, en algunos casos no se da la oportunidad de realizarlo con algún

conocido, aunque esto no es impedimento para entablar relaciones de interés y lograr que el viaje sea más llevadero.

Así mismo se puede percibir que el tema del paisanazgo tiene gran relevancia, por lo que genera mayor confianza ante el vacío emocional, para establecer redes de apoyo al identificarse y reconocer en estos un soporte en asistencia de diversas formas; de alguna manera la familia tiene un papel clave, ya que esta da sentido a la migración del venezolano, es decir la familia es central y es la principal red de apoyo y a pesar de la distancia buscan mantener estos vínculos.

En este sentido el proceso migratorio de los venezolanos se genera teniendo como motivación la situación sociopolítica y económica del país, sin embargo, lograr cumplir con estas demandas propias del fenómeno de la migración, no satisfacen el vacío emocional que permanece y que está relacionado con el apego familiar tan arraigado. Es entonces que se puede percibir que esta familiaridad busca replicarse relacionándose con personas que les hagan sentir en casa o en familia y estas personas suelen ser otros migrantes venezolanos.

Por otro lado, cuando se habla del ámbito laboral, las redes de apoyo pueden percibirse más débiles o deficientes, existiendo determinados vacíos de vinculación con otras personas, demandando del migrante una transformación personal, teniendo que hacer un cambio de prioridades y de actitud. De acuerdo a esta experiencia el migrante venezolano se siente movido a adaptarse y a buscar los recursos necesarios para hacerlo, en algunos casos puede presentarse dificultad por el hecho de querer replicar sus estadios de bienestar familiar para sentirse seguros y lograr sus objetivos personales o profesionales.

Se ha confirmado el gran valor que generan las redes de apoyo socioemocional en consonancia con el proceso migratorio, considerando en primer lugar las instancias de decisión de migrar, teniendo como objetivo primario el bienestar integral de la familia que dejan, y el nivel de adaptación para lograr el bienestar y la inserción dentro de diferentes ambientes incluyendo el laboral en el país de acogida.

En cuanto a las recomendaciones, para investigaciones futuras sobre redes de apoyo, se sugiere realizar estudios cuantitativos y la aplicación de algún instrumento psicológico en el que se pueda determinar el proceso de adaptación de los migrantes en los lugares de acogida. Por consiguiente, será de mucho provecho también que se realicen investigaciones cualitativas asegurando la participación de más informantes y analizando constructos como el duelo post migración, salud mental y construcciones sociales de los países de acogida.

Así mismo será oportuno que las personas que migran puedan acudir a terapia y acompañamiento psicológico previo y posterior a la migración con el propósito de prevenir, identificar y abordar posibles respuestas de estrés en el proceso de adaptación.

Será importante que los migrantes forzados o voluntarios, busquen información sobre temas legales del país de acogida, relacionados con la salud, procesos migratorios, permisos, servicios, derechos y obligaciones, previo a su movilización, para evitar inconvenientes en el lugar de acogida.

Proporcionar de estrategias psicológicas que aporten a los migrantes la comprensión de sus sentimientos, emociones, logrando reconocer posibles episodios de estrés, ansiedad y preocupación ante el proceso de adaptación, culturización o en el desarrollo de actividades laborales.

Que los padres y madres aseguren la protección física y emocional de los niños y niñas, de manera especial de quienes están separados, están solos o tienen una condición especial y corren el riesgo de sufrir algún tipo de abuso. Lo mejor es que puedan mantenerse con sus padres y que la familia permanezca unida.

Establecer entre los migrantes venezolanos asociaciones formales e informales, que sirvan de soporte social y para la organización de la comunidad migrante venezolana, con el fin de solicitar de manera más constituida, apoyo en temas relacionados con la salud física y emocional, regularización, empleo, u otros y que se pueda evitar riesgos sociales como la discriminación, el desempleo o la dificultad para adaptarse en el lugar de acogida por la falta de sus redes de apoyo.

Aprovechar las redes sociales como un medio para proporcionar recursos informativos sobre herramientas psicológicas para afrontar el fenómeno de la migración, proporcionar información relevante sobre temas migratorios como la regularización en el país de acogida y así reducir factores de estrés y lograr un incremento del bienestar socioemocional.

Que los migrantes aseguren los recursos tecnológicos mínimos, necesarios para mantener la comunicación a distancia con las redes de apoyo en Venezuela, con el fin de facilitar la experiencia de la migración, afianzando los vínculos afectivos y de amistad, sirviendo como soporte ante diversas situaciones.

Referencias Bibliográficas

- Ander-Egg. (2004). *Los grupos de autoayuda y el apoyo social*. Ergon, Madrid.
<https://alternativasts.ua.es/article/view/1998-n6-los-grupos-de-autoayuda-como-estrategia-de-intervencion-en-el-apoyo-social/pdf>
- Aranda, C y Pando, M. (2013) Conceptualización del apoyo social y las redes de apoyo social. *Revista IIPSI facultad de psicología* pp. 233 – 245.
<https://doi.org/10.15381/rinvp.v16i1.3929>
- Bowlby, J. (1998) *Vínculos afectivos: formación, desarrollo y pérdida*. Madrid: Morata.
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80538304>
- Calderón, M. Fin, R. y Pizzinato, A. (2018) Red de apoyo social: perspectivas de familias desplazadas en Porto Alegre. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*.
<https://doi.org/10.1590/0102.3772e34421>
- Consedine, N y Magai, C (2003). Attachment and emotion experience in laterlife: the view from emotion theory. *Attachment Human Development*, 5, 165-187.
http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_nlinks&ref=000080&pid=S0120-0534200600030000400017&lng=en
- Faist, T. (2000). Transnationalization in international migration: implications for the study of citizenship and culture. *Ethnic and Racial Studies*, 23(2), 189-222.
<https://doi.org/10.1080/014198700329024>
- Fernández, K. (2014). *Deslocados internos e direito à moradia no contexto dos megaeventos esportivos no Brasil: Direitos humanos relativizados pela colonialidade do poder* (Dissertação de mestrado). Universidade do Vale do Rio dos Sinos, RS, Brasil.
<http://www.repositorio.jesuita.org.br/bitstream/handle/UNISINOS/4134/05.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Gámez, I., García, j. y Osorio, N. (2020). Las calles del hambre en Ecuador: un estudio sobre la reciente migración venezolana. *Revista Colombiana de Sociología*, 43(1), 37–58.
<https://doi.org/10.15446/rcs.v43n1.79131>
- Garcés, J. y Durá, E. (1991) La teoría del apoyo social y sus implicaciones para el ajuste psicosocial de los enfermos oncológicos. *International Journal of Social Psychology, Revista de Psicología Social*, pp. 257-271.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=111762>

- Garrido, L. (2006) Apego, emoción y regulación emocional. Implicaciones para la salud. *Revista Latinoamericana de Psicología*, pp.493-507.
<https://www.redalyc.org/exportarcita.oa?id=80538304>
- Hernández, S. (2002). *La otra cara de la inmigración: Necesidades sistemas de apoyo social*. Universidad de Almería, Almería, España.
<https://dialnet.unirioja.es/metricas/documentos/TES/144332>
- International Organization for Migration (2017) *the Global Migration Film Festival explored the challenges and promises of migration*. The second edition. <https://www.iom.int/2017-edition>
- Instituto Nacional de personas adultas mayores (2020) *Importancia de las redes de apoyo para las personas mayores*. Gobierno de Mexico.
<https://www.gob.mx/inapam/es/articulos/importancia-de-las-redes-de-apoyo-social-para-las-personas-mayores?idiom=es>
- Kerr, S., Melley, A., Travea, L. Pole, M. (2003). La relación de la expresión emocional y la experiencia con el estilo de apego adulto. *Investigación de diferencias individuales*. 1, 108-123.
http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_nlinks&ref=000105&pid=S0120-0534200600030000400042&lng=en
- Martínez, F., Páez, D., Pennebaker, J. (2002). Emoción y salud. En F. Palmero, E. Fernández-Abascal, F. Martínez, M. Chóliz (Eds.), *Psicología de la Motivación y Emoción* (pp. 515-540). Madrid: McGrawHill.
http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_nlinks&ref=000119&pid=S0120-0534200600030000400056&lng=en
- Mikulincer, M., Shaver, P., Pereg, D. (2003). Attachmenttheory and affectregulation: Thedynamics, development and cognitiveconsequencesofattachment-relatedstrategies. *Motivation and Emotion*, 27, 77-102.
https://www.researchgate.net/publication/225994401_Attachment_Theory_and_Affect_Regulation_The_Dynamics_Development_and_Cognitive_Consequences_of_Attachment-Related_Strategies
- Martínez, M., Martínez, J. (2018) Procesos migratorios e intervención psicosocial. Redalyc. *Papeles del Psicólogo*. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=77855949003>

- Maya, I., Neil, A. (2007). Multiple Senses of Community in Migration and Commuting: The Interplay between Time, Space and Relations. *International Sociology*, 22(6), 743-766. <https://doi.org/10.1177/0268580907082259>
- Millán-Franco, M., García-Cid, L. (2019) Las redes de apoyo social online y offline en los inmigrantes de Málaga (España). *Migraciones. Publicación Del Instituto Universitario De Estudios Sobre Migraciones*, (47), 119-149. <https://doi.org/10.14422/mig.i47y2019.005>
- Ortego, M., Lopez, S., Lourdes, M., Aparicio, M. (2011) El apoyo social. *Ciencias Psicosociales I. pp. 01-22*. Editorial Open courseware. <https://ocw.unican.es/course/view.php?id=182>
- Povrzanovic, M. (2004). Transnational perspective in ethnology: from 'ethnic' to 'diasporic' communities. En M. Povrzanovic Frykman (Ed.), *Transnational Spaces: Disciplinary Perspectives* (págs. 77-100). Sweden: Malmö University. <http://www.diva-portal.org/smash/record.jsf?pid=diva2%3A1406257&dswid=-3486>
- Rascón, M. (2017). La importancia de las redes de apoyo en el proceso resiliente del colectivo inmigrante. *DEDiCA. REVISTA DE EDUCAÇÃO E HUMANIDADES*, 11 pp.61-82. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5906268>
- Sánchez, E. (2004). Collectivize Social SupportElementsforReconsideringthe Social Dimension in theStudyof Social Support. *TheSpanishJournalofPsychology*, pp. 124-134.
- Vidal, L., Tuñón, E., Rojas, M., Ayús, R. (2016) Redes de apoyo y percepciones de la migración a Estados Unidos de mujeres Tabasqueñas despulpadoras de Jaibas. *Migraciones internacionales*, 1(2), pp.29-63. http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1665-89062002000100002&lng=es&tlng=es.
- Yanguas, J., Montorio, I. (2006) Análisis de la calidad de vida relacionada con la salud en la vejez desde una perspectiva multidimensional. https://www.researchgate.net/publication/41224230_Analisis_de_la_calidad_de_vida_relacionada_con_la_salud_en_la_vejez_desde_una_perspectiva_multidimensional

Anexo N° 1

Listado de preguntas generadoras

1. ¿Hace cuánto tiempo migraste y que te motivó para hacerlo?
2. ¿Desde el contexto de tu experiencia, que significa para ti la migración

3. ¿Cuándo migraste lo hiciste solo o con personas relacionadas contigo, amigos, familia, compañeros?
4. ¿Cómo ha sido tu experiencia migratoria?
5. ¿Has establecido relaciones (redes de apoyo) en el lugar que migraste, como han sido estas redes y que aportan en tu vida?
6. ¿Qué dificultades se han presentado con tus relaciones (redes de apoyo) con el hecho de migrar?
7. ¿Cómo ha sido el apoyo que te han brindado las redes de apoyo para lograr tu proceso de adaptación en el país en que te encuentras?
8. ¿Cómo ha sido la experiencia que has vivido en tu proceso migratorio junto a tus redes de apoyo?
9. ¿Qué características tienen las personas que conforman tus redes de apoyo?

Anexo N° 2

Consentimiento Informado

Yo, _____ identificado con cédula de ciudadanía número: _____ manifiesto que se me ha explicado la naturaleza y propósito de la Investigación titulada **Redes de apoyo socio-emocional en migrantes venezolanos**, desarrollada por el estudiante de psicología **Gutiérrez Granadillo Jeeser José**. De igual manera, pongo en conocimiento que esta participación es completamente voluntaria y hace parte del proceso de bienestar emocional de usted.

Además de lo anterior, autorizo que se realicen grabaciones, transcripciones de fragmentos de las narraciones, cuyo contenido puede ser compartido y/o difundido con diferentes profesionales de la Unidad, y/u otras entidades, con el fin de dar a conocer las experiencias de los migrantes venezolanos en relación a sus redes de apoyo. Se me ha explicado que es posible que en cualquier momento del proceso pueda retirarme y estoy de acuerdo con eso.

Finalmente, manifiesto que el estudiante encargado de la investigación me ha aclarado las dudas que han surgido de mi participación voluntaria en la investigación.