



UTMACH

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES

CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA

**Experiencias de resiliencia y bienestar psicológico en migrantes
venezolanos.**

**ARCOS FAREZ SCARLETH BRIGGITTE
LICENCIADA EN PSICOLOGIA CLINICA**

**LOOR MACAS CRISTOPHER ORLEY
LICENCIADO EN PSICOLOGIA CLINICA**

**MACHALA
2023**



UTMACH

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES

CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA

Experiencias de resiliencia y bienestar psicológico en migrantes venezolanos.

**ARCOS FAREZ SCARLETH BRIGGITTE
LICENCIADA EN PSICOLOGIA CLINICA**

**LOOR MACAS CRISTOPHER ORLEY
LICENCIADO EN PSICOLOGIA CLINICA**

**MACHALA
2023**



UTMACH

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES

CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA

ANÁLISIS DE CASOS

Experiencias de resiliencia y bienestar psicológico en migrantes venezolanos.

**ARCOS FAREZ SCARLETH BRIGGITTE
LICENCIADA EN PSICOLOGIA CLINICA**

**LOOR MACAS CRISTOPHER ORLEY
LICENCIADO EN PSICOLOGIA CLINICA**

PEÑA LOAIZA GERARDO XAVIER

**MACHALA
2023**

Experiencias de resiliencia y bienestar psicológico en migrantes venezolanos

por Scarlet Brigitte Arcos Farez y Christopher Orley Loor Macas

Fecha de entrega: 02-oct-2023 02:26p.m. (UTC-0500)

Identificador de la entrega: 2183594440

Nombre del archivo: resiliencia_y_bienestar_psicol_gico_en_migrantes_venezolanos.pdf (223.99K)

Total de palabras: 10820

Total de caracteres: 58392

Experiencias de resiliencia y bienestar psicológico en migrantes venezolanos

INFORME DE ORIGINALIDAD

6%

INDICE DE SIMILITUD

5%

FUENTES DE INTERNET

1%

PUBLICACIONES

2%

TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	Submitted to Universidad Técnica de Machala	1%
	Trabajo del estudiante	
2	hdl.handle.net	<1%
	Fuente de Internet	
3	repositorio.utmachala.edu.ec	<1%
	Fuente de Internet	
4	repositorioinstitucional.uaslp.mx	<1%
	Fuente de Internet	
5	angelmonagas.medium.com	<1%
	Fuente de Internet	
6	Submitted to Universidad Católica de Santa María	<1%
	Trabajo del estudiante	
7	issuu.com	<1%
	Fuente de Internet	
8	pesquisa.bvsalud.org	<1%
	Fuente de Internet	

CLÁUSULA DE CESIÓN DE DERECHO DE PUBLICACIÓN EN EL REPOSITORIO DIGITAL INSTITUCIONAL

Los que suscriben, ARCOS FAREZ SCARLETH BRIGGITTE y LOOR MACAS CRISTOPHER ORLEY, en calidad de autores del siguiente trabajo escrito titulado Experiencias de resiliencia y bienestar psicológico en migrantes venezolanos., otorgan a la Universidad Técnica de Machala, de forma gratuita y no exclusiva, los derechos de reproducción, distribución y comunicación pública de la obra, que constituye un trabajo de autoría propia, sobre la cual tienen potestad para otorgar los derechos contenidos en esta licencia.

Los autores declaran que el contenido que se publicará es de carácter académico y se enmarca en las disposiciones definidas por la Universidad Técnica de Machala.

Se autoriza a transformar la obra, únicamente cuando sea necesario, y a realizar las adaptaciones pertinentes para permitir su preservación, distribución y publicación en el Repositorio Digital Institucional de la Universidad Técnica de Machala.

Los autores como garantes de la autoría de la obra y en relación a la misma, declaran que la universidad se encuentra libre de todo tipo de responsabilidad sobre el contenido de la obra y que asumen la responsabilidad frente a cualquier reclamo o demanda por parte de terceros de manera exclusiva.

Aceptando esta licencia, se cede a la Universidad Técnica de Machala el derecho exclusivo de archivar, reproducir, convertir, comunicar y/o distribuir la obra mundialmente en formato electrónico y digital a través de su Repositorio Digital Institucional, siempre y cuando no se lo haga para obtener beneficio económico.



ARCOS FAREZ SCARLETH BRIGGITTE
0706502754



LOOR MACAS CRISTOPHER ORLEY
0705154573

AGRADECIMIENTO

Aprovechamos esta oportunidad para expresar nuestro más sincero agradecimiento a cada uno de ustedes, a Carmita Villavicencio, por ser nuestra guía constante a lo largo de este proceso por sus conocimientos profundos y su dedicación para brindarnos las herramientas necesarias, de igual manera a Jhon Calva, por sus comentarios y sugerencias que han mejorado enormemente nuestro trabajo, permitiéndonos explorar nuevos enfoques y expandir nuestra comprensión del tema.

Del mismo modo a Paul Quishpi, queremos agradecerle por sus ideas innovadoras y su perspectiva única que enriquecieron significativamente nuestra investigación y a Iris Godoy por sus palabras de aliento y su confianza en nuestras habilidades que nos han dado la fuerza para perseverar incluso en los momentos más desafiantes.

DEDICATORIA

Este trabajo de investigación es el resultado de años de esfuerzo, dedicación y perseverancia, pero no habría sido posible sin el apoyo de mis padres María Elena Farez Reinoso y Gerardo Gonzalo Arcos Jara, de mis hermanos Jefferson Gonzalo Arcos Farez y Cristhel Belén Arcos Farez a quienes agradezco por su amor y constante aliento. Gracias por creer en mí y por ser mi roca en los momentos de duda. Su amor y confianza han sido mi mayor motivación para seguir adelante y alcanzar este logro. Esta tesis no solo es mía, sino también de ustedes, porque han sido parte fundamental de mi camino hacia el éxito. Les dedico este logro con todo mi cariño y gratitud.

Scarleth Brigitte Arcos Farez

Dedicó este trabajo de investigación, a mis padres, Catalina Genoveva Macas Chavez y Orley Oswaldo Loor Bravo y a mi hermano Jeanpiher Sebastian Loor Macas, quienes con su apoyo inquebrantable, aliento constante y presencia reconfortante han sido mi mayor fortaleza en este viaje académico. En cada paso del camino, su amor incondicional ha sido mi motivación para seguir adelante, superar los desafíos y alcanzar mis metas. Esta tesis es el resultado de nuestro amor y sacrificio compartidos, y hoy celebro este logro con ustedes en mi corazón.

Cristopher Orley Loor Macas

EXPERIENCIAS DE RESILIENCIA Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN MIGRANTES VENEZOLANOS

RESUMEN

Autores: Scarleth Brigitte Arcos Farez
CI: 0706502754
sarcos2@utmachala.edu.ec

Cristopher Orley Loor Macas
CI: 0705154573
cloor2@utmachala.edu.ec

Coautor: Gerardo Xavier Peña Laiza
0702794868
gpena@utmachala.edu.ec

La resiliencia se refiere a la capacidad de una persona para adaptarse y recuperarse de situaciones adversas o estresantes, manteniendo un funcionamiento psicológico saludable, por otro lado, el bienestar psicológico se define como un estado de satisfacción, equilibrio emocional y funcionamiento óptimo en la vida de una persona. La presente investigación tiene como objetivo establecer la relación entre las experiencias de resiliencia y bienestar psicológico en migrantes venezolanos. Está sustentando bajo las bases del enfoque Cognitivo Conductual el cual permitió analizar como los procesos de pensamiento, atribuciones y creencias de los migrantes venezolanos influyen en su capacidad resiliente y bienestar psicológico, lo cual permitió una aproximación más profunda a su desafiante experiencia migratoria. El estudio se llevó a cabo utilizando un enfoque cualitativo en concordancia con el diseño fenomenológico-hermenéutico. En el proceso de categorización se obtuvieron los siguientes temas: a) Experiencias resilientes en migrantes venezolanos; b) Experiencias resilientes influyentes en el bienestar psicológico; c) Diferencias de género en las experiencias resilientes y bienestar psicológico. Se tuvo la participación de 4 voluntarios de entre 20 a 25 años de edad. En esta investigación se utilizó una muestra no probabilística homogénea. Para la recolección de datos se utilizaron

instrumentos como: entrevista abierta a profundidad no estructurada y la observación cualitativa utilizada para captar lo que aconteció en el entorno mientras se desarrollaba la entrevista. En cuanto a los resultados, se evidenció que las vivencias que impulsan la resiliencia y afectan positivamente el bienestar psicológico de los migrantes venezolanos están vinculadas a la discriminación, la xenofobia y la capacidad de mantener la esperanza además las experiencias resilientes en migrantes venezolanos están relacionadas con la capacidad de adaptación y superación de situaciones adversas, finalmente, se constató que los hombres migrantes reportan una mayor habilidad para adaptarse a las adversidades de la realidad migratoria y una autoeficacia más elevada en comparación con las mujeres migrantes, en contraste, las mujeres migrantes señalan una mayor disponibilidad de oportunidades de empleo y una mayor afectación en su salud mental en comparación con los migrantes masculinos.

Palabras claves: Resiliencia, Bienestar Psicológico, Migrantes.

EXPERIENCES OF RESILIENCE AND PSYCHOLOGICAL WELLBEING IN VENEZUELAN MIGRANTS

ABSTRACT

Authors: Scarleth Brigitte Arcos Farez

CI: 0706502754

sarcos2@utmachala.edu.ec

Cristopher Orley Loor Macas

CI: 0705154573

cloor2@utmachala.edu.ec

Coauthor: Gerardo Xavier Peña Loaiza

CI: 0702794868

gpena@utmachala.edu.ec

The present research aims to establish the relationship between the experiences of resilience and psychological well-being in Venezuelan migrants. It is based on the Cognitive Behavioral approach which allowed analyzing how the thought processes, attributions and beliefs of Venezuelan migrants influence their resilience and psychological well-being, which allowed a deeper approach to their challenging migration experience. The study was conducted using a qualitative approach in accordance with the phenomenological-hermeneutic design. In the categorization process, the following themes were obtained: a) Resilient experiences in Venezuelan migrants; b) Resilient experiences influencing psychological well-being; c) Gender differences in resilient experiences and psychological well-being. Four volunteers between 20 and 25 years of age participated in the study. A homogeneous non-probabilistic sample was used in this research. Instruments used for data collection were: unstructured open-ended in-depth interview and qualitative observation used to capture what happened in the environment while the interview was taking place. As for the results, it was evidenced that the experiences that promote resilience and positively affect the

psychological well-being of Venezuelan migrants are linked to discrimination, xenophobia and the ability to maintain hope; furthermore, resilient experiences in Venezuelan migrants are related to the ability to adapt and overcome adverse situations, Finally, it was found that male migrants report a greater ability to adapt to the adversities of the migratory reality and a higher self-efficacy compared to female migrants, in contrast, female migrants report a greater availability of employment opportunities and a greater affectation in their mental health compared to male migrants.

Key words: Resilience, Psychological Well-Being, Migrants

CONTENIDO

INTRODUCCIÓN	9
1.GENERALIDADES DEL OBJETO DE ESTUDIO	11
1.1 Definición y contextualización del objeto de estudio.....	11
1.2 Hechos de interés.....	17
1.3 Objetivos de la investigación.....	20
2.FUNDAMENTO TEÓRICO - EPISTEMOLÓGICO DEL ESTUDIO	20
2.1 Descripción del enfoque epistemológico de referencia.....	20
2.2 Bases teóricas de la investigación	¡Error! Marcador no definido.
3.PROCESO METODOLÓGICO	28
3.1 Diseño o tradición de investigación seleccionada.	28
3.2 Proceso de recolección de datos en la investigación	29
3.3 Sistema de categorización en el análisis de los datos	29
4. RESULTADO DE LA INVESTIGACIÓN	¡Error! Marcador no definido.
4.1 Descripción y argumentación teórica de resultados;.....	¡Error! Marcador no definido.
CONCLUSIONES	42
RECOMENDACIONES	43
BIBLIOGRAFÍA	44
ANEXOS	52

INTRODUCCIÓN

La crisis migratoria de Venezuela ha sido uno de los mayores impactos migratorios en la historia latinoamericana. En estos últimos años, cerca de seis millones de venezolanos han emigrado alrededor del mundo en busca de nuevas oportunidades y mejorar su calidad de vida; la crisis estructural vivida ha hecho que las personas contemplen la salida del país como una opción para acceder a protección y asistencia, lo cual su país no les puede brindar (Zarama, 2022).

La mayoría de migrantes venezolanos, cerca de cinco millones de personas que reflejan más del 82% de la dispersión mundial, han buscado refugio en varios países de la región de Latinoamérica y El Caribe; habiendo una mayor predisposición a hacia los países de la región como, Colombia, Ecuador, Perú, Chile y Brasil; la magnitud de migrantes en estos países desató una crisis de derechos humanos con un gran impacto a nivel regional, debido a la poca preparación de los países de acogida para responder a la gran cantidad de asistencia a los migrantes (ACNUR, 2021).

El estado de salud mental que comprenden los migrantes como efecto del complejo proceso migratorio, conlleva a que las personas desarrollen capacidades de resiliencia frente al entorno que les rodea (de la Paz et al., 2016), no obstante, las mismas adversidades que se presenten determinarán el bienestar psicológico de los sujetos.

Como menciona Mera-Lemp et al. (2020) el choque cultural, el propio estrés provocado por el entorno y las diversas necesidades de estos mismos propician al individuo a gestionarse por sí mismo, además cabe resaltar que son susceptibles a una constante de tratos desiguales y es frente a estas situaciones que ponen en evidencia sus capacidades.

Considerando lo mencionado en los anteriores párrafos, surge el interés por conocer cómo se encuentra el estado de salud mental de los migrantes venezolanos que atravesaron la crisis migratoria y actualmente se hallan en Ecuador; por esta razón, el propósito principal de este análisis de caso es analizar la relación de aquellas experiencias que engloban a los sujetos migrantes, en cuestión de su resiliencia, como también de su bienestar psicológico.

En cuanto al primer capítulo del siguiente análisis de caso, se presentan las definiciones teóricas que contextualizan el siguiente tema de estudio: experiencias de resiliencia y bienestar psicológico en migrantes venezolanos, empleando la revisión de investigaciones actualizadas en los hechos de interés, además de exponer los objetivos de la investigación, y los fundamentos que respaldan estos mismos.

Respecto al segundo capítulo, se da énfasis a la elección del enfoque teórico-epistemológico, comenzando por las explicaciones que propician los destacados teóricos respecto a la perspectiva cognitivo-conductual, resaltando que las experiencias resilientes en migrantes venezolanos son un elemento indispensable para el bienestar psicológico ante las adversidades del entorno, lo que establece las bases para el análisis del estudio.

Con referente al tercer capítulo, en este se establece el diseño metodológico utilizado para la ejecución de este estudio, detallando los instrumentos aplicados, así como las técnicas pertinentes para la recopilación de información y el establecimiento de las categorías que serán objeto de análisis en los resultados.

Por último, en el cuarto capítulo, se detallan los resultados obtenidos a través de la triangulación, incluyendo la síntesis de la teoría en concordancia con la extracción de la codificación axial, finalizando con la interpretación, propiciando la formación de las conclusiones del estudio y las recomendaciones para futuras investigaciones.

EXPERIENCIAS DE RESILIENCIA Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN MIGRANTES VENEZOLANOS

1. GENERALIDADES DEL OBJETO DE ESTUDIO

1.1 Definición y contextualización del objeto de estudio.

De acuerdo con Mak et al. (2021), la migración se ha vuelto una táctica esencial para la supervivencia, especialmente en naciones donde las perspectivas laborales carecen de una remuneración adecuada. A pesar de conllevar ventajas variadas, esta migración también trae consigo una serie de tensiones significativas que ponen a prueba las capacidades de afrontamiento de los migrantes, sobre todo cuando se hallan en un contexto extranjero y distantes de su red de apoyo social.

La literatura documenta una amplia variedad de fuentes de estrés a las que se enfrenta la comunidad migrante y que socavan su bienestar psicológico. Estas incluyen la ausencia de estatus legal, la separación de sus familias y la residencia en refugios, desafíos para acceder a servicios de salud mental, cuestiones financieras, comunicación problemática con los profesionales de la salud mental y estigmas en torno a temas de salud mental, obstáculos para encontrar empleo y alojamiento, percepciones negativas en la sociedad, un círculo de apoyo limitado y antecedentes de problemas psicológico (Rousseau y Frounfelke, 2019; Walther et al., 2020; Gagliardi, 2020; Bayes-Marin et al., 2020; Blukacz et al., 2022).

Hynie (2017) sostiene que las dificultades en la búsqueda de empleo y vivienda junto a las actitudes públicas negativas se configuran en factores determinantes de un menor bienestar psicológico en la población migrante. Asimismo, se tiene evidencia de que experimentar dificultades económicas, residir en una casa de alquiler, contar con escaso apoyo social y tener antecedentes de problemas psicológicos también incide negativamente en el bienestar psicológico de este colectivo (Rousseau y Frounfelke, 2019; Bayes-Marin et al., 2022; Blukacz et al., 2022).

Dado el amplio abanico de elementos generadores de estrés en la población migrante, investigadores como Ciaramella et al. (2022) enfatizan la relevancia de estudiar la

variable psicológica resiliencia, esta podría representar un componente fundamental en el bienestar psicológico de la comunidad migrante.

A pesar de su uso común, el concepto de resiliencia se utiliza en diferentes disciplinas para significar cosas diferentes. De acuerdo con Becoña (2006) el origen de la definición de resiliencia se encuentra en el ámbito de la física, donde hace referencia a la habilidad de un objeto para soportar fuerzas externas. No obstante, en el contexto del comportamiento humano, se utiliza para describir la capacidad de los individuos para enfrentar eventos estresantes y lograr un desarrollo positivo incluso en condiciones adversas (Fernández y Gómez, 2022).

Para Páez (2020) la resiliencia es un comportamiento adaptativo que abarca el ajuste emocional, cognitivo y social, siendo un promotor de la salud mental al presentar una perspectiva más completa que la tradicional visión de salud-enfermedad. El planteamiento anterior se evidencia en revisiones teóricas como la de Fernandes de Araújo y Bermúdez (2015) quienes demostraron una relación entre los altos niveles de resiliencia y una menor incidencia de patologías clínicas. Por lo tanto, se sugiere que este constructo podría contribuir a promover la salud mental y servir como factor protector en la gestión exitosa de problemas psiquiátricos.

En este orden de ideas, resulta oportuno mencionar los señalamientos de Rutter (2006) en cuanto a considerar la resiliencia en sus dos posibles escenarios. El primero corresponde a valorar la resiliencia como un recurso que permite afrontar una circunstancia adversa y el segundo alude a la capacidad para salir fortalecido a consecuencia de un afrontamiento exitoso de un evento estresante. El planteamiento anterior ha recibido especial atención y a día de hoy el concepto de resiliencia es entendido desde esta doble postura, considerando las vivencias y aprendizajes resultantes como elementos que facultan el desarrollo de la resiliencia (Valenzuela y Anguiano, 2022).

A partir de estas definiciones y consideraciones, recientemente se ha observado un creciente interés por la resiliencia y su posible participación en la génesis de los trastornos psiquiátricos; atribuyéndose dicho interés al novedoso marco conceptual que resultó del arduo estudio de la resiliencia frente a los limitados esfuerzos del modelo psicodinámico (Carmona, 2019).

Ferreira et al. (2021) efectuaron una revisión sistemática de intervenciones fundamentadas en la resiliencia con el propósito de reducir la prevalencia de trastornos psicológicos y mejorar el bienestar en población de adultos durante la última década. Sus hallazgos señalan que la mayoría de los estudios reportaron resultados favorables tanto en la reducción de afecciones clínicas como en el aumento del bienestar.

A pesar del creciente interés en la investigación de la resiliencia en varios grupos demográficos, parece que esta tendencia no se ha mantenido constante en el caso de la población migrante. En relación con este asunto, Ciaramella et al. (2022) llevaron a cabo una revisión sistemática y observaron que las definiciones de resiliencia difieren en relación con las experiencias de vida únicas de los migrantes. Además, su análisis reveló una carencia de intervenciones centradas en la resiliencia específicamente diseñadas para esta población. Con base en sus hallazgos, los autores concluyeron que es esencial implementar intervenciones más dirigidas y aplicables que beneficien a la comunidad migrante.

El estudio realizado por Gambaro et al. (2020) reveló que entre los migrantes diagnosticados con ansiedad o depresión, había una mayor presencia de comorbilidad psiquiátrica en comparación con aquellos con diagnósticos diversos. Además, los autores identificaron que la resiliencia emerge como un factor protector frente al desarrollo de psicopatologías en la población migrante. Por lo tanto, se vuelve esencial fortalecer esta variable psicológica con el propósito de mejorar la salud mental de los migrantes.

Existe evidencia en la literatura sobre los elementos que contribuyen al fortalecimiento de la resiliencia en la comunidad migrante, tales como la conciencia comunitaria, las creencias religiosas, la espiritualidad y el apoyo social (Babatunde-Sowole et al., 2016). En relación con este último aspecto, Sundayani et al. (2020) destacan la importancia del apoyo social proveniente de la familia, amigos y la comunidad en el fortalecimiento de la resiliencia en jóvenes trabajadores migrantes.

Algunos estudios como los de Trigueros et al. (2020) reportan que la resiliencia se correlaciona negativamente con la ansiedad y positivamente con la motivación en una muestra de individuos deportistas. Asimismo, Lusk et al. (2019) encontraron puntajes elevados de resiliencia y calidad de vida en una muestra de migrantes.

Por otro lado, existe interés en la literatura acerca de la relación entre el bienestar psicológico y la resiliencia en poblaciones migrantes. Sobre esta cuestión Solá-Sales et al. (2021) llevaron a cabo un estudio que involucraba tanto a migrantes como a no migrantes, y descubrieron que el grupo de migrantes reportaba un bienestar psicológico menos favorable en comparación con los no migrantes. Los investigadores resaltaron el papel de la resiliencia como un factor moderador en relación al bienestar psicológico. Estos resultados refuerzan la propuesta planteada por Smith y Yang (2017) respecto a la implementación de programas de entrenamiento en resiliencia con el objetivo de afrontar adecuadamente los desafíos y obstáculos que puedan surgir en el futuro.

El concepto de bienestar psicológico fue presentado por Ryff y Singer (1996) en su artículo que buscaba una nueva formulación de este constructo desde un punto de vista eudaimónico. Según estos investigadores, el bienestar psicológico representa un estado de desarrollo en el que el individuo posee un control efectivo tanto sobre su entorno como sobre su propio ser, manifestándose en la formación y sostenimiento de relaciones afectivas, aprovechamiento de oportunidades y una autoevaluación positiva de sí mismo.

En su investigación, Freire et al. (2016) determinan que el bienestar psicológico desempeña un papel crucial en el funcionamiento efectivo al facilitar y promover el afrontamiento de situaciones diversas. Investigaciones posteriores han demostrado que el bienestar psicológico puede tener un impacto positivo en la respuesta inmunológica, fortalecer la capacidad de resistencia ante enfermedades y promover una vida más plena (Abdurachman y Herawati, 2018).

Yoo y Ryff (2019) realizaron un estudio longitudinal entre el bienestar psicológico y la salud en individuos adultos japoneses, revelando que un nivel sostenidamente elevado de bienestar se correlacionó con una mejor salud con el paso del tiempo. Los autores sugieren que el bienestar psicológico desempeña un papel de predicción en la salud de la población adulta.

Sönmez (2014) descubrió en su estudio que al fomentar el bienestar psicológico se observó una disminución en los síntomas psicopatológicos en pacientes con diagnósticos que abarcan trastornos del desarrollo, del estado de ánimo, ansiedad y de personalidad.

Por lo tanto, la autora concluye que la promoción del bienestar psicológico podría resultar beneficioso para pacientes que enfrentan estos cuadros clínicos.

En lo que respecta a la relación entre el bienestar psicológico y las variables sociodemográficas, la literatura ha señalado que las inquietudes económicas ejercen una influencia negativa considerable en el desarrollo de la resiliencia en el bienestar psicológico auto informado; del mismo modo, otras variables que están vinculadas incluyen el género, el estado civil, el número de hijos y la condición laboral (Oskrochi et al., 2018). Por su parte, Maganto et al. (2019) manifiestan que factores como la actividad física, el desempeño académico, una alimentación adecuada y la reducción del consumo de sustancias, contribuyen a la promoción del bienestar psicológico.

A pesar de la extensa investigación realizada sobre la resiliencia y el bienestar psicológico, se nota una carencia de suficientes estudios que se centren en poblaciones migrantes. No obstante, existen pruebas que indican que tanto la resiliencia como el bienestar psicológico pueden experimentar modificaciones frente a situaciones estresantes, como es el caso del proceso migratorio (Spiritus-Beerden et al., 2021; Turner-Musa et al., 2020; Gutiérrez et al., 2020).

Las demandas de la población migrante plantean un obstáculo para su bienestar psicológico. De acuerdo al informe emitido en 2022 por el Grupo de Trabajo para Refugiados y Migrantes (GTRM) en Ecuador se observa que las cuatro principales necesidades de los migrantes venezolanos durante el período 2020-2022 fueron la alimentación, el alojamiento, el empleo y la atención médica. Entre estas, el acceso a alimentos continúa siendo la necesidad más relevante en la actualidad (GTRM, 2022).

En un estudio llevado a cabo por Jacques et al. (2019), se analizó la situación de los migrantes provenientes de Venezuela en Ecuador. Los resultados indicaron que este grupo se encuentra en una posición de vulnerabilidad debido a experiencias de discriminación en diversas formas, como empleos inestables, rechazo social y discursos xenofóbicos, lo que potencialmente amenaza su bienestar psicológico. Estas observaciones son consistentes con los hallazgos de Mougnot et al. (2021) en Perú, donde se encontró que los migrantes venezolanos que percibían ser víctimas de discriminación mostraban mayores probabilidades de sufrir afectaciones en su bienestar psicológico.

Respecto a las diferencias de género sobre el bienestar psicológico y resiliencia en poblaciones de migrantes venezolanos también se observa que existe una carencia de literatura científica. Mougenot et al. (2021) investigaron las disparidades de género en los problemas psicológicos de los migrantes venezolanos asentados en Perú, llegando a la conclusión de que, en contraste con los hombres, las mujeres mostraron una mayor prevalencia de dificultades vinculadas a su salud mental.

Candanoza (2021) encontró que la población de mujeres migrantes venezolanas enfrenta circunstancias altamente complejas y riesgosas, como la exposición a discursos discriminatorios y diversas formas de explotación, factores que tienen un impacto más pronunciado en su bienestar psicológico en comparación con los migrantes de género masculino.

Los resultados identificados en naciones latinoamericanas reflejan semejanzas con los obtenidos en países extranjeros. Un ejemplo es el estudio de Hou et al. (2020), que identificaron un mayor riesgo en las mujeres migrantes de experimentar síntomas de ansiedad y depresión en comparación con sus contrapartes masculinas. De manera parecida, Spiritus-Beerden et al. (2022) encontraron resultados coincidentes y añadieron que las diferencias relacionadas con el género podrían ser explicadas por la llegada de la crisis sanitaria, la cual afectó más intensamente el bienestar psicológico de las mujeres migrantes.

En relación a la variable de resiliencia, Vega y Ortega (2019) indican que, en una muestra de migrantes venezolanos, las puntuaciones totales de resiliencia muestran una leve superioridad en el género femenino en comparación con el masculino. Los autores sugieren que esta diferencia podría estar relacionada con el esfuerzo y la mayor capacidad adaptativa que las mujeres demuestran frente a los desafíos y adversidades de su vida cotidiana.

Ante el escenario expuesto, estudiar las experiencias de resiliencia y bienestar psicológico en migrantes venezolanos reviste una importancia crucial en diversos niveles. Primero y, ante todo, la literatura evidencia que el bienestar psicológico de los migrantes es una preocupación humanitaria esencial (Spiritus-Beerden et al., 2021; Turner-Musa et al., 2020; Gutiérrez et al., 2020). Las condiciones de movilidad humana, muchas veces

caracterizadas por la pérdida de redes de apoyo y la exposición a situaciones adversas (Mak et al., 2021), pueden impactar profundamente la salud mental de los migrantes. Por lo tanto, comprender sus experiencias de resiliencia y bienestar psicológico puede proporcionar información valiosa para abordar sus necesidades y promover su salud mental.

Por este motivo debido a que el tema a estudiar no ha sido investigado a profundidad en el contexto ecuatoriano, el presente trabajo es el primero en llevarse a cabo dentro de nuestro país. Se realiza en el cantón Huaquillas perteneciente a la provincia de El Oro, específicamente en la ciudadela “1 de Mayo”, debido a la accesibilidad a la muestra, la cual está compuesta por dos hombres y dos mujeres de entre 20 a 25 años respectivamente.

1.2 Hechos de interés

A nivel norteamericano existen estudios relacionados a la resiliencia y bienestar psicológico en la migración venezolana como el de Salas-Wright et al. (2022), estudiaron las experiencias migratorias y la salud mental de los migrantes venezolanos, donde buscaron comparar el bienestar psicológico de los migrantes venezolanos radicados en EE.UU con los que se asentaron en países de ingresos medios; los resultados de dicha investigación manifestaron diferencias significativas entre la población venezolana asentada en EE.UU y en países de Sudamérica; indicando que el estrés cultural relacionado con la migración es menos y el nivel de bienestar psicológica y resiliencia son mejores en quienes se han radicado en el sur de Florida y otras partes de EE. UU.

En la misma línea, Abrams et al. (2022), quienes investigaron los factores de riesgos y resiliencia para el apoyo de la salud mental positiva en grupos de migrantes venezolanos con la finalidad de explorar las experiencias de los migrantes venezolanos en el centro de Florida, así como los factores que han promovido la resiliencia, los resultados de su investigación indicaron que el contexto de la comunidad, el apoyo a la identidad étnica y la capacidad de fomentar conexiones significativas con otros que comparten la misma identidad y situación migratoria, son factores importantes en el desarrollo de la resiliencia y bienestar psicológico.

Por su parte, Novella et al. (2020) en su estudio de la migración de venezolanos a Florida central, EE.UU, buscaron explorar las percepciones asociadas a la salud mental de los migrantes venezolanos; los resultados demostraron que cuatro de cada cinco migrantes indicaron haber sufrido estrés debido a los acontecimientos que han vivido desde que salieron del país, tres de cada cinco manifiestan sentir una tristeza profunda y tres de cada cinco comentan que han sufrido discriminación en los lugares que radican, lo cual ha sido un factor predisponente para que la salud mental de los migrantes venezolanos se haya visto deteriorada, además de la poca red de apoyo con las que cuentan han provocado que su capacidad de resiliencia se vea limitada.

Cariello et al. (2020), en su artículo sobre la influencia de la resiliencia en las relaciones entre el estrés aculturativo, somatización y ansiedad en migrantes latinos, buscaron comprender los factores que contribuyen a la presentación de la somatización, la ansiedad y cómo afecta al bienestar emocional de los migrantes latinos; los resultados del artículo mencionan que el estrés aculturativo en la población migrante latina, en especial la población venezolana, estaba relacionado con la ansiedad y la somatización, sin embargo, la aparición de la resiliencia como factor protector, ha ayudado a sobrellevar la carga emocional negativa que han experimentado los migrantes venezolanos, desde su partida del país de origen.

Pimentel y Oseda (2021) estudiaron la influencia de la calidad de vida sobre el bienestar psicológico en una muestra de universitarios, evidenciando que mientras mayor sea el nivel de calidad de vida mayor será el nivel de bienestar psicológico informado. Otra de las variables que ha despertado interés en el estudio del bienestar psicológico han sido las estrategias de afrontamiento de las cuales la búsqueda de apoyo, reevaluación positiva y planificación han reportado estar relacionadas con el bienestar psicológico (Freire et al., 2016).

Dentro de los estudios realizados en el contexto latinoamericano, Espinoza et al. (2021) se dispusieron a estudiar la comprensión de la regulación emocional en migrantes venezolanos en Perú y migrantes internos peruanos, cuyo objetivo fue comparar el grado de resiliencia y adaptación entre migrantes venezolanos y migrantes peruanos; los resultados de este estudio reflejan que los migrantes venezolanos hubo un incremento favorable en la regulación emocional y adaptación, debido al apoyo social, familiar y

sociodemográfico.

Cañón et al. (2019), en su estudio sobre la calidad de vida relacionada con la salud en población migrante venezolana, cuyo objetivo fue identificar a través de la literatura científica como afecta a la salud y la calidad de vida la migración en la población venezolana; encontraron que existen diversos factores que influyen de manera negativa en la calidad de vida y salud en el migrante venezolano como la escasez de recursos para satisfacer sus necesidades básicas, la pobreza, la discriminación social, marginación, explotación y desempleo, sin embargo, la mayoría de las personas tienen factores de soporte como la resiliencia, sin embargo, la mayoría de las personas tiene factores de soporte como la resiliencia, que les ayuda a adaptarse a nuevas realidades sociales y cambios en su estilo de vida, lo cual les permite mejorar su calidad de vida y sus condiciones de salud física y mental.

Por su parte, Niño et al. (2020) mostraron interés en estudiar la aporofobia y la resiliencia de los migrantes venezolanos en Ecuador, donde buscaron caracterizar la migración venezolana, la aporofobia y la resiliencia de los venezolanos en Manta; los resultados de estudio mostraron que de los 377 migrantes venezolanos encuestados, el 49,3% han sido discriminados en Ecuador, el 73,5% han optado al comercio informal para poder subsistir, denotando la complicada situación que viven la comunidad migrante, que si bien puede repercutir en su salud y bienestar y psicológico, muestran características resilientes que les sirve de soporte para superar el difícil contexto en el que viven.

Por otro lado, Jadán (2021), en su artículo sobre el síndrome de Ulises en migrantes latinoamericanos, describió los factores epidemiológicos y la sintomatología del mismo e identificó el tipo de intervención terapéutica más empleada para el tratamiento; si bien la muestra estuvo conformada por migrantes de varias nacionalidades, el 68% eran migrantes venezolanos, lo cual denota una muestra significativa de esta nacionalidad; los resultados reflejaron que el 78% de migrantes en este estudio mostraron tener síntomas del síndrome de Ulises, tales como ansiedad, depresión, trastornos somáticos y en la personalidad; lo cual demanda un trabajo multidisciplinar para potenciar la capacidad resiliente de los migrantes, empoderándolos y enseñándoles técnicas de afrontamiento al estrés, además de involucrarse en redes de apoyo que ayuden a adaptarse al nuevo contexto social en el que se encuentran.

1.3 Objetivos de la investigación

Establecer la relación entre las experiencias de resiliencia y bienestar psicológico en migrantes venezolanos.

Caracterizar las experiencias resilientes en migrantes venezolanos.

Establecer diferencias de género en la relación entre las experiencias resilientes y el bienestar psicológico.

2. FUNDAMENTO TEÓRICO - EPISTEMOLÓGICO DEL ESTUDIO

2.1 Descripción del enfoque epistemológico de referencia.

Para el desarrollo de esta investigación, se ha optado por el enfoque Cognitivo-Conductual, el cual enfatiza la importancia de las variables cognitivas en la regulación del comportamiento. Según Labrador y López (2014), este enfoque se centra en identificar pensamientos, atribuciones, actitudes o creencias irracionales y posteriormente modificarlos para que sean más coherentes con la realidad.

Asimismo, Kuehlwein (2020) proporciona otra definición del modelo cognitivo-conductual, señalando que el malestar psicológico está principalmente influenciado por cómo las personas perciben sus interacciones con el entorno, más que por las experiencias en sí mismas. De acuerdo con este enfoque, el objetivo principal consiste en cambiar patrones disfuncionales de pensamiento y comportamiento mediante una colaboración activa entre terapeuta y consultante.

Calkins et al. (2016) manifiesta que, en el modelo cognitivo-conductual, se integran dos teorías diferentes, y su atención se dirige hacia tres elementos interrelacionados: pensamiento, emoción y conducta, los cuales, en determinadas circunstancias, pueden generar un ciclo de malestar psicológico. Este malestar psicológico, según este enfoque, puede surgir como consecuencia de interpretaciones rígidas o poco adaptativas de la realidad, lo que podría contribuir al mantenimiento de desajustes emocionales (Bunge et al., 2011)

En consonancia con lo propuesto por Bunge et al. (2011), se destaca la importancia del

estudio de las variables cognitivas en relación con el malestar emocional experimentado por los individuos. Según estos autores, el malestar no se debe tanto a los eventos en sí mismos, sino a cómo son interpretados por las personas. Desde esta perspectiva, surge la necesidad en el enfoque cognitivo-conductual de trabajar en la flexibilización de las atribuciones o significados que un individuo otorga a eventos o circunstancias del entorno.

Castañon (2017) respalda la noción previa al afirmar que el análisis de las cogniciones proporciona una visión precisa de cómo percibimos y comprendemos el mundo que nos rodea. En consecuencia, una de las ventajas de investigar estos procesos mentales es obtener una mejor comprensión de cómo las personas vivencian y resuelven problemas, lo que, a su vez, facilita el desarrollo de intervenciones psicológicas más efectivas para abordar problemáticas relevantes en la sociedad.

En relación a su aplicación en el ámbito clínico, González y Pérez (2007) destacan que el modelo cognitivo-conductual es una forma de terapia psicológica que se fundamenta sólidamente en la evidencia científica, buscando respaldar su enfoque clínico con los descubrimientos proporcionados por la investigación científica.

Según Bungue et al. (2011), los individuos experimentan periodos de malestar emocional como consecuencia no de los eventos en sí mismos, sino de las interpretaciones que adjudican a estos. Por tal motivo desde este enfoque lo primordial es trabajar en la flexibilización de las atribuciones o significados que un individuo asigna a determinados eventos del medio.

A diferencia de enfoques terapéuticos tradicionales, el enfoque cognitivo-conductual se centra en establecer nuevas conductas, y para lograrlo, es esencial que la persona identifique primero sus comportamientos problemáticos, para luego emprender una intervención activa en su modificación (Moreno y Utria, 2011).

Uno de las características que diferencian a este enfoque es su énfasis en el momento presente donde se hacen evidentes distorsiones cognitivas de todo tipo y emociones exageradas mantenedoras de problemas de conducta. Este planteamiento es posible gracias a la unión de dos modelos con amplia tradición investigativa en el campo del comportamiento humano, uno de ellos el modelo conductual que prioriza la relevancia de

los principios de aprendizaje en la explicación del comportamiento y el modelo cognitivo que, a diferencia del anterior, se interesa en los procesos mentales como única vía en la comprensión de la conducta humana (Londoño, 2017).

Según Zuriff (2005), la rama conductual del modelo cognitivo-conductual se destaca por su enfoque en el análisis de la conducta observable y los factores ambientales que la influyen. Por otro lado, la vertiente cognitiva resalta la importancia de procesos mentales como la percepción, atención, resolución de problemas y memoria en la generación del comportamiento humano, como lo mencionan Levina et al. (2020).

A pesar de los notables avances que el modelo cognitivo-conductual ha aportado a la práctica clínica de los psicólogos, es crucial reconocer las críticas que se han dirigido hacia sus dos principales corrientes teóricas, es decir, el conductismo y el cognitivismo.

En este sentido, Keijzer (2005) señala que el conductismo ha sido objeto de críticas debido a su supuesta omisión de variables cognitivas en la formación del comportamiento, así como a una simplificación excesiva del comportamiento humano. Sumado a esto, se ha argumentado que su énfasis en aspectos manifiestos y medibles ha llevado a descuidar la riqueza subjetiva de la experiencia humana.

No obstante, autores como Foxall (2008) documentan algunos beneficios de la orientación conductual, entre ellos sobresale el poder disponer de una explicación precisa del comportamiento sin aludir a elementos internos, contar con capacidad predictiva y control, y finalmente en la consideración del contexto como elemento determinante de la conducta.

En relación al cognitivismo, ha sido objeto de críticas por la ambigüedad en sus explicaciones del comportamiento. Zilio y Carrara (2008) señalan que se le ha acusado de adoptar una perspectiva mentalista al atribuir a los eventos internos un papel causal en la generación del comportamiento, lo que puede llevar a interpretaciones circulares inferidas a partir de la observación del comportamiento, lo que a su vez puede resultar problemático en la intervención de trastornos psicológicos.

Froxán-Parga et al. (2018) sostienen que la unión de los dos modelos teóricos y la posterior expansión del modelo cognitivo-conductual ha supuesto una oportunidad para la excesiva protocolización de los tratamientos, semejante a lo que ocurre en el paradigma

biomédico. Tal situación ha derivado en una dependencia de los profesionales en manuales de tratamiento en lugar de indagar los procesos de cambio de conducta que explican y conducen a un tratamiento exitoso.

Bajo este panorama, adoptar una perspectiva cognitivo-conductual reporta algunas ventajas para la presente investigación sobre experiencias de resiliencia y bienestar psicológico en migrantes venezolanos. Primero, permite analizar como los procesos de pensamiento, atribuciones y creencias de los migrantes venezolanos influyen en su capacidad resiliente y bienestar psicológico lo cual es una aproximación más profunda a su desafiante experiencia migratoria.

En segundo lugar, permite identificar patrones de comportamiento adecuados e inadecuados en la población de migrantes venezolanos, que a su vez facilitará el adecuado reconocimiento de aquellas conductas más beneficiosas para el desarrollo de su capacidad resiliente y mejoramiento de su bienestar psicológico.

2.2 Bases teóricas de la investigación

Como se pudo observar en la sección previa, el enfoque cognitivo-conductual representa uno de los pilares fundamentales en la psicología, integrando de manera sólida las teorías conductuales y cognitivas. Destacados exponentes de la corriente conductista, como Pavlov, Skinner y Watson, así como representantes de la corriente cognitiva, como Beck y Ellis, reconocieron la importancia del comportamiento y la cognición humana como elementos esenciales que deben colaborar en conjunto para el adecuado funcionamiento del individuo.

Según Kokocińska y Kaleta (2015), la teoría conductista en sus inicios se caracterizaba por su enfoque en el estudio de la conducta, basándose en la premisa de que el comportamiento puede ser observado, medido y analizado de manera objetiva. Esta teoría se centraba en investigar la relación entre los estímulos del entorno y el comportamiento que generaban.

De acuerdo con Tonneau (2013), el enfoque conductual representa una filosofía científica que pone énfasis en la predicción y control de la conducta. Se basa en evidencias objetivas y evita plantear hipótesis relacionadas con estados no observables. Además, el autor

señala la existencia de diversos tipos de conductismo, entre los cuales destaca el conductismo radical, que rechaza el uso de estados mentales para explicar el comportamiento y, en su lugar, se centra en las interacciones pasadas con el entorno como la causa de la conducta.

Keijzer (2005) señala que, aunque el conductismo radical defiende que cualquier comportamiento puede explicarse mediante los principios del condicionamiento pavloviano y operante sin hacer referencia directa a estados mentales, esto no implica que dichos estados sean completamente descartados. En cambio, se les considera como otro tipo de conducta que debe ser sometido a un análisis científico.

Según Skinner (1974), el conductismo radical logró equilibrar el enfoque tradicional del conductismo con las perspectivas mentalistas, que ignoraban aspectos cruciales como los eventos privados y los hechos antecedentes, respectivamente. En consecuencia, el conductismo radical reconoce la importancia de los eventos que ocurren en el plano mental, aunque su enfoque crítico se dirige hacia la esencia misma de estos eventos privados.

El planteamiento conductista radical, tal como lo describe Foxall (2008), ofrece tres beneficios fundamentales para el estudio científico del comportamiento. En primer lugar, proporciona una explicación clara del comportamiento sin hacer referencia a estados mentales. En segundo lugar, tiene la capacidad de predecir y controlar el comportamiento. Y, por último, destaca la relevancia del contexto como variable determinante en el comportamiento.

Por otro lado, según Pérez-Álvarez (2004), el conductismo radical ha contribuido significativamente en el ámbito clínico al proporcionar una reformulación de la psicopatología tradicional. Esta perspectiva cuestiona tanto los sistemas de clasificación en los que se basa la psicopatología como su enfoque hacia una definición neurobiológica de los trastornos mentales. En consecuencia, se ha promovido una visión alternativa y más amplia que busca comprender los problemas psicológicos desde una perspectiva conductual, superando las limitaciones de las concepciones más tradicionales.

En relación a la segunda teoría, el cognitivismo, que forma parte del enfoque cognitivo-conductual, según la definición de Castañón (2007), se caracteriza por su énfasis en el

estudio de los procesos mentales como la percepción, resolución de problemas y memoria. También enfatiza la importancia de entender cómo las personas procesan la información y la utilizan para tomar decisiones y resolver desafíos en su día a día.

En contraste con el conductismo, el enfoque cognitivista otorga primacía a la vida mental como una entidad que funciona independientemente, cuyo análisis proporcionaría una comprensión más profunda del proceso de aprendizaje humano. Esta perspectiva ha impulsado la noción de que las conductas humanas están influidas por la mente consciente y no se limitan únicamente a ser consecuencia de las leyes de aprendizaje defendidas por la teoría conductual (Clark, 2018).

La influencia del cognitivismo ha impulsado el desarrollo de la psicología cognitiva que de acuerdo con Sari et al. (2020) constituye una disciplina dentro de la psicología que se enfoca en la exploración de la actividad mental, estudiando cómo los individuos procesan información, adquieren conocimiento, interpretan percepciones, resuelven dificultades y retienen datos. Además, esta área de investigación también abarca el análisis de otros aspectos cognitivos fundamentales, como los sentimientos, el razonamiento y la memoria.

La relevancia de investigar los eventos cognitivos es señalada por Castañón (2007), quien considera que estos acontecimientos tienen una gran importancia en la comprensión de la conducta humana, lo que a su vez tiene repercusiones significativas en el mejoramiento de los procesos de intervención psicológica.

El planteamiento anterior es coherente con lo señalado por Eysenck (2004), quien afirma que la psicología clínica ha experimentado notables avances gracias a la teoría cognitiva, los cuales se manifiestan en tres aspectos fundamentales. En primer lugar, ha habido una difusión de las ideas teóricas de la psicología cognitiva, lo que ha permitido comprender de mejor manera los problemas psicológicos y encontrar intervenciones más adecuadas para abordarlos. En segundo lugar, esta teoría ha respaldado su enfoque con una mayor robustez de evidencia empírica, gracias a rigurosos estudios de laboratorio. En tercer lugar, se ha abierto un debate sobre la relevancia causal de los factores cognitivos en el desarrollo de los problemas psicológicos.

La integración de estas dos perspectivas teóricas ha dado lugar a la terapia cognitivo-conductual, un enfoque de tratamiento psicológico que reconoce la presencia de

pensamientos e ideas irracionales, así como conductas inadecuadas que generan malestar en diversos problemas psicológicos. Su principal objetivo se enfoca en modificar estos pensamientos y conductas inadecuadas mediante el uso de técnicas de intervención psicológica (Fernández H. y Fernández J., 2017).

Se ha encontrado respaldo en la literatura sobre la eficacia del enfoque cognitivo-conductual en el tratamiento de ansiedad y depresión en pacientes que atraviesan desafiantes experiencias como el vivir un proceso oncológico (Sheikhzadeh et al., 2021). Además, se ha observado mejoría en los síntomas depresivos, ansiosos y en el funcionamiento social global, persistiendo estos beneficios incluso después de dos años de la intervención (Carter et al., 2021).

Como ya se mencionó en líneas anteriores, adoptar una perspectiva cognitivo-conductual permite una aproximación más detallada a las experiencias de resiliencia y bienestar psicológico de migrantes venezolanos. En este sentido, Rubio (2020) manifiesta que, en el contexto migratorio, se ha observado que aquellos migrantes que carecen de características resilientes y de apoyo están más propensos a experimentar trastornos mentales debido a la crisis humanitaria que enfrentan. Entre los trastornos más comunes que se han identificado en personas en situación de movilidad humana se encuentran el trastorno obsesivo-compulsivo, el estrés postraumático, la depresión, la psicosis, el estrés y los desórdenes del estado de ánimo.

Srivastava (2011) sostiene que la capacidad resiliente es una dimensión que forma parte del bienestar psicológico, lo que sugiere que ambas variables están relacionadas y pueden contribuir a un afrontamiento efectivo ante las adversidades del entorno. Investigaciones previas ya han destacado el papel mediador de la resiliencia en eventos estresantes y problemas psicológicos que impactan el bienestar psicológico (Peng et al., 2012).

De acuerdo con Lasota y Mróz (2021), la resiliencia y el sentido de vida son factores cruciales y representan indicadores esenciales para el bienestar psicológico y la salud de las personas en el contexto migratorio. Estos recursos positivos son de gran importancia para mantener un sentido de vida positivo y saludable, protegiendo a los migrantes de factores que puedan afectar negativamente su bienestar general.

Por consiguiente, para el presente estudio de caso se ha optado por un enfoque epistemológico que resalte las experiencias de resiliencia observadas en los migrantes venezolanos como un elemento fundamental para su bienestar psicológico en medio de un contexto adverso. Esta elección implica que, según la perspectiva defendida por Tecson et al. (2019), la resiliencia podría actuar como una medida protectora y prometedora para salvaguardar y mejorar el bienestar psicológico de poblaciones vulnerables.

En síntesis, la literatura sugiere que la teoría cognitivo-conductual ofrece un enfoque robusto para indagar en las vivencias de resiliencia y bienestar psicológico en migrantes venezolanos. Esto se logra al centrarse en cómo los pensamientos, creencias y conductas impactan en su habilidad para afrontar y ajustarse a situaciones complejas, así como en cómo pueden elaborar estrategias eficaces para potenciar su bienestar psicológico en un entorno nuevo y frecuentemente desafiante.

3. PROCESO METODOLÓGICO

3.1 Diseño o tradición de investigación seleccionada.

El interés derivado de las experiencias migratorias que perciben las personas se ha vuelto un extracto de investigación productivo, por tal razón la objetividad de las situaciones que experimentan en dicho entorno de movilidad se vuelve cuestionable dentro del enfoque cualitativo, a la hora de retomar aquellas partes que constituyen a la persona sobre sí misma, se encamina por una exploración de lo intrínseco en su comportamiento.

Con lo anteriormente expresado, la siguiente investigación tiene un enfoque cualitativo, donde la búsqueda por comprender dicha situación bajo la perspectiva del propio participante frente a la situación interaccional de movilización es fundamental, por esto el propósito de la misma es profundizar en aquellos factores que ponen en evidencia sus opiniones, juicios o criterios (Aguirre y Jaramillo, 2015).

De este modo, se precisa con un diseño fenomenológico-hermenéutico, además de contar con un alcance descriptivo, con la finalidad de explicar una relación resultante entre la resiliencia y el bienestar psicológico a través de las experiencias de los migrantes venezolanos en el contexto ecuatoriano (Hernández-Sampieri et al., 2014).

En consideración con las investigaciones cualitativas la muestra más pertinente a utilizar es la no probabilística, a la hora de seleccionar los participantes estos son presididos por el principio de que se relacionen con el objeto de estudio, de este modo se establece que la muestra es de tipo no probabilística-homogénea, debido a que los sujetos comparten características semejantes entre sí para la consecución del objetivo principal en lo que al tema respecta (Hernández-Sampieri et al., 2014).

Por lo tanto, la elección del enfoque cualitativo se encuentra en concordancia con el diseño fenomenológico-hermenéutico relacionado con la muestra no probabilística, que a la vez cuenta con cuatro participantes que comparten los criterios de inclusión que se han tomado en cuenta para escoger a las unidades de análisis siendo: migrantes de nacionalidad venezolana, visitantes del cantón Huaquillas en la provincia de El Oro, quienes viven en la ciudadela “1 de Mayo”, que tengan entre 20 a 25 años de edad, y han

experimentado situaciones que han puesto a prueba su resiliencia en el transcurso de su proceso de movilidad.

3.2 Proceso de recolección de datos en la investigación

Dentro del diseño de investigación el estudio cualitativo tiene una gran relevancia en el campo científico de investigación y de la psicología, especialmente se usan sus técnicas e instrumentos debido al interés de esta rama científica por el estudio del comportamiento humano y social; la importancia de la subjetividad humana radica en profundizar las experiencias y conocimientos más valiosos del ser humano con respecto a un fenómeno vivido (Piza et al., 2019).

En la investigación cualitativa, uno de los métodos más destacados es la entrevista, la cual se basa, en muchos de los casos, en un único encuentro con la persona que participa del estudio, después de haber aceptado y dado su consentimiento para participar en el mismo; es aquí donde el entrevistador adquiere la información fundamental y necesaria para su investigación, basándose en una guía de preguntas que puedan recabar los puntos más importantes a dialogar (Rodríguez y Pino, 2019). Es por eso que nuestro estudio se utilizó como técnica la entrevista abierta a profundidad no estructurada, para explorar las vivencias esenciales de los participantes con respecto al fenómeno que estamos estudiando, que en este caso es la resiliencia y el bienestar psicológico.

Así mismo, esta investigación contó con la observación cualitativa, la cual es una pieza clave que complementa la entrevista abierta, la observación participante permite sumergir al investigador en el escenario donde se estudia el fenómeno y a su vez en la vida del sujeto entrevistado de manera que el observador pueda tomar no solo lo que dice el entrevistado sino lo que acontece a su alrededor mientras se desarrolla la entrevista (Sánchez, et al., 2021).

3.3 Sistema de categorización en el análisis de los datos

Tema: Experiencias resilientes en migrantes venezolanos		
Categoría	Unidad de Análisis	Regla y Memo
Necesidad es	“en Venezuela no teníamos esa estabilidad de tener dinero, prácticamente estaba más caro las cosas, y el sueldo era menos, o sea, que el sueldo no te alcanzaba para comer.”	Regla: Recursos escasos para satisfacer las necesidades básicas.

Económicas (NE)	<p>“la economía era insostenible, había días que no teníamos nada que comer, eso como que nos arrugó el corazón; no podíamos conseguir comida debido a la escasez de recursos, era lo más difícil de tener en la mesa”</p> <p>“Mis padres me ayudaban económicamente pero poco a poco me fui quedando sin nada y ellos también, fue muy difícil la necesidad empezó a ser grande; pasaba varios días sin comer y cuando tenía comida trataba de que duré”</p> <p>“Hubo un momento en el que dijimos coño con que dinero vamos a comer mañana? Y teníamos que huir”</p>	<p>Memo: Los participantes mencionan haber experimentado necesidades económicas en el transcurso migratorio de su país.</p>
Religión (R)	<p>“la fe de uno era tan grande que uno decía, bueno, diosito para adelante, que allá es a lo que vamos; uno está seguro, porque se encomienda a dios, y las dificultades no están”</p> <p>“los logros lo hacemos nosotros, simplemente Dios nos abre los caminos, me diera esa fuerza, para continuar, sí, lo sentí.”</p> <p>“no era muy creyente, es un momento en el que te das cuenta de que existe un ser poderoso y me ayudó mucho en mi camino”</p> <p>“cuando salí de Venezuela me entregué a Dios, yo le dije si tú me permites llegar con vida te serviré siempre; llegué con bendición, con el corazón agradecido confié mucho y por eso estoy aquí”</p>	<p>Regla: Conjunto de creencias hacia una divinidad donde la persona adopta las normas morales y espirituales de dicha creencia.</p> <p>Memo: Los participantes expresan sentirse fortalecidos a pesar de las dificultades que tienen en su condición migratoria, la cual le atribuye en su fe hacia Dios.</p>
Ayuda Humanitaria (AH)	<p>“nos vimos acá, como muy apretados y nos fuimos una fundación que se llama hias, nos dio una tarjeta de alimentación a toda mi familia”</p> <p>“O sea, todavía están dando la tarjeta de alimentación creo que, por seis meses, ya de ahí caduca, y ya uno ve como se rebusca.”</p> <p>“yo estuve en acnur recibiendo unas ayudas y primero en adra ahí estuve en el refugio como por un mes”</p> <p>“creo que a todos los que venimos huyendo nos ayudó hias”</p>	<p>Regla: Asistencia diseñada para salvar vidas, aliviar el sufrimiento y mantener y proteger la dignidad humana, en prevención o en situaciones de emergencia y/o rehabilitación.</p> <p>Memo: Los entrevistados indican haber recibido ayuda de las organizaciones humanitarias, las cuales les han dado hospedaje, alimentos, ayudas económicas, servicios de salud y kits de higiene y ruta.</p>
Redes de Apoyo (RA)	<p>”la persona que ya lleva años aquí te orienta, te tranquiliza. Te da como que esa fortaleza””</p> <p>“ellos conocen, mientras tú no conoces, te dicen, hay un trabajo aquí. Cualquier cosa, esa es la ayuda.”</p> <p>“aquí habemos muchos venezolanos y gracias a dios no estamos nunca solos”</p> <p>“mi suerte fue encontrarme con amigos que ya estaban aquí con ellos me sentí en casa, hablar con mi familia por teléfono también me ayudo a sentirme mejor”</p>	<p>Regla: conjunto de relaciones que integran a una persona con su entorno social, o con personas con las que establecen vínculos solidarios y de comunicación para resolver necesidades específicas.</p> <p>Memo: Los participantes expresan haber podido relacionarse y adaptarse mejor en los lugares donde residen</p>

		debido a redes de apoyo como familiares que están establecidos o comunidades de venezolanos que los ayudan.
Tema: Experiencias resilientes influyentes en el bienestar psicológico.		
Xenofobia (X)	<p>“en el autobús al que veníamos había baños, pero ese baño estaba cerrado y uno le decía al oficial, y decían que no, que nosotros orinamos mucho”</p> <p>“cuando ofrecíamos al chocolate más que todas las mujeres, nos decían, eh, no le compres nada, esas venezolanas vienen con sida.”</p> <p>“no todo es color de rosa mucha gente piensa que solo venimos a echar carro, a robar y por eso nos miran mal”</p> <p>“me negaron el ingreso a un restaurante por ser venezolana, me dijeron que no había lugar y había muchas mesas vacías”</p>	<p>Regla: Rechazo a los extranjeros.</p> <p>Memo: Los participantes hacen mención de que a pesar de recibir rechazo y odio por parte de personas locales, han sabido superarse y salir adelante.</p>
Discriminación (D)	<p>“te olvidas de que eres una persona por los comentarios, lo que pasa es que nosotros estamos emigrando, y por eso nos tratan así”</p> <p>“afecta mucho en el sentido, porque dejas de saber cuánto vales tú, te hacen sentir que eres menos.”</p> <p>“no te dejen entrar a cierto lugar o que te digan oye veneco, la gente cuando estas recién llegado te ve y se asusta”</p> <p>“nos miraban mal... por ejemplo a mí me trataban de fácil, algunos hombres me ofrecían dinero porque tenían necesidad”</p>	<p>Regla: Trato diferente y perjudicial que se da a una persona por motivos de raza, sexo, ideas políticas, religión.</p> <p>Memo: los participantes mencionaron haber vivido un sinnúmero de experiencias discriminatorias alrededor de su vida migratoria, sin embargo, estas no han repercutido significativamente en su salud mental</p>
Esperanza (E)	<p>“a los días de prácticamente de llegar cambias, porque ves la diferencia y te hacen bien mucho, tienes paz, tranquilidad, esperanza, en el sentido de que conchale es por fin comprar en mis cosas, poco a poco.”</p> <p>“Mi hija, tengo una hija en Venezuela, tiene ocho años y ella es mi motivo. Entonces, eso como que me motiva a seguir a no desistir y de verdad que ahora me está yendo muy bien”</p> <p>“estando aquí te das cuenta que lo lograste y si lograste llegar puedes lograr mas cosas eso es lo que te lleva a seguir adelante”</p> <p>“mi familia, ellos son mi lucha aunque este sufriendo sigo buscando ser mejor por ellos”</p>	<p>Regla: Visión positiva con respecto a su estancia en el país de estadía.</p> <p>Memo: los entrevistados manifiestan que a lo largo de su proceso migratorio han mantenido la visión positiva sobre su futuro en cada país.</p>
Tema: Diferencias de género en las experiencias resilientes y bienestar psicológico		
Adaptación (A)	<p>“mi proceso de adaptación fue algo increíble, por así decirlo. Es imposible adaptarse algo tan rápido, pero esto hace que se me sea más fácil adaptarme acá, el pensar en mi familia y ya de ahí con la fuerza de ellos, me mantuvo” (Hombre)</p>	<p>Regla: ajustarse a las normas legales y morales de la ciudad en la que se está radicando la persona.</p>

	<p>“a mi me daban crisis como que yo lloraba, yo decía me quiero devolverme, yo no tengo como mismo aquí y era difícil porque uno como que se siente solo” (Mujer)</p> <p>“bueno como estaba con mis amigos no se me hizo la gran cosa adaptarme porque me ayudaron ellos” (Hombre)</p> <p>“para mi hacerme de aquí fue complicado por las costumbres y la gente ya después te vas entendiendo y vas haciendo amigos eso ayuda mucho” (Mujer)</p>	<p>Memo: Las participantes mujeres han expresan haber se adaptado más rápido y de mejor manera hacia su entorno social en el que se radican.</p>
Empleo (Em)	<p>“Bueno, ha sido un poco difícil. Porque van a pensar, como eres venezolano y llegas allá, te ven como un desconocido.... como que no es fácil conseguir trabajo, así como así” (Hombre)</p> <p>“Siempre ha sido fácil, creo que tengo suerte. No sé, yo lo pongo en manos de Dios, donde voy, toco la puerta, me abren” (Mujer)</p> <p>“encontré algo en que trabajar después de cierto tiempo, me ayudo un amigo, trabajé en un puesto de celulares ahí poco a poco porque no tenía mucho conocimiento” (Hombre)</p> <p>“me tocó emprender con mi pareja allá en Hias, nos ayudaron con ayuda para emprendedores y salimos beneficiados nos sirvió para empezar con un puesto de arepas y ahora estamos digamos que bien” (Mujer)</p>	<p>Regla: Oferta laboral para tener ingresos económicos.</p> <p>Memo: Las participantes mujeres han indicado haber tenido más accesibilidad laboral que sus compañeros varones.</p>
Salud mental (SD)	<p>“me enferme porque uno no puede estar bien en esos trayectos porque no tiene una buena comida o uno no se siente mal y que se puede hacer, aguantar y seguir adelante” (Hombre)</p> <p>“primero está la salud, así yo sea muy extranjera y la miren feo, así tenga que pagar arriendo, primero está la salud. Sí, me he visto comprometida en varias oportunidades con mi salud y he decidido cuidar de ella” (Mujer)</p> <p>“llegué muy mal extrañaba a mi familia en ese punto no sabía que hacer allá en el refugio me brindaron ayuda psicológica entendí muchas cosas” (Hombre)</p> <p>“el problema de migrar es las experiencias que atraviesas como mujer viví muchas cosas que me afectaron es algo que aún me afecta” (Mujer)</p>	<p>Regla: Bienestar emocional y psicológico de las personas migrantes en su proceso migratorio.</p> <p>Memo: Los participantes masculinos han indicado que se han visto más afectados psicológicamente que sus compañeras mujeres debido a factores psicosociales, como la falta de empleo, rechazo y poca adaptación.</p>
Autoeficacia (Ae)	<p>“me siento orgulloso de ser quien soy por saber afrontar, por no decaer nunca, saber manejar las cosas, y seguir adelante porque aquí estoy, porque así me juzguen y lo que sea yo puedo seguir siendo una buena persona, pa’ lante” (Hombre)</p> <p>“Si es una persona que es un poco difícil de convencer, siempre voy a la comunicación o les hago ver las cosas o sabe que explíqueme. Siempre soy de frente de frente directa, porque ahí es donde está la duración” (Mujer)</p> <p>“nunca he sido muy achatado siempre pa’ lante más cuando tu vida depende de ti mismo, mi primer trabajo lo conseguí gracias a un amigo y aprendí a pepa de ojo así somos los venezolanos” (Hombre)</p> <p>“la vida el momento te pide ser fuerte, aunque no tengas animo vas siempre pa’ lante eso me tocó afronte todo gracias a dios me dan gana de llorar al recordar de lo mucho que he sido capaz” (Mujer)</p>	<p>Regla: Capacidad del individuo para detectar sus propias habilidades para ejecutar una tarea.</p> <p>Memo: Ambos géneros ponen en evidencia sus habilidades de resolución personal frente a las diversas a las que se enfrentan.</p>

4. RESULTADO DE LA INVESTIGACIÓN

4.1 Descripción y argumentación teórica de resultados

El proceso de codificación de nuestra investigación partió con la codificación abierta, el cual se basa en el contraste de las unidades de análisis para posteriormente generar las categorías correspondientes, considerando las unidades de análisis enlazadas con los objetivos de nuestro estudio; seguidamente, se prosiguió a crear las categorías con su regla y memo correspondientes.

Posteriormente se inició con la codificación axial, donde se agrupó y se relacionó las categorías para el surgimiento de los siguientes temas: a) Experiencia resiliente en migrantes venezolanos, b) Experiencias influyentes en el bienestar psicológico y c) Diferencias de género en las experiencias resilientes y bienestar psicológico; donde se abordan las experiencias resilientes y el bienestar psicológico de la población migrante venezolana. Los temas indicados recientemente se explicarán a continuación:

Experiencia resiliente en migrantes venezolanos

Al examinar las experiencias resilientes de los migrantes venezolanos, surgieron cuatro categorías: necesidades económicas, religión, ayuda humanitaria y redes de apoyo. En lo que respecta a las necesidades económicas, se han encontrado en los relatos que la falta de empleo, la mendicidad, falta de recursos básicos y alimenticios, ejercen una fuerte alteración de carácter negativo en el desarrollo de la resiliencia del migrante venezolano (Oskrochi et al., 2018).

El **caso A** menciona: “en Venezuela no teníamos esa estabilidad de tener dinero, no había y no hay; prácticamente estaba más caro las cosas, y el sueldo era menos, o sea, que el sueldo no te alcanzaba para comer.”

El **caso B** indica: “la economía era insostenible, había días que no teníamos nada que comer, eso como que nos arrugó el corazón”. Al mismo tiempo, manifestó: “No podíamos conseguir comida debido a la escasez de recursos, era lo más difícil de tener en la mesa”

En lo que respecta al **caso C**: “Mis padres me ayudaban económicamente pero poco a poco me fui quedando sin nada y ellos también, fue muy difícil la necesidad empezó a ser grande”. Al mismo tiempo prosiguió diciendo: “pasaba varios días sin comer y cuando tenía comida trataba de que dure”. Finalmente, el **caso D** expresó: “Hubo un momento en el que dijimos coño ¿con que dinero vamos a comer mañana? Y nos dimos cuenta de que teníamos que huir”.

Buscar un sustento económico para los migrantes y sus familias ha sido un gran reto en la actualidad; a raíz de la crisis de su país con la falta de comida y trabajo, sumado al poco recurso alimenticio, un empleo estable y la falta de dinero en el país que están residiendo actualmente han hecho que el desarrollo de su capacidad resiliente sea complicado.

En cuanto a la religión, Babatunde-Sowole et al. (2016), manifiestan que elementos tales como las creencias religiosas y la espiritualidad, refuerzan la capacidad resiliente de los migrantes en situaciones de vulnerabilidad; sin embargo, aquellos que no cuentan con un soporte espiritual, el desarrollo de su resiliencia se ve un poco limitada.

En los resultados, los participantes manifiestan lo siguiente: el **caso A** expresó: “la fe de uno era tan grande que uno decía, bueno, diosito para adelante, que allá es a lo que vamos.”; en la misma línea, indico lo siguiente: “uno está seguro, porque se encomienda a dios, y las dificultades no están”.

El **caso B** manifestó: “los logros lo hacemos nosotros, simplemente Dios nos abre los caminos, me diera esa fuerza, para continuar, sí, lo sentí.”. en lo que respecta al **caso C**: “no era muy creyente, es un momento en el que te das cuenta de que existe un ser poderoso y me ayudó mucho en mi camino”.

Por último, el **caso D** enunció lo siguiente: “cuando salí de Venezuela me entregué a Dios, yo le dije si tú me permites llegar con vida te serviré siempre”; al mismo tiempo expresó: “llegué con bendición, con el corazón agradecido confié mucho y por eso estoy aquí”.

La categoría religión para el desarrollo del factor protector de resiliencia es de alta consideración para la población migrante venezolana, la cual, mediante la creencia de un ser espiritual, les permite sobrellevar de a poco las vivencias de carácter negativa que atraviesan en la crisis migratoria en la cual se encuentran inmersos.

Dentro de la categoría ayuda humanitaria, se señala que la ayuda humanitaria otorgada a la población migrante venezolana ayuda de alguna medida a suplir sus necesidades inmediatas y mejorar temporalmente su calidad de vida, lo cual contribuye al desarrollo de su resiliencia, además de su regulación emocional adaptación al medio en el que se encuentra (Espinoza et al., 2021).

Durante su relato, los participantes expresaron lo siguiente: el **caso A**: “nos vimos acá, como muy apretados y nos fuimos una fundación que se llama hias, nos dio una tarjeta de alimentación a toda mi familia”. La participante del **caso B** refiere: “O sea, todavía la están dando creo que, por seis meses, ya de ahí caduca, y ya uno ve como se rebusca.”

Con respecto al **caso C** indica: “yo estuve en acnur recibiendo unas ayudas y primero en adra ahí estuve en el refugio como por un mes”. Por último, el **caso D** manifestó: “creo que a todos los que venimos huyendo nos ayudó hias”

El apoyo de las organizaciones tanto locales como internacionales en ayuda humanitaria dentro de la crisis migratoria han sido de gran sostenimiento a esta población, no solo a nivel físico, cubriendo gastos alimenticios, médicos y de hospedaje, sino también a nivel emocional, donde los migrantes de alguna manera han recuperado su nivel emocional y equilibrio psicológico, lo cual es fundamental para el surgimiento del factor resiliente.

En la categoría de redes de apoyo, los autores Abrams et al. (2022) señalan que dentro del contexto migratorio el apoyo de la identidad étnica y la capacidad de fomentar conexiones significativas con otros que comparten la misma situación migratoria, son factores sustanciales en el acrecentamiento de la resiliencia y el bienestar psicológico.

Los participantes dentro de esta categoría enunciaron lo siguiente: el **caso A** expresó:” la persona que ya lleva años aquí te orienta, te tranquiliza. Te da como que esa fortaleza”. Respecto al **caso B**: “ellos conocen, mientras tú no conoces, te dicen, hay un trabajo aquí. Cualquier cosa, esa es la ayuda.”

En la misma línea, la participante del **caso C** indicó: “aquí tenemos mucho venezolano jaja y gracias a dios no estamos nunca solos”. Finalmente, el **caso D** enunció lo siguiente: “mi suerte chica fue encontrarme con amigos que ya estaban aquí con ellos me sentí en casa, hablar con mi familia por teléfono también me ayudo a sentirme mejor”

Sin duda las redes de apoyo son indispensables a la hora de promover el desarrollo de la resiliencia en las personas migrantes; el poseer vínculos afectuosos con las demás personas que comparten la misma condición migratoria, cultural y étnica ya sean amigos o familiares, hacen que se establezcan factores favorables a la estabilidad emocional y resiliente.

Experiencias resilientes influyentes en el bienestar psicológico

Al analizar las experiencias resilientes que influyen en el bienestar psicológico, emergieron 3 categorías: Xenofobia, Discriminación y Esperanza. En lo que respecta a la categoría Xenofobia, Jacques et al. (2019), recalca que la población migrante proveniente de Venezuela está sujeta a condiciones desfavorables como la discriminación por su nacionalidad a través del rechazo, la indiferencia, la falta de oportunidades laborales, los prejuicios y discursos xenofóbicos.

Durante las entrevistas, los entrevistados expresaron lo siguiente: el **caso A**: “en el autobús al que veníamos había baños, pero ese baño estaba cerrado y uno le decía al oficial, y decían que no, que nosotros orinamos mucho”. El **caso B** enunció lo siguiente: “cuando ofrecíamos al chocolate más que todas las mujeres, nos decían, eh, no le compres nada, esas venezolanas vienen con sida.”

Con respecto al **caso C**, afirmó lo siguiente: “no todo es color de rosa mucha gente piensa que solo venimos a echar carro, a robar y por eso nos miran mal”. Por último, el **caso D** expresó: “me negaron el ingreso a un restaurante por ser venezolana, me dijeron que no había lugar y había muchas mesas vacías”

La xenofobia es una realidad adversa que las personas en condición de migración y movilidad humana se enfrentan a menudo durante el tránsito y el lugar de destino debido a la discriminación por su nacionalidad (venezolana) con insultos, indiferencia y prejuicios, lo cual repercute de manera negativa en su homeóstasis emocional y bienestar psicológico

Prosiguiendo con la categoría Discriminación, Cañón et al. (2019) manifiestan que existen un sinnúmero de factores que influyen negativamente en la calidad de vida de los migrantes venezolanos, el factor discriminación afecta significativamente a la elaboración de la resiliencia y el bienestar mental. La explotación laboral, el desempleo y la

marginación son parte de la discriminación social que viven frecuentemente la comunidad migrante venezolana (Mougenot et al., 2021).

Dentro de las entrevistas, los entrevistados indicaron lo siguiente: el **caso A**: “te olvidas de que eres una persona por los comentarios, lo que pasa es que nosotros estamos emigrando, y por eso es que no tratan así tan feo como con asco”. El **caso B** comunicó: “afecta mucho en el sentido, porque dejas de saber cuánto vales tú, que te hacen sentir que eres menos.”.

Con respecto al **caso C**: “no te dejen entrar a cierto lugar o que te digan oye veneco, la gente cuando estas recién llegado te ve y se asusta”. Finalmente, el **caso D**: “nos miraban mal... por ejemplo a mí me trataban de fácil algunos hombres me ofrecían dinero porque tenía necesidad”

La discriminación se considera un agente que influye negativamente en la comunidad migrante venezolana; sentimientos de inferioridad, culpa, injusticia y desigualdad de derechos son provocadas por la discriminación social por parte la comunidad local donde residen, interfiriendo y perjudicando en su adaptación sana al entorno, calidad de vida y al bienestar psicológico.

Referente a la categoría Esperanza, Cariello et al. (2020) expresa que las personas migrantes están expuestas a la sobrecarga emocional y el estrés, dichos factores están vinculados directamente con la ansiedad y a la psicósomáticos; sin embargo, la existencia de una resiliencia solida como factor de protección contribuye a tolerar la carga emocional negativa que experimentan la comunidad migrante.

En las entrevistas, el **caso A** afirmó: “a los días de prácticamente de llegar cambias, porque ves la diferencia y te hacen bien mucho, tienes paz, tranquilidad, esperanza, en el sentido de que conchale es por fin que comprare en mis cosas, poco a poco”. Por su parte el **caso B** expresó: “Mi hija, tengo una hija en Venezuela, tiene ocho años y ella es mi motivo. Entonces, eso como que me motiva a seguir a no desistir y de verdad que ahora me está yendo muy bien”.

Continuando con el **caso C**: “estando aquí te das cuenta que lo lograste y si lograste llegar puedes lograr más cosas eso es lo que te lleva a seguir adelante”. Por último, el **caso D**

comentó lo siguiente: “mi familia, ellos son mi lucha, aunque este sufriendo sigo buscando ser mejor por ellos”

La categoría esperanza, es un recurso de soporte fundamental para el desarrollo de la capacidad resiliente en las personas en condición migratoria, esta categoría les permite sobrellevar las situaciones adversas que han vivido durante el trayecto migratorio y en su lugar de residencia actual, además de percibir las experiencias negativas como aprendizajes significativos que aportan la mejora de su bienestar a nivel psicosocial y personal.

Diferencias de género en las experiencias resilientes y bienestar psicológico

Al indagar las diferencias de género en las experiencias resilientes y bienestar psicológico en la población migrante venezolana, emergieron 4 categorías: Adaptación, empleo, salud mental y autoeficacia. Con respecto a la adaptación, es un factor indispensable para el desarrollo de experiencias resilientes en migrantes venezolanos; el apoyo de organizaciones humanitarias, el apoyo social y sociodemográfico permite la regulación emocional y fácil adaptación migrantes varones (Espinoza et al., 2021).

En las entrevistas, el **caso A** enunció: “mi proceso de adaptación fue algo increíble, por así decirlo. Es imposible adaptarse algo tan rápido, pero esto hace que se me sea más fácil adaptarme acá, el pensar en mi familia y ya de ahí con la fuerza de ellos, me mantuvo” (Hombre). El **caso B** mencionaba lo siguiente: “Y al principio fue duro a mi me daban crisis como que yo lloraba, yo decía me quiero devolverme, yo no tengo como mismo aquí y era difícil porque uno como que se siente solo” (Mujer).

El **caso C** por su lado: “bueno como estaba con mis amigos no se me hizo la gran cosa adaptarme porque me ayudaron ellos” (Hombre). Por último, el **caso D**: “para mi hacerme de aquí fue complicado por las costumbres y la gente ya después te vas entendiendo y vas haciendo amigos eso ayuda mucho” (Mujer).

La adaptación demuestra ser muy importante a la hora de poder sobrellevar las adversidades que se presentan durante la crisis migratoria que vive la comunidad venezolana; las redes de apoyo y vínculos afectivos con demás personas en la misma

condición son características predisponentes para la correcta adaptación y el bienestar psicológico en esta población, viéndose una mayor predisposición en migrantes varones.

En la categoría empleo, Candanoza-Carrascal (2021) enuncia que las migrantes mujeres venezolanas afrontan circunstancias de alta vulnerabilidad al momento de conseguir recursos que generen ingresos económicos; las diversas formas de explotación, el acoso laboral, la desigualdad de pagos con respecto a sus compañeros varones y la exposición a discursos discriminatorios hacen que repercuta de manera negativa en su bienestar psicológico, desarrollando poca capacidad resiliente.

En las entrevistas, el **caso A** manifestó: “Bueno, ha sido un poco difícil. Porque van a pensar, como eres venezolano y llegas allá, te ven como un desconocido. Dicen, conchale, como que no es fácil conseguir trabajo, así como así” (Hombre). Por su parte el **caso B**: “Siempre ha sido fácil. Siempre me emplea a decir que tengo suerte. No sé, yo lo pongo en medio de Dios, pero siempre donde voy, toco la puerta. Me abre. Pero a veces no es fácil mantenerse en el trabajo, siempre hay inconvenientes” (Mujer).

El participante del **caso C**: “encontré algo en que trabajar después de cierto tiempo me ayudó un amigo que ya estaba un poco estable, trabajé en un puesto de celulares ahí poco porque no tenía mucho conocimiento” (Hombre). Por último, el **caso D** promulgó: “me tocó emprender con mi pareja allá en Hias nos ayudaron con ayuda para emprendedores y salimos beneficiados nos sirvió para empezar con un puesto de arepas y ahora estamos digamos que bien” (Mujer).

El empleo dentro del contexto migratorio es indispensable para la subsistencia de las personas en esta condición, permite crear fuentes de ingresos económico para la adaptación al medio y el fortalecimiento del bienestar psicológico; sin embargo, se evidencia que las migrantes mujeres tienen más facilidad para encontrar empleo u emprender en algo; lo cual indica que las pocas oportunidades de empleo en migrantes masculinos puede amenazar a su equilibrio emocional y psicosocial.

Referente a la penúltima categoría, salud mental, las migrantes mujeres muestran una mayor prevalencia de dificultades relacionadas a su salud mental en comparación con los migrantes hombres (Mougenot et al., 2021). Existe un mayor riesgo de que las mujeres

migrantes estén propensas a desarrollar cuadros de ansiedad, depresión en comparación con sus pares masculinos (Hou et al., 2020).

El participante del **caso A** alega: “me enferme porque uno no puede estar bien en esos trayectos porque no tiene una buena comida o uno se siente mal y que se puede hacer, aguantar y seguir adelante” (Hombre). El **caso B** indicó: “primero está la salud, así yo sea muy extranjera y la miren feo, así tenga que pagar arriendo, lo que sea, primero está la salud. Entonces, sí, me he visto comprometida en varias oportunidades con mi salud y he decidido cuidar de ella” (Mujer).

En el **caso C**, el entrevistado comenta: “llegué muy mal extrañaba a mi familia en ese punto no sabía que hacer allá en el refugio me brindaron ayuda psicológica entendí muchas cosas” (Hombre). Finalmente, el **caso D** expresó: “el problema de migrar es las experiencias que atraviesas como mujer viví muchas cosas que me afectaron es algo que aún me afecta” (Mujer).

La salud mental es indispensable en contextos migratorios, las mujeres se han visto mayormente afectadas durante esta crisis humanitaria que atraviesan; circunstancias que pueden ocurrir durante el tránsito, como violencia, acoso o discriminación han afectado considerablemente hasta el punto de presentar ciertas afecciones psicológicas en su lugar de destino.

Referente a la última categoría autoeficacia, es una variable de importancia para el incremento de la capacidad resiliente y el bienestar psicológico; desarrollar esta categoría facilita el desarrollo de una reevaluación positiva y de estrategias de afrontamiento necesarias para el mejoramiento de la calidad de vida (Freire et al., 2016).

El **caso A**, exclamó lo siguiente: “me siento orgullo de ser quien soy por saber afrontar, por no decaer nunca, saber manejar las cosas, y seguir adelante porque aquí estoy, porque así me juzguen y lo que sea yo puedo seguir siendo una buena persona, pa lante”. Por su lado, el **caso B**: “He tenido esa manera de digamos, si es una persona que es un poco difícil de convencer, siempre voy a la comunicación o les hago ver las cosas o sabe qué explícame usted, cómo quiera su manera, cómo quiere esto?”. En la misma línea expresó: “Siempre soy de frente de frente directa, precisa y conciso, porque ahí es donde está la duración”.

Dentro del **caso C**: “nunca he sido muy achatado siempre pa lante más cuando tu vida depende de ti mismo, mi primer trabajo lo conseguí gracias a un amigo y aprendí a pepa de ojo así somos los venezolanos” (Hombre). Finalmente, el **caso D**, indicó lo siguiente: “pues la vida el momento te pide ser fuerte y te vuelves fuerte, aunque no tengas animo vas siempre pa’ lante eso me tocó afronte todo gracias a dios me dan gana de llorar al recordar de lo mucho que he sido capaz” (Mujer).

La autoeficacia como recurso personal es indispensable para mantener el equilibrio personal y tener habilidades para resolver problemas; los migrantes asimilan la adversidad con vehemencia para el inicio de la autonomía y la regulación de conflictos internos, llevando a la satisfacción y al bienestar físico y psicológico.

CONCLUSIONES

- A partir de los relatos analizados, se evidenció que la experiencia de enfrentar situaciones de xenofobia, discriminación y mantener un sentido de esperanza tuvo un efecto notable en la capacidad resiliente de los migrantes venezolanos, lo que a su vez incidió positivamente en su bienestar psicológico. En síntesis, se puede inferir que las vivencias que impulsan la resiliencia y afectan positivamente el bienestar psicológico de los migrantes venezolanos están vinculadas a la discriminación, la xenofobia y la capacidad de mantener la esperanza.
- De modo similar, se puede concluir que las experiencias resilientes en migrantes venezolanos están relacionadas con la capacidad de adaptación y superación de situaciones adversas, como experimentar necesidades económicas y que factores como la religión, la ayuda humanitaria y las redes de apoyo pueden contribuir al desarrollo de su capacidad resiliente.
- Finalmente, al explorar las diferencias de género en las experiencias resilientes y bienestar psicológico dentro de la comunidad de migrantes venezolanos, se constató que los hombres migrantes reportan una mayor habilidad para adaptarse a las adversidades de la realidad migratoria en comparación con las mujeres migrantes. En contraste, las mujeres migrantes señalan una mayor disponibilidad de oportunidades de empleo y una mayor afectación en su salud mental en comparación con los migrantes masculinos.

RECOMENDACIONES

- Se propone impulsar la creación de redes de apoyo destinadas a la comunidad de migrantes venezolanos, ya que se ha comprobado que estas redes son cruciales para fortalecer la resiliencia y el bienestar psicológico. Además, se señala la importancia de llevar a cabo intervenciones orientadas a promover la esperanza y abordar los problemas de discriminación y xenofobia.
- Resulta conveniente promover la capacidad de adaptación en la comunidad de migrantes venezolanos, enfocándose en la gestión de desafíos adversos, particularmente aquellos relacionados con dificultades económicas. Lo anterior podría alcanzarse mediante la ejecución de programas diseñados para facilitar el acceso de los migrantes a recursos tanto espirituales como comunitarios, con el propósito de fortalecer su capacidad resiliente. Además, se propone continuar y expandir los esfuerzos de ayuda humanitaria destinados a la población migrante.
- Se recomienda el diseño e implementación de programas de apoyo psicosocial y de salud mental que aborden las necesidades emocionales de las mujeres migrantes venezolanas. De igual manera se plantea la necesidad de incluir programas de capacitación y apoyo a la inserción laboral para ayudar a los migrantes masculinos a acceder a empleos que se ajusten a sus capacidades y circunstancias. Finalmente, a pesar de no encontrarse diferencias en el factor de autoeficacia, se podría promover el desarrollo de esta habilidad en ambos sexos mediante programas de capacitación que ayuden a los migrantes a sentirse más capaces de afrontar desafíos y tomar decisiones informadas.

BIBLIOGRAFÍA

- Abdurachman, A., & Herawati, N. (2018). The role of psychological well-being in boosting immune response: an optimal effort for tackling infection. *African journal of infectious diseases*, *12*(1S), 54-61. <https://doi.org/10.2101/Ajid.12v1S.7>
- Abrams, M. P., Wharton, T., Cubillos-Novella, A., Vargas-Monroy, A. M., & Riveros, M. A. (2022). Fractured families and social networks: Identifying risk and resilience factors for supporting positive mental health in Venezuelan immigrant groups. *Families, systems & health : the journal of collaborative family healthcare*, *40*(3), 354-363. <https://doi.org/10.1037/fsh0000721>
- Aguirre, J. C., & Jaramillo, L. G. (2015). El papel de la descripción en la investigación cualitativa. *Cinta de moebio*(53), 175-189. <https://dx.doi.org/10.4067/S0717-554X2015000200006>
- Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Refugiados. (2021, 18 de Junio). Tendencias globales de desplazamiento forzado en 2020. <https://www.acnur.org/media/tendencias-globales-de-desplazamiento-forzado-en-2020>
- Babatunde-Sowole, O., Power, T., Jackson, D., Davidson, P. M., & DiGiacomo, M. (2016). Resilience of African migrants: An integrative review. *Health care for women international*, *37*(9), 946-963. <https://doi.org/10.1080/07399332.2016.1158263>
- Bayes-Marin, I., Roura-Adserias, M., Giné-Vázquez, I., Villalobos, F., Franch-Roca, M., Lloret-Pineda, A., . . . Cristóbal-Narváe, P. (2022). Factors Associated with Depression and Anxiety Symptoms among Migrant Population in Spain during the COVID-19 Pandemic. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *19*(23), 15646. <https://doi.org/10.3390/ijerph192315646>
- Becoña Iglesias, E. (2006). Resiliencia: definición, características y utilidad del concepto. *Revista De Psicopatología Y Psicología Clínica*, *11*(3), 125-146. <https://doi.org/10.5944/rppc.vol.11.num.3.2006.4024>
- Blukacz , A., Cabieses, B., Obach, A., Madrid, P., Carreño, A., Pickett, K. E., & Markkula, N. (2022). “If I get sick here, I will never see my children again”: The mental health of international migrants during the COVID-19 pandemic in Chile. *Plos one*, *17*(11), e0277517. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0277517>

- Bunge, E., Gomar, M., & Mandil, J. (2011). *Terapia cognitiva con niños y adolescentes : aportes técnicos*. Akadia.
- Calkins, A. W., Park, J. M., Wilhelm, S., & Sprich, S. E. (2016). Basic principles and practice of cognitive behavioral therapy. *The Massachusetts General Hospital handbook of cognitive behavioral therapy*, 5-14. https://doi.org/10.1007/978-1-4939-2605-3_2
- Candanoza Carrascal, L. T. (2021). *Discriminación percibida, bienestar psicológico y estrategias de afrontamiento de los migrantes venezolanos en Colombia*. [Tesis de Maestría, Universidad del Norte]. Repositorio UN. <http://hdl.handle.net/10584/10827>
- Cañón Jaramillo, D. A., Fernández Rivas, T. M., & Villarraga Acevedo, D. C. (2019). *Calidad de vida relacionada con la salud en población migrante: Revisión de literatura*. [Tesis de Grado, Universidad del Bosque]. <http://hdl.handle.net/20.500.12495/8436>
- Cariello, A. N., Perrin, P. B., & Morlett-Paredes, A. (2020). Influence of resilience on the relations among acculturative stress, somatization, and anxiety in latinx immigrants. *Brain and behavior*, 10(12), e01863. <https://doi.org/10.1002/brb3.1863>
- Carmona Gallegos, R. (2019). Resiliencia: Aproximación histórica y conceptos relacionados. *Uaricha, Revista de Psicología*, 16(37), 1-14. <http://www.revistauaricha.umich.mx/index.php/urp/article/view/222>
- Carter, J. D., Jordan, J., McIntosh, V. V., Frampton, C. M., Lacey, C., Porter, R. J., & Mulder, R. T. (2022). Long-term efficacy of metacognitive therapy and cognitive behaviour therapy for depression. *Australian & New Zealand Journal of Psychiatry*, 56(2), 137-143. <https://doi.org/10.1177/00048674211025686>
- Castañón, G. J. (2007). O cognitivismo é um humanismo. *Psicologia Argumento*, 25(48), 51-64. <https://periodicos.pucpr.br/psicologiaargumento/article/view/19907>
- Ciaramella, M., Monacelli, N., & Cocimano, L. C. (2022). Promotion of resilience in migrants: A systematic review of study and psychosocial intervention. *Journal of Immigrant and Minority Health*, 24(5), 1328-1344. <https://doi.org/10.1007/s10903-021-01247-y>
- Clark, K. R. (2018). Learning theories: constructivism. *Radiologic technology*, 90(2), 180-182. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30420575/>
- de la Paz Elez, P., García Mercado, E., & Rodríguez Martín, V. (2016). Estudio sobre resiliencia y satisfacción vital: un análisis comparado entre población española e inmigrantes ecuatorianos. *Interacción y Perspectiva: Revista de Trabajo Social*, 6(2), 144-155. <https://produccioncientificaluz.org/index.php/interaccion/article/view/21440>
- Espinoza, M. D., Gavidia-Payne, S., & Okumura, A. (2021). Understanding emotion regulation in Venezuelan immigrants to Peru and Peruvian internal migrants: a comparative study. *Journal of Ethnic and Migration Studies*, 49(1), 134-155. <https://doi.org/10.1080/1369183X.2021.2011177>

- Eysenck, M. W. (2004). Applied cognitive psychology: Implications of cognitive psychology for clinical psychology and psychotherapy. *Journal of clinical psychology, 60*(4), 393-404. <https://doi.org/10.1002/jclp.10252>
- Fernandes de Araújo, L., Teva, I., & Bermúdez, M. (2015). Resiliencia en adultos: una revisión teórica. *Terapia psicológica, 33*(3), 257-276. <https://dx.doi.org/10.4067/S0718-48082015000300009>
- Fernández-Álvarez, H., & Fernández-Álvarez, J. (2017). Terapia cognitivo conductual integrativa. *Revista De Psicopatología Y Psicología Clínica, 22*(2), 157-169. <https://doi.org/10.5944/rppc.vol.22.num.2.2017.18720>
- Fernández-Fernández, J. A., & Gómez-Díaz, M. (2022). Resiliencia y duelo ante la pérdida de un ser querido: Una revisión sistemática. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica, 27*(2), 129-139. <https://doi.org/10.5944/rppc.27762>
- Ferreira, M., Marques, A., & Gomes, P. V. (2021). "Individual Resilience Interventions: A Systematic Review in Adult Population Samples over the Last Decade". *International Journal of Environmental Research and Public Health, 18*(14), 7564. <https://doi.org/10.3390/ijerph18147564>
- Foxall, G. R. (2008). Intentional behaviorism revisited. *Behavior and Philosophy, 36*, 113-155. <http://www.jstor.org/stable/27759548>
- Freire, C., Ferradás, M. D., Valle, A., Núñez, J. C., & Vallejo, G. (2016). Profiles of Psychological Well-being and Coping Strategies among University Students. *Frontiers in psychology, 7*, 1554. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.01554>
- Froxán-Parga, M. J., Alonso-Vega, J., Trujillo Sánchez, C., & Estal Muñoz, V. (2018). Eficiencia de las terapias: ¿un paso más allá de la eficacia? Análisis crítico del modelo cognitivo-conductual. *Apuntes De Psicología, 36*(1-2), 55-62. <https://doi.org/10.55414/ap.v36i1-2.711>
- Gagliardi, R. (2020). Traumatic situations and mental disorders in migrants, refugees and asylum seekers. *Psychiatry and Neuroscience Update, 4*, 497-523. https://doi.org/10.1007/978-3-030-61721-9_36
- Gambaro, E., Mastrangelo, M., Sarchiapone, M., Marangon, D., Gramaglia, C., Vecchi, C., . . . Zeppegno, P. (2020). Resilience, trauma, and hopelessness: protective or triggering factor for the development of psychopathology among migrants? *BMC psychiatry, 20*(1), 1-15. <https://doi.org/10.1186/s12888-020-02729-3>
- González-Prado, H., & Pérez-Álvarez, M. (2007). *La invención de los trastornos mentales ¿Escuchando al fármaco o al paciente?.* Alianza.
- Grupo de Trabajo para Refugiados y Migrantes. (2022, 27 Julio). *Resumen de resultados Ecuador: Evaluación conjunta de necesidades - Mayo 2022.* <https://www.r4v.info/es/document/gtrm-ecuador-resumen-evaluacion-conjunta-de-necesidades-mayo-2022>
- Gutiérrez Silva, J. M., Romero Borré, J., Arias Montero, A., & Briones Mendoza, X. F. (2020). Migración: Contexto, impacto y desafío. Una reflexión teórica. *Revista de*

- Hernández-Sampieri, R., Baptista-Lucio, P., & Fernández-Collado, C. (2014). *Metodología de la investigación (6ta ed.)*. McGraw-Hill Education. <https://academia.utp.edu.co/grupobasicoclinicayaplicadas/files/2013/06/Metodologia%20de%20la%20Investigacion.pdf>
- Hou, F., Liu, H., Peng, X., You, L., Zhou, Z., Xie, H., & Liu, T. (2020). Gender disparities in depressive and anxiety symptoms among internal migrant workers in Shenzhen: a cross-sectional study. *BMJ open*, 10(12), e041446. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2020-041446>
- Hynie, M. (2018). The Social Determinants of Refugee Mental Health in the Post-Migration Context: A Critical Review. *The Canadian Journal of Psychiatry*, 63(5), 297-303. <https://doi.org/10.1177/0706743717746666>
- Jacques, R., Linares, Y., & Useche, E. (2019). (Geo)políticas migratorias, inserción laboral y xenofobia: Migrantes venezolanos en Ecuador. *Acta Académica*. <https://www.aacademica.org/jacques.ramirez/22>
- Jadán, C. G. (2021). Síndrome de Ulises en integrantes de Latinoamérica.: Un estudio de revisión. *Centros: Revista Científica Universitaria*, 10-2, 19-37. <https://matriculapre.up.ac.pa/index.php/centros/article/view/2246>
- Keijzer, F. (2005). Theoretical behaviorism meets embodied cognition: Two theoretical analyses of behavior. *Philosophical Psychology*, 18(1), 123-143. <https://doi.org/10.1080/09515080500085460>
- Kokocińska, A., & Kaleta, T. (2015). Behawioryzm i behavior - myśl filozoficzna i badania przyrodnicze. *Kosmos*, 64(2), 221-227. <https://www.infona.pl/resource/bwmeta1.element.bwnjournal-article-ksv64p221kz>
- Kuehlwein, K. T. (1998). *The cognitive therapy model*. (In Dorfman R. A. ed., *Paradigms of clinical social work*, vol. 2). Routledge.
- Labrador Encinas, F. J., & López, A. B. (2011). *Técnicas de modificación de conducta*. Pirámide.
- Lasota, A., & Mróz, J. (2021). Positive psychology in times of pandemic—time perspective as a moderator of the relationship between resilience and meaning in Life. *International journal of environmental research and public health*, 18(24), 13340. <https://doi.org/10.3390/ijerph182413340>
- Levina, E., Kamaleeva, A., & Mukhametzhanova, L. (2020). Cognitive Approach: Methodology Development in the Era of Digitalization. *ARPHA Proceedings*, 3, 1449-1464. <https://doi.org/10.3897/ap.2.e1449>
- Londoño Salazar, M. (2017). La importancia de la psicoterapia cognitivo-conductual en el tratamiento de los trastornos mentales. *Poiésis*, 1(33), 139-145. <https://doi.org/10.21501/16920945.2504>

- Lusk, M., Terrazas, S., Caro, J., Chaparro, P., & Puga Antúnez, D. (2021). Resilience, faith, and social supports among migrants and refugees from Central America and Mexico. *Journal of Spirituality in Mental Health*, 23(1), 1-22. <https://doi.org/10.1080/19349637.2019.1620668>
- Maganto Mateo, C., Peris Hernández, M., & Sánchez Cabrero, R. (2019). El bienestar psicológico en la adolescencia: variables psicológicas asociadas y predictoras. *European Journal of Education and Psychology*, 12(2), 139-151. <https://doi.org/10.30552/ejep.v12i2.279>
- Mak, J., Zimmerman, C., & Roberts, B. (2021). Coping with migration-related stressors—a qualitative study of Nepali male labour migrants. *BMC Public Health*, 21(1), 1-15. <https://doi.org/10.1186/s12889-021-11192-y>
- Mera-Lemp, M. J., Bilbao, M., & Martínez-Zelaya, G. (2020). Discriminación, aculturación y bienestar psicológico en inmigrantes latinoamericanos en Chile. *Revista De Psicología*, 29(1), 1-15. <https://doi.org/10.5354/0719-0581.2020.55711>
- Moreno Méndez, J., & Utria Rodríguez, E. (2011). Caracterización de los programas de tratamiento cognitivo-conductual para el manejo de problemas de comportamiento en niños y adolescentes realizados en Bogotá entre 2002 y 2008. *Psicología desde el Caribe*(28), 39-76. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=21320758004>
- Mougenot, B., Amaya, E., Mezones-Holguin, E., Rodriguez-Morales, A., & Cabieses, B. (2021). Immigration, perceived discrimination and mental health: evidence from Venezuelan population living in Peru. *Globalization and Health*, 17(8), 1-9. <https://doi.org/10.1186/s12992-020-00655-3>
- Niño Arguelles, Y. L., Álvarez Santana, C. L., & Giovanni Locatelli, F. (2020). Migración Venezolana, Aporofobia en Ecuador y Resiliencia de los Inmigrantes Venezolanos en Manta, Periodo 2020. *Revista San Gregorio*(43), 92-108. <https://doi.org/10.36097/rsan.v1i43.1424>
- Novella, A. C., Vargas Monroy, A. M., & Wharton, T. (2020). Migración de venezolanos a Florida Central, Estados Unidos. Aspectos relacionados con la percepción de condiciones y necesidades de salud mental en 2019. *Gerencia Y Políticas De Salud*, 19, 1-18. <https://doi.org/10.11144/Javeriana.rgps19.mvfc>
- Oskrochi, G., Bani-Mustafa, A., & Oskrochi, Y. (2018). Factors affecting psychological well-being: Evidence from two nationally representative surveys. *PLoS ONE*, 13(6), e0198638. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0198638>
- Páez Cala, M. L. (2020). La salud desde la perspectiva de la resiliencia. *Archivos de Medicina (Manizales)*, 20(1), 203-216. <https://doi.org/10.30554/archmed.20.1.3600.2020>
- Peng, L., Zhang, J., Li, M., Li, P., Zhang, Y., Zuo, X., . . . Xu, Y. (2012). Negative life events and mental health of Chinese medical students: the effect of resilience, personality and social support. *Psychiatry research*, 196(1), 138-141. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2011.12.006>

- Pérez-Álvarez, M. (2004). Psychopathology According to Behaviorism: A Radical Restatement. *The Spanish Journal of Psychology*, 7(2), 171-177. <https://doi.org/10.1017/S113874160000487X>
- Pimentel Guadamos, M. D., & Oseda Gago, D. (2021). Calidad de vida en el bienestar psicológico en estudiantes de dos institutos tecnológicos públicos del departamento de la libertad-2020. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 5(4), 5213-5227. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v5i4.685
- Piza Burgos, N. D., Amaiquema Márquez, F. A., & Beltrán Baquerizo, G. E. (2019). Métodos y técnicas en la investigación cualitativa. Algunas precisiones necesarias. *Conrado*, 15(70), 455-459. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1990-86442019000500455&lng=es&tlng=pt.
- Rodríguez-García, D., & Pino-Juste, M. (2019). La entrevista como método cualitativo. Un estudio de caso etnográfico a través de esta herramienta. *CIAIQ2019*, 3, 603-611. <https://www.proceedings.ciaiq.org/index.php/CIAIQ2019/article/view/2402>
- Rousseau, C., & Frounfelker, R. L. (2019). Mental health needs and services for migrants: an overview for primary care providers. *Journal of Travel Medicine*, 29(2), 1-8. <https://doi.org/10.1093/jtm/tay150>
- Rubio León, D. C. (2020). Dimensiones para abordar la salud mental en el contexto de la migración. Revisión de literatura científica entre 2016 y 2019. *Revista Gerencia y Políticas de Salud*, 19, 1-18. <https://doi.org/10.11144/Javeriana.rgps19.dasm>
- Rutter, M. (2006). Implications of resilience concepts for scientific understanding. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1094(1), 1-12. <https://doi.org/10.1196/annals.1376.002>
- Ryff, C. D., & Singer, B. (1996). Psychological well-being: Meaning, measurement, and implications for psychotherapy research. *Psychotherapy and psychosomatics*, 65(1), 14-23. <https://doi.org/10.1159/000289026>
- Salas-Wright, C. P., Maldonado-Molina, M. M., Pérez-Gómez, A., Mejía Trujillo, J., & Schwartz, S. J. (2022). The Venezuelan diaspora: Migration-related experiences and mental health. *Current opinion in psychology*, 47, 101430. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2022.101430>
- Sánchez Bracho, M., Fernández, M., & Díaz, J. (2021). Técnicas e instrumentos de recolección de información: análisis y procesamiento realizado por el investigador cualitativo. *Revista científica UISRAEL*, 8(1), 107-121. <https://doi.org/10.35290/rcui.v8n1.2021.400>
- Sari, R. K., Sutiadiningsih, A., Zaini, H., Meisarah, F., & Hubur, A. (2020). Factors affecting cognitive intelligence theory. *Journal of Critical Reviews*, 7(11), 402-410. <https://doi.org/10.31838/jcr.07.17.56>
- Sheikhzadeh, M., Zanjani, Z., & Baari, A. (2021). Efficacy of mindfulness-based cognitive therapy and cognitive behavioral therapy for anxiety, depression, and fatigue in cancer patients: A randomized clinical trial. *Iranian journal of psychiatry*, 16(3), 271-280. <https://doi.org/10.18502/ijps.v16i3.6252>

- Skinner, B. F. (1974). *Sobre el Conductismo*. Fontanella.
- Smith, G. D., & Yang, F. (2017). Stress, resilience and psychological well-being in Chinese undergraduate nursing students. *Nurse education today*, 49, 90-95. <https://doi.org/10.1016/j.nedt.2016.10.004>
- Solá-Sales, S., Pérez-González, N., Van Hoey, J., Iborra-Marmolejo, I., Beneyto-Arrojo, M. J., & Moret-Tatay, C. (2021). The role of resilience for migrants and refugees' mental health in times of COVID-19. *Healthcare*, 9(9), 1131. <https://doi.org/10.3390/healthcare9091131>
- Sönmez, C. (2015). *De relatie tussen welbevinden en psychische klachten in een klinische populatie: Het twee-continua model*. [Master's thesis, University of Twente]. <https://purl.utwente.nl/essays/68921>
- Spiritus-Beerden, E., Verelst, A., Devlieger, I., Langer Primdahl, N., Botelho Guedes, F., Chiarenza, A., . . . Derluyn, I. (2021). Mental health of refugees and migrants during the COVID-19 pandemic: The role of experienced discrimination and daily stressors. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(12), 6354. <https://doi.org/10.3390/ijerph18126354>
- Srivastava, K. (2011). Positive mental health and its relationship with resilience. *Industrial Psychiatry Journal*, 20(2), 75-76. <https://doi.org/10.4103/0972-6748.102469>
- Sundayani, Y., Fahrudin, A., Nurwati, N., & Rusyidi, B. (2020). The Resilience of Migrant Worker's Adolescence and Strengthening Their Social Support System: A Social Work Perspective. *Ayer Journal*, 27(3), 227-238. <http://repository.umj.ac.id/id/eprint/3213>
- Tecson, K. M., Wilkinson, L. R., Smith, B., & Ko, J. M. (2019). Association between psychological resilience and subjective well-being in older adults living with chronic illness. *In Baylor University Medical Center Proceedings*, 32(4), 520-524. <https://doi.org/10.1080/08998280.2019.1625660>
- Tonneau, F. (2013). Non-Humean Behavior Analysis. *Behavior and Philosophy*, 41, 11-32. <https://www.jstor.org/stable/behaphil.41.11>
- Trigueros, R., Aguilar-Parra, J. M., Alvarez, J., Cangas, A. J., & López-Liria, R. (2020). El efecto de la motivación sobre la resiliencia y la ansiedad del deportista. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte*, 20(77), 73-86. <https://doi.org/10.15366/rimcafd2020.77.005>
- Turner-Musa, J., Ajayi, O., & Kemp, L. (2020). Examining Social Determinants of Health, Stigma, and COVID-19 Disparities. *Healthcare*, 8(2), 168. <https://doi.org/10.3390/healthcare8020168>
- Valenzuela Barreras, J. F., & Anguiano-Téllez, M. E. (2022). Nos une el dolor. Vulnerabilidad y resiliencia de personas migrantes centroamericanas trans y gays en tránsito por México. *Estudios fronterizos*, 23, e107. <https://doi.org/10.21670/ref.2223107>

- Vega Arias, R. C., & Ortega Ortiz, V. J. (2019). *Identificación de los factores protectores a través de la escala (ER) de resiliencia individual en los inmigrantes venezolanos residentes en la ciudad de Cúcuta*. [Trabajo de Grado Pregrado, Universidad de Pamplona]. Repositorio Huloago Universidad de Pamplona. <http://repositoriodspace.unipamplona.edu.co/jspui/handle/20.500.12744/3949>
- Walther, L., Fuchs, L. M., Schupp, J., & Von Scheve, C. (2020). Living conditions and the mental health and well-being of refugees: evidence from a large-scale German survey. *Journal of immigrant and minority health*, 22, 903-913. <https://doi.org/10.1007/s10903-019-00968-5>
- Yoo, J., & Ryff, C. D. (2019). Longitudinal profiles of psychological well-being and health: Findings from Japan. *Frontiers in Psychology*, 10, 2746. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.02746>
- Zarama Santacruz, J. M. (2022). *La brecha del refugio en América Latina a la luz de la crisis migratoria venezolana*. [Tesis de Maestría, Universidad Carlos III de Madrid]. Repositorio UC3M. <http://hdl.handle.net/10016/35938>
- Zilio, D., & Carrara, K. (2008). Mentalismo e explicação do comportamento: aspectos da crítica behaviorista radical à ciência cognitiva. *Acta Comportamental: Revista Latina de Análisis de Comportamiento*, 16(3), 399-417. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=274520180007>
- Zuriff, G. E. (2005). Behaviorism makes its debut: A review of lattal and chase's behavior theory and philosophy. *Journal of the experimental analysis of behavior*, 83(3), 315-322. <https://doi.org/10.1901/jeab.2005.133-04>

ANEXOS

CONSENTIMIENTO INFORMADO

1. USO Y CONFIDENCIALIDAD DE LOS DATOS

Los datos que se obtengan de su participación serán utilizados únicamente con fines de formación y solamente por parte del estudiante de la Carrera de Psicología Clínica, guardándose siempre sus datos personales en un lugar seguro de tal manera que ninguna persona ajena pueda acceder a esta información y atendiendo a un estricto cumplimiento de la Ley Orgánica sobre la Protección de Datos de Carácter Personal.

En ningún caso se harán públicos sus datos personales, siempre garantizando la plena confidencialidad de los datos y el riguroso cumplimiento del secreto profesional en el uso y manejo de la información y el material obtenidos.

2. REVOCACIÓN DEL CONSENTIMIENTO

Si, en el caso de decidir participar y consentir, la colaboración inicialmente, en algún momento de la intervención usted desea dejar de participar en la grabación de la entrevista, le rogamos que nos lo comunique y a partir de ese momento se dejarán de utilizar las grabaciones con fines de formación y desarrollo profesional.

3. DECLARACIÓN DE CONSENTIMIENTO

Yo, Sr. / Sra. he leído el documento de consentimiento informado que me ha sido entregado, he comprendido las explicaciones en él facilitadas acerca de la grabación de entrevista psicológica y he podido resolver todas las dudas y preguntas que he planteado al respecto. También comprendo que, en cualquier momento y sin necesidad de dar ninguna explicación, puedo revocar el consentimiento que ahora presento. También he sido informado/a de que mis datos personales serán protegidos y serán utilizados únicamente con fines de formación y desarrollo profesional para el estudiante de la Carrera de Psicología Clínica.

Tomando todo ello en consideración y en tales condiciones, CONSIENTO participar en la grabación de la entrevista psicológica y que los datos que se deriven de mi participación sean utilizados para cubrir los objetivos especificados en el documento.

En el de del

Firmado:

Dir. Av. Panamericana km. 5 1/2 Vía Machala Pasaje Telf: 2983362 - 2983365 - 2983363 - 2983364

www.utmachala.edu.ec



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE MACHALA
Calidad, Pertinencia y Calidez
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES
CARRERA PSICOLOGÍA CLÍNICA



Tema de Investigación: Experiencias de resiliencia y bienestar psicológico en migrantes venezolanos

Objetivo de la Investigación: Establecer la relación entre las experiencias de resiliencia y bienestar psicológico en migrantes venezolanos

ENTREVISTA PERSONAL NO ESTRUCTURADA

Nota: Para la entrevista sugerir al entrevistado que detalle ampliamente su respuesta en cada una de las preguntas.

Necesidades económicas

1. Previo a llevar a cabo el proceso migratorio ¿por qué era difícil tener un buen estado económico desde lo personal en su país de procedencia?
2. ¿Qué era aquello que le resultaba más difícil de conseguir debido a los escasos recursos económicos con los que contaba?
3. ¿Cree que en donde se encuentra actualmente puede cubrir sus necesidades económicas a diferencia de su anterior situación?

Religión

4. ¿Cómo considera que sus creencias religiosas, respecto a su fe en Dios le permitían manejar las dificultades durante el trayecto migratorio?
5. ¿Cuándo tenía estos momentos de espiritualidad (orar, rezar, leer la biblia) que era lo que esperaba que sucediera como resultado de esto?
6. Con todo lo anteriormente dicho, ¿cómo su fe en Dios la fortalecía para afrontar el camino, que hacía esto en su interior?

Ayuda humanitaria

7. ¿Ha recibido usted algún tipo de asistencia por parte de alguna organización humanitaria?, cuéntenos cómo fue esta experiencia.
8. ¿Qué recomendaciones les daría a estas organizaciones para proteger la dignidad de las personas migrantes?
9. ¿Por qué considera que es positivo que exista este tipo de organizaciones humanitaria?

Redes de apoyo

10. ¿Cómo le ha ayudado a llevar su adaptación social (aquí, en este lugar), tener un familiar cercano, amigo o grupo con el cual compartir sus experiencias?
11. ¿Cuándo hay una persona nueva entre ustedes, que hacéis para que se sienta acogida ante todos?
12. ¿Por qué es importante contar con el apoyo de migrantes que tiene una mayor experiencia residiendo en esta localidad?

Xenofobia

13. ¿Podría contar algún trato recibido injustamente en algún momento por ser migrante venezolano?
14. Personalmente, ¿cómo tomaba esas palabras que lo juzgaban por ser un migrante venezolano?
15. ¿Cómo pese a estos tratos de rechazo por su condición de migrante venezolano, enfrentaba estas situaciones?

Discriminación

16. ¿En su proceso de movilidad, hubo momentos en los que se sintió discriminado o recibió comentarios al respecto?
17. ¿Cómo afectó en su vida estos comentarios mal intencionados hacia su persona?
18. ¿Qué perspectiva tiene usted ante la discriminación por ser extranjero?

Esperanza

19. ¿En qué momento empezó a sentir que las cosas en su vida mejorarían?
20. ¿Cómo logra mantenerse optimista?
21. ¿Cuáles son sus motivos para superarse cada día?

Adaptación

22. ¿Cómo ha sido su proceso de adaptación desde que llegó a Huaquillas?
23. ¿Cómo ha sido tener que cambiar de la vida que tenía en Venezuela a la vida que tiene hoy en Ecuador?

Empleo

24. ¿Cómo ha sido su experiencia en cuanto a conseguir empleo?
25. ¿Actualmente está trabajando?
26. ¿Siente que su condición de migrante le ha dificultado encontrar un trabajo?

Salud

27. Pasando al tema de salud, ¿Usted posee el conocimiento de que tiene derecho a la salud en nuestro país?
28. ¿Ha recibido buen trato por parte de los hospitales o centro de salud públicos?
29. ¿En su proceso de movilidad se ha visto comprometida su salud?

Autoeficacia

30. ¿Se ha sentido capaz de manejar los problemas que se le han presentado?
31. ¿De qué manera le ha hecho frente a cada una de las circunstancias que ha atravesado en su condición de migrante?



Tema de Investigación: Experiencias de resiliencia y bienestar psicológico en migrantes venezolanos

Objetivo de la Investigación: Establecer la relación entre las experiencias de resiliencia y bienestar psicológico en migrantes venezolanos

GUÍA DE OBSERVACIÓN

No.	Indicadores	Observaciones
1	Sensopercepción	
2	Atención	
3	Orientación	
4	Memoria	
5	Pensamientos	
6	Lenguaje	
7	Consciencia	
8	Sensopercepción	
9	Atención	
10	Orientación	

OTRAS OBSERVACIONES
Socio-emocionales e interpersonales

Caracterizar las experiencias resilientes en migrantes venezolanos

Bases teóricas

Al examinar las experiencias resilientes de los migrantes venezolanos, surgieron cuatro categorías: necesidades económicas, religión, ayuda humanitaria y redes de apoyo. En lo que respecta a las necesidades económicas, se han encontrado en los relatos que la falta de empleo, la mendicidad, falta de recursos básicos y alimenticios, ejerce una fuerte alteración de carácter negativo en el desarrollo de la resiliencia del migrante venezolano (Okrochi et al., 2018).

En cuanto a la religión, Babunde-Sowole et al. (2016) manifiestan que elementos tales como las creencias religiosas y la espiritualidad, refuerzan la capacidad resiliente de los migrantes en situaciones de vulnerabilidad; sin embargo, aquellos que no cuentan con un soporte espiritual, el desarrollo de su resiliencia se ve un poco limitada.

Dentro de la categoría ayuda humanitaria, se señala que la ayuda humanitaria otorgada a la población migrante venezolana ayuda de alguna medida a suplir sus necesidades inmediatas y mejorar temporalmente su calidad de vida, lo cual contribuye al desarrollo de su resiliencia, además de su regulación emocional adaptación al medio en el que se encuentra (Espinoza et al., 2021).

En la categoría de redes de apoyo, los autores Abrams et al (2022) señalan que dentro del contexto migratorio el apoyo de la identidad étnica y la capacidad de fomentar conexiones significativas con otros que comparten la misma situación migratoria, son factores sustanciales en el acrecentamiento de la resiliencia y el bienestar psicológico.

Resultados

El caso A menciona: "lo que pasa es que en Venezuela no teníamos ese. ¿Cómo te explico? Esa estabilidad de tener eso, dinero, no había y no hay aquí. Porque prácticamente estaba más caro las cosas, y el sueldo era menos, o sea, que el sueldo no te alcanzaba para comer." El caso B indica "la economía era insostenible, ya había días que no teníamos nada que comer, así te lo digo literalmente días que solo comíamos, digamos una yuca o un pedacito de pan. Entonces eso como que nos arrugó el corazón". En lo que respecta al caso C: "Mis padres me ayudaban económicamente, yo ya vivía a parte y pues me quedé sin trabajo dependía de ellos nuevamente pero poco a poco me fui quedando sin nada y ellos también fue muy difícil la necesidad empezó a ser grande, empezaron las decisiones como decirte *¿cómo* complicadas". Finalmente, el caso D expresó: "Hubo un momento en el que dijimos coño ¿con que dinero vamos a comer mañana? Y nos dimos cuenta de que pronto teníamos que huir".

El caso A expresó: "la fe de uno era tan grande que uno decía, bueno, diosito para adelante, pan adelante que allá es a lo que vamos." El caso B manifestó: "los logros lo hacemos nosotros, simplemente Dios nos abre los caminos y yo lo que esperaba ver que Dios me diera esa fuerza, fuerza para continuar, porque sí, sí, lo sentí." en lo que respecta al caso C: "no era muy creyente si te digo la verdad, pero es un momento en el que te das cuenta de que existe un ser poderoso y me ayudó mucho en mi camino". Por último, el caso D enunció lo siguiente: "cuando salí de Venezuela me entregué a Dios, yo le di mi corazón le dije si tú me permites llegar con vida a mi destino yo te serviré siempre y así fue"; al mismo tiempo expresó: "llegué con bendición con el corazón agradecido confío mucho y por eso estoy aquí".

el caso A: "cómo te conté en sí, nos vimos acá muy con eso, como muy apretados y nos fuimos una fundación que se llama *bias*. Esa fundación nos dio lo que fue una tarjeta de alimentación. Se la dio prácticamente toda mi familia". La participante del caso B refiere: "tengo una amiga colombiana que ayer fue a solicitar la tarjeta. O sea, todavía la están dando creo que, por seis meses, ya de ahí caduca ya, y ya uno ve como se rebusca." Con respecto al caso C indica "yo estuve en *aguac* recibiendo unas ayudas y primero en *adra* ahí estuve en el refugio como por un mes". Por último, el caso D manifestó: "creo que a todos los que venimos huyendo nos ayudó *bias* yo estuve yendo un tiempo hasta que me dieron la ayuda y bueno me sirvió mucho".

Los participantes dentro de esta categoría enunciaron lo siguiente: el caso A expresó: "la persona que ya lleva años aquí te orienta, te tranquiliza. Esa es la primera semana, ya después que tú empieces a trabajar, ya va pasando. Te dan como que esa fortaleza". Respecto al caso B: "ellos conocen, mientras tú no conoces, te muestran te dice, mira, tal, hay un trabajo aquí, ven, mira si vas para tal lado por aquí, para allá. Cualquiera cosa, esa es la ayuda." En la misma línea, la participante del caso C indicó: "*aquí habemos* mucho venezolano jajaj gracias a dios no estamos nunca solos". Finalmente, el caso D enunció lo siguiente: "mi suerte chica fue encontrarme con amigos que ya estaban aquí con ellos me sentí en casa como allá en mi barrio, hablar con mi familia por teléfono también me ayudó a sentirme mejor".

Interpretación

Buscar un sustento económico para los migrantes y sus familias ha sido un gran reto en la actualidad; a raíz de la crisis de su país con la falta de comida y trabajo, sumado al poco recurso alimenticio, un empleo estable y la falta de dinero en el país que están residiendo actualmente han hecho que el desarrollo de su capacidad resiliente sea entresacado.

La categoría religión para el desarrollo del factor protector de resiliencia es de alta consideración para la población migrante venezolana, la cual, mediante la creencia de un ser espiritual, les permite sobrellevar de a poco las vivencias de carácter negativa que viven en la crisis migratoria en la cual se encuentran inmersos.

El apoyo de las organizaciones tanto locales como internacionales en ayuda humanitaria dentro de la crisis migratoria han sido de gran sostenimiento a esta población, no solo a nivel físico, cubriendo gastos alimenticios, médicos y de hospedaje, sino también a nivel emocional, donde los migrantes de alguna manera han recuperado su nivel emocional y equilibrio psicológico, lo cual es fundamental para el surgimiento del factor resiliente.

Sin duda las redes de apoyo son indispensables a la hora de promover el desarrollo de la resiliencia en las personas migrantes; el poseer vínculos afectuosos con las demás personas que comparten la misma condición migratoria cultural y étnica ya sean amigos o familiares, hacen que se establezcan factores favorables a la estabilidad emocional y resiliente.

Determinar cómo dichas experiencias resilientes influyen en el bienestar psicológico

Bases teóricas

En lo que respecta a la categoría Xenofobia, Jacques et al. (2019), recalca que la población migrante proveniente de Venezuela está sujeta a condiciones desfavorables como la discriminación por su nacionalidad a través del rechazo, la indiferencia, la falta de oportunidades laborales, los prejuicios y discursos xenofóbicos.

Cañón et al. (2019) manifiestan que existen un sinnúmero de factores que influyen negativamente en la calidad de vida de los migrantes venezolanos, el factor discriminación afecta significativamente a la elaboración de la resiliencia y el bienestar mental. La explotación laboral, el desempleo y la marginación son parte de la discriminación social que viven frecuentemente la comunidad migrante venezolana (Mougenot et al., 2021).

Cariello et al. (2020) expresa que las personas migrantes están expuestas a la sobrecarga emocional y el estrés, dichos factores están vinculados directamente con la ansiedad y a la psico somatización; sin embargo, la existencia de una resiliencia sólida como factor de protección contribuye a tolerar la carga emocional negativa que experimentan la comunidad migrante.

Resultados

Durante las entrevistas, los entrevistados expresaron lo siguiente: el caso A: "en el autobús al que veníamos había baños. Pero ese baño estaba cerrado. Y uno tenía ganas de orinar, y uno le decía al chofer o al oficial, y decían que no, que nosotros orinamos mucho". El caso B enunció lo siguiente: "cuando ofrecíamos al chocolate más que todas las mujeres. Nos decían, eh, no le compres nada. Esas venezolanas. Vienen con sida, no le no toques eso porque ellas tienen sida." Con respecto al caso C, afirmó lo siguiente: "no todo es color de rosa mucha gente piensa que solo venimos a echar carro a robar y por eso nos miran mal". Por último el caso D expresó: "me negaron el ingreso a un restaurante por ser venezolana, no se que pensaron pero solo me dijeron que no había lugar y había muchas mesas vacías".

el caso A: "te olvidas de eso, te olvidas de que eres una persona por los comentarios, pero nosotros los venezolanos, nos llenamos de valor y decimos lo que pasa es que nosotros estamos emigrando, y por eso es que no tratan así tan feo como con asco". El caso B comunicó: "afecta mucho en el sentido, porque dejas de saber cuánto vales tú. De ser una persona en el que todas las personas somos iguales, que te hacen sentir que eres menos. ¿Entiendes? Pero nosotros tenemos nuestro ego, que nos ayuda a seguir adelante". Con respecto al caso C: "yo lo esperaba pero es diferente vivirlo que no te dejen entrar a cierto lugar o que te digan oye veneno y no, es así las cosas, la gente cuando estas recién llegado te ve y se asusta". Finalmente, el caso D: "pense que nos miraban mal por que mucho paisano llevo a ser conchudo pero no todos somos iguales no merecemos el trato que nos daban... por ejemplo a mi me trataban de fácil algunos hombres me ofrecían dinero por que tenia necesidad"

En las entrevistas, el caso A afirmó: "a los días de prácticamente de llegar cambias, porque ves la diferencia y te hacen bien mucho, tienes paz, tranquilidad, esperanza, en el sentido de que conchale es por fin que comprare en mis cosas, poco a poco". Por su parte el caso B expresó: "Mi hija, tengo una hija en Venezuela, tiene ocho años y ella es mi motivo. Entonces, eso como que me motiva a seguir a no desistir y de verdad que ahora me está yendo muy bien". Continuando con el caso C: "estando aquí te das cuenta que lo lograste y si lograste llegar puedes lograr más cosas eso es lo que te lleva a seguir adelante". Por último, el caso D comentó lo siguiente: "mi familia, ellos son mi lucha aunque este sufriendo sigo buscando ser mejor por ellos"

Interpretación

La xenofobia es una realidad adversa que las personas en condición de migración y movilidad humana se enfrentan a menudo durante el tránsito y el lugar de destino debido a la discriminación por su nacionalidad (venezolana) con insultos, indiferencia y prejuicios, lo cual repercute de manera negativa en su homeostasis emocional y bienestar psicológico.

La discriminación se considera un agente que influye negativamente en la comunidad migrante venezolana; sentimientos de inferioridad, culpa, injusticia y desigualdad de derechos son provocadas por la discriminación social por parte la comunidad local donde residen, interfiriendo y perjudicando en su adaptación sana al entorno, calidad de vida y al bienestar psicológico.

La categoría esperanza, es un recurso de soporte fundamental para el desarrollo de la capacidad resiliente en las personas en condición migratoria, esta categoría les permite sobrellevar las situaciones adversas que han vivido durante el trayecto migratorio y en su lugar de residencia actual, además de percibir las experiencias negativas como aprendizajes significativos que aportaran a la mejorar su bienestar a nivel psicosocial y personal.

Establecer diferencias de género en la relación entre las experiencias resilientes y el bienestar psicológico

Bases teóricas

Con respecto a la adaptación, es un factor indispensable para el desarrollo de experiencias resilientes en migrantes venezolanos; el apoyo de organizaciones humanitarias, el apoyo social y sociodemográfico permite la regulación emocional y fácil adaptación migrantes varones (Espinosa et al., 2021).

Candamazo-Carrascal (2021) denuncia que las migrantes mujeres venezolanas afrontan circunstancias de alta vulnerabilidad al momento de conseguir recursos que generen ingresos económicos; las diversas formas de explotación, el acoso laboral, la desigualdad de pagos con respecto a sus compañeros varones y la exposición a discursos discriminatorios hacen que repercuta de manera negativa en su bienestar psicológico, desarrollando poca capacidad resiliente.

Referente a la penúltima categoría, salud mental, las migrantes mujeres muestran una mayor prevalencia de dificultades relacionadas a su salud mental en comparación con los migrantes hombres (Mougenot et al., 2021). Existe un mayor riesgo de que las mujeres migrantes estén propensas a desarrollar cuadros de ansiedad, depresión en comparación con sus pares masculinos (Hou et al., 2020).

Referente a la última categoría autoeficacia, es una variable de importancia para el incremento de la capacidad resiliente y el bienestar psicológico; poseer esta categoría te hace tener una reevaluación positiva y te posee de estrategias de afrontamiento necesarias para el mejoramiento de la calidad de vida (Freire et al., 2016)

Resultados

el caso A enunció: "Y al principio fue duro a mí me daban crisis como que yo lloraba, yo decía me quiero devolverme, yo no tengo como mismo aquí y era difícil porque uno como que se siente solo". El caso B mencionaba lo siguiente: "Y al principio fue duro a mí me daban crisis como que yo lloraba, yo decía me quiero devolverme, yo no tengo como mismo aquí y era difícil porque uno como que se siente solo". El caso C por su lado: "bueno como estaba con mis amigos no se me hizo la gran cosa adaptarme porque me ayudaron ellos". Por último, el caso D: "para mí hacerme de aquí fue complicado por las costumbres y la gente ya después te vas entendiendo y vas haciendo amigos eso ayuda mucho".

el caso A manifestó: "Bueno, ha sido un poco difícil. Porque van a pensar, como eres venezolano y llegas allá, te ven como un desconocido. Dicen, *conchale*, como que no es fácil conseguir trabajo así como así". Por su parte el caso B: "Siempre ha sido fácil. Siempre me emplea a decir que tengo suerte. No sé, yo lo pongo en medio de Dios, pero siempre donde voy, toco la puerta. Me abre. Pero a veces no es fácil mantenerse en el trabajo, siempre hay inconvenientes". El participante del caso C: "*encuentra* algo en que trabajar después de cierto tiempo me ayudó un amigo que ya estaba un poco estable, trabajé en un puesto de celulares ahí poco *poco* porque no tenía mucho conocimiento". Por último, el caso D promulgó: "me tocó emprender con mi pareja allá en *Hija* nos ayudaron con ayuda para emprendedores y salimos beneficiados nos sirvió para empezar con un puesto de arepas y ahora estamos digamos que bien".

El participante del caso A alega: me enferme porque uno no puede estar bien en esos trayectos porque no tiene una buena comida o uno no se siente mal y que se puede hacer, aguantar y seguir adelante". El caso B indicó: "primero está la salud, así yo sea muy extranjera y la miren feo, así tenga que pagar arriendo, lo que sea, primero está la salud. Entonces, sí, me he visto comprometida en varias oportunidades con mi salud y he decidido cuidar de ella". En el caso C, el entrevistado comenta: "llegué muy mal entraba a mi familia en ese punto no sabía que hacer allá en el refugio me brindaron ayuda psicológica entendí muchas cosas". Finalmente, el caso D expresó: "el problema de migrar es las experiencias que atraviesas como mujer viví muchas cosas que me afectaron es algo que aún me afecta".

El caso A, exclamó lo siguiente: "me siento orgullo de ser quien soy por saber afrontar, por no decaer nunca, saber manejar las cosas, y seguir adelante porque aquí estoy, porque así me juzgan y lo que sea yo puedo seguir siendo una buena persona, *pa' laute*". Por su lado, el caso B: "He tendido esa manera de digamos, si es una persona que es un poco difícil de convencer, siempre voy a la comunicación o les hago ver las cosas o sabe qué *explicame* usted, *cómo*, *quien*, *su*, *manera*, *cómo*, *quiere*, *esto*?". Dentro del caso C: "nunca he sido muy achatado siempre *pa' laute* más cuando tu vida depende de ti mismo, mi primer trabajo lo conseguí gracias a un amigo y aprendí a pepa de ojo así somos los *venezolanos*". Finalmente, el caso D, indicó lo siguiente: "pues la vida el momento te pide ser fuerte y te vuelves fuerte aunque no tengas ánimo vas siempre *pa' laute* eso me tocó afronte todo gracias a dios me dan gana de llorar al recordar de lo mucho que he sido capaz".

Interpretación

La adaptación demuestra ser muy importante a la hora de poder sobrellevar las adversidades que se presentan durante la crisis migratoria que vive la comunidad venezolana; las redes de apoyo y vínculos afectivos con demás personas en la misma condición son características predisponentes para la correcta adaptación y el bienestar psicológico en esta población, viéndose una mayor predisponían en migrantes varones.

El empleo dentro del contexto migratorio es indispensable para la subsistencia de las personas en esta condición, permite crear fuente de ingresos económico para la adaptación al medio y el fortalecimiento del bienestar psicológico; sin embargo, se evidencia que las migrantes mujeres tienen más facilidad para encontrar empleo u emprender en algo; lo cual indica que las pocas oportunidades de empleo en migrantes masculinos puede amenazar a su equilibrio emocional y psicosocial.

La salud mental es indispensable en contextos migratorios, las mujeres se han visto mayormente afectadas durante esta crisis humanitaria que atraviesan; circunstancias que pueden ocurrir durante el tránsito, como violencia, acoso o discriminación han afectado considerablemente hasta el punto de presentar ciertas afecciones psicológicas en su lugar de destino.

La autoeficacia como recurso personal es indispensable para mantener el equilibrio personal y tener habilidades para resolver problemas; los migrantes asimilan la adversidad con vehemencia para el inicio de la autonomía y la regulación de conflictos internos, llevando a la satisfacción y al bienestar físico y psicológico.