

Recibido: 15/10/2021

Aceptado: 22/10/2021

RESILIENCIA: UN PROCESO DE TOLERANCIA Y TEMPLANZA PARA LOS VENEZOLANOS EN EL EXTERIOR

Resilience: A process of tolerance and temperance for Venezuelan people abroad.

Seijo, Cristina

cristinasejjo@gmail.com

Urdaneta, Yissel

Yissel.urdaneta@gmail.com

Torres, José

joseatorres16@hotmail.com

Fernández, Alba

albafernandezpalmar03@gmail.com

Universidad del Zulia. Maracaibo. Venezuela

RESUMEN

El objetivo de esta investigación fue analizar los factores resilientes para afrontar los procesos de independencia, creatividad, además de una práctica laboral distinta a la del perfil educativo y profesional de los migrantes venezolanos. Metodológicamente se enfocó en un estudio cualitativo, fenomenológico, el cual se orientó en las narrativas e interpretaciones de las vivencias personales de los actores sociales participantes del estudio. La técnica utilizada fue el guion y entrevista semiestructurada, no obstante de la observación participante, el estudio de los datos se efectuó por medio del análisis de las categorías que emergieron de los resultados obtenidos. Los hallazgos indican que la migración más que ser considerada una vivencia en la que se puede experimentar exclusión social, también puede ser una oportunidad para hacer un encuentro consigo mismo, reconociendo el potencial para adaptarse y progresar, afrontando las adversidades desde la puesta en práctica de los factores resilientes. Se concluye que: 1) es un reto y desafío irse del país, pero también es una experiencia para valorar las propias capacidades, aprendiendo de las vivencias para valorar y crecer como persona; 2) Los factores generadores de resiliencia: Introspección, interacción, xenofobia, iniciativa, humor, creatividad, y moralidad, se convierten en elementos protectores para afrontar las dificultades. 3) El apoyo de los amigos es considerado un mecanismo resiliente en los inmigrantes. 4) Las ocupaciones laborales que ejercen los inmigrantes venezolanos son percibidas como nuevos aprendizajes para la vida que le agregan valor a su constante crecimiento en el proyecto de vida que deben afrontar como persona.

Palabras clave: Resiliencia; Xenofobia; Introspección, Inmigrante.

ABSTRACT

The objective of this research was to analyze the resilient factors to face the processes of independence, creativity, in addition to a work practice different from that of the educational and professional profile of Venezuelan migrants. Methodologically, it was focused on a qualitative, phenomenological study, which was oriented on the narratives and interpretations of the personal experiences of the social actors participating in the study. The technique used was the script and semi-structured interview, despite the participant observation, the study of the data was carried out through the analysis of the categories that emerged from the results obtained. The findings indicate that migration, rather than being considered an experience in which social exclusion can be experienced, can also be an opportunity to meet with oneself, recognizing the potential to adapt and progress, facing adversities from the implementation of resilient factors. It is concluded that: 1) it is a challenge and a challenge to leave the country, but it is also an experience to assess one's own abilities, learning from experiences to value and grow as a person; 2) The factors that generate resilience: introspection, interaction, xenophobia, initiative, humor, creativity, and morality, become protective elements to face difficulties. 3) The support of friends is considered a resilient mechanism in immigrants. 4) The occupations carried out by Venezuelan immigrants are perceived as new learning for life that add value to their constant growth in the life project that they must face as a person.

Key Words: Resilience; Xenophobia; Introspection, Immigrant.

Introducción

Los vertiginosos cambios que ocurren en el mundo hacen que hoy en día los seres humanos vivan dentro de procesos llenos de complejidad, lo cual requiere de los mismos un adecuado manejo de las situaciones que se le presentan a diario, estas pueden ser vistas como vivencias o adversidades, dando la posibilidad de hacer frente a estas últimas, siempre y cuando el individuo posea una estructura de vida adecuada para el manejo del proceso.

En diversas oportunidades la vida coloca a prueba a todos sus interlocutores. Plantea situaciones que superan las capacidades, cuestionando si se tiene la suficiente fuerza y la voluntad necesaria para continuar adelante. En este punto, se tienen dos opciones: dejarse vencer y sentir que se ha fracasado o sobreponerse y salir fortalecido; apostando por la resiliencia.

Por ello y de acuerdo al contexto actual en Venezuela, de crisis política y económica sostenida, el término de “Resiliencia Venezolana” podría acuñarse como una realidad de sus ciudadanos. Día a día se atraviesa por momentos de tensión, dificultades y realidades no esperadas. Situaciones difíciles, como familiares y amigos que se alejan, fallecimientos de

personas cercanas; así como la escasez de alimentos e insumos médicos y carencias monetarias. Todo ello no permite mantener una calidad de vida cien por ciento digna.

A lo largo de la historia el fenómeno de la migración ha estado presente desde que el hombre sintió la necesidad de trasladarse de un sitio a otro para satisfacer sus necesidades y buscar mejores condiciones de vida. Los porqués que justifican esta decisión tienen que ver con la falta de oportunidades como una de tantas razones que llevan a la persona a emigrar dejando atrás su país de origen.

Sin embargo, esta movilidad trae consigo una dinámica compleja porque comprende no solo cambiar de contexto país, sino, que va más allá, implica desde la adaptación a nuevas culturas e identidades hasta vivir, convivir y en última instancia sobrevivir a un nuevo estilo de vida totalmente diferente al que se tenía en el país de nacimiento.

Por este motivo, se inserta según Vanistendael y Lecomte (2002), el tema de la resiliencia en la migración, considerando las vivencias y adversidades que pueden impactar psicológicamente el proceso que comprende adaptarse a una nueva realidad lejos del núcleo familiar y la capacidad de respuesta y afrontamiento para poder proteger la propia integridad y forjar un comportamiento vital positivo a pesar de las circunstancias difíciles vividas en otro país.

La capacidad de los venezolanos se ha vuelto una característica indudable en tiempos de incertidumbre. Las arduas horas de trabajo y los desafíos que afrontan día a día, son parte de una vida que nadie está acostumbrado a vivir; en donde la resiliencia, se ha convertido en un combustible para todo aquel que quiere salir adelante desde los inicios de la crisis que azota al país.

Según Gil y Carrasquero (2012), la resiliencia tiene dos dimensiones importantes, está la capacidad de reponerse ante las adversidades y tiene la otra dimensión que es transformativa y constructiva. La persona tiene la capacidad de autoconstruirse, es decir, de transformarse de tal manera que cuando da una respuesta ante un desafío o ante una crisis, ya no es la misma persona.

María González y Estefanía Fernández, son dos personas en distintas partes del mundo que son más parecidas de lo que muchos creen. Ambas abandonaron el país en un intento por encontrar un mejor futuro para ellas y sus familias, teniendo que afrontar retos y obstáculos como cualquier venezolano dentro o fuera del país. Una vive al oeste de los Estados Unidos desde hace poco más de un año, y se desempeña como Asistente en un

Restaurante de comida china; mientras que la otra, vive en la ciudad capital de Panamá desde hace tres años y trabaja en el área de Recursos Humanos como Secretaria en una empresa de salud ocupacional.

Debido a lo ocurrido recientemente con los hechos relacionados al Covid-19, la resiliencia de estas dos mujeres se ha puesto a prueba en todos los aspectos; al igual que en el resto del mundo, su rutina se ha visto afectada por menos horas de trabajo y por lo tanto una disminución de su salario, complicando así el poder enviar dinero a sus familias en Venezuela. Sumado a esto, está presente la constante incertidumbre de saber si sus familias se encuentran en un estado óptimo dadas las precarias condiciones que se viven en el país.

Ambos casos son, entre muchos otros, ejemplos paradigmáticos de resiliencia, entendida como la capacidad de resistir el sufrimiento y de superar los traumas psíquicos. Desde una perspectiva socio-político-económico, Melillo y Suárez (2002), sostiene que la globalización de la economía y las políticas neoliberales en el mundo, con sus evidentes consecuencias de empobrecimiento y exclusión de varios sectores de la población van dejando generaciones marcadas por la enfermedad, la cárcel, el deterioro personal, familiar y social.

La resiliencia se ha vuelto una constante para todos aquellos que aún tienen esperanza en prosperar, sin duda alguna los venezolanos son ejemplo de admiración y superación. Muchos de ellos, al igual que estas dos mujeres, ven la resiliencia como un sinónimo de perseverancia ya sea en un emprendimiento, en su vida diaria, en un trabajo promedio, entre otros. Es importante destacar que ser resiliente es una elección, los seres humanos en algún momento pasan por situaciones complicadas y difíciles, pero está en ellos mismos cambiar de perspectiva y visualizar hacia el futuro, sabiendo que vendrán tiempos mejores.

Sobre el tema de la migración, González (2006), refiere que los emigrantes son considerados un grupo en riesgo de exclusión social, además se enfrentan al llamado duelo migratorio por haber abandonado su país. En el caso de Venezuela, la situación económica y política actual se ha transformado en una crisis sin precedentes, resultando para la población una muestra de inviabilidad en lo que respecta a la satisfacción de las necesidades básicas, como alimentos y atención de la salud, así como la adquisición de diferentes recursos materiales indispensables para la vida humana.

Al respecto, la organización por los derechos humanos Human Rights Watch (HRW), (2016), publicó un informe titulado “Crisis humanitaria en Venezuela: La inadecuada y represiva respuesta del gobierno ante la grave escasez de medicinas, insumos y alimentos”, en este trabajo la HRW documenta de forma clara todas las dificultades que viven los venezolanos para lograr una atención médica y satisfacer las necesidades de su familia.

Según, Wesemann, en Arellano (2018), considera que Venezuela atraviesa desde hace años una preocupante situación política y económica que ha generado una grave crisis humanitaria, ocasionando que millones de personas crucen las fronteras en búsqueda de oportunidades para ellos y sus familias.

Expresados los argumentos anteriores, el presente trabajo tiene como objetivo analizar los factores resilientes para afrontar los procesos de adaptación, xenofobia, además de una práctica laboral distinta a la del perfil educativo y profesional de los emigrantes venezolanos.

Consideraciones sobre la Migración: Un desplazamiento geográfico de individuos.

La Real Academia Española define la migración como: “La acción o efecto de pasar de un país a otro para residir en él, así como el desplazamiento geográfico de individuos inducidos por causas económicas, sociales o políticas” (p.235). Para la UNESCO las migraciones son desplazamientos de la población de una delimitación geográfica a otra por un espacio de tiempo considerable o indefinido.

Por su parte, Anleu (2015), considera que la migración internacional es específicamente “el movimiento de personas que dejan su país de origen o en el que tienen residencia habitual (atravesando una frontera), para establecerse temporal o permanentemente en otro país distinto al suyo” (p.61).

Sobre este tema de acuerdo a lo establecido por Mateo y Ledezma (2006), es importante destacar que según la historia sobre migración en Venezuela, se considera que durante mucho tiempo el venezolano no tuvo cultura de emigrante, para el siglo XX, los traslados se producían por razones ideológicas donde de manera forzada algunas personas pertenecientes a grupos o partidos políticos se veían en la necesidad de salir del país, convirtiéndose en exiliados, sin embargo, en todo caso con intenciones de retorno al cambiar los gobernantes.

Es así como la poca incidencia migratoria del venezolano en tiempos pasados por razones que no fueran solo políticas y de acuerdo a lo establecido por De la Vega (2017), refiere que el país recibió personas de diferentes nacionalidades que se radicaron durante más de 50 años para rehacer sus proyectos de vida, contando con facilidades y ayuda de todo tipo.

Según Briones (2010) y Barba (2012), la situación que afronta el inmigrante es muy compleja, las razones tienen que ver con el proceso de ubicación y adaptación a diferentes costumbres y la convivencia en sociedades, donde el rechazo al extranjero llega hasta desatar actitudes violentas. Además, la migración en algunos momentos es descrita como un “acontecimiento vital estresante” porque implica cambiar un modelo de vida y de identidad por otro nuevo; viéndose afectado no solo la persona sino también el país de destino en virtud que implica cambios que impactan aspectos como su economía, entre otros.

Todas estas incidencias que en algún momento pueden presentársele al emigrante son circunstancias que requieren de un ser humano optimista, con actitud y capacidad para afrontar cada dificultad transformando su nueva realidad para adaptarse y progresar en el país que lo recibió, por ello se aborda el tema de la resiliencia en la experiencia migratoria.

Resiliencia como actividad generadora de transformación en el proceso de Migración

El significado de Resiliencia, según la definición de la Real Academia Española de la Lengua (RAE) es la capacidad humana de asumir con flexibilidad situaciones límite y sobreponerse a ellas. (Real Academia Española de la Lengua, 2014).

Entendiéndose como la facultad innata según Branden (1991), en todos los seres humanos de superar situaciones adversas ante cualquier circunstancia. Al no lograr vencer la fatalidad se debe salir más fortalecido. Se debe alcanzar un estado de bienestar no sólo en lo personal y familiar sino en el medio de trabajo donde se desenvuelve.

El concepto de resiliencia según López (1996), comenzó a desarrollarse en Estados Unidos extendiéndose a Europa, Francia, Alemania y España, luego llega a América Latina donde se han realizado innumerables trabajos de investigación sobre este tema. Etimológica- mente el término resiliencia se origina de la palabra latina «resilius» que significa “rebotar.” Usado en la ingeniería para referirse a la capacidad que posee un

material para recuperar su forma original después de haber sido sometido a grandes presiones.

Este término ha sido estudiado según Ferrer y Caridad (2017), en diferentes campos, convirtiéndose en un constructo transdisciplinario donde convergen distintos saberes, provenientes de disciplinas como la psicología, la sociología, la antropología, el derecho, las ciencias de la educación, la economía, las ciencias de la salud y el trabajo social.

Sobre este tema, Pinto (2014), refiere que las personas resilientes son aquellas que al estar expuestas a un conglomerado de factores de riesgo, tienen la capacidad de utilizar factores que lo protegen para sobreponerse a la adversidad, crecer y desarrollarse adecuadamente, llegando a madurar como ser adulto competente. Se entiende entonces, de acuerdo a lo establecido por Carazo (2018) y Rodríguez, (2018). que la posibilidad del sujeto de generar un equilibrio, entre en la afectación del entorno en función de su integridad, tanto física como mental, que implica una transformación dentro de un enfoque coevolutivo y epigénico, y a ello se le denomina resiliencia.

Ahora bien, el tema de la resiliencia también se ha abordado en el proceso de vida que implica la migración de acuerdo a lo establecido por Castañer (2017), Santana (2016), Anleu (2015), Guadagno (2015), Barba, (2012), Gutiérrez y Telmo (2006); dichos estudios, explican cómo se requieren los elementos de la resiliencia para desarrollar las habilidades necesarias, con el propósito de responder ante las dificultades, reconstruyendo a partir de dichas circunstancias nuevos proyectos de vida, en un país diferente al del origen de la persona.

En cuanto a los factores que contribuyen a regularizar el proceso de resiliencia en los inmigrantes, se tomarán para el desarrollo del presente estudio los presentados por Wolín & Wolín (1993), basándose en el concepto de Mándala de la resiliencia, los cuales identifican varios factores personales, entendidos como rasgos de temperamento o personalidad, los cuales se nombran a continuación: Introspección, Interacción, Iniciativa, Independencia, Humor, Creatividad y Moralidad, entre otros.

La resiliencia puede manifestarse de diversas formas. Por ello, Wolin (1993), recopila una serie de características centradas en siete pilares:

-Perspicacia: Capacidad para observar y observarse a sí mismo simultáneamente, para hacerse preguntas difíciles y responderse honestamente.

-Autonomía: Capacidad para fijar los propios límites en relación con un medio problemático, para mantener distancia física y emocional respecto a los problemas y a las personas, sin llegar a caer en el aislamiento.

-Interrelación/Relación: Crear vínculos íntimos, fuertes con otras personas, con quienes se sabe que se puede confiar cuando se necesita apoyo incondicional.

-Creatividad: Capacidad de crear orden, belleza y objetivos a partir del caos y el desorden.

-Iniciativa: Tendencia a exigirse a sí mismo y a ponerse a prueba en situaciones cada vez más exigentes.

-Humor: Es la capacidad de encontrar el lado positivo para ver lo absurdo en los problemas y dolores propios, para reírse de sí mismo.

-Ética: Capacidad de desearles a otros el mismo bien que se desea para sí mismo y comprometerse con valores específicos.

Por todo lo anteriormente expuesto, según Roldan (2004), es conveniente establecer que la resiliencia incluye mantener flexibilidad y balance en la vida mientras se enfrentan circunstancias difíciles y eventos traumáticos, caracterizados por la presencia de tres elementos clave:

-Adversidad: El término adversidad puede designar una constelación de muchos factores de riesgo o una situación de vida específica. La adversidad puede ser definida objetivamente a través de instrumentos de medición, o subjetivamente, a través de la percepción de cada individuo.

-Proceso: La noción de proceso permite entender la adaptación resiliente en función de la interacción dinámica entre múltiples factores de riesgo y de protección, los cuales pueden ser familiares, biológicos, fisiológicos, cognitivos, emocionales afectivos, sociales y/o culturales.

-Superación de la adversidad: Esto ocurre cuando el individuo ha alcanzado expectativas sociales asociadas a una etapa de desarrollo, o cuando no ha habido signos de desajuste.

Las situaciones según Bisquerra (2002), donde una persona se muestra resiliente, son aquellas donde se produce alguna circunstancia traumática de cualquier tipo. Generalmente estas crisis son temporales o circunstanciales, y están relacionadas con enfermedades, muertes, violencia, conflictos sociales, bélicos o desastres naturales.

En estos escenarios según Pirela (2017), la ciudadanía se ve coaccionada a crear nuevas formas de actuar, funcionar, teniendo que innovar para adaptarse a estos cambios. Es ahí donde los espacios de participación ciudadana, el intercambio de información entre diferentes organizaciones y organismos favorecen a la resiliencia ciudadana a través del aprendizaje, la creación de soluciones conjuntas y la innovación.

Sin embargo según Transitando (2016), para que se dé la innovación social, la ciudadanía debe estar cohesionada y organizada, deben existir redes sociales, espacios de encuentro y herramientas que favorezcan dicha cohesión social. También es necesario el auto cuestionamiento del individuo con preguntas como: ¿Qué puedo hacer yo?. ¿Cómo generar un bienestar para mí y para los otros?. Dado a que una verdadera resiliencia ciudadana va de la mano con el bienestar y con buscar un crecimiento o una evolución tanto personal como colectiva.

Un punto importante para fortalecer la resiliencia según Ferrer, Ramírez, Caridad y Milanez (2019), es reconocer que la crisis es parte de la vida humana, acompaña a la persona a lo largo de su desarrollo. Por ello es fundamental enfrentarnos a las crisis con aceptación. De esta manera se estará dispuesto a encontrar herramientas que permitan protegerse a sí mismo y a los otros. Mediante la búsqueda de soluciones en conjunto, teniendo como objetivo el afrontamiento de la situación, como un reto, que requiere acciones de solución y de recuperación.

En este orden de ideas se devela, que una experiencia como inmigrante se ve fortalecida si la persona logra potenciar estos factores protectores en el desarrollo de sus capacidades tanto personales como sociales para poder afrontar de forma satisfactoria las dificultades que pueden implicar el inicio de una nueva experiencia de vida en otro país.

Aspectos metodológicos en el estudio

La presente investigación según Strauss y Cobin, (2002), reúne las características de una metodología cualitativa en la cual se describen los comportamientos, experiencias vividas, emociones, sentimientos, así como los movimientos sociales, fenómenos culturales y la interacción entre las naciones.

Siendo su objetivo analizar la importancia de los factores resilientes para afrontar los procesos de adaptación y xenofobia, además de una práctica laboral distinta a la del perfil educativo y profesional en los migrantes venezolanos.

Asimismo, fueron descritos y analizados los significados de las vivencias de un grupo de venezolanos como emigrantes en Estados Unidos; el método seleccionado fue el fenomenológico que según Hurtado y Toro (2001, p.54) “estudia los fenómenos tal como ocurren y son percibidos por el hombre, hace referencia a las vivencias internas que vive el sujeto a través de sus experiencias”.

Población y Muestra: un fundamento basado en actores sociales.

Para esta investigación la muestra estuvo conformada por personas que realizan diversas actividades, trabajo y tareas en determinadas empresas, las cuales fueron seleccionadas por ser de fácil acceso para los investigadores, llegando a tener entre ambas un total de 25 individuos. El contar con una población finita, conlleva a tomar en su totalidad a las mismas, pero debido a la dinámica operacional que desarrollan este tipo de profesionales la técnica de muestreo quedó definida como no probabilística de tipo incidental o causal. Cabe destacar que para el presente estudio debido a lo mencionado con anterioridad la muestra quedó conformada por ocho (08) personas.

En este sentido, según Martínez (2007, p.87), es conveniente establecer que dentro de los diferentes tipos de muestra intencional de los estudios cualitativos se eligió la muestra homogénea porque reduce la variación para centrarse en un tópico de gran interés para el investigador.

Para la selección de la muestra, de acuerdo a lo establecido por (Martínez 2007, p.85), en un estudio cualitativo se requiere que el investigador “especifique con precisión cuál es la población relevante de investigación, usando criterios que justificará, que pueden basarse en teorías o conceptos, intereses personales, circunstancias situacionales u otras consideraciones”.

Por lo tanto, la elección de los protagonistas del presente estudio se realizó tomando en cuenta elementos que tuvieron correspondencia con el tema y tipo de investigación. Para ello se tomaron los siguientes criterios:

Primeramente, tenían que ser profesionales en virtud que se analizaría que tan resilientes eran al desarrollar una actividad laboral distinta a la de su perfil profesional, con tres años como mínimo siendo emigrante; tiempo en el que pueden demostrar su adaptación y superación al rechazo o xenofobia, así como haber logrado cierta estabilidad

socioeconómica que los ha mantenido en el país. De esta manera la muestra quedó conformada por 7 migrantes venezolanos y una informante clave.

Técnicas e instrumentos de recolección de datos

La selección y aplicación de las técnicas e instrumentos de recolección de datos fueron realizadas por los investigadores de acuerdo a lo referido por Martínez (1999, p.62), donde explica “el hombre crea, evalúa y arregla los instrumentos que utiliza y debe juzgar su buen o mal funcionamiento y la credibilidad de sus datos”. Por consiguiente, las técnicas a utilizar en este estudio fueron el guion de entrevista semiestructurada y la observación participante; su construcción implicó un arduo proceso de constante revisión y construcción. La ubicación de los venezolanos se obtuvo a través del contacto que hizo uno de los investigadores que reside en Estados Unidos, específicamente en Houston, Texas.

Categorización

Para Martínez, (2012, p.69), “categorizar es clasificar, conceptualizar o codificar con un término o expresión que sean claros e inequívocos (categoría descriptiva), el contenido de cada unidad temática o unidad de sentido, que puede ser una frase, un párrafo o un sector más amplio”.

A continuación, se presenta un cuadro con la muestra de la información categorizada como resultado de las entrevistas realizadas:

Cuadro 1. Muestra de la información categorizada como resultado de las entrevistas realizadas

Sub Categorías	Patrones de Respuestas								Categorías Interpretación
	1	2	3	4	5	6	7	8	
Humor	A mal tiempo buena cara	Nada me quita mi buen humor	Si estoy triste trato de apoyarme en cosas que me cambien mi animo	Me río de todo porque estar triste no me resuelve nada	Prefiero asumir una actitud que no me haga daño	Alegre por la vida.	Prefiero reírme que llorar por todo.	La vida hay que tomarla de manera positiva.	Capacidad para encontrarlo divertido en las adversidades.

Introspección	Honrada Honesta Positiva	Honesta Responsable	Responsable Confiable	Responsable Honesto	Decidida Honrada Optimista	Valiente Honesta Positiva	Tranquilo Optimista	Positiva Emprendedora	Se perciben así
---------------	--------------------------	---------------------	-----------------------	---------------------	----------------------------	---------------------------	---------------------	-----------------------	-----------------

		Optimista	Puntual				a		mismos Honrados y responsables.
Interacción	Me gusta conocer gente. Hice amigos	Soy amistosa con los clientes.	Tengo buen trato con todo el que conozco.	Me gusta hacer nuevos amigos.	Me da temor, me hacen falta amigos	El tener amigos me ayuda	Me ha sido fácil hacer amigos	Soy sociable extraño a mis amigos.	Poseen habilidades para interactuar.
Iniciativa	Resuelvo	Le reclamo.	Ser positivo me ha ayudado.	Estoy en capacidad de resolver.	Espero ayuda.	Resuelvo yo.	No lo permito.	Asumo el control.	Asumen el control, buscan como solucionar.
Independencia	No lo dejo	Me voy	Se lo hago saber.	Se lo comunico. Me adapto.	Si es para ayudar me acepto.	Prefiero quedarme callada	Nada. Trato de adaptarme.	Le hago ver mi punto de vista.	Muestran capacidad para establecer límites.
Creatividad	Busco otras cosas nuevas	Busco ideas para mejorar.	Le busco el lado bueno.	Varias opciones para solucionar.	Lo hago de diferentes maneras.	Muchas las que uno quiera.	Gestiono diferentes maneras	Busco alternativas.	Son capaces de innovar para transformar su realidad.
Moralidad	Las cosas bien hechas	Lo que está dentro de mis principios.	Las que cumplen con lo que se debe hacer.	Lo que está dentro de las normas.	No es fácil pero es lo que se debe hacer.	Las que no me perjudican.	Lo que no nos cause problemas.	Son acciones que cumplen con las normas.	Conciencia moral que permite discriminar entre lo bueno y malo.
Adaptación	Difícil extrañando muchas cosas, la familia y amigos.	Bueno Tenemos el mismo lenguaje, cultura parecida. Extraño a mis padres.	Un poco difícil luego mejoró, soy positivo, me adapto a los cambios. Tristeza por la familia.	Bien Con nuevos amigos con quienes me divierto, este país es hermoso.	Nada fácil Tomo las cosas con humor, se parece a mi país. Amo a mi familia, lloro por ellos.	No tan fácil, luego le vi el lado bueno. Triste al principio extraño a mis amigos.	Difícil pero estoy con parte de mi familia hice nuevos amigos	Ahora bien Busqué alternativas, compartimos muchas cosas	La mayoría coincide con haber logrado su adaptación al nuevo país. A pesar de que les fue difícil al principio.

Profesión	Docente	Técnico superior en pre-escolar.	Abogado	Especialista en Contabilidad.	Técnico Superior en Electricidad.	Administradora.	Docente	Psicóloga.	Profesionales Universitarios.
Xenofobia	Comunico lo que siento, me defiendo.	No prestar atención.	He tenido varias discusiones.	No he sentido rechazo.	He cambiado mi acento para no ser rechazado.	No digo nada para no perder el trabajo.	No he tenido experiencias de discriminación.	No discuto, prefiero retirarme del lugar.	Ante hechos de discriminación no dicen nada para evitar problemas.
Razones para emigrar	Vine por ayudar familia y por la inseguridad.	Ayudar a la familia. Alimentos.	Colaboro enviando a la familia.	Los ayudo desde aquí. En esta ciudad me siento seguro.	Le envió a la familia y amigos, puedo comprar lo que necesito.	Para tener una mejor calidad de vida y ayudar a mi Familia.	Envío a mi familia comida y artículos de higiene personal.	Enviar dinero a la familia para sus necesidades.	Ayuda económica para la Familia. Seguridad

Fuente: Seijo et al., (2021).

Resultados: Análisis e Interpretación de los Resultados

Según los procedimientos metodológicos inherentes al análisis cualitativo de los resultados, se optó por sistematizar la información obtenida a través de la entrevista semiestructurada y la observación, datos que fueron analizados y categorizados tomando como referencia el objetivo planteado. Se inicia con un nivel descriptivo a partir de los ejes centrales que se desarrollan en la investigación: Factores resilientes y migración, sus respectivas subcategorías con sus interpretaciones.

En relación a los factores resilientes se observó claramente como la población entrevistada respondió reflejando que poseen habilidades potenciadoras de resiliencia en el que se pudo describir el ejercicio de introspección que realizaron cuando reconocieron sus cualidades y capacidades, así como los acontecimientos positivos de las experiencias vividas, de igual manera sus habilidades para interactuar haciendo nuevos amigos, iniciativa para actuar con determinación, liderazgo ante la toma de decisiones y los cambios necesarios; independencia, humor y creatividad para innovar y transformar su realidad, además de la moralidad que les permite actuar bajo principios ajustados a las normas y reglamentos definidos en el país.

Con respecto al proceso de integración y adaptación, fueron descritas como nada fácil al principio por la falta de la familia y la incertidumbre de la aceptación o el rechazo,

así como por las oportunidades en lo laboral; sin embargo con el tiempo y su buena actitud además de las similitudes en el lenguaje, cultura y geografía permitieron que fue- se generándose armonía en el proceso de asumir una nueva vida en dicho país; estos planteamientos coinciden con lo señalado por Pereda (2006), donde refiere que las semejanzas con el país receptor así como el optimismo y buen humor llenan de significado dicha experiencia haciéndola más tolerable para el emigrante.

En relación a la práctica laboral distinta a la de su perfil educativo, en este ámbito, lo evidenciado en este estudio es muy similar al presentado por Mateo y Ledezma (2006), quienes reportaron en su investigación, los que emigran pensando conseguir trabajo en su profesión lo han tenido difícil, para lograrlo les ha costado un tiempo aproximado de dos años y no siempre en trabajos al mismo nivel profesional del que tenían en Venezuela.

Referido a la xenofobia, el grupo manifestó haber sido en algunos casos objeto de discriminación, estos resultados se reflejan en Mateo y Ledezma (2006), cuando refieren que el primer problema que enfrentan es adaptarse a ser extranjeros, lo que implica desde rechazo y segregación, hasta el sentimiento de soledad y nostalgia.

Consideraciones finales

Con referencia a lo anterior se puede concluir que la migración es una realidad que ha estado presente como fenómeno social en la historia humana. Esta movilización para buscar mejores condiciones de vida se convierte en un desafío que se ha caracterizado por estar sometida a una serie de eventos que pueden impactar la estabilidad psicológica de la persona, por ello es importante desarrollar confianza en sí mismo, autoestima, motivación al logro, auto eficacia y otras habilidades de afrontamiento para adaptarse y poder superar los momentos difíciles, reconociendo que la migración puede ser también una experiencia para valorar las propias capacidades, crecer como persona y desarrollarse en un estilo de vida positivo y productivo en cualquier país.

En el caso del objetivo que orientó esta investigación se confirma que los inmigrantes venezolanos son personas resilientes en virtud que en sus narrativas se mostró como cada uno de los factores de resiliencia presentes son elementos protectores que asumen, reconociendo sus capacidades para superar las adversidades y el logro de su estabilidad personal, social y laboral. Un factor importante de protección es el apoyo de los amigos según los entrevistados, es preferible emigrar acompañado sea por amigos o un

familiar, y ellos se convierten en un soporte a la hora de momentos cuando se experimentan situaciones adversas, soledad u otra emoción que es preferible vivirla acompañado.

Del mismo modo se hace referencia a las ocupaciones laborales distintas a su formación profesional, estas se convierten desde la resiliencia en nuevos aprendizajes para la vida que agregan valor a sus conocimientos abriéndoles las puertas para desarrollarse en actividades de emprendimiento, negocios en sociedad, así como el dominio de los procesos administrativos en cualquier servicio de mercado.

Uno de los factores protectores que contribuyen a desarrollar la resiliencia, es el tener expectativas realistas de lo que cada uno puede lograr de acuerdo a sus talentos, capacidades y recursos propios. Esto motiva y da oportunidades a los sujetos para involucrarse en actividades que incrementen sus recursos y destrezas, que les permitan superar las situaciones difíciles y salir enriquecidos y fortalecidos frente a ellas.

Finalmente se considera que en este grupo de inmigrantes, los valores como la esperanza, la fe desde los distintos modos de espiritualidad y el agradecimiento por los aprendizajes y las oportunidades brindadas en dicho país, son también elementos claves de resiliencia en la estabilidad y determinación para lograr concretar a futuro sus proyectos de vida.

Referencias Bibliográficas

- Arellano, A. (2018). Florecer lejos de casa. Testimonios de la diáspora venezolana.
- Anleu, C. (2015). Latinoamericanos saliendo adelante. Una mirada desde la resiliencia sobre las migraciones y la intervención social con inmigrantes. Tesis doctoral Universitat Rovira I Virgile.
- Barba, G. (2012). Migración y resiliencia: los esfuerzos cotidianos de los jóvenes migrantes. Revista Iberoamericana sobre niñez y juventud en lucha por sus derechos 9 (Rayuela). 205-212.
- Bisquerra, R (2002). Grupo de Recerca en Orientación Psicopedagógica. Red Internacional de Educación Emocional y Bienestar.
- Branden, N (1991). Cómo mejorar su autoestima. Buenos Aires. Paidós.
- Briones, E (2010). La aculturación de los adolescentes inmigrantes en España, aproximación teórica y empírica a su identidad cultural y adaptación psicosocial. Salamanca: Ediciones Universidad Salamanca.
- Carazo, V (2018). Resiliencia y coevolución neuroambiental. Revista Educación Universidad de Costa Rica. 42 (2) 1-16.

- Castañer, A. (2017). Migración resiliente. Herramientas de rescate emocional para niñas, niños y adolescentes inmigrantes. Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. UNICEF México.
- De la vega, J. (2017). Venezuela, un país de emigrantes que ahora emigran. El estímulo. Recuperado de <https://elestimulo.com/blog/venezuela-un-pais-de-inmigrantes-que-ahora-emigran>.
- Ferrer, S., Caridad, E. (2017). Liderazgo resiliente y calidad de vida desde la Orientación: Una revisión analítica. *Revista Orientación y Sociedad*. 17 85-94. Universidad Nacional de la Plata.
- Ferrer, S; Ramírez, J; Caridad, E; Milanez, M. (2019). Resiliencia: un desafío en la experiencia migratoria. *Revista de Ciencias Sociales*. Universidad del Zulia. Vol. 9, No. 2.
- Gil, J; Carrasquero, E (2012). Resiliencia y Creatividad en capitanes de líneas aéreas venezolanas. *Revista Multiciencias*. Universidad del Zulia. Vol. 12, No. 1. ISSN 1317-2255.
- González, V. (2006). El duelo migratorio. *Trabajo Social*, 7.
- Gutiérrez, M. y Telmo, P. (2006). Capacidad de resiliencia en las migrantes peruanas que viven en Santiago frente a la discriminación. Universidad Academia de Humanismo Cristiano. Tesis de grado carrera de Psicología.
- Guadagno, L. (2015). Los migrantes urbanos, la vulnerabilidad y la resiliencia. Informe sobre las migraciones en el mundo. Recuperado de [http://www2.congreso.gob.pe/sicr/cendocbib/con4_uibd.nsf/61C7AB178F2A08EF0525813E000C38/\\$FILE/4_Cap-3.pdf](http://www2.congreso.gob.pe/sicr/cendocbib/con4_uibd.nsf/61C7AB178F2A08EF0525813E000C38/$FILE/4_Cap-3.pdf)
- Human Rights Watch (2016). «Crisis humanitaria en Venezuela: La inadecuada y represiva respuesta del gobierno ante la grave escasez de medicinas, insumos y alimentos». Recuperado de <https://www.hrw.org>.
- Hurtado de Barrera, J. (2010). Metodología de la investigación. Guía para la comprensión holística de la ciencia. Cuarta edición Ediciones Quirón. Bogotá-Caracas.
- Hurtado, I. y Toro, J. (2001). Paradigmas y métodos de investigación en tiempos de cambios. Valencia: Episteme Consultores Asociados C.A.
- López, A. (1996). La resiliencia, algo a promover. Ginebra Recuperado de www.comminit.com/las-teorias-de-cambio/lacth/lastld285.html.
- Martínez, M. (1999). La investigación cualitativa etnográfica en educación. Manual Teórico-Práctico México Editorial Trillas.
- Martínez, M. (2007). Ciencia y arte en la metodología cualitativa. Segunda edición. México Editorial Trillas.
- Martínez, M. (2012). Nuevos paradigma de la investigación cualitativa. México Editorial Alfa.

- Mateo, C. y Ledezma, T. (2006). Los Venezolanos como emigrantes. Estudio exploratorio en España. *Revista Venezolana de Análisis de Coyuntura* 12 (2) 245-267.
- Melillo, A y Suárez, E (2002). *Resiliencia. Descubriendo las propias fortalezas*. Buenos Aires. Argentina.
- Organización de las Naciones Unidas para los refugiados (ONU) (2018) Recuperado de <https://news.un.org/es/story/2018/11/1445191>.
- Organización Internacional para las Migraciones (OIM) (2018) Recuperado de <https://www.iom.int/es/news/los-flujos-de-venezolanos-continuan-alcanzando-ahora-la-cifra-de-34-millones>.
- Padilla, J.; Torres, C. y Michelena, L. (2015). Migración: tendencia irreversible. *Revista Debates IESA* XX (3) 28-32.
- Pereda, E. (2006). Resiliencia e inmigración. (Trabajo de tercer curso de Terapeuta Familiar). Escuela Vasco-Navarra de Terapia Familiar Bilbao.
- Pinto, C. (2014). Resiliencia psicológica: Una aproximación hacia su conceptualización, enfoques teóricos y relación con el abuso sexual infantil. *Revista Summa Psicológica UST* 11 (2) 19-33.
- Pirela, A (2017). *Venezuela: País de Resilientes*.
- Real Academia Española de la Lengua (2014). *Resiliencia*.
- Rodríguez, D. (2018). Una revisión al constructo resiliencia: historia y panorama actual Universidad San Buena Ventura Colombia Facultad de Psicología.
- Roldán, C (2004). Crisis económica, social y política, su impacto en la adolescencia. En *Resiliencia, ética y prevención*, Fernández D Adam y cols. Buenos Aires. Ed. Gabas.
- Santana, L. (2016). Resiliencia e inmigración: emigrando de la adversidad, inmigrando hacia la resiliencia. Trabajo de fin de grado de Psicología Universidad de la Laguna.
- Strauss, A. y Cobin, J (2002). *Bases de la investigación cualitativa. Técnicas y procedimientos para desarrollar la teoría fundamentada*. Contus. Editorial Universidad de Antioquia. Facultad de enfermería de la Universidad de Antioquia.
- Transitando (2016). *Innovación y Cohesión social: la ciudadanía y su papel en la resiliencia urbana*. Revista Ciudad Sostenible. Madrid. España.
- Vanistendael, S., Lecomte, J (2002). *La felicidad es posible*. Barcelona. Ed. Gedisa.
- Wolin, S., Wolin, S. (1993). *The Resilient Self: How Survivors of Troubled Families Rise Above Adversity*. USA: Villard Books.