



Oficina de Defensoría de los
Derechos de la Infancia a.c.

unicef 

para cada niño



Migración resiliente

Herramientas de rescate emocional para niñas,
niños y adolescentes migrantes

UNICEF

CHRISTIAN SKOOG

Representante de UNICEF en México

ODI

MARGARITA GRIESBACH

Directora de la Oficina de Defensoría de los
Derechos de la Infancia, A.C.**ELABORADO POR**

Analía Castañer

Desarrollado para UNICEF México

1ª. Edición, 2017

REVISIÓN Y EDICIÓN

Karla Gallo

Alejandra Castillo

Lourdes Rosas Aguilar

Martha Ramírez Reyes

UNICEF – México

Agradecemos la información aportada generosamente por los siguientes especialistas: Elba Coria, de International Detention Coalition; Samir Grego Valencia, del Instituto Nacional de Migración; Isabel Sonia Medina Pontaza, del DIF Nacional; Cinthia Pérez Trejo, de la Comisión Mexicana de Ayuda a Refugiados, y María Isabel Remolina, del Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Refugiados.

Se agradece a la Embajada del Reino de los Países Bajos en México por el apoyo a esta publicación.

© Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia.

Todos los derechos están reservados. Ni este material ni partes de él pueden ser reproducidas o almacenadas mediante cualquier sistema. Tampoco pueden ser transmitidas en cualquier forma o por cualquier medio, sea electrónico, mecánico, de fotocopiado, de grabado o de otro tipo, sin el permiso previo del Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. Para cualquier información, dirigirse a: comunicacion.mexico@unicef.org

ÍNDICE

Introducción	4
I. ¿Qué es la resiliencia?	7
II. Efectos de las vivencias dolorosas	10
a) Dos golpes para instalar un trauma	11
b) Personas adultas tejiendo resiliencia con niñas, niños y adolescentes	13
III. Los “ladrillos” para construir la resiliencia	14
IV. Un vistazo a la realidad de niñas, niños y adolescentes migrantes	20
V. ¿Cómo propiciar procesos de resiliencia en niñas, niños y adolescentes migrantes?	30
a) Ajustar la propia lente para propiciar resiliencia	32
b) Herramientas para ofrecer rescate emocional que propicie procesos resilientes según el momento del proceso migratorio	39
c) Descripción y sustento de cada acción de rescate emocional que propicie procesos resilientes	44
d) Herramientas de rescate emocional que propicien resiliencia en momentos críticos	66
VI. Acciones poco útiles	68
Bibliografía	71

INTRODUCCIÓN

Todas las experiencias dejan una huella en la vida de niñas, niños y adolescentes (NNA) y depende en gran parte del contexto en que se dan, si las perciben como buenas o malas. **No queda el mismo registro si luego de experimentar una situación que resulta personalmente dolorosa, una NNA recibe reprimendas, castigos, rechazo o desprecio por ello, que si luego de vivir la misma experiencia dolorosa, recibe apoyo y orientación.** El primer escenario le lleva a considerarse un fracaso y desmerecer su propio valor. El segundo, conforma un círculo diferente en el que, al recibir apoyo, le permite construirse una imagen de sí mismo/a vinculada con sus habilidades y potencialidades.

El mensaje o conductas que una NNA recibe de las demás personas después de haber vivido experiencias dolorosas es sumamente importante para su estabilidad psicoemocional.¹ Lo que escucha o ve en las reacciones de otras personas afecta de forma directa su identidad y su autoestima, ya que es incorporado a la manera en que se percibe a sí mismo/a.²



Si tras una experiencia dolorosa, quienes rodean a una NNA lo identifican como valiente, esta “etiqueta” se incluirá en la percepción de sí mismo/a y su identidad.

Si por el contrario, se identifica a su persona y sus conductas como *fracaso, irresponsabilidad o locura*, su identidad y autoestima se verán gravemente menoscabadas.

La huella que dejan los demás (incorporada a la percepción, la identidad y la autoestima) puede ser devastadora, sumándose a la desesperación y vulnerabilidad de quien vive una experiencia difícil; o bien puede ser un auténtico rescate emocional, una experiencia de apoyo que ayude a revalorar la propia vida, valor e identidad y dar inicio a un proceso de resiliencia.

¹ Aunque la importancia que tiene la mirada de otras personas en la identidad y la autoestima se aplica al desarrollo humano en general, para los objetivos de este documento, se aborda el tema respecto de niñas, niños y adolescentes solamente.

² Ronald Laing es un especialista pionero en los estudios sobre el impacto que el modo en que los demás perciben a las personas, afecta la percepción de sí mismos. Según el autor, los otros “no son simples objetos en el mundo: son centros de reorientación hacia el universo objetivo”. Define a la identidad como “el otro que llego a ser para los otros” y “el otro que supongo ser para los otros”. Para este autor, gran parte de la identidad se estructura a partir de “mi visión de la visión que tiene el otro de mí” (Laing, R. et al, “El sí mismo y el otro” en *Percepción interpersonal*, pp. 13-14).

Dicho proceso implica que la NNA que vive situaciones de especial vulnerabilidad, no solo transite el momento difícil y lo supere, sino que además *salga fortalecido* del mismo. La respuesta que reciba de las personas adultas con las que interactúa (sobre todo si son autoridades) podría sumarse a la cadena de dificultades y frustraciones que ha vivido, o al contrario, iniciar un proceso de reconstrucción del modo en que percibe lo que hace y lo que es, hasta lograr que se conciba como una persona valiosa y sujeto de derecho.

Un proceso de resiliencia puede iniciar con una única intervención de una persona adulta,³ incluso si es breve y puntual. Esta publicación resume la teoría existente sobre resiliencia y propone cómo construirla con NNA migrantes. Está dirigida a servidoras y servidores públicos, autoridades, miembros de organizaciones de la sociedad civil o de centros de asistencia social y cualquier persona adulta que esté en contacto con NNA migrantes en algún momento de su proceso migratorio.

Las acciones que propone son aplicables aun cuando la persona adulta no mantenga con la NNA más que una breve interacción. Justamente, busca que distintas personas, en distintos momentos puedan iniciar una especie de “cadena” de mensajes de rescate emocional que propicien resiliencia en NNA migrantes, para contrarrestar los efectos devastadores que las situaciones de vulneración de derechos que hayan vivido podrían tener en su vida y su desarrollo.

Cualquier persona adulta en contacto con NNA migrantes puede:

- Informarse sobre el concepto de resiliencia y el enorme impacto que una intervención de este tipo puede tener en la realidad emocional, en el desarrollo y en el futuro de NNA.

³ Los procesos resilientes son posibles en cualquier persona que ha atravesado una experiencia dolorosa y enfrenta el enorme reto de seguir viviendo con ello como parte de su historia, sean personas adultas o NNA. Sin embargo, como este documento se dirige a esta última población específica, se limita a los procesos resilientes durante la infancia y la adolescencia.

- Ubicar en qué momento del proceso migratorio está en contacto con ellas y ellos.
- Obtener ejemplos y propuestas para ofrecer a NNA migrantes mensajes de rescate emocional o situaciones específicas que le permitan iniciar procesos resilientes.

El documento contiene una breve revisión del concepto de resiliencia y de los efectos de experiencias dolorosas en NNA. Puesto que se orienta hacia la aplicabilidad del concepto, no se ahonda en la información teórica, por lo que se sugiere remitirse a las referencias bibliográficas en caso de requerir mayor precisión sobre definiciones y teorías que dan sustento a la propuesta.

Posteriormente, se abordan los elementos que pueden utilizarse para propiciar procesos resilientes y las características generales de la situación que viven NNA migrantes para, finalmente, formular propuestas para propiciar dichos procesos.

Las propuestas de acciones de rescate emocional que favorecen la resiliencia contenidas en el documento se dividen en cuatro apartados:

- El primero se vincula con ajustes generales sobre el modo de percibir a NNA migrantes, como base para una interacción adecuada.
- El segundo enumera intervenciones de rescate emocional que pueden ser útiles en diversos momentos del proceso migratorio, a modo de “caja de herramientas”.
- El tercero describe las herramientas con mayor detalle, incluyendo la justificación e importancia de cada una y la propuesta específica para su utilización.
- El cuarto menciona acciones de rescate emocional que propicien resiliencia en momentos críticos durante el proceso migratorio.

Las propuestas de mensajes de rescate emocional para propiciar resiliencia no están dirigidas a una institución, perfil de autoridad o persona adulta en particular, sino que pretenden ser de utilidad en diversos momentos del proceso migratorio, para que toda persona adulta (y en contacto con NNA migrantes no acompañados) pueda aportarlos.

Cabe mencionar que la propuesta del documento no pretende desestimar ni quitar prioridad a muchas otras acciones que son urgentes para la protección efectiva y restitución de derechos de NNA migrantes, tanto a nivel institucional como social y cultural. Se trata de una propuesta que puede sumarse a muchas otras acciones necesarias.

Esta publicación se complementa con el *Manual de actividades que propicien resiliencia en niñas, niños y adolescentes migrantes y refugiados alojados en centros de asistencia social*, en el que se proponen actividades que el personal de estos centros puede llevar a cabo para crear contextos en los que NNA puedan iniciar procesos resilientes luego de haber vivido diversas situaciones de vulneración a sus derechos.

Ambas publicaciones buscan ofrecer, a quienes están en contacto con NNA migrantes, herramientas prácticas lo suficientemente flexibles como para poder ser aplicadas en interacciones únicas, breves o sostenidas durante más tiempo. Dado que la situación de NNA migrantes es muy variable y en muchos casos, no es posible saber con anticipación cuánto tiempo podrá sostenerse la interacción con él o ella, intervenciones como ésta, que además pueden ser utilizadas por diversas personas en diversos momentos del proceso migratorio, ofrecen una alternativa valiosa para la protección de derechos de NNA migrantes y su recuperación emocional.



¿Qué es la
resiliencia?

El concepto de resiliencia en este documento alude a las capacidades de NNA⁴ para salir fortalecidos luego de situaciones severamente estresantes y acumulativas, en las que han estado en riesgo su integridad física y emocional. El término remite a capacidades que van más allá de hacer frente y adaptarse a las dificultades. Implica la capacidad de superarlas, ser transformado por ellas (Grotberg, 1996)⁵ y reconstruirse.

“Los seres humanos demuestran poseer la capacidad potencial de salir heridos pero fortalecidos de una experiencia aniquiladora” (Revista Scienza Psicología, 2000)⁶

El vocablo *resiliencia* proviene de la mecánica y se vincula con la resistencia de los materiales frente a la destrucción. Aplicado en psicología, se entiende inicialmente como aquello que “pone de manifiesto la capacidad que el individuo tiene para enfrentar con éxito la adversidad y la fuerza flexible que permite resistir y rehacerse después de una condición adversa” (Barba).⁷ Esta acepción se refiere a la capacidad interna e individual para proteger la propia integridad bajo presión.

Hablar de resiliencia no significa evitar, quitar o prevenir el sufrimiento. La lógica es más integral: no es posible liquidar los problemas, siempre queda una huella de lo vivido, pero es posible darle un significado más soportable, a veces incluso, un sentido completamente distinto, de fortaleza y humanidad.

Para Manciaux, Vanistendael, Lecomte y Cyrulnik,⁸ la resiliencia “es la capacidad de una persona o de un grupo para desarrollarse bien, para seguir proyectándose en el futuro a pesar de los acontecimientos desestabilizadores, de condiciones de vida difíciles y de traumas a veces graves”. Algunos autores, como Poletti y Dobbs⁹ incluyen en la definición la capacidad de construir, crear una vida digna a pesar de las circunstancias adversas.

En los estudios más recientes sobre resiliencia, se la concibe como un *proceso*. La reconstrucción no se logra solo a partir de atributos o capacidades internas del individuo, sino que implica combinaciones de atributos personales, del ambiente familiar, social y cultural.¹⁰ Según Rutter la resiliencia involucra:

... procesos sociales e intrapsíquicos que permiten el enfrentamiento exitoso a la adversidad, y no se trata solo de características genéticas o adquiridas, sino de un proceso que caracteriza un complejo sistema social en un momento determinado y que implica una combinación exitosa entre el NNA y su medio... escenario de promoción de resiliencia [que] puede propiciar y proveer (o no) el despliegue de los factores protectores [personales].¹¹

⁴ El término es aplicable a todo ser humano que atraviesa situaciones difíciles. Para efectos de este documento nos referiremos únicamente a niñas, niños y adolescentes.

⁵ En Kotliarenko, *Ibid.*, p. 166.

⁶ En: Kotliarenko, M.A. et al., “Factores psicosociales asociados con la resiliencia en niños colombianos víctimas de violencia intrafamiliar”, *Investigación & Desarrollo* 11 (1), julio 2003, p. 165, en: <<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=26811107>>.

⁷ En: Guzmán-Carrillo, K. et al., “Recursos psicológicos y percepción de la migración en menores con familiares migrantes”, *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 13 (2), 2015, p. 704.

⁸ En: Barudy, J. y M. Dantagnan, *Los buenos tratos a la infancia. Parentalidad, apego y resiliencia*, Barcelona: Gedisa Editorial, 2006, p. 56.

⁹ En: Gianino Gadea, L. “La resiliencia en niños institucionalizados y no institucionalizados”, *Avances en Psicología, Revista de la Facultad de Psicología y Humanidades de la UNIFE*, 20 (2), agosto-diciembre 2012, p. 80, en <www.unife.edu.pe/publicaciones/revistas/psicologia/2012/3/6_avances_lgiannino_8.pdf>.

¹⁰ “Hablar de resiliencia en términos de individuo es un error fundamental. No se es más o menos resiliente... La resiliencia es un proceso, un devenir del niño que, a fuerza de actos y de palabras, inscribe su desarrollo en un medio y escribe su historia en una cultura... no es tanto el niño el que es resiliente como su evolución y su proceso de vertebración de la propia historia” (Cyrulnik, B., *Los patitos feos. La resiliencia: una infancia infeliz no determina la vida*, Barcelona: Gedisa Editorial, 2001, p. 214),

¹¹ En: Gianino Gadea, L., *Ibid.*, p. 80.

Para Barudy,¹² el concepto de resiliencia “implica reconocer la fuerza vital que nos permite luchar cada vez que la vida y los derechos humanos están amenazados... es un fenómeno activo y no pasivo, resultado de una dinámica social y no de atributos individuales”.

Erner¹³ afirma que el origen más importante de la verdadera superación es el sentimiento de confianza de que se es capaz de enfrentar las adversidades; el pasado no será borrado, pero será visto de forma llevadera.

Es importante considerar que la confianza en sí mismos es construida a partir de la confianza en los demás. Según los estudios existentes, el proceso de resiliencia en NNA se desencadena a partir de la intervención de personas adultas¹⁴ que realizan alguna acción puntual a favor de la construcción del propio valor y la protección de NNA. Esta intervención puede ser única y breve, como “encontrar una sola vez a alguien que signifique algo para que se avive la llama de nuestro modo de ser humanos” (Cyrułnik), pero deja en la NNA una huella que le permite iniciar la reconstrucción de la imagen de sí mismo/a¹⁵ como valiosa, digna de protección y con capacidades para ejercer sus derechos.



El eje central de este documento es esta noción de interconexión en el proceso de resiliencia que una NNA puede iniciar para salir fortalecido de una situación dolorosa, y la imagen de sí mismo/a que le devuelven las personas adultas con las que interactúa.

A continuación se incluyen algunas otras consideraciones sobre trauma, intervención de personas adultas y resiliencia.

¹² Barudy, J., y M. Dantagnan, “La resiliencia parental secundaria en situaciones extremas”, en *Los desafíos invisibles de ser madre o padre*. Barcelona: Gedisa Editorial, 2010, p. 265.

¹³ En: Vega-Vázquez, M. et al., “Recursos psicológicos y resiliencia en niños de 6, 8 y 10 años de edad”, *Revista de Educación y Desarrollo*, 17, abril-junio 2011, p. 35, en <www.cucs.udg.mx/revistas/edu_desarrollo/anteriores/17/017_Vega.pdf>, consultado el 13 de octubre de 2015.

¹⁴ Según especialistas, “... constatar que un cierto número de niños traumatizados resisten a las pruebas que les toca vivir, utilizándolas incluso en ocasiones para hacerse más humanos, no puede explicarse en términos de superhombre o invulnerabilidad, sino asociando la adquisición de recursos internos afectivos y de recursos de comportamiento durante los años difíciles con la efectiva disposición de recursos externos sociales y culturales” (Cyrułnik, B., *Los patitos feos...* Barcelona: Gedisa Editorial, 2001, p.36).

¹⁵ “Ya no es posible pretender que un trauma provoque un efecto predecible. Es mejor estar dispuesto a pensar que un acontecimiento brutal trastorna y desvía el devenir de una personalidad. La narración de semejante acontecimiento, piedra angular de su identidad, conocerá destinos diferentes en función de los circuitos afectivos, los circuitos relacionados con la historia de quienes intervienen en el acontecimiento, y los circuitos institucionales que el contexto social disponga en torno al herido” (Cyrułnik, B., *ibíd.*, p. 135).



Efectos de las vivencias dolorosas

Todas las personas tenemos en mayor o menor medida recursos internos incorporados desde los primeros años en las interacciones con figuras significativas. Hay autores que afirman que la propia personalidad, el concepto más íntimo de uno mismo, se construye a partir de lo que las personas que nos rodean nos transmiten. Así, el “yo” (lo que pienso que soy, tengo y puedo hacer) se erige a partir de lo que han dicho sobre mí quienes me han rodeado en la vida.¹⁶

Dice Boris Cyrulnik: “... un hombre no puede desarrollarse más que tejiéndose con otro... la actitud que mejor contribuirá a que los heridos reanuden su desarrollo será aquella que se afane por descubrir los recursos internos que impregnan al individuo, y del mismo modo, la que analice los recursos externos, que se despliegan a su alrededor”.¹⁷

Estas características personales explican el modo en que una persona siente y da significado a un “golpe” o herida que sufre. Esto, siguiendo a Boris Cyrulnik, aún no constituye propiamente un trauma, pues algo que para una persona es altamente doloroso, para otra no lo es.

Dos golpes para instalar un trauma¹⁸

Según Cyrulnik, para que se establezca un trauma son necesarios “dos golpes”. Será la significación que el primer golpe adquiera luego, en la historia personal y en el contexto familiar y social, lo que explique los efectos devastadores del segundo golpe, el que provoca el trauma.¹⁹ Si en lugar de la posibilidad de construir un sentido a lo sucedido y recibir apoyo y protección, se recibe indiferencia u otra violación de derechos, entonces se establece el trauma.

Se entiende por trauma a cualquier evento que la persona vive como de una magnitud que rebasa sus capacidades. El trauma es subjetivo, es decir, aquello que se vive como tal puede ser diferente en una NNA o en otro, pero comparte en su definición que la realidad psicológica se ve rebasada por un suceso que la persona siente que no puede controlar ni comprender.

Ante la irrupción de un trauma, las personas cuentan con mecanismos de defensa psicológicos, herramientas individuales para intentar hacer frente al dolor que provoca el suceso vivido.

¹⁶ Ronald Laing, una de las figuras más prominentes en el tema de la salud mental en el campo interpersonal, habla de los conceptos de *confirmación* y *desconfirmación*, a partir de los cuales describe el modo en que los mensajes que se reciben de los demás pueden favorecer la estabilidad emocional, o destruirla, ya que atacan los cimientos de la salud mental: las propias percepciones. (Laing, R. *El yo y los otros*. México:Fondo de Cultura Económica, 1974).

¹⁷ Cyrulnik, B., *Los patitos feos...*, p. 36.

¹⁸ Se entiende por trauma la experiencia subjetiva de una persona, en la que su integridad psicológica, se siente en riesgo. Lo “traumático” no es un evento observable y externo; por el contrario, se gesta, se desarrolla y habita en cada sujeto, frente a un evento específico que fue capaz de despojarle de sus habituales y funcionales herramientas de defensa. Frente a un mismo hecho, habrá sujetos con experiencias subjetivas disímiles. Lo que se vive como traumático es lo que rebasa la percepción de control, de hacer frente a lo que sucede, que por lo tanto provoca la sensación de peligro para la integridad. No es posible anticipar ni generalizar qué es lo que cada NNA vive como traumático.

¹⁹ Cyrulnik, B., *Los patitos feos...*, p. 27.

Todas las NNA cuentan con mecanismos para defenderse psicológicamente ante situaciones dolorosas. Esos mecanismos de defensa son útiles para mantener la cordura ante aumentos de angustia tales que podrían desestructurar y lastimar mucho la estabilidad emocional. Sin embargo, son estrategias que ayudan en el momento, pero que si se establecen como las formas constantes en las que se afrontan conflictos, provocan dificultades a largo plazo. No toda defensa individual ante el trauma es útil para el desarrollo y la estabilidad emocional de niñas, niños y adolescentes.

*Los niños que han de enfrentarse al trauma no pueden no adaptarse. Sin embargo, la adaptación no siempre es un beneficio: la amputación, la sumisión, la renuncia a llegar a ser uno mismo, la búsqueda de la indiferencia intelectual, la glaciación afectiva, la desconfianza, la seducción del agresor, todos estos valores son sin duda adaptativos, defensas no resilientes... Dado que los niños no pueden desarrollarse en ningún otro sitio que no sea el del entorno que les agrade, ¿cuáles serán sus estrategias de adaptación y cuáles serán sus defensas resilientes?*²⁰

Es necesario que el dolor pueda tramitarse, procesarse más allá de las reacciones inmediatas que la realidad psicológica implementa de manera inconsciente, individual. Lo deseable es que se resuelva en la realidad, que se construya con otras personas.

Barudy coincide en definir la resiliencia como un proceso que depende de recursos propios (protectores, para reponerse de la adversidad), sumados a interacciones con otras personas, y la describe como "una capacidad que emerge de las interacciones sociales. Esta capacidad es sobre todo el resultado de nutrientes afectivos, cognitivos, relacionales y éticos que los niños y niñas reciben de su entorno".²¹

Sin la intervención de una persona adulta, NNA procesarán la situación dolorosa de la mejor manera que puedan. En estas condiciones, es altamente probable que imperen mecanismos de defensa que con el tiempo podrían resultar nocivos:

- **La negación:** "no crean que he sufrido".²²
- **La omnipotencia:** "no necesito ayuda", "puedo solo/a".
- **El aislamiento:** "recuerdo lo que pasó, y no siento nada".²³
- **El rechazo:** complejo mecanismo por el que, al haber vivido rechazos, anticipan el abandono y prefieren no confiar en nadie para no volver a vivirlo.
- **Hipervigilancia:** "vigilo constantemente intentando impedir que se repita mi angustia".²⁴
- **Ideas irracionales sobre sí mismo:**²⁵ "no valgo nada", "soy incapaz", "soy un fracaso", "a nadie le importo".

Con la ayuda de personas adultas que puedan dar mensajes de rescate emocional, es posible que la NNA construya con otros una imagen diferente de sí e inicie un proceso de resiliencia.

Lo antedicho abre una ventana de oportunidad para actuar ante la difícil historia y la situación extrema vivida por la NNA, donde el contacto con personas adultas no sea un "segundo golpe", y que constituya además un auténtico rescate emocional que propicie el proceso resiliente.

La realidad que construye una NNA a partir de las interacciones que sostiene con personas adultas a lo largo de su trayecto migratorio, puede ser uno entre dos opuestos: una experiencia que incrementa los efectos nocivos y dolorosos, o una que lo impulse hacia el proceso de transformarse. La diferencia entre un escenario y otro es haber contado con una persona adulta, en algún punto del trayecto migratorio (aunque sea sólo una), que le ofreció mensajes de rescate emocional.

²² Cyrulnik, B., *Ibid.* p. 31.

²³ *Idem.*

²⁴ *Idem.*

²⁵ Wekerle, C. et al., *Maltrato infantil*. México: Manual Moderno, México, 2007, p. 54.

²⁰ Cyrulnik, B., *Los patitos feos...*, p. 141.

²¹ Barudy, J., *Los buenos tratos a la infancia*, p. 58.

Si la NNA no recibe tanto información como apoyo útiles para iniciar el proceso de resiliencia, afrontará la situación dolorosa solo/a, recurriendo a la información con la que cuente (que puede ser imprecisa o irreal) y a los mecanismos psicológicos que pueda desencadenar su realidad psicológica. Si por el contrario, logra procesar lo que piensa y siente sobre la situación dolorosa con una persona adulta, ésta podrá apoyarle para que “se explique” lo que sucedió de una manera en la que pueda reconstruirse y salir fortalecido/a de la adversidad. Las personas adultas que rodean a NNA migrantes pueden darles un rescate emocional que les permita “regresar al mundo cuando han sido expulsados de la humanidad”.²⁶



Personas adultas tejiendo resiliencia con niñas, niños y adolescentes

Una historia difícil puede llegar a ser *una herida que se inscribe en su historia, no un destino.*²⁷

Cyrułnik afirma que la resiliencia se teje con dos lanas: la personalidad de la NNA, construida antes del trauma, y la disposición de guías o monitores/as de resiliencia alrededor de la NNA herido después del trauma. Al ahondar en aquello que sirve para guiar y constituirse como monitor/a de resiliencia, el autor habla de facilitar “lugares de encuentro” donde surja la palabra, la expresión artística, el compromiso afectivo y social, y donde puedan revisarse las estereotipias culturales o la visión social sobre NNA heridos.

Barudy coincide resaltando la importancia del altruismo, la solidaridad y el apoyo mutuo, como características de un “tejido social de pertenencia transicional”²⁸ que permite la evolución y el cambio a través de la comunicación, las conversaciones, el compartir sus testimonios y la ayuda mutua. El “tejido social” es literalmente el contexto por el cual podemos constituirnos como seres humanos. Requerimos a lo largo de toda la vida de un sostén social que nos nombre, nos cuide y nos dé un lugar. Este tejido social puede ser la familia, pero también diversos grupos lo constituyen en diferentes momentos de la vida. Las personas adultas y las demás NNA con las que interactúan durante el trayecto migratorio pueden constituirlo, y los efectos que estas interacciones tienen en la realidad de NNA migrantes son amplios y fuertes.

En este documento, se consideran “lugares de encuentro” y “tejido social de pertenencia” a cualquier interacción entre una persona adulta y una NNA migrante no acompañado. No se requieren intervenciones complejas para dejar en ella o él la simiente del proceso resiliente. Por supuesto que posteriormente se podrán sumar diferentes acciones para la restitución de todos los derechos que se le hayan vulnerado a cada NNA. Pero toda persona adulta puede ofrecer, aunque se trate de interacciones breves y únicas, mensajes de rescate emocional que les ayuden a iniciar su “reconstrucción”.

Una vez presentados los principales conceptos que dan sustento al documento, se desarrollarán a continuación las ideas vinculadas al cómo propiciar procesos resilientes en NNA migrantes.

²⁶ Cyrułnik, B., *Los patitos feos*, p. 31.

²⁷ *Ibid.*, p. 35.

²⁸ La instauración de un espacio transicional de este tipo permite unir el afecto y las representaciones, compartirlas, trabajarlas y por lo tanto, manejarlas y hacer evolucionar la imagen del traumatismo (Barudy, *La resiliencia parental...*, p. 264).



Los “ladrillos” para construir **la resiliencia**

Toda NNA migrante ha sobrevivido a las situaciones extremas que implica el proceso migratorio, por lo tanto, cuenta con habilidades personales para resistir a la adversidad. ¿Qué necesita recibir de las personas adultas para que su experiencia se transforme en resiliencia?

Vanistendael²⁹ describe didácticamente el proceso de resiliencia como la construcción de una casa. Es necesario que la NNA cuente con “un suelo” donde construir, el cual representa las necesidades básicas satisfechas, y un “subsuelo” de red de relaciones donde aprende aceptación incondicional (familia, amigos, personas adultas significativas, autoridades en contacto con él o ella).

Como “planta baja” requiere la capacidad fundamental de encontrar un sentido, una coherencia a la vida. Sobre ello, como “primer piso”, se encuentran cuatro “habitaciones” de la persona resiliente: la autoestima, las competencias, las aptitudes y el humor. El “altillo” está representado por la apertura hacia otras experiencias, ir más allá de las fronteras de sí mismo en relaciones constructivas.

Para tener o construir resiliencia con NNA migrantes será necesario entonces ofrecerles interacciones en las que:

- Vean satisfechas sus necesidades básicas (descanso, alimento, cobijo).
- Detecten y recuperen su historia o, en su presente, personas que les acepten incondicionalmente (y si no cuentan con ellas, constituirse como persona adulta que le transmite respeto y aceptación).
- Construyan un sentido a su historia, su realidad y su vida.

- Utilicen y detecten sus propias competencias y aptitudes, y encuentren ayuda para, a partir de ello, reconstruir la percepción del valor de sí mismos.
- Trasciendan el dolor vinculándose con otras personas y reconectándose con la creatividad y el sentido del humor.

Según Boris Cyrulnik, se necesitan dos cosas para desencadenar un proceso de resiliencia: 1) comprender y 2) actuar. Podemos pensarlos como otros dos ladrillos importantes para construir los cimientos del proceso de resiliencia.³⁰ La *comprensión* es imprescindible porque es necesario pensar y conseguir darle un sentido a la situación dolorosa que viven las NNA. La *acción* es también imprescindible para afrontarla y llevar a cabo una metamorfosis.



Comprender

Para comprender cabalmente la situación que vive, la NNA migrante no acompañado necesitará información y orientación de personas adultas que propicien el proceso de resiliencia. Necesitará también contactarse con lo vivido y hablar de ello.

Actuar

Para actuar sobre la experiencia dolorosa, la NNA migrante no acompañado necesitará que personas adultas lo connoten como capaz y valioso.

²⁹ Vanistendael, S. y J. Leconte, *La felicidad es posible. Despertar en niños maltratados la confianza en sí mismos: construir la resiliencia*, Barcelona: Gedisa Editorial, 2000, pp. 56-57.

³⁰ “... Es necesario pensar un desastre para conseguir darle algún sentido, y es igualmente necesario pasar a la acción afrontándolo, huyendo de él o metamorfoseándolo. Hay que comprender y actuar para desencadenar un proceso de resiliencia. Cuando falta alguno de estos dos factores, la resiliencia no se teje y el trastorno se instala” (Cyrulnik, B., *Los patitos feos...*, p. 165).

Si no ocurrieran la comprensión y la acción, la realidad se anclaría en revivir³¹ cada día el dolor de lo vivido, que sistemáticamente irrumpiría en la realidad psicológica de la NNA, sin permitirle comprenderlo, sin dominar la acción ni su representación. Esta permanente repetición alimenta la sensación de indefensión, revive la angustia y aleja del proceso de resiliencia.

Desde el enfoque de derechos de NNA es importante considerar que no se trata de “decirles” que comprendan o que actúen, o “preguntarles” qué han comprendido o aprendido y cómo quieren actuar. Lo que se debe hacer es ofrecer y construir interacciones con ellas y ellos, para que puedan acceder a la comprensión, la acción y los demás elementos para construir resiliencia, a partir de la experiencia vivida con las personas adultas. En este sentido, el enfoque de derechos es absolutamente congruente con la idea de “tejer” con las NNA su proceso de resiliencia propuesto por los especialistas ya citados.

¿Cómo se construyen espacios y experiencias para que NNA migrantes se acerquen a la comprensión y la acción sobre las experiencias vividas? Dobbs y Poletti³² afirman que para que las NNA sean resilientes es esencial que cuenten con “encuentros” en los que tengan la “posibilidad de hablar y de actuar”. La posibilidad de comprender se asocia estrechamente con poder hablar (con otras personas) para encontrar un sentido a lo sucedido. Hablar permite también la percepción y construcción de alternativas para actuar sobre ello.

³¹ La repetición de contenidos traumáticos e irrupción de los mismos en la realidad psicológica son algunos de los síntomas que caracterizan el síndrome de estrés postraumático, en el que la vivencia traumática, que rebasó las capacidades de la persona para hacer frente a la adversidad y le hizo sentir que su vida o integridad estaba en riesgo, queda registrada de tal modo que cualquier evento que recuerde o aluda a lo sucedido, hace que se desencadene una reacción equivalente a la ocurrida. En este sentido, la persona continúa en estado de alerta y de hiper reacción ante cualquier estímulo similar a lo vivido, lo cual puede desequilibrar de manera grave su estabilidad emocional. La irrupción de imágenes sobre lo sucedido también sucede de manera automática y disruptiva, interfiriendo con pensamientos y actividades cotidianas. Para más detalles sobre el síndrome de estrés postraumático, consultar el *Manual Diagnóstico de las Enfermedades Mentales* (DSM IV), disponible en <www.psicomed.net/dsmiv/dsmiv7.html> consultado el 30 de julio de 2015.

³² En Gianino Gadea, L. *La resiliencia en niños...*, p. 80.

Martínez³³ expone una clasificación de *seis virtudes* que se despliegan en 24 fortalezas para sostener procesos resilientes. Cualquiera de ellas puede ser reforzada por la persona adulta que interactúa con la NNA migrante no acompañado:

- **Sabiduría y conocimiento:** creatividad, curiosidad, mentalidad abierta, amor por el conocimiento y perspectiva.
- **Coraje:** valentía, perseverancia, vitalidad y autenticidad.
- **Humanidad:** amabilidad, inteligencia social y amor.
- **Justicia:** capacidad de trabajar en equipo, equidad y liderazgo.
- **Templanza:** autorregulación, prudencia y modestia.
- **Trascendencia:** apreciación de la belleza, gratitud, esperanza, humor y espiritualidad.

³³ En Vega-Vázquez, M. et al. “Recursos psicológicos...”, p. 34.

Existe, además, una serie de estrategias propuestas por Grotberg (2006), quien organiza los factores resilientes en tres categorías:

- Yo tengo (refiriéndose al apoyo externo con los que cuenta la persona)
- Yo soy (refiriéndose a la fortaleza intrapsíquica)
- Yo puedo (refiriéndose a la adquisición de habilidades interpersonales y de resolución de conflictos)

En función de dichas categorías, es posible identificar cuáles pueden ser posibles “ladriillos” para propiciar que NNA inicien procesos resilientes. Varios autores ³⁴ proponen factores relacionales que diversas investigaciones establecen como facilitadores del proceso de resiliencia.

Esto significa que las personas adultas pueden ofrecer interacciones o conversaciones en las que la NNA pueda detectar o vivenciar factores, en su presente y en su historia, vinculados a redes de apoyo, fortaleza intrapsíquica y posibilidad de adquirir habilidades. Son estos factores los que las personas adultas pueden aportar activamente para construir con la NNA migrante una interacción en la que tenga acceso a una percepción nueva y enriquecedora de sí mismo, luego de haber vivido una situación dolorosa.

Aunque más adelante se expondrán acciones específicas, en el siguiente cuadro se describen propuestas generales de interacción que las personas adultas en contacto con NNA podrían propiciar en cualquier intercambio, plática o experiencia compartida con ellos y ellas.

³⁴ Entre ellos Barudy, J. *Los buenos tratos...*, p. 58; Grotberg, E. (en Gianino Gadea, L. *La resiliencia en niños...*, p. 80); M. A. y V. Dueñas (ídem) y Brooker (en Woodhead, “El desarrollo de identidades positivas”, *La Primera Infancia en Perspectiva*, 3. Reino Unido: The Open University, p. 48).

Estrategias y factores resilientes

Estrategia	La persona adulta podría construir interacciones en las que la NNA:
Yo tengo	<ul style="list-style-type: none">• Detecte una o más personas del entorno en quienes confía y que le respetan incondicionalmente.• Detecte personas que le ponen límites (le dan información precisa y concreta sobre lo permitido y lo prohibido, para regular conductas, detectar peligros o problemas).• Detecte personas que le muestran, por medio de su conducta, maneras de proceder que querría en su vida (buenos modelos a imitar).• Detecte personas que valoran que sepa desenvolverse solo y sea independiente.• Detecte personas que le ayudan si está enfermo o en peligro.• Detecte en dónde puede percibir un entorno estable (espacio u objetos propios, y/o personas confiables que le den información útil).
Yo soy	<ul style="list-style-type: none">• Se perciba como una persona por la que otros sienten aprecio y cariño (agrada a la gente).• Pueda hacer algo para los demás, les demuestre afecto y detecte cómo se siente al hacerlo.• Se respete a sí mismo y a las demás personas.• Se perciba como alguien que puede lograr aquello que se propone y que planea para el futuro.• Se perciba como alguien que siente empatía por los demás y se preocupa por ellos.• Se perciba como responsable de sus propias acciones y acepte sus consecuencias.• Se perciba como seguro de sí mismo, optimista, confiado y como una persona que tiene esperanza y deseos.
Yo puedo	<ul style="list-style-type: none">• Se perciba como alguien capaz de hablar sobre cosas que le asustan o le inquietan.• Se perciba como alguien capaz de buscar la manera de resolver sus problemas.• Se perciba como alguien capaz de controlarse cuando siente ganas de hacer algo peligroso.• Se perciba como alguien capaz de elegir el momento apropiado para hablar con alguien.• Se perciba como alguien capaz de elegir el momento apropiado para actuar.• Se perciba como alguien capaz de encontrar a alguien que le ayude cuando lo necesita.• Se perciba como alguien capaz de generar nuevas ideas o nuevos caminos para hacer las cosas.• Se perciba como alguien capaz de realizar una tarea hasta finalizarla.• Se perciba como alguien capaz de encontrar el humor en la vida y utilizarlo para reducir tensiones.• Se perciba como alguien capaz de expresar pensamientos y sentimientos a los demás.

Para propiciar que la NNA desarrolle estrategias resilientes vinculadas con la percepción de su propia fortaleza interna, se puede aprovechar cualquier conversación o interacción para que perciba alguna de las alternativas que muestra la columna derecha del cuadro; y lo mismo para construir estrategias vinculadas con las posibilidades de adquirir habilidades y resolver dificultades.

Como la resiliencia es un proceso, no existen “recetas” únicas y rígidas para propiciarla. Una variable que en la situación específica de una NNA migrante es un factor protector, puede convertirse en uno de riesgo en otra circunstancia (Grotberg y Rutter).³⁵ Es necesario asociar el proceso de resiliencia a cada NNA en particular. Para ello puede resultar útil contar con información general sobre la realidad que vive; aunque cada historia y la manera en la que se vive es personal y particular, las ideas generales sirven de orientación para que las personas adultas puedan construir interacciones y mensajes de rescate emocional para propiciar procesos de resiliencia.



³⁵ En Gianino Gadea, L. *La resiliencia en niños...*, p. 80.

IV

Un vistazo a la realidad de niñas, niños y adolescentes migrantes



Es posible que la lectura de este documento provoque reflexiones como: “la propuesta puede ser correcta desde el punto de vista teórico, pero imposible de aplicar; el tiempo con el que la autoridad interactúa con el NNA migrante es muy poco”.

Es importante tener en cuenta que las intervenciones que propician rescate emocional y resiliencia, pueden llevarse a cabo aunque el contacto con la NNA migrante sea muy breve. En la mayoría de los casos, se trata de utilizar palabras adecuadas y ello puede hacerse en unos segundos.

Las realidades que pueden vivir NNA migrantes no acompañados que aparecen a continuación, no son únicas ni excluyentes. Es muy posible que se interrelacionen en la vida de cada uno.

Este apartado describe algunas situaciones que con frecuencia viven NNA migrantes. Lejos de pretender ser exhaustivos ni de definir diferentes “perfiles”,³⁶ se busca nombrar la situación psicoemocional que acompaña su realidad vivida. Esta situación es relevante para detectar y ofrecer mensajes de rescate emocional que propicien procesos resilientes.

Para construir interacciones en las que NNA migrantes sientan aceptación y confianza, es necesario conocer lo que han vivido, para poder confirmar³⁷ y comprender emociones como frustración, enojo y desesperación, entre otras.

“La vergüenza de haber sido víctima, el sentimiento de ser menos, de no ser ya el mismo, de no ser ya como los demás, quienes, a su vez, también han cambiado durante el tiempo en que ya no pertenecíamos a su mundo.”³⁸

³⁶ Como referencia, es posible consultar la publicación de World Vision (*Motivos de migración de la niñez y juventud en 27 municipios de El Salvador. Estudio Exploratorio*. El Salvador: World Vision, 2014.)

³⁷ Confirmar emociones es una técnica muy utilizada en la clínica psicológica, que consiste en mostrar a la persona con la que se interactúa que lo que siente es normal, esperable, como efecto de lo que ha vivido. Al confirmar emociones, quien escucha se siente comprendido, en sintonía con el otro, quien acepta que lo que le pasa es humano y esperable. Al confirmar emociones no se pide a la persona que “no esté triste”, que “no se preocupe”, ni se cuestiona su enojo o desesperación tratando de “dar soluciones” a lo que siente, pues ese tipo de acciones no transmiten sintonía, sino que por el contrario, provocan sensaciones de ser juzgado a quien las escucha, o aumentan la desesperación e impotencia, porque se les pide que dejen de hacer algo que no pueden evitar sentir.

³⁸ Cyrulnik, B., *Los patitos feos...*, p. 31.

Realidades que pueden vivir NNA migrantes no acompañados

	Descripción
Desarraigo	<p>Aun cuando el proyecto de la NNA sea buscar mejores alternativas para su vida, es posible que se encuentre en un lugar en el que no conoce costumbres, lugares, comidas ni códigos.</p>
Roles de adultos	<p>Especialmente las y los adolescentes que decidieron migrar para conseguir trabajo y ayudar a sus familias, ejercen el rol de la “persona adulta de la familia”. En muchos casos se trata de adolescentes que tienen muchas capacidades, y les resulta posible acomodarse a esta realidad y salir adelante. Sin embargo, ello no significa que las exigencias que conlleva el rol de adulto puedan ser sobrellevadas de manera sana por las y los adolescentes.³⁹ En muchas ocasiones quedan etiquetados como “responsables de salvar a la familia” en condiciones en las que lograrlo resulta imposible.⁴⁰</p> <p>Cuando están a cargo de hermanos o hermanas, toman roles de padre o madre.</p> <p>Un ejemplo concreto de ello es la enorme preocupación que representa para un adolescente la repatriación cuando su familia ha invertido todo su dinero en su viaje. Además de la falta de alternativas en la realidad que viven para dar solución a dicha dificultad, que es completamente real, esta vivencia de frustración en una etapa formativa tiene efectos complejos.</p>
Pensamiento mágico omnipotente	<p>La etapa adolescente está marcada por un tipo de pensamiento en el que predomina la omnipotencia (sienten que pueden lograrlo todo, que lo saben todo, etc.) y la irrupción de fantasías y emociones. Una o un adolescente que emprendió un proyecto migratorio, desde su pensamiento mágico omnipotente, posiblemente haya tenido la seguridad de que podía lograrlo. Verlo trunco pone en riesgo su estabilidad personal y la percepción de sí mismo/a como persona valiosa y con recursos.</p> <p>Como no les resulta fácil comprender los riesgos y peligros que implica el trayecto de manera objetiva (independiente de sí y sus habilidades) porque predomina la certeza de que “todo lo pueden” y aún no es completamente funcional el juicio crítico,⁴³ la explicación que construyan sobre la situación posiblemente girará en torno a su identidad: no fui capaz de lograrlo; “soy tonto”; “otros lo lograron y yo no”; “soy un fracaso”. Se trata de pensamientos irracionales que será necesario no reforzar, ayudándoles a debatir auto-diálogos de ese tipo.</p>

Efectos a tener en cuenta

- Temor (e intentos de ocultarlo)
 - Confusión
 - Sensación de desamparo
 - Angustia
 - Tristeza y nostalgia
-
- Preocupación y temor
 - Responsabilidades que exceden sus posibilidades de resolución
 - Frustración
 - Afectación a su identidad ⁴¹ y a la percepción de sí mismos
 - Desvalorización
 - Miedo a represalias
 - Culpa y vergüenza
 - Rechazo ⁴²
 - Aislamiento, ausencia de reacciones de apoyo y protección por parte del contexto
 - Responsabilidades excesivas
-
- Enojo
 - Impulsividad
 - Frustración
 - Dificultades para pedir ayuda
 - Desvalorización
 - Percepción de sí mismos como “falla” o “fracaso” que le resulta difícil admitir
 - Ideas irracionales sobre sí mismo y sus capacidades
 - Culpa y vergüenza

³⁹ Según el *Protocolo para la Atención Psicosocial en la Recepción a la Niñez y Adolescencia Migrante No Acompañada*, de la Secretaría de Bienestar Social de Guatemala, 2014, p. 16, “los NNA que toman, o se ven obligados a tomar la decisión de migrar, se han visto en la necesidad vital de saltar a una etapa adulta asumiendo responsabilidades familiares como el cuidado y sustento de familias completas. Son niños y niñas a quienes pesan esas responsabilidades. Sienten que algo pueden hacer para cambiar la situación familiar y, cuando el proyecto de migrar fracasa tienen una gran preocupación por resolver la deuda adquirida para realizar el viaje a EEUU o México”.

⁴⁰ Enfrentan condiciones de pobreza o extrema pobreza, falta de oportunidades educativas, laborales y de acceso a su tiempo libre y descanso, entre otros obstáculos que nunca podrían resolver por sí mismos.

⁴¹ Las y los adolescentes transitan un momento del desarrollo en el que reestructuran su identidad. La frustración y la sensación de fracaso son incorporadas y afectan su percepción de sí mismos, de quiénes son, qué pueden hacer y su propio valor como personas.

⁴² De acuerdo al citado *Protocolo para la Atención Psicosocial en la Recepción a la Niñez y Adolescencia Migrante No Acompañada*, no es poco frecuente que sean rechazados o violentados a su regreso al lugar de origen o su casa por responsabilizarles del fracaso del viaje.

⁴³ El lóbulo frontal aún no se encuentra totalmente funcional (hasta los 23 años), por lo cual no les resulta fácil utilizar el juicio crítico. Esta habilidad es la que nos permite pensar objetivamente, sin irrupción de emociones, y considerando los efectos a mediano y largo plazo de nuestras decisiones.

Realidades que pueden vivir NNA migrantes no acompañados

	Descripción
Falta de alternativas	<p>Esta vivencia de falta de alternativas conlleva enorme desesperación cuando su proyecto se ve truncado. Aquello que percibían como la única alternativa en sus vidas desaparece, pérdida que resulta devastadora.</p>
Incertidumbre	<p>Cuando el objetivo deseado se ve obstaculizado, es posible que la NNA migrante sienta enorme incertidumbre sobre lo que sucederá.</p>
Despersonalización ⁴⁴	<p>Si la realidad que vivía la NNA al decidir migrar era de pobreza, abandono, maltrato familiar y social, falta de alternativas, discriminación, marginación, exclusión social, violencia, sostenidos en el tiempo y repetidos, es altamente probable que a lo largo de su desarrollo psicológico no haya logrado ni siquiera percibirse como <i>persona</i>.</p> <p>Si la única alternativa que concebían las NNA para “ser personas”, para ser mirados, valorados y apoyados, era el proyecto de migrar, su fracaso tiene repercusiones muy graves para su estabilidad psicológica y emocional.</p>
Alto grado de frustración y desesperación	<p>Cuando logran llegar al país de destino</p> <p>NNA migrantes que lograron llegar al país de destino (generalmente Estados Unidos) y fueron detenidos allí, tienen la vivencia de haber logrado llegar y no haber sido acogidos.⁴⁵ La realidad que percibían les indicaba “haberlo logrado”, incluso pueden haber pasado tiempo en albergues con un plan educativo, participado en una corte frente a un juez o jueza y esperado una respuesta. La decisión final determina que no pueden quedarse y contrarresta con la realidad vivida, lo que puede resultar muy difícil de aceptar y procesar emocionalmente.</p>

Efectos a tener en cuenta

- Desesperación
- Cólera

- Desesperación por obtener información
- Nerviosismo
- Impulsividad

- Desesperación
- Afectación al sentido último de “ser persona”
- No logran concebirse como valiosas
- No logran percibir que existen y son importantes para otras personas
- No saben que tienen derechos y que de acuerdo a su edad deben ser protegidos de manera especial

- Frustración
- Desesperanza
- Confusión
- Enojo
- Culpa y vergüenza
- Etiquetamiento



⁴⁴ La despersonalización se define como “un estado en el cual el sujeto se siente cambiado en comparación a su estado anterior. Este cambio afecta tanto a sí mismo como al mundo externo y lleva al sujeto a reconocerse sin personalidad. Sus actos le parecen automáticos, observándose como un espectador. El mundo externo aparece extraño y ha perdido su carácter de realidad”. La sensación provoca desagrado, extrañeza (Rogelio Luque et al., “Despersonalización: aspectos históricos, conceptuales y clínicos”, *Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría*, XV (54), 1995, p. 446, en <http://documentacion.aen.es/pdf/revista-aen/1995/revista-54/05-despersonalizacion_aspectos_historico_conceptuales.pdf>).

⁴⁵ Según el *Protocolo para la Atención Psicosocial en la Recepción a la Niñez y Adolescencia Migrante No Acompañada*, de la Secretaría de Bienestar Social de Guatemala (2014, p. 91), “El camino que recorrieron hasta México o los EEUU fue en condiciones muy difíciles donde sus derechos fueron violentados y vulnerados derivado de lo cual tienen una serie de impactos psicosociales como son el miedo, la cólera, impotencia, frustración, etiquetamiento y rechazo o culpa por no lograr el objetivo, además de una deuda económica para cubrir el pago del viaje”.

Realidades que pueden vivir NNA migrantes no acompañados

	Descripción
Alto grado de frustración y desesperación	Cuando buscan reunificación familiar Ver truncado el viaje puede tener efectos igualmente muy dolorosos. Esta es una de las causas de mayor peso para la migración de NNA, quienes forman parte de ciclos migratorios en los que existen padres, madres, abuelos, hermanos que migraron antes y viven en EEUU. Encontrarse con su mamá, papá o hermanos que crecieron en otro país es visto y esperado como otra oportunidad de vida. Estas realidades complejas crean contextos en los que, con frecuencia, construyen el proyecto de migrar con alegría y deseos de reencontrarse con sus familiares, pero también con enojo y tristeza por el “abandono” de su padre o madre. En algunos casos, la estructura de la familia ha cambiado.
	Cuando son detenidos en países de tránsito Las NNA detenidos en países de tránsito viven condiciones muy difíciles a partir de su detención. Pueden enfrentar dificultades para comprender opciones de protección en un contexto en el que se sienten culpables. No cuentan con apoyo familiar que los espere y acoja en el país de tránsito; por lo que pasan a la protección de los servicios del Estado encargados de ello, en procesos que pueden durar días o meses. Según las circunstancias, pueden vivir condiciones de hacinamiento, atención médica deficiente, alimentación inadecuada, falta de recursos e infraestructura, etcétera.
	Cuando realizan trabajos temporales en zona fronteriza Las NNA que realizan trabajos temporales en las zonas fronterizas (chicleros, trabajadores y trabajadoras en fincas o trabajadoras domésticas) buscan contribuir a la economía familiar por espacios cortos de tiempo y de ahí regresar a sus comunidades. Se trata de mecanismos para mejorar la economía que sus familias han utilizado históricamente. ⁴⁶
	Cuando huyen de la violencia del contexto La detención y la repatriación cuando huyen de contextos de violencia en la que están en riesgo su integridad y su libertad, pueden tener efectos devastadores. Es posible que escaparan del reclutamiento forzado o del acoso para unirse a pandillas o para servicios sexuales (convertirse en novias o parejas de pandilleros), de contextos de delincuencia y violencia de la región, de la violencia de actores criminales organizados, de amenazas a la seguridad propia o familiar, de rechazo en su país de origen por su opción sexual diversa (homosexuales, transgénero y transexuales), y de violencia contextual ocasionada por pobreza extrema. ⁴⁷

Efectos a tener en cuenta

- Desesperanza
- Abandono
- Desvalorización
- Sensación de fracaso
- Culpa y vergüenza
- Confusión
- Ambivalencia
- Incertidumbre

- Desconcierto
- Desesperación por permanecer detenidos
- Confusión
- Agresividad (reactiva ante las situaciones que les ha tocado vivir)
- Miedo
- Rechazo

- Confusión
- Desconcierto
- Falta de sentido al aseguramiento o repatriación

- Terror
- Temor por su propia integridad o la de personas queridas
- Certeza de falta de alternativas
- Desesperación
- Desesperanza
- Miedo a represalias

⁴⁶ Pueden haber vivido situaciones de violación de derechos laborales o explotación laboral en el marco de la trata de personas.

⁴⁷ La violencia de contexto puede propiciar motivaciones económicas para la migración. La pobreza en la familia, la falta de trabajo, el desempleo o subempleo, provocan en las NNA deseos de superarse y ayudar a la familia, volviéndose motivaciones para la migración.

Realidades que pueden vivir NNA migrantes no acompañados

	Descripción
Alto grado de frustración y desesperación	Cuando huyen de agresiones dentro de la familia La vivencia repetida de violencia sexual, física o emocional al interior de la familia provoca severos trastornos en la percepción de sí mismos. Sobreponerse a estos efectos y decidir migrar requiere enormes montos de energía y valor, apostados a lograr una mejor vida, en la que puedan ser valorados como personas y vivir en paz y libertad. Ver truncado ese proyecto, que incluye deseos de trabajar, estudiar y tener oportunidades de crecimiento personal y familiar, puede repercutir de manera muy negativa en la realidad psicológica de niñas, niños y adolescentes. ⁴⁸
	Cuando reciben la noticia de que serán retornados a su país de origen Es probable que este sea el momento en el que la frustración y desesperación invadan con mayor impacto a NNA migrantes, especialmente cuando lograron llegar a la frontera norte y el retorno se realizará desde allí. ⁴⁹ En la mayoría de los casos, la noticia será percibida como devastadora. Es posible que, antes de la detención, hayan sentido que “ya casi” lograban su sueño, su proyecto de vida. La noticia del retorno asistido o la repatriación significa para NNA migrantes la cruda realidad de la terminación del sueño que, en muchos de los casos, es lo único que daba sentido a su vida. La noticia, en este tipo de casos, constituirá un auténtico duelo que va más allá del viaje. Si la NNA migrante depositaba su propio valor en ese logro y lo percibe como la única alternativa posible para vivir, le resultará muy difícil encontrar opciones de vida. La noticia del retorno, además, puede ser recibida luego de estar en un albergue en la frontera norte durante un periodo en el que se generaron vínculos significativos con otros u otras adolescentes y con el personal con el que interactuaron. Esta despedida puede resultar muy dolorosa y sumarse a los efectos de la pérdida del proyecto y alternativa de vida.

Teniendo en cuenta toda la información revisada sobre resiliencia y sobre la realidad que con frecuencia viven NNA migrantes, se proponen a continuación actividades concretas para ofrecer acciones y mensajes de rescate emocional que les permitan iniciar procesos resilientes.

Efectos a tener en cuenta

- Desvalorización
- Confusión extrema
- Sentimientos de indefensión
- Paralización
- Detenimiento del desarrollo cognitivo
- Temor a represalias

- Devastación emocional
- Sensación de falta de alternativas
- Sensación de indefensión (no hay nada que pueda hacer para mejorar mi vida)
- Desvalorización
- Depresión
- Angustia
- Nerviosismo o pasividad extremos
- Impulsividad

©UNICEF/UN076693/



⁴⁸ Según el Protocolo de Guatemala, “en los casos donde huyen de la violencia intrafamiliar o de las pandillas juveniles, o de situaciones de violencia e inseguridad en general, además de perseguir un desarrollo integral, buscan estar en un espacio libre de violencia donde ser respetados y vivir en paz y libertad... Son NNA con un gran valor y fuerza con deseos de trabajar, estudiar y tener una oportunidad de crecimiento personal y familiar” (Secretaría de Bienestar Social de la Presidencia de la República de Guatemala, *Protocolo para la Atención...*, p. 17).

⁴⁹ Es necesario aclarar que la noticia del retorno suele generar frustración y cansancio a NNA migrantes que son detenidos en la frontera sur, pero tiene efectos menos devastadores que cuando estaban a punto de lograr su sueño. Las noticias del retorno en la frontera sur suelen ser recibidas con una connotación de “prisa” para volver a intentarlo. Es importante que, aun cuando este sea el caso, las personas en contacto con NNA migrantes cuenten con información sobre los efectos posibles y la necesidad de empatizar y confirmar las emociones que la noticia les provoca.



¿Cómo propiciar procesos de resiliencia en niñas, niños y adolescentes migrantes?

Sin duda las NNA migrantes atraviesan situaciones difíciles que pueden ser perjudiciales para su desarrollo psicosocial por experiencias de adversidad; y sin embargo, la misma vida en situación de adversidad puede posibilitar experiencias promotoras del desarrollo (Llobet).⁵⁰

Cualquier contexto en el que interactúen personas adultas con NNA que viven situaciones de vulnerabilidad, es una oportunidad para ofrecer mensajes clave y realizar acciones específicas a favor de la reconstrucción de la percepción de sí mismos, sus habilidades y su propio valor. El contexto de migración y cada una de las interacciones que tienen con personas adultas de diversas instituciones, pueden considerarse como ventanas de oportunidad para propiciar el proceso de resiliencia.

“[Si aceptamos] simplemente disponer unos cuantos lugares de creación, de palabras y de aprendizajes sociales, nos sorprenderá observar cómo un gran número de heridos conseguirá metamorfosear sus sufrimientos y realizar, pese a todo, una obra humana.”⁵¹

Toda interacción con una NNA migrante es una oportunidad para sembrar una experiencia que contrarreste las vivencias anteriores.⁵² A lo largo del proceso migratorio, será posible ofrecer mensajes de rescate emocional. Sin importar qué persona adulta, autoridad de qué institución, o miembro de organizaciones de la sociedad civil esté en

contacto con la NNA, y aun cuando sea una interacción breve, es posible que tenga un efecto significativo.⁵³ Ser parte de un vínculo con otra persona coloca a la NNA migrante no acompañado en un lugar de valor e importancia y lo humaniza.

A continuación se describen diversas propuestas para que las personas adultas en contacto con NNA migrantes no acompañados a lo largo del proceso migratorio, establezcan una interacción que, aunque sea breve y única, les ayude a iniciar un proceso resiliente. La primera propuesta tiene que ver con un “ajuste general” que las personas adultas pueden realizar para mejorar su interacción con NNA migrantes.

Posteriormente se ofrece un cuadro que incluye sugerencias de interacciones, según el momento del proceso migratorio. Este cuadro sirve de referencia para que la persona adulta en contacto con NNA migrantes encuentre rápidamente qué tipo de intervenciones podría realizar, según el momento del proceso migratorio en que éstos se encuentren.

Luego del cuadro orientativo, se incluye la lista de propuestas de interacción, con la descripción que da sostén a su importancia, y especifica el modo en que dicha acción puede acercar a la NNA migrante no acompañado al inicio de un proceso resiliente.

⁵⁰ En Gianino Gadea, L., *La resiliencia en niños...*, p. 81.

⁵¹ Cyrulnik, B., *Los patitos feos...*, p. 27.

⁵² Según Guadalupe Barba (“Migración y resiliencia: los esfuerzos cotidianos de los jóvenes migrantes”, *Revista Iberoamericana sobre Niñez y Juventud en Lucha por sus Derechos* 6, 2012, pp. 204-212), el desarrollo de resiliencia en los procesos migratorios da la posibilidad de construir una vida significativa que brinda la oportunidad de crecer hacia algo nuevo, en donde se reconocen situaciones de vulnerabilidad pero se propician factores de protección, mismos que se relacionan con las características y recursos que posee cada individuo.

⁵³ “Uno de los factores esenciales para propiciar resiliencia es el encuentro con una persona significativa. A veces basta con una, que con una frase devolvió la esperanza al niño... cualquiera que pudo dar cuerpo al sencillo significado: es posible salir airoso” (Cyrulnik, B., *Ibid.* p. 214).

a

Ajustar la propia lente para propiciar resiliencia

Cyrulnik afirma: "... si el temperamento ha sido desorganizado por un hogar en el que los padres son desdichados, si la cultura hace callar a las víctimas y les añade una agresión más, y si la sociedad abandona a las criaturas que considera que se han echado a perder, entonces los que han recibido un trauma conocerán un destino carente de esperanza".⁵⁴

Quien interactúa con NNA migrantes puede encontrarse con diversas maneras de percibirles:

- Mitos sobre las NNA migrantes que se han instalado en nuestra cultura.
- Una postura asistencialista en la que se los percibe como objetos de protección (y no como sujetos de derechos).
- Culpar a NNA migrantes de estar en esa situación.
- Percibir a NNA migrantes más allá de la situación difícil que viven, como personas con recursos, sueños y proyectos. Es decir, como sujetos de derecho.

La lente de los mitos

Al ser parte de una cultura y una sociedad específica, involuntariamente creemos con certeza aseveraciones que son construcciones sociales que no coinciden con la realidad. Los mitos responden a estereotipos, temores o dolores propios colocados en otros (entre otros fenómenos psicológicos) y buscan minimizar el dolor o "inventar" una explicación cuando la realidad es demasiado dura para ser aceptada. Todas las personas miembros de una sociedad han incorporado, de un modo u otro, diversos mitos, y las NNA migrantes no escapan a ello.

Resulta útil detectar cuáles son los mitos que circulan en nuestra cultura (y de los que formamos parte) que pueden obstaculizar la posibilidad de ofrecer rescate emocional apropiado y propiciar el proceso de resiliencia en NNA migrantes, pues solo al identificarlos y contrastarlos con la información real, será posible acercarse de manera adecuada a NNA migrantes no acompañados.

El cuadro que aparece a continuación muestra en la columna izquierda algunos de los mitos que circulan en nuestra cultura vinculados con NNA migrantes; en la columna derecha, la información que no circula tanto en el contexto cultural y sin embargo es la realidad que vive la enorme mayoría de ellos. Para derribar las ideas erróneas y estereotipos contenidos en los mitos y combatirlos, al pensar en la realidad de la infancia y adolescencia migrante es necesario incorporar a la lente personal la información de la columna derecha, en lugar de simplemente creer lo que los mitos dicen y sostienen.

⁵⁴ Cyrulnik, B., *Los patitos feos...*, p. 28.

Mitos y realidades sobre las NNA migrantes

Mito	Realidad
<p>Las NNA migrantes son haraganes y migran porque no quieren trabajar ni estudiar en su lugar de origen.</p>	<p>Las NNA migran porque quieren mejores oportunidades para trabajar y crecer, o porque no encuentran ninguna alternativa en su lugar de origen. A la mayoría se le han vulnerado sus derechos y han carecido de una atención adecuada para cubrir sus necesidades esenciales.</p>
<p>Solo migran las NNA que tienen pocas capacidades, porque no logran estudiar y trabajar en su lugar de origen. Si tuvieran capacidades, habrían logrado proyectos en su lugar de origen.</p>	<p>Diversos contextos expulsan a NNA de su lugar de origen (violencia, persecución, abandono, acoso, entre otros). La migración responde a un deseo de tener oportunidades y mejorar la propia vida y/o la de sus familiares; no tiene nada que ver con menores capacidades. En todo caso, muestra un enorme valor para buscar mejores oportunidades.</p>
<p>Las NNA migrantes no saben tomar decisiones, por eso se arriesgan.</p>	<p>Deciden migrar para tener mejores oportunidades. Experimentan día a día la falta de oportunidades y/o la violencia. En muchos casos es una decisión familiar en la cual la opinión de la NNA nunca es tomada en cuenta.</p>
<p>Siempre provienen de familias irresponsables, que los "dejan" arriesgarse de ese modo, o de familias de holgazanes que quieren ser rescatados por sus hijas o hijos.</p>	<p>En la mayoría de las ocasiones sus familias deciden apoyarlos para migrar por la misma razón mencionada anteriormente (falta de oportunidades, deseos de crecimiento). En el resto de las situaciones, la familia está inmersa en contextos de pobreza que no facilitan el desempeño de habilidades de crianza adecuadas. En varios contextos migrar es la única opción para poder dar un mejor futuro a sus hijas e hijos.</p>
<p>Las NNA migrantes no quieren escuchar lo que los adultos les advierten y eligen ponerse en peligro. Es su responsabilidad si se exponen.</p>	<p>Se ven impulsados por la desesperación, la falta de alternativas y el deseo de tener una mejor vida. Crecen con el deseo de reunirse con su familia y de lograrlo de la forma que sea.</p>

Mitos y realidades sobre las NNA migrantes

Mito	Realidad
<p>Las NNA migrantes están “maleados” y son peligrosos. Han cometido delitos y seguramente podrían volver a cometerlos. “Son delincuentes” y no se les debe recibir ni atender. Si quisieran, buscarían otras alternativas.</p>	<p>La enorme mayoría busca mejores oportunidades. Y aun cuando debido a la falta de alternativas hayan sido captados por redes o pandillas, buscan opciones y requieren protección.</p>
<p>Las NNA migrantes comprenden perfectamente lo que sucede; son mentirosos y no quieren dar información a propósito.</p>	<p>Con frecuencia no dan información por temor a posibles represalias, por desconfianza o por no comprender los procesos administrativos y las alternativas que se les ofrecen.</p>
<p>Si no piden ayuda es porque no la necesitan.</p>	<p>Con frecuencia no les resulta fácil admitir vulnerabilidad o fragilidad. Utilizan mecanismos para defenderse del temor que se construyen alrededor de la omnipotencia (puedo todo, no te necesito). Esto no es más que otro indicador de la situación de vulnerabilidad que viven y la necesidad de protección por parte de personas adultas y del Estado. Necesitan apoyo y protección, aunque no lo pidan.</p>
<p>Todas las NNA quieren irse a Estados Unidos.</p>	<p>En muchos casos sí es el objetivo de las NNA migrantes, pero México se ha convertido en un país de destino. Muchas NNA huyen de la violencia y simplemente buscan protección en México o en cualquier otro país que se las brinde. Es importante percibir y conocer la realidad particular de cada niña, niño o adolescente migrante.</p>

La lente de la NNA migrante no acompañado como objeto de protección

También es frecuente percibir a NNA migrantes como vulnerables o necesitados de protección. Y sí, requieren ser protegidos porque es su derecho, pero no desde el enfoque asistencialista. Esta mirada no se apega al enfoque de derechos de NNA y, por ello, puede dar lugar a acciones poco útiles o incluso nocivas, pues circunscribe las acciones a una visión asistencialista (darle aquello que creo que “le falta”), y no permite ver con objetividad los recursos y fortalezas con los que cuentan.

Es posible contrarrestar esta mirada poco útil con información especializada que deja ver “la otra cara de la misma moneda”. Existen autores como Llobet,⁵⁵ que identifican áreas de desarrollo en las que hay evidencias de riesgo o vulnerabilidad, pero también de estrategias o adaptabilidad. Ello implica que, en efecto, hay áreas en las que NNA migrantes ven vulnerados sus derechos, pero también hay áreas en las que las habilidades con las que cuentan les permiten sobrevivir a muchas adversidades.

El cuadro que sigue orienta a quienes están en contacto con NNA migrantes para que eviten percibirlos únicamente desde lo que “no tienen” o desde sus “afectaciones” (columna central), sino también desde lo que esa misma situación de vulnerabilidad les ofrece en términos de recursos adquiridos para sobrevivir (columna de la derecha). Así, es posible percibir que la NNA migrante ha visto quebrantados muchos de sus derechos y eso lo coloca en una situación de vulnerabilidad (columna del centro), pero esas mismas realidades vividas le ofrecen un escenario en el que, si cuenta con un adulto que interactúe con él o ella y le permite detectarlos, pueda percibir los recursos con los que cuenta e iniciar procesos resilientes (habilidades y situaciones contenidas en la columna derecha).



© UNICEF/UNI36890/Versiani

⁵⁵ En: Gianino Gadea, L., *La resiliencia en niños...*, p. 81.

Áreas de vulnerabilidad y estrategias resilientes

Área	Factor de vulnerabilidad	Indicios de estrategias resilientes
Desarrollo social	<p>Exclusión y estereotipos con que la sociedad construye la imagen de NNA migrantes. Dificultades para construirse una identidad social.</p> <p>Oportunismo (para sobrevivir) e inestabilidad en relaciones sociales.</p>	<p>Búsqueda de oportunidades y deseos de superación.</p> <p>Establecimiento de vínculos, cuidado mutuo, reciprocidad.</p>
Desarrollo cognitivo	<p>Efectos de violencia familiar y/o contextual, detenimiento del desarrollo cognitivo; afectaciones por enfermedades vinculadas con abuso de sustancias, dificultades para focalizar atención, concentración, temporalidad, memoria. Problemas derivados de la pobre escolarización.</p>	<p>Atención difusa con amplitud visual-espacial, que permite registrar diversos estímulos simultáneamente. “Sabiduría de la calle”, que brinda facilidad con relación al dinero, al cálculo, al aprendizaje de la música y computación. Habilidades en estrecha relación con la creatividad.</p>
Desarrollo emocional	<p>Pérdida de un vínculo estable con la familia y la comunidad.</p>	<p>Reemplazo por vínculos con grupos o modelos relevantes, estrategias adaptativas.</p>
	<p>Ausencia de relación estable de protección y cuidado por parte de una persona adulta.</p>	<p>Autonomía y libertad desarrolladas en compensación.</p>
Desarrollo físico	<p>Falta de abrigo, exposición a inclemencias climáticas, accidentes y violencia, falta de garantía de alimentación, enfermedades no tratadas, vulnerabilidad a agresiones sexuales.</p>	<p>Ingeniosidad, oportunismo, protección de grupo.</p>

La lente que culpabiliza o responsabiliza a NNA migrantes

Es un fenómeno psicológico frecuente que aquello que resulta doloroso, sea negado. La negación es un mecanismo de defensa que “hace creer” a las personas que un hecho de enorme gravedad y que daña, no sucede, y no es responsabilidad propia. Esto provoca, consecuentemente, que la “culpa” se deposite en quien tiene el problema.

Las intervenciones que tienen como trasfondo una lente que responsabiliza o culpabiliza a la NNA “por ser migrante” suelen estar teñidas de ideas vinculadas a que “violó la ley” o “hizo algo malo por entrar al país”, que remiten fácilmente a la lógica del castigo o el regaño. Mensajes sostenidos en estas ideas afectan la estabilidad emocional de la NNA migrante de manera grave y por ello es muy importante evitar frases como:

- “Ya pórtate bien”
- “Ahora que regresas sé buena niña/niño”
- “Ya mejor quédate en tu país”
- “No te preocupes, ahora vas a estar bien”
- Cualquier otra frase que se sostenga en la idea de que “lo hacen porque quieren” y entonces “tienen que dejar de hacerlo”

La lente de la niña, niño y adolescente migrante como sujeto de derechos

Desde el enfoque de derechos de NNA, las personas adultas no cumplen la función de “ayudar” a aquellos que se encuentran en condiciones difíciles o irregulares. Cabe recordar que las NNA son sujetos de derechos; éstos les son inherentes, y por ello el lugar que ocupan las personas adultas es el de garantes de sus derechos. Esto significa que su tarea se vincula con ofrecer las condiciones apropiadas para que las NNA migrantes puedan acceder a todos los derechos que les son inalienables.

El enfoque de derechos implica que las acciones a tomar, que afecten a NNA, no son aquellas que las personas adultas consideran apropiadas o necesarias para ellos. Las acciones a realizar deben vincularse con la restitución de la esfera íntegra de sus derechos. Las decisiones sobre qué hacer y cómo, no son arbitrarias, sino que son apegadas a sus derechos y, en particular, al interés superior de la niña, niño o adolescente.⁵⁶

⁵⁶ Para mayor información sobre el principio de interés superior de la niñez y su aplicación práctica, ver: Castañer, A. y M. Griesbach, *Guía práctica para la protección y restitución de derechos de niñas, niños y adolescentes: Procedimiento y Caja de herramientas*, México: Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF) y Sistema Nacional para el Desarrollo Integral de la Familia (DIF), 2016, en: <www.unicef.org/mexico/spanish/UNICEF_GuiaPractica_BAJA.pdf>

Los mensajes de rescate emocional que puedan propiciar procesos resilientes son una de las acciones que las NNA migrantes no acompañados podrán recibir, entre otras muchas, para reconectarse con sus recursos, su potencial, su identidad y su proyecto.

La puerta de entrada a un cambio de paradigma en este sentido es comenzar a percibir a NNA migrantes como personas con recursos, enorme valor, deseos y capacidad para mejorar su vida (es decir, como sujetos de derechos, con agencia personal y con capacidad de decidir y desear una vida mejor). Lo anterior se relaciona de manera directa con los resultados del estudio realizado por Vega-Vázquez,⁵⁷ donde se encontró que:

Los niños y niñas no solo advierten que están provistos de recursos internos y externos para responder a las dificultades que puedan surgir en su camino, sino que los utilizan en función de sus necesidades. Asimismo, los autores resaltan que, en general, los niños y niñas son capaces de encontrar una solución a sus problemas, ya sea utilizando sus recursos internos o recurriendo a los externos -padres y madres, docentes, o amigos y amigas.

En el Protocolo de Guatemala⁵⁸ se expresa certeramente que:

NNA migrantes son personas valientes y con un fuerte deseo de cambiar su situación económica y la de sus familias; así como tener mejores condiciones de vida. Son personas que vienen de contextos de pobreza, violencia, rechazo por su opción sexual diferente o que no han podido crecer con el apoyo de sus padres o madres... Se recomienda que el trabajo que se realiza con los NNA tome en cuenta todas sus fortalezas, su valor como seres humanos con derecho a buscar mejores opciones de vida y con una gran capacidad y tenacidad; y no como personas débiles sin criterio para decidir qué hacer y cómo.



© UNICEF/UN028170/Zehbrauskas

⁵⁷ Citado por Barba en: Guzmán-Carrillo, K et al. "Recursos psicológicos...", p. 711.

⁵⁸ Secretaría de Bienestar Social de la Presidencia de la República de Guatemala, *Protocolo para la atención...*, p. 91.

b

Herramientas para ofrecer rescate emocional que propicie procesos resilientes según el momento del proceso migratorio

Este apartado resume diversos momentos del trayecto migratorio que pueden vivir NNA migrantes. Incluye momentos vividos tanto por mexicanos como por centroamericanos, ya que el objetivo del documento no es obtener procedimientos para protección y restitución integral de derechos, sino ofrecer interacciones que propicien resiliencia a toda NNA migrante no acompañada en contacto con personas adultas a lo largo de su trayecto migratorio.

Se muestra una descripción del momento y la realidad psicosocial que, en general, es probable que vivan. Pretende servir de guía y no es exhaustivo. De igual modo, ofrece propuestas de acciones de rescate emocional que podrían llevarse a cabo y su objetivo. Más adelante se describen con mayor detalle las acciones de rescate emocional. En este punto, la idea es que la persona adulta en contacto con NNA migrantes no acompañados, sepa qué acciones podría realizar durante su interacción con él o ella, para propiciar su proceso de resiliencia. Las acciones de rescate emocional aparecen en los recuadros con el título “¿Qué hacer?” Cada propuesta contiene un número, que corresponde a la herramienta específica que se describe en el apartado siguiente.

Cualquier persona adulta en contacto con NNA migrantes puede: ubicar en qué momento del proceso está en contacto con él o ella, considerar qué herramienta se propone para propiciar resiliencia y buscar en el apartado siguiente cómo hacer para aplicar la herramienta.

Momento

Primer contacto de la NNA migrante no acompañada

La NNA migrante no acompañada llega a una estación migratoria, albergue o es asistido por los Grupos Beta,⁵⁹ en un centro de salud u hospital, o una fiscalía. Suele vivir padecimientos físicos: cansancio extremo, heridas, golpes, inanición, deshidratación, privación a causa del encierro y falta de sueño, dificultades respiratorias, lesiones severas en los pies o causadas por accidentes, asfixia, entre otros.

¿Qué hacer?

Herramienta 1. Detectar necesidades básicas insatisfechas

Herramienta 3. Constituirse como “garante de resiliencia”

Herramienta 4. Abrir espacios de confianza para generar participación

Herramienta 6. Canalizar a espacios apropiados de escucha

Herramienta 18. Ofrecer mensajes que valoren su identidad cultural

⁵⁹ Los Grupos Beta pertenecen al Instituto Nacional de Migración y su función es esencialmente de auxilio e informativa.

Momento

Intercepción de la NNA

La NNA no acompañado es interceptado en cualquier punto del territorio nacional, si no comprueba su estancia regular es detenido y trasladado a una estación migratoria en la que se le entrevista para constatar si su condición es acompañado, no acompañado o separado. A la realidad descrita anteriormente, se suma el temor a causa de la detención, la confusión (generalmente no saben dónde están) y la incertidumbre (¿qué sigue?).

¿Qué hacer?

Herramienta 1. Detectar necesidades básicas insatisfechas

Herramienta 3. Constituirse como “garante de resiliencia”

Herramienta 4. Abrir espacios de confianza para generar participación

Herramienta 6. Canalizar a espacios apropiados de escucha

Herramienta 9. Confirmar su motivación para viajar como proyecto de valor y de vida

Herramienta 11. Reforzar acciones de autocuidado

Herramienta 18. Ofrecer mensajes que valoren su identidad cultural

Momento

Aviso a la Procuraduría de Protección de Niñas, Niños y Adolescentes

La entrevista por parte de la Procuraduría de Protección se lleva a cabo en la estación migratoria o albergues del Sistema DIF. Las NNA suelen vivir temor y desorientación; temor a dar datos y/o temor a ser detenidos y encerrados; frustración y enojo por no lograr su objetivo; enorme preocupación.

¿Qué hacer?

Herramienta 1. Detectar necesidades básicas insatisfechas

Herramienta 2. Ofrecer espacios u objetos personales

Herramienta 3. Constituirse como “garante de resiliencia”

Herramienta 4. Abrir espacios de confianza para generar participación

Herramienta 5. Tolerar el relato del trauma

Herramienta 11. Reforzar acciones de autocuidado

Herramienta 18. Ofrecer mensajes que valoren su identidad cultural



©UNICEF México/Daniel Ojeda

Momento

Traslado

La NNA migrante no acompañado es trasladado a un espacio de acogimiento. Si necesita asistencia, es trasladado antes a un hospital o clínica.

¿Qué hacer?

Herramienta 2. Ofrecer espacios u objetos personales

Herramienta 3. Constituirse como “garante de resiliencia”

Herramienta 4. Abrir espacios de confianza para generar participación

Herramienta 6. Canalizar a espacios apropiados de escucha

Herramienta 9. Confirmar su motivación para viajar como proyecto de valor y de vida

Herramienta 11. Reforzar acciones de autocuidado

Herramienta 13. Reanudar el vínculo social

Herramienta 15. Ofrecer espacios para el juego y el humor

Herramienta 18. Ofrecer mensajes que valoren su identidad cultural

Momento

NNA en espacio de acogimiento

La NNA migrante no acompañado llega a un centro de asistencia social público o privado.

¿Qué hacer?

Herramienta 2. Ofrecer espacios u objetos personales

Herramienta 3. Constituirse como “garante de resiliencia”

Herramienta 4. Abrir espacios de confianza para generar participación

Herramienta 5. Tolerar el relato del trauma

Herramienta 7. Pedirle que haga historias

Herramienta 8. Ofrecerle espacios de expresión

Herramienta 9. Confirmar su motivación para viajar como proyecto de valor y de vida

Herramienta 10. Sumar proyectos concretos (actuales)

Herramienta 11. Reforzar acciones de autocuidado

Herramienta 12. Alentar el autoconocimiento

Herramienta 13. Reanudar el vínculo social

Herramienta 14. Pedirle ayuda y ofrecer espacios donde pueda ayudar a otros

Herramienta 15. Ofrecer espacios para el juego y el humor

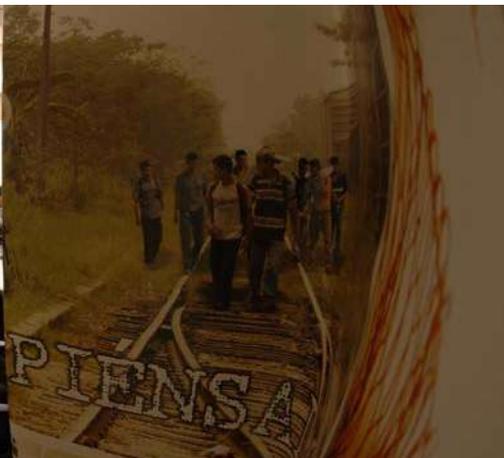
Herramienta 16. Mostrarle sus capacidades para tomar decisiones (proyectadas a futuro)

Herramienta 17. Orientación académica y ocupacional

Herramienta 18. Ofrecer mensajes que valoren su identidad cultural



©UNICEF México/Belaustegui



Momento

Intervención del Consulado

Las NNA migrantes de nacionalidad centroamericana esperan la entrevista consular para el trámite de identificación de nacionalidad.

Si el personal consular llega pronto, se da inicio a los trámites necesarios.

Si el personal consular tarda en entrevistar a la NNA y completar los trámites necesarios, este último permanecerá en la estación migratoria o el albergue de tránsito. Suele vivir desesperación por querer continuar su viaje y temor a ser encerrado o devuelto a su país de origen.

¿Qué hacer?

Herramienta 3. Constituirse como “garante de resiliencia”

Herramienta 4. Abrir espacios de confianza para generar participación

Herramienta 5. Tolerar el relato del trauma

Herramienta 9. Confirmar su motivación para viajar como proyecto de valor y de vida

Herramienta 18. Ofrecer mensajes que valoren su identidad cultural

Momento

Intervención del DIF y de la COMAR

Personal del DIF (o del INM, de la Procuraduría de Protección o de un albergue) realizará entrevistas para la detección de necesidades de protección internacional. Por su parte, el personal de la COMAR determinará si la NNA inicia el procedimiento de la condición de refugiado: NNA reconocido como refugiado / NNA no reconocido como refugiado.

La NNA muestra desesperación por salir de la estación migratoria o del albergue para continuar su viaje o por el temor de ser devuelto a su país de origen.

¿Qué hacer?

Herramienta 3. Constituirse como “garante de resiliencia”

Herramienta 4. Abrir espacios de confianza para generar participación

Herramienta 5. Tolerar el relato del trauma

Herramienta 9. Confirmar su motivación para viajar como proyecto de valor y de vida

Herramienta 18. Ofrecer mensajes que valoren su identidad cultural

Momento

Información del retorno asistido (a Centroamérica) o repatriación (a México)

Durante la conducción, la NNA va acompañado en algunos momentos por una autoridad de cada país.

NNA migrantes con urgente necesidad de saber a dónde llegarán, qué pasará, cuánto tiempo tarda el viaje, si verán a su familia, cómo es el albergue, etc.

¿Qué hacer?

Herramienta 2. Ofrecer espacios u objetos personales

Herramienta 3. Constituirse como “garante de resiliencia”

Herramienta 4. Abrir espacios de confianza para generar participación

Herramienta 5. Tolerar el relato del trauma

Herramienta 8. Ofrecerle espacios de expresión

Herramienta 9. Confirmar su motivación para viajar como proyecto de valor y de vida

Herramienta 10. Sumar proyectos concretos (actuales)

Herramienta 11. Reforzar acciones de autocuidado

Herramienta 16. Mostrarle sus capacidades para tomar decisiones (proyectadas a futuro)

Herramienta 18. Ofrecer mensajes que valoren su identidad cultural

Una vez que la persona adulta detectó qué tipo de acciones de rescate emocional puede ofrecer a la NNA, puede buscar con mayor detalle, en la lista que aparece a continuación, en qué consisten esas acciones y cuál es su sustento, es decir, el impacto que puede lograr en la vida de NNA migrantes, para propiciar su proceso de resiliencia.

Momento

Recepción en el lugar de origen

La NNA es acogido en un albergue mientras espera la llegada de los familiares que lo recogerán.

¿Qué hacer?

Herramienta 2. Ofrecer espacios u objetos personales

Herramienta 3. Constituirse como “garante de resiliencia”

Herramienta 4. Abrir espacios de confianza para generar participación

Herramienta 5. Tolerar el relato del trauma

Herramienta 7. Pedirle que haga historias

Herramienta 8. Ofrecerle espacios de expresión

Herramienta 9. Confirmar su motivación para viajar como proyecto de valor y de vida

Herramienta 10. Sumar proyectos concretos (actuales)

Herramienta 11. Reforzar acciones de autocuidado

Herramienta 12. Alentar el autoconocimiento

Herramienta 13. Reanudar el vínculo social

Herramienta 14. Pedirle ayuda y ofrecer espacios donde pueda ayudar a otros

Herramienta 15. Ofrecer espacios para el juego y el humor

Herramienta 16. Mostrarle sus capacidades para tomar decisiones (proyectadas a futuro)

Herramienta 17. Orientación académica y ocupacional

Herramienta 18. Ofrecer mensajes que valoren su identidad cultural

C

Descripción y sustento de cada herramienta de rescate emocional que propicia procesos resilientes

Luego de haber propuesto la guía general de posibles acciones de rescate emocional en cada momento de la etapa migratoria, se describen a continuación las propuestas específicas para llevarlas a cabo.

Si el adulto en contacto con la NNA, siguiendo el cuadro anterior ya ubicó en qué etapa del proceso migratorio se encuentra en su trato con él o ella, y qué herramientas podría utilizar para propiciar su proceso resiliente, en este apartado encontrará la descripción de las herramientas, sugerencias para aplicarlas y mensajes útiles para ofrecer rescate emocional y propiciar resiliencia. Se pueden utilizar los mensajes o propuestas en cualquier momento que se considere apropiado. No son mensajes o ideas de las que se tenga que esperar una respuesta o reacción inmediata de la NNA. Simplemente hay que darle el mensaje o proponer la interacción; con ello se logrará que se sienta mirado, comprendido, con un lugar en el mundo aunque sea transitorio. Este tipo de momentos son los que inician los procesos resilientes en NNA. Tal vez no sea notorio el impacto positivo que tiene, pero es seguro que en lugar de sentirse vulnerado, poco valioso o insignificante, iniciará la construcción de la percepción de sí mismo como persona valiosa, digna de cuidado y con recursos para continuar su vida.

1

Si se detectan necesidades básicas insatisfechas

2

Ofrecer espacios u objetos personales

Interacciones que propician resiliencia

Descripción	Propuesta específica
<p>Si regresamos a la metáfora del proceso de resiliencia como la construcción de una casa, propuesta por Vanistendael, lo primero y esencial es que existan cimientos y suelo, es decir, que las necesidades básicas estén cubiertas. Será imprescindible restituir sus derechos proveyendo alimento, cobijo y descanso a NNA migrantes, y junto con ello construir el rescate emocional que propicie resiliencia.</p> <p>Estas primeras acciones básicas pueden ser aprovechadas incluyendo mensajes de rescate emocional, si se les transmite que el descanso, la comida y la bebida son su derecho como seres humanos valiosos, que merecen respeto y cuidado. El acceso al alimento es una manera de reconectarse con la propia dignidad y vitalidad. Significa que se está vivo y que se es valioso.</p>	<p>“Es muy importante que comas bien, para que sigas siendo igual de fuerte.”</p> <p>“Lograste llegar hasta aquí. Vas a necesitar mucha energía para decidir hacia dónde quieres ir en tu vida.”</p> <p>“Necesitas alimento para poder seguir decidiendo qué es lo que quieres para estar mejor.”</p>
<p>Contar con espacios para sus cosas puede reforzar la identidad de NNA migrantes. Lo vivido tiene que ver con la incertidumbre sobre sí mismos y su futuro. Contar con un espacio o un objeto propio sirve como referente concreto para comenzar a reconstruirse.</p> <p>Si en ese espacio puede colocarse su nombre, y enaltecerse de algún modo, se verá reforzado el valor de sus raíces y su identidad. En estas actividades es necesario explicitar que pueden poner el nombre o el modo como desean ser llamados. No resulta útil que el adulto que interactúe proponga a la NNA colocar el nombre que sabe aparece en su acta de nacimiento o documentos oficiales. Es preferible que la NNA se contacte con la identidad que desea, y es esencial que exprese el nombre por el que quiere ser llamado. En particular, cuando se trata de NNA transgénero, se respetará y utilizará el nombre que él o ella escoja, sin críticas, dudas, ni recomendaciones al respecto.</p>	<p><i>Lockers</i>, cajones, cajas, mochilas o morrales que puedan conservar.</p> <p>Actividades en las que puedan pintar, grabar o bordar su nombre en el objeto o espacio personal.</p> <p>Objetos u opciones para que adornen su espacio o su nombre del modo que quieran.</p>

Interacciones que propician resiliencia

Herramienta

Descripción

3

Constituirse como “garante de resiliencia”

Tal como se explicaba al hablar del proceso de resiliencia como la construcción de una casa, toda NNA migrante no acompañado necesitará, para iniciar su proceso de resiliencia, interactuar con personas adultas que pueda considerar “garantes de resiliencia”, es decir, aquellas que incondicionalmente le ofrezcan respeto y, como espejos, reforzamiento de las capacidades y recursos con los que cuenta, para iniciar procesos resilientes.

En términos generales, constituirse como garante de resiliencia es dar contención. Ello no significa decirle palabras de aliento. Significa comprender la situación que atraviesa, especialmente la propia desvalorización y desesperación, sin perder de vista los recursos y habilidades con los que cuenta, sus derechos y su condición humana, más allá de la situación que atraviesa.

También es importante, como garantes de resiliencia, ofrecer de manera activa mensajes de rescate emocional. Como personas adultas, es frecuente dar por sentado que la NNA sabe cuál es el rol o la función del adulto, especialmente si se es servidor público. En realidad, el pensamiento infantil y adolescente es atravesado constantemente por temores, fantasías y explicaciones que no siempre son objetivos y precisos. Como no es posible saber la manera en que la NNA comprende la situación, es más útil ofrecerle de manera activa y directa, mensajes claros sobre la postura de la persona adulta y su función.

4

Abrir espacios de confianza para generar participación

Las personas adultas en contacto con NNA migrantes podrán abrir, en toda ocasión que sea pertinente, espacios en los que ellas y ellos puedan expresar, en sus propias palabras, su opinión sobre lo que quieren y cómo lo quieren, sus criterios, opiniones y creencias sobre cualquier asunto. Es en estos espacios donde la NNA migrante no acompañado podrá esclarecer deseos y necesidades para construir o poner en marcha su plan de vida.

Propuesta específica

Ofrecer mensajes de rescate emocional en todo momento que resulte apropiado. Por ejemplo: “mereces respeto, no importa lo que hayas vivido”, “no eres responsable de nada de lo que ha pasado”, “no voy a juzgarte ni regañarte”, “si necesitas hablar, sé que todo lo que digas es muy importante”.

Ofrecer información clara que les ayude a entender lo que sucede, y lo que sigue de manera inmediata.

Informarles que pueden preguntar lo que quieran y responder a preguntas apegándose a la realidad y la verdad (sin prometerles cosas que no sucederán, ni generar falsas expectativas, pero tampoco construir escenarios fatalistas y sin esperanza).

Mostrarse abierto.



©UNICEF/UNI186287/Heger

“Has tomado decisiones valientes para vivir mejor.”

“Es muy interesante escuchar lo que piensas y lo que sabes.”

“Voy a escuchar y respetar todo lo que digas.”

Interacciones que propician resiliencia

Herramienta

Descripción

5

Tolerar el relato del trauma

No es útil forzar a la NNA migrante no acompañado a relatar lo que le ha sucedido si no es su deseo. Sin embargo, sí resulta muy importante que si desea compartir lo que ha vivido, encuentre quien pueda contenerle mediante la escucha. Compartir el relato de lo vivido solo es útil si tiene un sentido para la persona o para el proceso.⁶¹

Encontrar a una persona que puede escuchar lo que ha vivido permite a la NNA migrante no acompañado diferenciar entre su experiencia y su valor como persona. Lo que le sucedió puede ser terrible, pero eso no es su esencia. Resulta útil para el inicio de procesos resilientes que quien interactúa con él o ella le transmita que “puedo escuchar el horror que viviste y conectarme con la persona que eres”. Sin una persona adulta que le ayude a hacer esta diferencia, las NNA ven trastocadas sus percepciones sobre sí mismos y el mundo, construyéndose como poco valiosos, fracasados, dañados, etcétera.

Los espacios de escucha no son para investigar o juzgar si lo que relata la NNA migrante no acompañado es verdad o fantasía.⁶² Tampoco buscan “calmar” o negar el dolor y la incertidumbre que viven. No son útiles frases como “no te preocupes” o “no estés triste”. Se trata de tomar en cuenta y escuchar los sentimientos que tiene.

Propuesta específica

No interrumpir el relato.

Mostrar interés con gestos de atención y asentimiento.

No permitir interrupciones mientras la NNA relata.

No mostrar gestos de asombro o disgusto durante el relato.

No cruzar brazos o piernas, ni colocar mesas o escritorios entre la NNA y quien platica con él o ella.

Registrar lo que la NNA dice.



© UNICEF/UN018668/Zehbrauskas

⁶¹ Secretaría de Bienestar Social de la Presidencia de la República de Guatemala, *Protocolo para la Atención...*, p. 53. El hecho de compartir o no el testimonio no es en sí "revictimizante". Lo que hace que ello produzca un nuevo daño es cuando dar el testimonio no tiene sentido o la persona no se siente escuchada o comprendida.

⁶² "Cuando un adulto hace callar a un niño herido castigándole en vez de reconfortarle, manifestando su incredulidad o sus sarcasmos, provoca un 'silencio de muerte' que escinde la personalidad del niño en dos partes. Una socialmente aceptada y otra secreta, que se le escapa." (Cyrulnik, B., *Los patitos feos...*, p. 183).

Interacciones que propician resiliencia

Herramienta

Descripción

6

Canalizar a espacios apropiados de escucha

Es esencial no acallar a la NNA migrante no acompañado que relata lo que le ha sucedido.⁶³ Si éste/a comienza un relato en un lugar poco apropiado, es importante dar el mensaje explícito de la importancia de escucharlo, pero en un mejor espacio. Se propone cuándo y dónde continuar hablando, y por supuesto debe cumplirse.

Si el adulto que interactúa con la NNA que empieza un relato sobre lo que ha vivido no cuenta con habilidades para escuchar de manera contenedora, deberá canalizarlo con la persona y el lugar más apropiados con los que cuente.

En general, las experiencias dolorosas vividas, la angustia y el temor hacen que las NNA no den información con facilidad, y que no se atrevan a abrir información personal que pudiera hacerlos ver como débiles o vulnerables. Esto hace aún más importante que, en el momento en que alguno/a comience a relatar lo que le ha pasado, lo que piensa o lo que siente, cuente con espacios de escucha apropiados.⁶⁴

En un proceso de resiliencia, estos espacios de escucha le transmitirán atención y connotarán que todo lo que tenga para decir es importante. Quien escucha “recibe” información y también comparte las emociones que emanan del relato, construyendo un espacio que la NNA migrante no acompañado vivirá como “de sintonía”, de “no estar solo” y de pasar por situaciones emocionales que otras personas han vivido y pueden comprender, iniciando procesos que humanicen.

Propuesta específica

“Quiero escucharte, pero necesito hacerlo en un momento en el que podamos estar tranquilos. Aquí hay mucha gente/ ruido (según el caso). ¿Qué te parece si hablamos en... (lugar y hora para continuar)?”

“Todo lo que me cuentas es muy importante y te agradezco que me lo contaras. Creo que sería bueno que se lo contaras con más calma a... (quien cumpla tareas de trabajo social, acompañamiento, psicología, etc. según el momento que transite la niña, niño o adolescente).”

63 “El proceso de resiliencia permite a un niño herido transformar su magulladura en un organizador del yo, a condición de que a su alrededor haya una relación que le permita realizar una metamorfosis. Cuando el niño está solo, y cuando se le hace callar, vuelve a ver su desgracia como una letanía. En ese momento queda prisionero de su memoria, fascinado por la precisión luminosa del recuerdo traumático. Sin embargo, desde el momento en que se le concede el uso de la palabra, del lápiz o de un escenario en el que pueda expresarse, aprende a descentrarse de sí mismo para dominar la imagen que intenta producir. Entonces, trabaja en su modificación adaptando sus recuerdos, haciéndolos interesantes, alegres o hermosos para volverlos aceptables. Este trabajo de recomposición de su pasado le resocializa, precisamente a él que se había visto expulsado de un grupo que no soportaba oír semejantes horrores.... Transformará su sufrimiento en obra de arte.” (Cyrulnik, B. *Los patitos feos...*, p. 205).

64 “Si no fabricaran su mito, estos niños quedarían despersonalizados por el trauma... el niño, tras haberse visto obligado al relato silencioso para adquirir una personalidad, se ve obligado a socializar dicho relato para no delirar. Sin embargo, el prójimo no siempre es capaz de escuchar semejante mito de los orígenes. Si la cultura no dispone en torno al niño herido ninguna posibilidad de expresión, el delirio lógico y el paso a la acción proporcionarán un apaciguamiento momentáneo: el extremismo intelectual, la delincuencia política o los impulsos psicopáticos se manifiestan regularmente cuando se obliga a estos niños a permanecer prisioneros de su pasado. Sin embargo, tan pronto se les ofrece una posibilidad de expresión, vemos nacer a una persona marginada con gran capacidad creadora. De hecho, todo creador es forzosamente un marginado, ya que pone en la cultura algo que no estaba ahí antes de llegar él.” (Ibid., pp. 144-145).

Interacciones que propician resiliencia

Herramienta

Descripción

7

Pedirles que hagan historias

Según Cyrulnik,⁶⁵ los relatos son una representación de lo real, en los que pueden elegir qué palabras y anécdotas contar, y que han podido construir por sí mismos. Todas estas acciones les permiten soportar la representación de la herida.

Si relatan hechos vividos, ello les permite identificar la adversidad, nombrarla, y con ello, sentir que tienen mayor control sobre la experiencia. Nombrar y definir la adversidad les ayuda, ya que muchas veces no están seguros de qué se trata, tienen ideas irracionales al respecto, y no han pensado sus causas y sus riesgos.

Si la NNA incluye en sus relatos fantasías o información que la persona adulta con la que interactúa detecta como imposible o irreal, no es útil corregirlo. El objetivo no es “tomarles una declaración” o “aclararles” lo que vivieron. Se trata de que representen su dolor por medio de las palabras que eligen decir, y con ello adquirir nuevo control sobre la representación de su pasado.⁶⁶

Abrirles espacios para contar historias les permite trabajar la propia historia, modificar la representación de la tragedia para que consiga soportar sus relatos íntimos. “A veces incluso, la historia traumática llega a ser socialmente aceptable cuando el herido tiene el talento de componer con ella un diario, una representación teatral o una relación que contribuya a que su sufrimiento sea útil para los demás.”⁶⁷

Propuesta específica

Abrir espacios para que relaten o escriban historias (cualquier historia, de cualquier personaje).

Abrir espacios para que, si así lo desean, relaten o escriban la historia de lo que les pasó.⁶⁸

Abrir espacios para que escriban distintos capítulos de su historia, y luego los organicen como quieran.

Promover que hablen, connotando lo vivido como algo doloroso, que será necesario resolver (no silenciar, ni negar).



⁶⁵ Según Cyrulnik, las NNA “descubren muy pronto que el simple hecho de hablar les invita a elegir sus palabras para describir el acontecimiento. Entonces, tan pronto como se vuelven capaces de componer un relato, buscan en su memoria las imágenes y las emociones que habrán de incluir en su representación verbal.” Cyrulnik, B., *Los patitos feos...*, p. 152.

⁶⁶ *Ibid.*, p. 154.

⁶⁷ *Ibid.*, p. 158.

⁶⁸ “Nos podemos preguntar por qué es tan eficaz el relato de la agresión. De hecho, el herido se siente rehabilitado cuando mira a la persona que le escucha. Cuando esa persona manifiesta mímicas de disgusto, de desesperación o de incredulidad, transforma la herida en trauma. Pero cuando comparte la emoción, vuelve a socializar al agredido, ya que de manera no verbal le está significando lo siguiente: ‘tú conservas mi estima, mi afecto, y yo procuro comprender qué te ocurre.’” *Ibid.*, p. 178.

Interacciones que propician resiliencia

Herramienta

Descripción

8

Ofrecerles espacios de expresión

Además de usar la palabra, hay que animarles a expresar lo que han vivido y lo que sienten mediante el juego y el arte. Una vez que han elaborado un dibujo o un juego, es posible conversar sobre ello, si resulta oportuno.

Según especialistas, NNA que han atravesado situaciones difíciles no logran construir cosas, porque destruyen inmediatamente su obra.⁶⁹ Necesitan el apoyo de otros para sentir que pueden construir cualquier obra. Les alivia comprender en la mirada de los demás, que aún se puede creer en ellos o ellas.

El juego, el arte y la fantasía pueden resultarles útiles para representar el trauma. Esto implica poder “separarse” del mismo (lo que me pasó es horrible pero no es mi esencia) y “hacer algo” con ello (demostrándome que tengo competencias para enfrentar el horror). Crear y repetir en el contexto del juego y el arte permiten iniciar procesos resilientes.^{70, 71}

9

Confirmar su motivación para viajar como proyecto de valor y de vida

Con frecuencia la intención de proteger a NNA migrantes se traduce en mensajes vinculados con “date cuenta que fue una mala decisión”, “no vuelvas a hacerlo”, “es peligroso”. Este tipo de mensajes puede ser bienintencionado, pero no confirma los motivos de las NNA para migrar. Sus motivos son proyectos reales⁷² y absolutamente válidos, auténticas muestras de sus recursos para la auto-protección y el deseo de mejorar su vida. Para propiciar un proceso resiliente, la NNA necesita escuchar mensajes vinculados con esto último.

Más allá de si lo lograron o no, es necesario reflejarles que tienen la capacidad de proyectar y elegir metas en la vida. La planeación del viaje y lograr un trayecto del mismo, muestra su capacidad de tener proyectos y hacer lo necesario para moverse hacia lo que quieren. Este es un recurso que pueden volver a utilizar tantas veces como quieran y para lo que quieran en sus vidas.

Propuesta específica

Abrir espacios con actividades de cualquier tipo que los alienten a crear, construir y armar.

Proponer construir guiones y hacer obras de teatro.

Juegos de rol, inventando diferentes finales.

Es útil brindar escenarios o guiones con una estructura clara. Puede aflorar con mayor facilidad la espontaneidad “contenida” en un principio, con una guía para la actuación.



©UNICEF/UNI139113/Markisz

“Las y los adolescentes que he conocido decidieron viajar para buscar mejores cosas en la vida; trabajo, familia, paz, libertad. Creo que seguramente tú también buscas cosas mejores para tu vida.”

“Decidiste/planeaste iniciar el viaje y eso muestra que quieres cosas mejores en tu vida.”

“Decidiste/planeaste iniciar el viaje y eso muestra que te sabes mover para lograr lo que quieres.”

69 “Con frecuencia, cuando hacen un dibujo o una construcción con plastilina, destruyen su obra de repente y se muestran desesperados. Uno tiene la impresión de que ese argumento de comportamiento quiere decir: “todo lo que viene de mí carece de valor. No merece que nadie lo mire pues es el testimonio de mi mediocridad”. Cyrulnik, B., *Los patitos feos...*, p. 171.

70 Cyrulnik lo explica claramente en los siguientes párrafos: “El aspecto repetitivo de las reproducciones artísticas constituye un entrenamiento, una especie de aprendizaje que permite integrar el trauma, digerir la desgracia y volverla familiar e incluso agradable una vez que se ha logrado metamorfosear. La reproducción del acontecimiento que, antes de la fantasía no era más que un horror que no podría representarse, se convierte en hermosa, útil e interesante... La fantasía constituye el recurso interno más preciado de la resiliencia. Basta con disponer en torno al niño herido unos cuantos papeles, unos lápices, una tribuna, unas orejas y manos para aplaudir, y veremos operar la alquimia de la fantasía.” *Ibid.*, p. 139.

71 “Una sonrisa, un gesto o una presencia imaginaria bastan cuando se está completamente solo. Esta es una situación en la que uno crea películas íntimas que luego proyecta en el fuero interno cuando lo real se vuelve demasiado cruel.” *Ibid.*, p. 174.

72 Si regresamos a la metáfora del proceso resiliente como la construcción de una casa que propone Vanistendaël, la planta baja de la casa se lograba teniendo proyectos concretos. Quienes interactúan con NNA migrantes estarán frente a personas que tenían un proyecto muy concreto y querían lograrlo para mejorar sus vidas: migrar para conseguir mejores oportunidades, para huir de la violencia o para reencontrarse con familiares reviste enorme valor. El rescate emocional para propiciar resiliencia tendrá en cuenta estos escenarios y “devolverá” a la NNA migrante no acompañado la confirmación de ello como un proyecto de valor y de vida.

Interacciones que propician resiliencia

Herramienta

Descripción

10

Sumar proyectos concretos (actuales)

Puede ser útil ofrecerles proyectos concretos, que tengan un significado de valor, de cuidado o cualquier otro que sea importante para la NNA. El objetivo de conectarlos con proyectos concretos no es “tenerlos ocupados”, es abrirles espacios para que, haciendo algo, afloren habilidades, gustos, motivaciones que la persona adulta pueda reforzar. Es alrededor de la percepción de las propias habilidades, competencias, gustos y motivaciones que comienza a reconstruirse la autoestima y se combaten ideas poco útiles como “no lo logré”, “no puedo hacer nada bien”, entre otras.

Este tipo de actividades concretas también son útiles porque aportan información a la NNA migrante no acompañado sobre sus habilidades para “ir más allá de sí mismo/a”, y ser parte de relaciones constructivas con otras personas.⁷³ Ello contrarresta la permanente atención que centran en el fracaso de su proyecto.

El objetivo central es transmitirles que el fracaso en este proyecto concreto no les hace menos habilidosos, menos capaces, menos personas con ideas y con deseos. Que un proyecto no se haya realizado no significa que sean menos valiosos ni que pierdan las habilidades con las que cuentan.

11

Reforzar acciones de autocuidado

Permitirles cualquier acción de cuidado personal y aseo resulta importante para que se reconecten con el autocuidado y la autoestima (amor propio).

Respecto al aseo y arreglo personal, es importante que la NNA migrante no acompañado tenga la libertad de hacerlo como lo desee. Interacciones en las que sea criticado, corregido o reciba burlas por el modo en que desea arreglarse son sumamente contraproducentes. Esto es especialmente importante cuando se trata de NNA LGBTTTI.⁷⁴ La libertad para decidir sobre su arreglo personal debe ser explicitada de forma abierta y fuertemente respetada.

Afrontar una adversidad no puede ir a expensas de uno mismo (ni de otros).

Propuesta específica

Hacerse cargo de mantener viva una planta o cuidar un animal mientras se encuentran en un albergue, ayudar en alguna tarea a personas adultas o a pares, por ejemplo.

Las personas adultas harán énfasis en toda habilidad que la NNA desarrolle en esas tareas.



© UNICEF/UNI79743/Purushotham

Espacios y objetos para que pueda asearse.

Pequeños espejos, peines, cremas, perfumes que pueda conservar.

Propiciar el respeto por sí mismo.

Enseñarle activamente a cuidar de sí mismo.

⁷³ Vanistendael, S. y J. Lecomte, *La felicidad...*, p. 176.

⁷⁴ Sigla que incluye a la comunidad de lesbianas, gays, bisexuales, transgéneros, travestis, transexuales e intersexuales,

Interacciones que propician resiliencia

Herramienta

Descripción

12

Alentar el autoconocimiento

Poner a su disposición interacciones y experiencias que les den mejor conocimiento de sí mismos (fortalezas y debilidades) y a su vez, estimular y mejorar sus potencialidades.

Habilidades de vida y recursos para sobrevivir. Competencias necesarias, útiles para afrontar los desafíos diarios de la vida, personales, familiares, sociales y de tiempo libre. Reforzar la percepción positiva de sí mismos.

Ofrecer espacios en los que pueda explorar y consolidar sus propios valores: quién soy, qué quiero, hacia dónde voy. La interacción con pares ayuda a construir sus respuestas.

Ofrecer espacios para que den sentido a su propia experiencia (espacio seguro, espacio de confianza y colaboración de pares).

13

Reanudar el vínculo social

Todo lo que posibilita la reanudación del vínculo social y participar⁷⁵ en la cultura, reorganiza la imagen que las NNA heridos se han hecho de sí mismos (soy malo, incompetente) al recibir etiquetas. Ello permitirá contrarrestar lo que Cyrulnik describe como poca atracción por los juegos, pérdida de vitalidad, dificultad para disfrutar de las cosas de la vida y retraimiento en las relaciones que provoca el haber vivido situaciones dolorosas.⁷⁶

Puede ser útil proponerles mantener una rutina diaria, para reconectarse con "una vida cotidiana", y desde allí avanzar hacia lo social.

Alimentar la autoestima y emociones positivas.⁷⁷

Propuesta específica

Cualquier actividad que les permita tomar conciencia de características personales: capacidades, aptitudes, habilidades, destrezas, autoconcepto, autoestima, estilo de vida, experiencias educativas y laborales, intereses, motivación, valores.

¿Quién soy? ¿Qué quiero?
Fortalecerlos devolviendo la imagen como personas valientes que han vivido una situación difícil en su vida.

Mostrar a la NNA las habilidades con las que cuenta para estar alerta y ser autónomo.

Connotar positivamente su tendencia a buscar nuevas experiencias.

Dibujar, jugar, reír, hacer reír a los demás, cualquier actividad lúdica que implique a otras personas.

Reforzar cualquier actividad cultural (música, comida típica, bailes).

Proveer noticias sobre la realidad de sus países de origen.⁷⁵

Mostrar las habilidades con las que cuenta para ganar la atención positiva de otras personas.

Propiciar el reaseguramiento ¿Con quién cuenta para confortar y proteger?



©UNICEF México/Daniel Ojeda

⁷⁵ “Para dejar de sentirse malo, para llegar a ser esa persona por cuya intermediación llega la felicidad, es preciso participar en la cultura, comprometerse con ella, convertirse en actor y no seguir siendo mero espectador”. (Cyrulnik, B., *Los patitos feos...*, p. 215).

⁷⁶ *Ibíd.*, p. 171.

⁷⁷ Según reportes especializados, inclusive al encontrarse en situaciones de calamidad, las personas pueden experimentar emociones positivas. Vivenciar estados afectivos positivos genera efectos como: juicio más indulgente hacia los demás y hacia uno mismo, codificar y decodificar mejor los recuerdos positivos, genera pensamiento más flexible y creativo, propicia más repertorios de conducta, reduce la duda y provoca conductas altruistas. (Vega-Vázquez, M. et al., *Recursos psicológicos...*, p.34).

⁷⁸ Revalorización activa de las raíces. “Cuando un niño puede alcanzar un desarrollo pleno en su entorno, los procesos de resiliencia se llevan a cabo sin dificultad... por el contrario, desarraigados y separados de su medio, ni siquiera tienen posibilidad de inventar una neocultura.” (Cyrulnik, B., *Los patitos feos...*, p. 140).

Interacciones que propician resiliencia

Herramienta

Descripción

14

Pedirles ayuda y ofrecer espacios donde puedan ayudar a otros

Justo porque la vivencia de horror les obliga a construirse una percepción distorsionada de sí mismos, pedirles ayuda reconstituye la estima eficazmente. Junto con la escucha, les transmite que aún es posible que alguien crea en ellos.

Diversos especialistas coinciden en que no es útil “darles”, sino abrir espacios para que sean ellas y ellos los que *den*.⁷⁹ Es en estas actividades en las que se activan procesos que reparan la dignidad herida por las agresiones vividas. También les permiten dejar el lugar de culpables que suelen construirse erróneamente, y también el de víctimas, con acciones que les den la oportunidad de “ser el NNA fuerte, que puede”.⁸⁰ Cuando dan cosas reales, consiguen socializarse.

Propiciar la reciprocidad, es decir, el espíritu de colaboración que valora las actividades compartidas y las contribuciones de los demás compañeros.

15

Ofrecer espacios para el juego y el humor

Humor y juego son fuerzas considerables de resiliencia en muchas situaciones.⁸¹ El juego es el medio por el cual NNA pueden asimilar situaciones dolorosas, repitiendo una y otra vez lo sucedido para encontrarle un sentido. Humor y juego son dos elementos fundamentales para construir una “relectura” de la vida, más allá del dolor vivido, e iniciar procesos resilientes.

Los espacios ofrecidos para que aflore el sentido del humor deben ser cuidadosamente planeados. Es importante que lo que las NNA migrantes construyan, provenga de sí mismos. De lo contrario, podrían vivirlo como una burla.

El juego y el humor son útiles para ofrecer a NNA una visión optimista de sus experiencias.

Propuesta específica

Cualquier acción o actividad en la que se le solicite hacer algo (cualquier cosa).

Es necesario agradecerle su acción, pero no es útil felicitar en exceso a la NNA luego de que lo realice.

El objetivo es simplemente darle oportunidad de hacer, y con ello permitir que se perciba a sí mismo con capacidades para actuar y ayudar.



© UNICEF/UNI186306/Heger

Espacios para diseñar y elaborar caricaturas de personajes con los que se cruzaron en el viaje, o cómics con historias que deseen contar, en donde haya héroes y antihéroes.

Cuadernos donde escriban chistes y queden allí, sumándose a los que escribieron otras NNA.

Espacios para lectura de caricaturas.



©UNICEF México/Belaustegui

79 “El sentimiento de culpabilidad vinculante explica una estrategia afectiva particular. Cualquier regalo les incomoda y les angustia porque les parece inmerecido. No se regala nada a un culpable, no es moral recompensarle. Estos niños solo se sienten resarcidos cuando son ellos los que dan.” (Cyrulnik, B, *Los patitos feos...*, p. 147).

80 “Dar a un niño no querido, y por tanto, a un niño despojado, es abrumarle aún más. Permitirles responder dando restablece los vínculos de igualdad y, sobre todo, socializa, al permitir al niño que se signifique: soy fuerte y generoso ya que soy yo el que regala.” (Ibíd., p. 151).

81 Según estudios realizados, el humor permite proteger al individuo de sufrimientos demasiado pesados de sobrellevar y también liberar energías, y proporcionar otra perspectiva sobre la realidad (Vanistendael, S. y J. Lecomte, *La felicidad...*, p. 176).

Interacciones que propician resiliencia

Herramienta

Descripción

16

Mostrarles sus capacidades para tomar decisiones
(proyectadas a futuro)

Abrir espacios para analizar los aprendizajes del viaje y construir mayores fortalezas para su futuro.

Las NNA analizan lo que les parece útil (con qué se quedarían, qué no volverían a hacer). Valoran los resultados para beneficiarse de la experiencia. ¿Qué se aprendió y qué más necesita ser aprendido? ¿Cuáles fueron los éxitos y cuáles los fracasos? (todas las experiencias los implican). Los éxitos pueden ser utilizados en la próxima experiencia adversa con mayor confianza, y los fracasos pueden ser analizados para determinar cómo corregirlos.

Se trata de ofrecerles espacios en los que reciban información, para volver a tomar decisiones, ahora con más experiencia y herramientas. En los espacios en los que pueden analizar la experiencia, también pueden percibir y construir nuevas alternativas, y sumar aprendizajes.

No se trata de criticarles ni darles pláticas sobre los riesgos y peligros (esta información no les será útil, ni la incorporarán); tampoco de desalentarles a volver a viajar. Se trata más bien de confirmarlos como personas con capacidades para decidir sobre su vida todas las veces que quieran (ya lo demostraron llegando hasta ahí). Desde allí, es posible mostrarles las habilidades con las que cuentan para mantener una vida significativa (según sus propios valores y deseos).

Alentarlos y abrir espacios para alternativas les permite además construir la idea de transición, de transformación. “Esto que has vivido te transforma, tú eliges en qué”. Igual que han hecho un gran esfuerzo para esto, lo pueden hacer para lograr cualquier otra cosa en la vida. Son personas con mucha fuerza, muy valientes, que saben elegir y saben rechazar.

Habilitar espacios en lo que se les aliente a avanzar hacia sus metas.

Propiciar la ingeniosidad, que es la habilidad de identificar los recursos más importantes (incluidos los recursos humanos) para resolver cualquier dificultad, por grande o pequeña que sea, en cualquier situación.

Propuesta específica

Dar asesoría con información concreta sobre alternativas y opciones.

Dar información para su futuro inmediato; detectar y compartir cuál cree que son sus opciones en diferentes escenarios: si regresa a su comunidad o si intenta nuevamente el viaje.

Informar sobre sus derechos.

Reforzar mensajes que ayuden a disminuir el sentimiento de culpa: "No es tu culpa lo que te pasó". "No es tu culpa no haber logrado llegar adonde ibas".

Conectarlos con fortalezas y deseos: "¿Qué te hace estar aquí?... Eso es parte de ti y siempre puedes volver a usarlo, para lo que quieras."

Alentarlos a seguir armando capítulos de su historia: está lo que ya pasó, y está lo que sigue. ¿Qué quieren hacer más adelante? ¿Cuáles son sus sueños?

Ayudarles a planificar cómo afrontarán la adversidad.

Practicar respuestas, hablar sobre los problemas o representar lo que se hará.

Interacciones que propician resiliencia

Herramienta

Descripción

17

Orientación académica y ocupacional

Ofrecerles alternativas educativas y ocupacionales es parte de la información útil que es posible darles. Abrir espacios para que revisen sus intereses (estudio, actividad, ocupación, etcétera).

La información puede no sólo darse como alternativa a futuro, sino ofrecerse en el momento. Por ejemplo, mientras están en albergues se les ofrece regularización escolar o talleres sobre actividades y ocupaciones diversas.

18

Ofrecer mensajes que valoren su identidad cultural

Tener en cuenta el principio de interculturalidad resulta de suma importancia. Gran parte de NNA migrantes pertenecen a culturas indígenas y por tal razón, es posible que no se sientan identificados con el español y mucho menos, con palabras coloquiales mexicanas. En todo momento es importante utilizar el español del modo más neutral posible, sin palabras técnicas ni coloquiales; además, es necesario atender a momentos apropiados para incluir expresiones que provienen de la cultura de origen de las NNA migrantes. Transmitirles este tipo de mensajes refuerza la sensación de confianza y aceptación, además de valorar su condición y origen.

Puede ser útil reforzar aspectos cotidianos y seguramente valorados por las NNA migrantes, por ejemplo, la comida de su país. Ella generalmente se asocia con la protección y la identidad.

También es importante conocer expresiones coloquiales con las que se suelen expresar emociones, por ejemplo: "¡Qué chivo!" (en El Salvador) para expresar algo bueno, que se disfruta. "Puchica" o "puchis" (en Guatemala), como expresión de sorpresa o de enojo, "¡Qué pinta!" (en Honduras) para expresar "¡Qué bonito!".

Propuesta específica

Herramientas para desarrollar plenamente sus capacidades para vivir con dignidad y mejorar su calidad de vida del modo que deseen.



Reforzar aspectos positivos de su cultura de origen con comentarios favorables sobre su comida, por ejemplo:

- “Seguramente extrañas las tortillas/ los paches de Guate, ¡son deliciosos!” (para NNA de Guatemala).
- “Cuando estuve en tu país comí pupusas y me encantaron. Me encantaría comerlas otra vez” (para NNA de El Salvador).
- “A mí me encantan las baleadas de tu país. ¿Cuál es tu comida favorita?” (para NNA de Honduras).

d

Herramientas de rescate emocional que propicien resiliencia **en momentos críticos**

A lo largo del proceso migratorio, en cualquier momento y ante cualquier persona adulta, la NNA migrante no acompañada podría develar información sobre vivencias de violencia o entrar en crisis por diversas razones. Ante estas situaciones específicas, será necesario contar con herramientas para contener y ofrecer información concreta. A continuación se mencionan algunos escenarios.

Devela abuso sexual o violencia física

Ha vivido situaciones traumáticas como trata, secuestro, privación de libertad, etcétera

Ha presenciado la muerte de un familiar

Se desborda al contactar a su familia telefónicamente

Está en situación de apatridia

⁵² Es importante que no se hable de castigar a quien lo lastimó o de meter a la cárcel al responsable, como razón para contar o denunciar. En la gran mayoría de los casos las personas que agreden a NNA son significativas para ellas y ellos, y la idea de causarles daño de cualquier tipo les genera culpa, dolor y tendencia a retractarse.

Escenarios de rescate emocional

Descripción	Herramientas útiles
<p>El abuso sexual por lo general se construye en condiciones que dejan a la NNA atrapado en el silencio y el secreto. Si alguno/a se atreve a develar una situación de abuso sexual es muy importante darle mensajes que disminuyan o eliminen la culpa y que lo/a contengan.</p> <p>No es útil formular preguntas ni pedir detalles sobre lo sucedido. La tarea de contención es escuchar si la NNA necesita narrar lo sucedido, pero no interrogar al respecto. Luego de escuchar la narración de los hechos será necesario canalizar el caso.</p>	<p>“Has sido muy valiente al contarme esto.”</p> <p>“Cuando pasa algo que molesta o lastima a un niño o niña, nunca es culpa de él o ella.”</p> <p>“Es importante que las personas que pueden ayudar a que no vuelva a pasar⁵² sepan lo que te pasó. Puedo acompañarte con ellas.”</p>
<p>Estará invadido por el terror y la confusión, con enormes dificultades para confiar en otras personas. En estas condiciones (lo cual aplica también a NNA que han sobrevivido a violencia sexual o de cualquier otro tipo) no resulta útil acercarse con preguntas o intentar forzar que acepten la cercanía de la persona adulta.</p>	<p>Es importante que la persona adulta permanezca cerca, sin tratar de forzar el acercamiento. Es útil que dé mensajes tranquilizadores (como la descripción de su función, o de lo que está haciendo, o realizar cualquier actividad cerca de la NNA) y esperar. Lo útil es que sea ésta o éste quien inicie un acercamiento cuando sea capaz de hacerlo, lo cual sucede generalmente una vez que constata que no será agredido</p>
<p>Ante situaciones altamente traumáticas es posible que la NNA necesite contar una y otra vez lo sucedido, o por el contrario, que guarde silencio de manera sostenida. Ante cualquiera de los dos escenarios la tarea es contener tanto el relato como las emociones que emerjan.</p> <p>Luego del momento de contención, será necesario canalizar a la NNA a atención especializada (médica, psicológica o psiquiátrica).</p>	<p>Es importante que la persona adulta esté presente y cerca de la NNA, y que muestre calma ante las emociones que surjan. No necesariamente tiene que decir algo, sino principalmente acompañarlo. Salvo que él o ella inicie la acción, no es pertinente tocarlo, abrazarlo o insistir en que no lllore.</p>
<p>Es altamente posible que si una NNA no ha estado en contacto con su familia, al oír a una persona adulta en el teléfono le embargue la angustia y necesite llorar.</p> <p>Llorar es una manera de procesar emociones y es deseable que suceda.</p>	<p>Permanecer cerca de la NNA, mostrar calma ante su tristeza o llanto.</p> <p>Ofrecer algún mensaje que confirme sus emociones, por ejemplo “te puso triste escuchar a...”</p>
<p>Una vez que se desarrollaron los contenidos que vinculan a los procesos resilientes con la identidad, es necesario tener en cuenta que la situación (legal o administrativa) de la NNA, no puede vincularse con su “ser” (humano).</p>	<p>No es aconsejable entonces decir a una NNA “eres apátrida”. Es recomendable simplemente describir “estamos investigando sobre tus documentos”, y llamarlo por el nombre por el que pida ser llamado.</p>



Acciones poco útiles

¿Qué NO necesitan las niñas, niños y adolescentes migrantes para iniciar un proceso de resiliencia?

Darles consejos sobre lo que deberían hacer en el futuro o juzgar sus decisiones

El proceso de resiliencia se inicia con la intervención de una persona adulta que ayuda a la NNA a percibirse como valioso, a reconstruir su identidad y su autoestima. Es decir, le da elementos para que inicie este proceso de metamorfosis.

Ofrecerle interacciones que le permitan iniciar su proceso de resiliencia no es lo mismo que tratar de convencerle de lo que debería hacer para protegerse. Como personas adultas en contacto con NNA migrantes es posible vivir en carne propia temor y frustración por no poder “hacerles ver” los peligros o las opciones. Estos sentimientos llevan a darles consejos que, por lo general, no tienen ningún impacto en su realidad. Por el contrario, son vividos como reproches, regaños o descalificación, o les provocan grandes cargas de culpa. Frases como “¿no te sentiste culpable por dejar a tu familia?” son altamente nocivas.

La NNA migrante no acompañada necesita sentir un vínculo con la persona adulta que confía en él o ella y sus recursos. Que lo/la ve y lo/la nombra, que lo percibe como alguien que merece un trato digno y respetuoso. Solo si vive esto, en la interacción con la persona adulta, podrá contactarse de nuevo con esa parte de sí mismo/a, que es la que necesita encontrar y rescatar, para entonces comenzar a reconstruirse desde allí.

Una vez que pueda verse a sí mismo/a como digno, valioso y con recursos, es que podrá recibir información, tendrá deseos de protegerse de la mejor manera que le sea posible, logrará reconstruir su sueño y proyecto futuro y encontrará alternativas para hacerlo.

Intentar impedir que irrumpian emociones en la conducta de la niña, niño o adolescente

Ante una realidad difícil, al estar frente a una NNA que sufre o que se muestra desafiante, la tendencia natural es “aliviar” la tensión en el momento. Es frecuente decirle “no llores”, “no estés triste”, “cálmate”, cuando la verdad es que una vez que siente estas emociones, no puede detenerlas. Lo que necesita, en lugar de que se le pida que las detenga, es tramitarlas, expresarlas y procesarlas, junto a una persona adulta que le contenga y le ayude con su actitud calmada a comprender que “está bien” expresar las emociones; es la reacción esperable para cualquier ser humano que ha vivido situaciones dolorosas.

Mentirles en un intento de que “no sufran”

Con frecuencia se intenta “aislar” a las NNA de los problemas o “construirles” una realidad sin problemas, aunque los vivan en ese momento. Otras veces se les formulan promesas falsas o se les da información incompleta para que “no se preocupen todavía”, o porque les resultará muy triste oír la información, porque no es lo que esperan.

Estas estrategias alivian en el momento la tensión de la persona adulta que interactúa con la NNA, pero a éste no le resultan de utilidad bajo ningún punto de vista. Toda NNA tiene derecho a conocer la realidad en la que se encuentra, participar y dar su opinión sobre lo que quiere y cómo lo quiere, por lo que se le debe transmitir en el momento adecuado y de una manera que logre comprender.



© UNICEF/UNI88997/Ramonedá

Una NNA migrante no acompañado verá contenida su angustia, preocupación y frustración si se le brindan claramente los pasos a seguir durante el proceso (dónde está, dónde irá, qué sigue después, para qué se realizan esos pasos, qué implican, etc.). No resulta útil darle explicaciones abstractas y complejas sobre procesos administrativos y legales que solo aumentarían su angustia, pero sí describir los pasos que siguen, de manera concreta.

BIBLIOGRAFÍA

Ballús Barnils, Elisabeth y Viel Sirito, Silvia. "Inmigración y resiliencia", *Revista de la Sociedad Española del Rorschach y Métodos Proyectivos*, 22. Palencia: Simancas Ediciones, 2009.

Barba, Guadalupe. "Migración y resiliencia: los esfuerzos cotidianos de los jóvenes migrantes", *Rayuela, Revista Iberoamericana Sobre Niñez y Juventud en Lucha por sus Derechos* 6, 2012.

Barudy, Jorge y Maryorie Dantagnan. "La resiliencia parental secundaria en situaciones extremas", en *Los desafíos invisibles de ser madre o padre*. Barcelona: Gedisa Editorial, 2010.

Barudy, Jorge y Maryorie Dantagnan. *Los buenos tratos a la infancia. Parentalidad, apego y resiliencia*. Barcelona: Gedisa Editorial, 2006.

Castañer, Analía y Margarita Griesbach. *Guía práctica para la protección y restitución de derechos de niñas, niños y adolescentes: Procedimiento y caja de herramientas*. México: Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF) y Sistema Nacional para el Desarrollo Integral de la Familia (DIF), 2016, en: <www.unicef.org/mexico/spanish/UNICEF_GuiaPractica_BAJA.pdf> <www.unicef.org/mexico/spanish/MX_CajaHerramientas.pdf>

Comisión Nacional para los Refugiados. *Protocolo para la protección, asistencia y búsqueda de soluciones duraderas para los niños no acompañados o separados de sus familias en busca de asilo* (s. f.). Dirección Nacional de Migraciones, Ministerio Público de la Defensa, UNHCR, IOM, UNICEF, República Argentina, en <www.corteidh.or.cr/sitios/Observaciones/12/Anexol.pdf>, consultado el 26 de febrero de 2016.

Coria Márquez, Elba; Gisele Bonnici y Vanessa Martínez. *Recepción y acogida comunitaria: Modelo para niñas, niños y adolescentes en México*. Melbourne: International Detention Coalition, 2015.

Cyrulnik, Boris. *Los patitos feos. La resiliencia: una infancia infeliz no determina la vida*. Barcelona: Gedisa Editorial, 2001.

Echeverría Calderón, Alcira. *Proyecto de intervención socioeducativa para la reintegración de la niñez migrante retornada en Honduras*. Facultad de Educación y Trabajo Social. Universidad de Valladolid, 2015.

Gianino Gadea, Lorena. "La resiliencia en niños institucionalizados y no institucionalizados", *Avances en Psicología, Revista de la Facultad de Psicología y Humanidades de la UNIFE*, 20 (2), agosto-diciembre 2012, en: <www.unife.edu.pe/publicaciones/revistas/psicologia/2012/3/6_avances_lgiannino_8.pdf>, consultado el 25 de septiembre de 2015.

González Arratia, Norma, José Luis Valdez y Yazmín Zavala Borja. "Resiliencia en adolescentes mexicanos", *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 13 (1), enero-junio 2008.

Manual Diagnóstico de las Enfermedades Mentales (DSM IV), disponible en <www.psicomed.net/dsmiv/dsmiv7.html> consultado el 30 de julio de 2015.

Grotberg, Edith. "Nuevas tendencias en resiliencia", *Resiliencia. Descubriendo las propias fortalezas*, Paidós, 2003, en: < <http://docplayer.es/16577039-Nuevas-tendencias-en-resiliencia-edith-henderson-grotberg-resiliencia-descubriendo-las-proprias-fortalezas-paidos-2003.html> >, consultado el 15 de agosto de 2015.

"Guía de promoción de la resiliencia en los niños para fortalecer el espíritu humano". *Working Papers in Early Childhood Development*, 18. Fundación Bernard Van Leer, junio de 1996, en <www.observatorioperu.com/2011/agosto/Resiliencia-Golberg.pdf>, consultado el 16 de agosto de 2015.

Guzmán-Carrillo, Karla, Blanca González-Verduzco y María Elena Rivera-Heredia. "Recursos psicológicos y percepción de la migración en menores con familiares migrantes", *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 13 (2), 2015.

Kotliarenko, María Angélica, José Juan Amar Amar y Raimundo Abello Llanos. "Factores psicosociales asociados con la resiliencia en niños colombianos víctimas de violencia intrafamiliar", *Investigación & Desarrollo* 11 (1), julio de 2003, en: <www.redalyc.org/articulo.oa?id=26811107>, consultado el 16 de febrero de 2016.

Laing, Ronald, Herbert Phillipson y Russell Lee. "El sí mismo y el otro", en: *Percepción interpersonal*. Buenos Aires: Amorrortu editores, 1966.

Laing, Ronald. *El yo y los otros*. México: Fondo de Cultura Económica, 1974

Levine, Peter y Maggie Kline. *Trauma Through a Child's Eyes*. California: North Atlantic Books, 2007.

Lluque, Rogelio, José María Villagrán, José María Valls y Patricio Díez. "Despersonalización: aspectos históricos, conceptuales y clínicos", *Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría*, XV (54), 1995, en: <http://documentacion.aen.es/pdf/revista-aen/1995/revista-54/05-despersonalizacion_aspectos_historico_conceptuales.pdf>

Munist, Mabel. et al., *Manual de identificación y promoción de la resiliencia en niños y adolescentes*, Organización Panamericana de la Salud y Organización Mundial de la Salud, Fundación Kellogg y Autoridad Sueca para el Desarrollo Internacional (ASDI), 1998.

Obando, Lucía (comp.). "Resiliencia en niños con experiencias de abandono", *Acta Colombiana de Psicología* 13 (2), 2010.

Perry, Bruce y Maia Szalavitz. *The Boy Who Was Raised as a Dog*. New York: Basic Books, 2006.

Pinillos, Mónica. "Intervención psicosocial y educativa para prevención de riesgos asociados a procesos migratorios", *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 1 (10), 2012.

Salgado Lévano, Ana Cecilia. "Inventario de resiliencia para niños: Fundamentación teórica y construcción", *Cuadernos de Investigación de la Universidad de San Martín de Porres*, 8. Lima, 2005.

Secretaría de Bienestar Social de la Presidencia de la República de Guatemala. *Protocolo para la Atención Psicosocial en la Recepción a la Niñez y Adolescencia Migrante No Acompañada en la Secretaría de Bienestar Social.* Guatemala de La Asunción, 2014.

Urbano Reyes, Javier (coord.). *Manual de buenas prácticas en la atención a grupos en situación de vulnerabilidad en tránsito migratorio por México: mujeres, niñas, niños y población LGTTTI.* Laboratorio de Investigación Social Justicia en Movimiento, A.C., Estado de México, 2015.

Vanistendael, Stefan y Jacques Lecomte. *La felicidad es posible. Despertar en niños maltratados la confianza en sí mismos: construir la resiliencia.* Barcelona: Gedisa Editorial, 2000.

Vega-Vázquez, Margarita, María Elena Rivera-Heredia y Roque Quintanilla-Montoya. "Recursos psicológicos y resiliencia en niños de 6, 8 y 10 años de edad", *Revista de Educación y Desarrollo*, 17, abril-junio de 2011, en <www.cucs.udg.mx/revistas/edu_desarrollo/antecedentes/17/017_Vega.pdf>, consultado el 13 de octubre de 2015.

Wekerle, Christine, et al. *Maltrato infantil.* México: Manual Moderno, 2007.

Woodhead, Martin y John Oates. "El desarrollo de identidades positivas", *La Primera Infancia en Perspectiva*, 3. Reino Unido: The Open University, 2008.

World Vision. *Motivos de migración de la niñez y juventud en 27 municipios de El Salvador. Estudio Exploratorio.* El Salvador: World Vision, 2014.

© Oficina de Defensoría de los Derechos
de la Infancia, A.C.
Vicente Suárez 17
Col. Condesa
06140, Ciudad de México, México

© Fondo de las Naciones Unidas
para la Infancia (UNICEF)
Paseo de la Reforma 645
Col. Lomas de Chapultepec
11000, Ciudad de México, México

Twitter: [unicefmexico](#)
Facebook: [UNICEFMexico](#)
Instagram: [unicefmexico](#)
www.unicef.org.mx

Fotografía de portada: ©UNICEF/UN028161/Zehbrauskas
Diseño editorial: Abigail Virgen