

# Relatos de vida de mujeres migrantes latinoamericanas: cómo trabajar desde la salud mental

## María José Celorio Yolito

Doctora en Ciencias Sociales y de la Comunicación, Universidad de Deusto, Bilbao, España; Antropóloga Social; Trabajadora Social; Terapeuta Familiar y de Pareja, Módulo Psicosocial de Rekalde, Bilbao. Profesora Facultad de Ciencias Sociales y Humanas, Universidad de Deusto, Bilbao, España.

E-mail: [mariajose.celorio@deusto.es](mailto:mariajose.celorio@deusto.es)

## Nekane Basabe Barañano

Doctora, Universidad del País Vasco (UPV / EHU), Donostia / San Sebastián, España. Profesora Catedrática, Departamento de Psicología Social, Universidad del País Vasco (UPV/EHU), Donostia / San Sebastián, España.

ID ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-4753-4299>

ID WOS: [D-3918-2011](https://orcid.org/0000-0003-4753-4299)

E-mail: [nekane.basabe@ehu.es](mailto:nekane.basabe@ehu.es)

## Sonia Padoan-Moura

Doctora, Universidad del País Vasco (UPV / EHU), Donostia / San Sebastián, España. Investigador Doctor, Departamento de Psicología Social, Universidad del País Vasco (UPV / EHU), Donostia / San Sebastián, España.

ID ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6289-647X>

ID WOS: [P-6930-2018](https://orcid.org/0000-0001-6289-647X)

E-mail: [soniageni.ribeiro@ehu.eus](mailto:soniageni.ribeiro@ehu.eus)

Submetido em: 30/04/2020. Aprobado em: 22/07/2020. Publicado em: 13/01/2021.

## RESUMEN

La migración como acontecimiento crítico en el ciclo vital tiene consecuencias en las relaciones y representa una nueva forma de entender y definir la vida familiar. La inmigración femenina se ha convertido en las últimas décadas en una de las más numerosas, procedente desde Latinoamérica hacia España. Gran parte de estas mujeres trabajan en el sector familiar y doméstico. Todo ello ha supuesto cambios importantes en las familias transnacionales, en rol de la mujer, y en la crianza de los hijos y en las relaciones de pareja. El objetivo general es analizar los cambios en los roles familiares y de género, y sus consecuencias en las familias transnacionales y en las nuevas configuraciones familiares, y estudiar cómo estas mujeres expresan y manifiestan sus dolencias y sentimientos en relación a su identidad de género. Se presentan resultados de un análisis cualitativo con diez entrevistas en profundidad a mujeres usuarias de un servicio de salud mental comunitario ( $M_{\text{edad}} = 35.40$  años,  $DT = 9.16$ , rango 22 a 55). Las ideas expresadas ( $n = 1522$ ) en las entrevistas fueron codificadas por jueces ciegos, y sometidas a análisis de contenido por medio del análisis de redes de categorías e ideas. Las entrevistas relatan los cambios en la posición social familiar de las mujeres, que ganan en estatus y autoconfianza, al tiempo que plantea nuevos retos vitales ante la crianza, y las nuevas parejas, así como para afrontar la violencia de género, la discriminación y el estrés de aculturación, mostrando formas de crecimiento psicológico.

**Palabras Clave:** Estrés de aculturación. Género. Migración. Discriminación y Afrontamiento. Crecimiento psicológico.

## **Relatos de vida das mulheres migrantes latino-americanas: como trabalhar a partir da saúde mental**

### **RESUMO**

*A migração como um evento crítico no ciclo vital tem consequências para os relacionamentos e representa uma nova maneira de entender e definir a vida familiar. A imigração feminina tornou-se uma das mais numerosas nas últimas décadas, procedente da América Latina para a Espanha. Uma grande parte dessas mulheres trabalha nos setores familiar e doméstico. Tudo isso trouxe mudanças importantes nas famílias transnacionais, no papel das mulheres, na criação de filhos e nos relacionamentos entre casais. O objetivo geral é analisar as mudanças nos papéis familiares e de gênero, e suas consequências nas famílias transnacionais e nas novas configurações familiares, e estudar como essas mulheres expressam e manifestam seus mal-estar e sentimentos em relação à sua identidade de gênero. Se apresentam os resultados de uma análise qualitativa, realizada com entrevistas em profundidade a dez mulheres usuárias de um serviço comunitário de saúde mental (Medad = 35,40 anos, DP = 9,16, faixa 22 a 55). As ideias expressas (n = 1522) nas entrevistas foram codificadas por juízes cegos e submetidas à análise de conteúdo por meio da análise de redes de categorias e ideias. As entrevistas relatam as mudanças na posição social familiar das mulheres, que ganham status e autoconfiança, ao mesmo tempo em que projetam novos desafios vitais para a maternidade e novos parceiros, bem como para enfrentar a violência de gênero, a discriminação e o estresse de aculturação, mostrando formas de crescimento psicológico.*

**Palavras-chave:** *Estresse da aculturação. Gênero. Migração. Discriminação e enfrentamento. Crescimento psicológico.*

## **Life reports of Latin American migrant women: how to work from mental health**

### **ABSTRACT**

*Migration is a critical event in a person's experience, and as such affects their relationships and leads to a new way of understanding and defining family life. Over recent decades, female emigration from Latin America to Spain has become one of the most frequent types of migration, with most of these women working in the family and domestic care industries. This has resulted in major changes in transnational families, the role of women, child-raising and romantic relationships. The general aim of this study is to analyze changes in family and gender roles and their consequences for transnational families and new family formats. It also aims to explore how migrant women express and manifest their problems and feelings in relation to their gender identity. The study presents the results of a qualitative analysis of in-depth interviews carried out with ten female users of a community mental health service (Mage = 35.40 years, SD = 9.16, range = 22 to 55). The ideas expressed (n=1522) in the interviews were blind coded and their content explored using a category and idea network analysis method. Interviews revealed changes in women's social position within the family as the result of a gain in status and self-confidence. The situation also poses challenges linked to child-raising and new romantic partners, as well as to gender-based violence, discrimination and acculturation stress, giving rise to different forms of psychological growth.*

**Keywords:** *Acculturation stress. Gender. Migration. Discrimination and Coping. Psychological growth.*

## **INTRODUCCIÓN: CAMBIOS EN LOS ROLES FAMILIARES Y DE GÉNERO ESTUDIO CUALITATIVO**

La migración como acontecimiento crítico en el ciclo vital tiene consecuencias en las relaciones y representa una nueva forma de entender y definir la vida familiar. En el presente artículo se analizan estos cambios y sus consecuencias en las nuevas configuraciones familiares. Se analiza el estrés de aculturación a través del coste emocional de la separación, cómo las mujeres manifiestan sus sentimientos en relación a estos cambios y a su identidad de género. Se analizan, así mismo, los cambios de rol y la experiencia de afrontar la situación de minoría étnica en la sociedad de acogida, así como los vínculos de las nuevas familias transnacionales donde los roles y la identidad de género se transforman, generando nuevas expectativas de rol y lealtades familiares (ACHOTEGUI, 2010; BECK; BECK-GERNSHEIM, 2012; DEL FRESNO, 2011; GIL ARAUJO, 2010).

### **ESTRÉS DE ACULTURACIÓN, GÉNERO Y CAMBIOS DE ROL EN MUJERES LAS MADRES MIGRANTES, ENTRE LAS DEUDAS Y LOS MÉRITOS**

Las migraciones implican separaciones y pérdidas, son los acontecimientos que más reajustes precisan. Por esto migrar es un suceso que tiene gran trascendencia sobre el sistema familiar ya que implica cambios en su funcionamiento y su estructura, y requiere reorganización y adaptación. Los ajustes transnacionales combinan la dimensión económica y el bienestar material, y la necesidad de reestructuración de unos vínculos afectivos que se gestionan y alimentan a distancia y, más allá de los beneficios para el grupo familiar, los costes emocionales son elevados en este proceso. Por esto se puede comprender, el alto nivel de exigencia de estas madres hacia sus hijos, así muchas de ellas identifican las expectativas cumplidas con los logros que puedan alcanzar sus hijos (PARELLA; CAVALCANTI, 2010).

La separación implica gestionar la vida diaria en soledad, sus efectos no son otros que la ausencia de las relaciones cotidianas y la ausencia de las prácticas ritualizadas de la vida diaria. En ausencia de esta convivencia, cambia el sentido de historia compartida y de continuidad entre pasado, presente y futuro. Cambia el mundo emocional dentro del sistema familiar (FALICOV, 2008). Sus miembros pueden sentirse angustiados, cargados de culpa, de soledad, de añoranza e incluso de vergüenza por los sentimientos de deslealtad que la separación genera. El alejamiento de la familia y el hecho de pasar años sin verse puede terminar con la ruptura de vínculos definitivamente o con su debilitamiento, por otro lado, los que quedan en origen experimentarán la misma soledad y los mismos sentimientos de pérdida. Los niveles de estrés de aculturación también están en relación con la percepción de los niveles de estrés emocional en los familiares que no migraron.

Entre las realidades de las relaciones materno-filiares queda evidenciado que las migraciones de estas mujeres madres alteran la relación con sus hijos. No obstante, la separación física no implica la separación emocional, ésta se mantiene en la distancia de otra manera. La simultaneidad mediática permite salvar los límites y potenciar el sentimiento de pertenencia y de reconocimiento, pero como destacan Lipovetsky y Serroy (2010) las nuevas formas de vida transnacional, permiten la interdependencia e interconexión pero la presencia física es virtual, y, sí, hay transmisión de emociones, pero sin ayuda real (BECK; BECK-GERNSHEIM, 2012), se trata de una comunicación frágil y frustrante. Las familias transnacionales que se caracterizan por intentar mantenerse emocionalmente presentes a pesar de la distancia (FALICOV, 2001, 2008).

Como señalan Inclán, Martí y Gay (2012) en las “migraciones progresivas” la ruptura del vínculo con las madres implica tiempo no compartido, no hay una evolución conjunta madre hijo, y los hijos se refugian en otras figuras de apego, abuelas generalmente, que les proporcionen seguridad.

Las madres tratan de compensar como pueden a los cuidadores en origen y viven temiendo que los hijos se olviden de ellas, que establezcan vínculos afectivos con los adultos que les cuidan, y conviven con la preocupación de si abuelas, tías o vecinas están cuidando bien de ellos (BECK; BECK-GERNSHEIM, 2012).

El coste emocional de proporcionar a sus hijos bienestar justifica la separación, pero se preguntan qué hubiera sido mejor para estos hijos tener a sus madres o que les suplen otros cuidadores. Hochschild (2008, p. 277) habla del amor como un recurso *“injustamente distribuido que se extrae de un lugar y se disfruta en otro”*. Estas mujeres que trabajan fuera de sus países durante años, dejando atrás a sus hijos, a menudo son estos hijos los que impulsan a estas madres a emigrar, proporcionarles un futuro es su objetivo y para conseguirlo asumen la paradoja de la separación, de “abandonar” a sus hijos para ofrecerles un futuro mejor (INCLÁN, 2009, LEVITT, 2010).

Las madres se pueden sentir endeudadas con sus hijos por la separación, pudiendo crear obligaciones cargadas de culpa. En palabras de Boszormenyi-Nagy y Spark (2012) la familia es una mezcla de contabilidad de deudas y de méritos de unos con otros. La calidad de las relaciones entre los adultos antes de la migración es importante depende, en parte, de si la familia pertenece a una cultura migratoria donde se transmitan y admitan modelos informales de separación que promueven la cooperación familiar (FALICOV, 2008).

Los hijos necesitan ajustes adaptativos para poder desarrollar otras relaciones de apego, y estas separaciones cuestionan las teorías psicológicas que priorizan el vínculo primario madres-hijos. Conviene destacar la idea de Falicov (2008) de como recientemente se ha ampliado esta noción de múltiples apegos con sus jerarquías afectivas respectivas, que amplía este enfoque para incluir a la madre migrante, que puede pertenecer a una cultura colectivista donde es habitual que los menores puedan ser criados por otros parientes.

La reagrupación puede ser una estrategia familiar, es decir, salir con la intención clara de alcanzar este reencuentro. Puede ser que se quede solo en una expectativa, que se consolide, pero con conflictos, o que se materialice en la expectativa cumplida. La familia transnacional identifica la reagrupación con un ideal de familia, que proporciona apoyo emocional y económico (GÓMEZ MONTOYA; GÓMEZ GONZÁLEZ; LUQUE, 2011; INCLÁN, 2009).

### LA MATERNIDAD A DISTANCIA

Para estas madres en estas circunstancias, la relación con sus hijos es complicada, intentar mantener el vínculo emocional, e intentar supervisar desde la distancia la vida diaria, su crecimiento y su educación, además de intentar mantener vivo el recuerdo y ofrecer cuidados materiales no es fácil (BECK; BECK-GERNSHEIM, 2012; MUSITU, 2012). Para estas madres a distancia es difícil valorar la educación y el trato que están recibiendo sus hijos. Las remesas calman la ansiedad y la culpa que estas madres experimentan recompensando materialmente la carencia afectiva que su ausencia representa. Las remesas son la clave de dependencia económica y afectiva en las familias transnacionales es, realmente, el contexto de reciprocidad que caracterizan las cadenas migratorias (PARELLA; CAVALCANTI, 2008). Ellas son las responsables de contribuir al bienestar de la familia extensa, la sobrecarga emocional deriva de esta responsabilidad. La frustración aparece cuando no pueden asumir las exigencias económicas, para las familias en origen las remesas significan el éxito del proyecto de estas mujeres, pero las precarias situaciones económicas limitan la capacidad para obtener este reconocimiento. El envío de remesas, por ejemplo, impide a estas mujeres cumplir la expectativa de mejorar su calidad de vida, significando una carga para sus vidas, estas remesas ponen en peligro su bienestar teniendo que adaptarse a lo mínimo para su subsistencia y renunciar a las oportunidades que ofrece el nuevo entorno, su desfavorable posición social limita sus aspiraciones idealizadas (DEL FRESNO, 2011; GÓMEZ MONTOYA; GÓMEZ GONZÁLEZ; LUQUE, 2011).

Las remesas, pueden llegar a sacrificar su propia movilidad socio-laboral esta “*atadura*” precariza su calidad de vida (BERTINO; ARNAIZ; PEREDA, 2006; OSO CASAS, 2010).

En las *familias transnacionales* los vínculos económicos son un asunto clave, se puede decir que definen esta circunstancia transnacional. Las remesas enviadas a la familia están directamente relacionadas con proporcionar un sentido de pertenencia y estatus para ellas y de prestigio para las familias en origen. Son vínculos que añaden estatus e incrementan las estrategias y capacidades de la familia, en este sentido, las expectativas se cumplen si pueden mejorar económicamente, si hay cambios vitales positivos y ascenso social.

## EL REENCUENTRO CON LOS HIJOS

El reencuentro con los hijos puede ser decepcionante, los hijos pueden tener una imagen distorsionada del país de destino porque desconocen lo que van a encontrar, las madres pueden esperar hijos agradecidos por el sacrificio y encuentran hijos distantes. La frustración del encuentro puede ser muy dolorosa y transformar el encuentro en hostilidad y fracaso (BERTINO; ARNAIZ; PEREDA, 2006; GÓMEZ MONTOYA; GÓMEZ GONZÁLEZ; LUQUE, 2011) las expectativas en destino después de años de separación puede que no se cumplan, así, ni el país cumple lo soñado ni la relación es la misma.

En definitiva, estos hijos se encuentran con una realidad que no esperaban, idealizan el país de acogida, las exigencias de estos hijos y las expectativas sobre la vida en destino oscurecen el reencuentro. Diversos autores señalan que después de largos periodos de separación, el éxito del reencuentro dependerá de los contactos mantenidos, del sentimiento de abandono percibido por los hijos, de la relación de apego previa, de la voluntariedad de querer ser reagrupados, de los vínculos con los cuidadores en origen y del tipo de cuidado que recibieron y por quién (BERTINO; ARNAIZ; PEREDA, 2006; BERTINO; MONTES; ARNAIZ, 2014; SLUZKI, 1996).

Tras la reagrupación las diferencias en la *concepción familiar* y la educación pueden ser notorias. En general se critica la permisividad local de los padres en la educación de los hijos, mostrando mayor acuerdo con valores tradicionalistas y jerárquicos. Manifiestan un intenso contraste del modelo familiar tradicional con las sociedades desarrolladas individualistas (HOFSTEDDE, 2001; INGLEHART et al., 2004; LIPOVETSKY; SERROY, 2010; ZLOBINA; BASABE; PÁEZ, 2004).

## LAS ASIMETRÍAS EN LA RELACIÓN DE PAREJA: EL ANTES Y EL DESPUÉS

Cuando las mujeres adoptan ideas de género más igualitarias se plantean diferentes reglas de convivencia. Los códigos de género tradicionales minimizan el valor de las nuevas oportunidades para las mujeres e implantan un desequilibrio de poder que, además, instaaura el resentimiento en la relación viéndose ambos defraudados. Se ha querido evidenciar como los contrastes culturales tienen un efecto diferente en hombres y mujeres pudiendo tener dos visiones diferentes del mundo en mutuo conflicto, el entorno cambiante para las mujeres es la economía y, para los hombres, lo que cambia son las mujeres, esto es una fuente de desencuentro. Donde las mujeres ven oportunidades, los hombres ven cambios amenazantes (HOCHSCHILD, 2008) en este contexto la pareja se resiente y las discrepancias tienen consecuencias.

En el nuevo contexto puede ocurrir que la mujer progrese y que el hombre se quede “anclado”. Ambos miembros de la pareja pueden presentar diferentes ritmos, parece que las mujeres se adaptan mejor porque el entorno mejora las condiciones de ellas, esto provoca la asimetría en la relación. Los conflictos culturales pueden producir una desigual integración entre ambos, porque los espacios de libertad para ellas son mayores derivados de las diferencias entre la ideología igualitaria y tradicional. Las mujeres pueden verse atrapadas entre la nueva ideología de género, las “*nuevas*” reglas de la mujer y los “*viejos*” sentimientos de los hombres (HOCHSCHILD, 2008, p. 200).



Puede que los hombres no acepten los cambios que convierten a las mujeres en responsables de la familia, planteándose los conflictos clásicos de las relaciones de poder asimétrico, que en este caso surgen de compatibilizar sus vidas privadas familiares y laborales sin un consenso entre ambos, los hombres tienen más dificultades para reconocer, por ejemplo, el mérito del esfuerzo de sus mujeres por el trabajo asalariado que desempeñan. Los hombres piensan más en el retorno que las mujeres, las mujeres enfocan su proyecto migratorio más a largo plazo, se muestran más favorables a quedarse y a la reagrupación familiar (GARCÍA BORREGO, 2010, p.70).

### **LOS CAMBIOS DE ROL: ENTRE LA PERCEPCIÓN DE LA DIFERENCIA Y LA IGUALDAD DE GÉNERO**

Los roles de género cambian con el proceso de aculturación, que usualmente refleja una modificación hacia valores más flexibles, teniendo que enfrentarse a múltiples ajustes psicosociales: cambio de valores, de estructura y funcionamiento familiar, de identidad, de sistema laboral, así, la integración implica la internalización de estas nuevas normas sociales (INCLÁN; MARTÍ; GAY, 2012). Las mujeres migrantes pueden tener la creencia de que el igualitarismo entre géneros es un principio en las sociedades receptoras en contraste con sus países. Pero estas creencias sobre el acceso al mundo laboral, poder centrarse en el trabajo si lo quieren y el cambio de los roles sexuales, pueden ser engañosas. Estas mujeres han podido salir y mirar con distancias estas situaciones, pero la discriminación de género persiste en destino (HOCHSCHILD, 2008).

Por ejemplo, en los datos sobre violencia de género, se destaca el incremento del maltrato y de las agresiones a mujeres extranjeras, la desprotección está entre las causas de la incidencia de este machismo violento. Están lejos de su país y de sus familias, la cultura de desigualdad y la tolerancia a la violencia puede ser acusada en sus países.

Parece claro que las mujeres extranjeras son más vulnerables que las nativas, así la tasa de violencia de género es cinco veces superior (ESCUADERO, 2011; PICUM, 2011)

### **EL CRECIMIENTO PSICOLÓGICO Y LA VALORACIÓN SOCIAL**

Con la migración pueden sentirse mujeres trabajadoras e independientes que encuentran en su actividad económica una fuente de autonomía personal y reconocimiento y que, a pesar de las situaciones de precariedad emocional por las separaciones, y la precariedad económica por el trabajo que realizan, es una opción en la que logran valoración y prestigio. Las mujeres migrantes y contribuyen con una participación no igual, sino exclusiva, en muchos casos, en los gastos familiares. Muchas de estas mujeres han logrado que sus parejas e hijos varones asuman parte de las responsabilidades domésticas, tareas, que como señala Gil Araujo (2010), en sus países de origen eran exclusivamente responsabilidad femenina. Las estrategias de las familias cambian y se adaptan, estas mujeres pueden verse favorecidas percibiendo más oportunidades y derechos (HOCHSCHILD, 2008).

Entre las mejoras en su posición destaca la autoestima que deriva, en muchos, casos de la fuerza para proteger a sus familias, para resistir la dureza de la experiencia y la capacidad tanto de rehacerse como de rehacer su vida social en otro contexto, organizarse en un entorno desconocido, poder seguir su ritmo de vida y costumbres, además del grado de individuación que logran respecto del núcleo familiar, en definitiva, buscar beneficios y significados positivos a la experiencia vivida. Estas madres “*víctimas voluntarias*” en palabras de Boszormenyi-Nagy y Spark (2012, p. 191) consiguen mayor poder social; de su sacrificio, posiblemente, resulte la fuerza de más cohesión y la influencia que más control ejerce dentro de la familia, hay una cuestión de “dar y tomar” entre ambos grupos, los que migraron y los que no.

En este trabajo se van a analizar estos procesos de cambio en los roles de género como resultados de la aculturación y la incorporación de las mujeres migrantes a nichos laborales que transforman las familias, las relaciones materno-filiales, las relaciones de pareja, y las identidades de las mujeres.

## OBJETIVOS E HIPÓTESIS

El objetivo del presente estudio era indagar sobre las experiencias de mujeres latinoamericanas inmigrantes de primera generación en España. Este estudio incluye los siete ámbitos de aculturación: *Los motivos de inmigración* (1), *el estrés de aculturación en la familia* (2), *el choque cultural* (3), (4) *los cambios de rol de género* derivados de la migración, (5) *la valoración del proyecto migratorio*, (6) el efecto protector de la *red social* y, por último, (7) *las estrategias de afrontamiento y fortalezas psicológicas* derivadas de la experiencia. Por una cuestión de espacio para esta publicación se han seleccionado las facetas 2 y 4 relativas a los cambios en los roles familiares y de género fruto de la inmigración. La hipótesis general plantea que las posibilidades de empleo en la sociedad receptora otorgan a las mujeres migrantes una posición en las nuevas relaciones familiares, como sustentadores y cabezas de familia, que transformará su posición en la familia, en las relaciones materno-filiales y en las relaciones de pareja.

## MÉTODO Y PROCEDIMIENTO

Se trata de un sondeo cualitativo para el que se llevaron a cabo 10 entrevistas individuales en profundidad a diez mujeres inmigrantes latinoamericanas residentes en el País Vasco (región autónoma del norte de España) y usuarias de un Centro de Salud Mental comunitario (MAPS Rekalde). Las participantes fueron seleccionadas porque representaran una tipología de las mujeres que migran por motivos económicos, pertenecen a estratos económicos bajos en sus países, y ocupan puestos de trabajo en la sociedad receptora, en sectores como el doméstico, la hostelería y el cuidado de personas (AIERDI et al., 2013; MORENO, 2014).

La edad media era 35.40 años (DT = 9.16, rango 22 a 55); todas ellas tienen hijos (Media = 2.10, DT = 0.56, rango de 1 a 3). El tiempo medio en estancia en España era 10.80 años (DT = 5.84, rango 1 a 22), el 90% tienen permiso de residencia en España. En su mayor parte (80%) reciben ayudas económicas, y también en su mayor parte (80%) viven en pisos de alquiler. Las participantes proceden de aquellos países latinoamericanos principales emisores de mujeres migrantes a España (Perú, Colombia, Brasil, Paraguay, Honduras y Ecuador (MORENO, 2014).

Nueve de ellas viven en núcleos familiares compuestos por ellas y sus hijos, son madres solas que migran con la perspectiva de proporcionar bienestar a sus hijos, frecuentemente con historias de violencia familiar, hecho que se da con frecuencia entre las mujeres migrantes que acuden a servicios de salud mental y servicios sociales (MOORE, 2004; SAMSÓ et al., 2007; SUÁREZ-HERNÁNDEZ et al., 2011), siendo frecuente las separaciones antes de la migración y también una vez establecidas en destino así como que algunos de los hijos estén en el país de origen y que hayan tenido hijos una vez afincadas en España. Estas situaciones familiares configuran núcleos feminizados, matrilineales, donde los hijos/as conviven con sus madres, y en los casos de familias transnacionales los hijos en el país de origen son mantenidos por las madres a distancia (de los 10 casos, en 8, el núcleo de convivencia está formado por madre e hijos y 2 casos son familias con presencia del padre).

Las mujeres fueron informadas del objetivo del estudio, accediendo voluntariamente a su participación, dando su consentimiento firmado, para participar y grabar las entrevistas. Se siguió el protocolo ético de los servicios sanitarios públicos. Se partió de un guión semi-estructurado, organizado en torno siete macro-categorías (véase anexo).

## ANÁLISIS DE CONTENIDO Y TRATAMIENTO DE DATOS

Para el tratamiento del análisis de contenido de las narraciones se utilizó el programa Atlas.ti, con los documentos primarios, que se componen de las transcripciones literales de las narraciones, textos organizados en la misma secuencia en la que se dieron cada una de las entrevistas. Para asegurar la validez de contenido y estructurar de manera ordenada los discursos, se elaboró un sistema de codificación y se aplicó el acuerdo inter-jueces.

Con dos jueces se creó una matriz de datos con el conjunto de ideas (1522 ideas) y los códigos asignados por cada uno de los jueces. Se aplicó la fórmula para datos dicotómicos (KRIPPENDORFF, 2011, p.3). El coeficiente de fiabilidad alpha de Krippendorff fue 0.872 para el conjunto de todas las ideas, indicando un buen acuerdo interjueces (por encima de 0.75). Posteriormente, se discutieron los desacuerdos y se llegó a un consenso o decisión final en el que se asignaba un único código por idea. Todo ello permite seleccionar aquellas ideas que ejemplificaban los distintos contenidos básicos, o macro-categorías, así como un análisis más fino con los ejemplos de las sub-categorías y códigos de análisis. Finalmente, y para tener una idea más holística y visual del discurso de las mujeres, se han construido las redes de ideas (networks) o redes de co-ocurrencias, esto es, el tipo de categorías e ideas que se presentan asociadas entre sí porque comparten los mismos fragmentos.

Se seleccionaron como nodos centrales las macro-categorías más prevalentes en los discursos, que fueron el *estrés de aculturación* y *los cambios en los roles de género* y familiares, junto a ellas se mostraron las categorías asociadas. Estas variables constituyen los elementos centrales de este artículo.

## RESULTADOS

Se han seleccionado aquellos resultados más importantes relacionados con las macro-categorías más prevalencias (2 y 4). Se comienza con una descripción general de las frecuencias de macro-categorías e ideas, para seguir describiendo aquellos relatos que ejemplifican estas dos facetas, para finalizar con la exposición de las redes de días (networks) donde se pueden visualizar las conexiones entre las distintas categorías de análisis del discurso, con citas ejemplares de las mismas.

### RESULTADOS DESCRIPTIVOS

Alrededor del 30% de las ideas tratan sobre las repercusiones de la migración para las mujeres y sus familias, comprendidas en las macro-categorías del estrés de aculturación en el ámbito familiar (17.8% de las ideas predominantes) y los cambios de rol y sus implicaciones familiares (12.5%). Otras cuestiones son también importantes como el choque cultural debido a la percepción de diferencias culturales que suponen el de las ideas 20% y las valoraciones sobre el propio proyecto migratorio (18.3%), las formas de afrontar el estrés y los cambios en la sociedad de acogida, así como las fortalezas experimentadas (14%), las ideas sobre las redes sociales constituyen un 10%, y, por último, los motivos de la migración forman un 4.7%.

En síntesis, los discursos se centran principalmente en el estrés de aculturación y los cambios en los roles de género y familiares derivados de la migración, en la valoración del proyecto migratorio y los cambios llevados a cabo por las mujeres y sus familias y en el análisis de las formas de afrontar esos cambios. Una visión más detallada de los temas incluidos en las dos macro-categorías (2 y 4) que serán descritas en este estudio puede verse en la tabla 1 adjunta.



Tabla 1 – Sistema de categorías de las narraciones: macro-categorías 2 y 4

Macro-Categorías	Categorías y subcategorías
2. FAMILIA: ESTRÉS ACULTURACIÓN (n = 271 ideas)	2.1. Separación familiar (n = 97) 2.2. Maternidad (n= 73) 2.2.1. Gestión de la maternidad a distancia 2.2.2. Hijos en sociedad de acogida 2.3.- Parejas (n = 101) 2.3.1. Separación después de la migración 2.3.2. PM: Conflicto - familia nativa/otro país 2.3.3. PM: Apoyo - familia nativa/otro país 2.3.4. PM: Conflicto -Pareja 2.3.5. PM: Apoyo -Pareja 2.4. Distancia etnocultural de origen y de adopción
4. CAMBIOS DE ROL (n= 190 ideas)	4.1. Posición de rol: mejoras (n = 80) 4.1.1. Reconocimiento social 4.1.2. Igualdad de género 4.1.3. Autoestima 4.2. Pareja: Asimetría de adaptación (n= 40) 4.3. Discriminación y sexismo (n= 70) 4.3.1. Discriminación en origen 4.3.2. Discriminación en acogida

Fonte: Elaboracion propia (2020).

### MACRO-CATEGORÍA: ESTRÉS DE ACULTURACIÓN EN EL ÁMBITO FAMILIAR

Todas las participantes expresan los *costes emocionales de las separaciones familiares*. En estos relatos domina la culpa y el miedo a la pérdida. Los ejemplos reiterados giran en torno a la dureza de la separación, la añoranza, la impotencia y el arrepentimiento por los años de separación, proporcionar a sus hijos un futuro mejor justifica la migración, que está omnipresente en sus relatos, pero se cuestionan que hubiera sido mejor para éstos, qué hubiera significado no migrar y si pudieran volver a empezar después de lo que han vivido y sentido, tomarían la misma decisión.

La impotencia de no poder solucionar los problemas familiares desde la distancia, y la incertidumbre de no saber exactamente en qué situación se encuentran, no contar con ellos en los momentos de crisis o el miedo a perder los vínculos definitivamente también es una constante. La sub-categoría de la *gestión de la maternidad a distancia* supone el 27% de las ideas.

(...). Ahora tiene 14 años, es lo que más..., que de verdad si tuviera la oportunidad o volviese a hacer el viaje, como se dice echar el tiempo para atrás, me traería a mi hija conmigo. Siento tristeza, porque es ver a otras niñas que tienen su misma edad que viven de una manera y que yo quisiera que ella disfrutará de esas mismas cosas y allí no las vive (Colombia, 37años).

Yo tenía mucha culpa, yo decía: “yo si volviera a nacer no volviera a hacer lo que hice”. Porque la persona que me trajo fue mi hermano, me dijo: “no, si tú necesitas dinero y quieres trabajar, quieres plata, tienes que venirte pero sola, a tu hijo lo dejas allá”. (...), así como yo entré sin papeles, pero no lo pude traer (...). Eso es de lo único que yo me arrepiento en toda mi vida. Sí, la separación del niño (Ecuador, 35 años).

Sí, porque yo estoy aquí sola, sola estoy aquí, pero... bueno estoy sola. Cuando yo hablo con ellas (hijas) yo siento..., tengo ganas de llorar. Por nada me enfado, pero por nada me enfado, pero por pensar en ellas, me enfado por ellas. (...). Por teléfono los sábados por video-llamada, sí, y las veo, el 31 de diciembre las vi a las dos, ¡uf! vi como el mundo se me caía encima... por ellas estoy aquí. Sí, tengo miedo, tengo miedo, bastante miedo, porque cuando hablo con mis niñas la mayor me dice: “yo te quiero ver, venir, venir o si no mandar por mí, yo te quiero ver” y me siento triste hasta llorar (Honduras, 22 años).

Así mismo, destacan los esfuerzos para lograr reagrupar a sus hijos y las dificultades del reencuentro y la convivencia. Hay hijos que no se adaptan, y la desestabilización que ello genera, responsabilizan a sus madres al encontrar una vida peor de la que imaginaban. Igualmente destacan que no ven recompensado ni reconocido el sacrificio realizado, además de los riesgos de la nueva cultura. Las diferencias en la *concepción familiar* son notorias critican las relaciones familiares en la sociedad de acogida, consideran que son permisivas, que los padres carecen de autoridad sobre los hijos, y nuevamente que el logro personal y el trabajo están por encima de la familia.

Con mi hijo poca comunicación, él no me dice nada, ni cómo están, ni...lo único cuando necesita algo. Mis hijos abusan de mí. (...). Sí es egoísta, un interés egoísta. (...) ¿Qué ha aportado? para los míos, nada. Porque ellos no han agradecido lo que yo he hecho. (...). Porque supongamos mi hijo me costó mucho dinero para traerlo y todavía en este momento me reprocha que lo hubiera traído de Colombia. Me reprocha, me dice que no quería venirse. (...) Sí, porque dice que estaría mejor allá, y gasté muchísimo, muchísimo dinero para poderlo traer y la otra niña también, la pequeña también que traje y lo dice, todos los días lo dice. (...). No, no tienen respeto, no tienen consideración, siento que no me quieren, siento que soy un objeto que cuando me necesitan, sí, soy útil para ellos (Colombia 55 años).

## MACRO-CATEGORÍA: CAMBIOS DE ROL DE GÉNERO DERIVADOS DE LA MIGRACIÓN

Los cambios importantes positivos representan el 42% de las ideas de la sub-categoría *mejoras en la posición de rol*. La experiencia les ha supuesto un cambio en la posición que ocupan frente a sus familias, relacionan las ganancias con el *Reconocimiento social* por el esfuerzo realizado. Perciben la admiración y el respeto por haber podido y contribuir al bienestar de sus familias y, que a pesar de la falta de soporte emocional por las separaciones y la precariedad económica por el trabajo que realizan, han logrado prestigio personal y social en sus grupos de origen. Es el estatus lo más valorado por ellas, estatus devaluado en su cultura de origen antes de migrar. Rescatan así los aspectos positivos que representa esta experiencia, por ser “emprendedoras” y capaces de sacar a la familia adelante, y en los comentarios de admiración que escuchan de sus familias por primera vez. Ser aceptadas por los suyos es básico. De esta manera las mujeres racionalizan y justifican su sacrificio. *La autoestima* se refleja en sentimiento casi generalizado de autoconfianza derivada de haber podido “plantar cara a las dificultades”. Se consideraban débiles antes de la experiencia. Las mujeres entrevistadas destacan el poder valerse solas, sentirse a gusto consigo mismas, estar satisfechas con los roles que desempeñan, considerando la experiencia un aprendizaje, han recorrido un camino de intensos cambios.

Y a nivel de mi familia, pues que aunque sé que los quiero mucho, que me hacen mucha falta, que anhelo pues estar en momentos con ellos también le apporto a ellos; pues igual frases que nunca se me dijeron cuando yo estaba allí y que me las dicen ahora que estoy aquí. No, siento que me acogen con más amor. Anteriormente como estaba allí pues nunca había la palabra: “te quiero mucho”, o: “mami te amo” como me suele decir mi padre muchas veces, o sea le cuelgo el teléfono: “mami la amo mucho, te extraño”, cosas así, cosas que cuando yo vivía con ellos nunca me dijeron (Colombia, 37 años).

Por otra parte, una constante en los relatos es la cuestión de la mayor *igualdad de género* en la sociedad de acogida, la sensación de libertad con la que pueden desenvolverse, encuentran más oportunidades en general. Se sienten mujeres trabajadoras e independientes y capaces de reconstruir su vida. Se sorprenden de que las mujeres autóctonas vivan en situaciones que las dañan y no huyan de sus parejas; ellas carecen de refugios y recursos contra la violencia machista. Salir adelante, luchar y no depender económicamente de un hombre es básicamente la diferencia que encuentran. La comparación social con la situación en los países de origen les lleva a no entender cómo las mujeres autóctonas pueden sentirse desprotegidas. Las mujeres refieren no tener confianza en sus gobiernos porque no garantizan protección como mujeres en los casos de violencia, ni protección sanitaria o jurídica, así es difícil sobrevivir sin depender de familias y parejas. Se aprecia agradecimiento en el caso de mujeres que han salido de las situaciones de maltrato, en este sentido la migración abre oportunidades para reconstruir la vida.

¡Uf, y más oportunidades!, el hecho de haber podido estudiar, el hecho de haber podido trabajar. Yo aquí sí, muy apoyada. Hay apoyo, por lo menos para la mujer, aquí hay muchísimo apoyo. Cuando me separé, eh... me apoyaron mucho, me explicaron los derechos y las obligaciones que tengo, y mi hija se quedó conmigo, o sea, me ayudaron mucho (Bolivia, 29 años).

Para mí mucho, poder tomar mis propias decisiones, como ser independiente, o sea, saber que sólo dependo de mí, de lo que yo haga. (...). En mi vida personal he incorporado lo de las mujeres. Es esa fuerza, ese empuje de salir adelante, de luchar, ser independientes, no depender económicamente del marido, sino de ellas..., es lo que ha marcado mi vida, es lo que más me ha gustado. Que un hombre te venga a mandar, que te diga lo que tienes que hacer, no, tú eres la que decides lo que quieres hacer, y si lo quieres hacer, o no, es cosa tuya, compartes con tu pareja pero al final decides tú también.

Aquí no, aquí yo trabajo, manejo yo mi economía, en que me lo quiero gastar en que no me lo quiero gastar..., el no ver que si haces algo te están señalando como suele pasar en mi país, en ese sentido aquí yo creo que ha sido mejor, para mí ha sido lo mejor (Colombia, 37 años).

Yo nunca..., es que sentirte desprotegido aquí ¡es de tontos! Aquí una mujer..., la que sea, latina, árabe, de aquí mismo, sí está bajo un techo aguantando los insultos o los golpes de un hombre es porque quiere, ¡eh!, porque el sistema se lo pone fácil para empezar otra vida, yo lo veo así, una mujer en Colombia con cuatro hijos que no tiene nada, que no tiene donde irse... (Colombia, 38 años).

Respecto a la *asimetría de adaptación* las mujeres que vinieron en pareja y se han separado tras la migración son una constante. Los ritmos de adaptación y las relaciones de poder cambian. Ellas sostienen económicamente a la familia y viven en un contexto de más libertad que en ocasiones ellos no aceptan. Describen algunas de ellas que están solas porque su pareja las abandonó, o porque escaparon de matrimonios donde recibieron maltrato, o están casadas pero solas, en el sentido de ser las responsables de sacar adelante incluso a sus parejas, incapaces de salir adelante sin ellas. Para algunos hombres la independencia económica de las mujeres distorsiona su rol, destruyen su autoestima. Así, se han visto varios casos en los que el alcoholismo y los celos aparecen y el deseo de retorno es recurrente. Los conflictos de pareja surgidos una vez las mujeres se han establecido en la sociedad de acogida suponen el 34%. Las razones responden a los diferentes roles que juegan hombres y mujeres en la familia, ellas están más involucradas viven el proyecto como una estrategia familiar y reflejan en sus testimonios que los hombres sienten menos culpa e implicación.

¡Claro!, es que de hecho la migración es para la mujer, por lo menos en estos países. Aquí, ahora, o cuando ha habido la obra (construcción), el hombre ha tenido una oportunidad, pero ahora mismo, si ves, la que está llevando el pan a la casa es la mujer latina. Porque para cuidar niños tú no se los vas a dejar a un hombre (Colombia, 38 años).

(...) estoy separada. (...) justamente porque el choque cultural fue brutal para él, porque..., bueno..., yo estaba sola, y yo me integré fácil, porque al principio trabajaba..., cómo se dice..., interna. Y en mi soledad y tal no tenía..., nadie dependía de mí, estaba sola y el trabajo era todo para mí. Pero cuando ellos llegaron tuve que cambiar de trabajo, cambio un poco mi forma de vida, ya tenía que volver a acostumbrarme a estar con ellos, a que eran mi responsabilidad. (...) lo que no veía bien era ese cambio, o sea, ese cambio que hay aquí, él decía: “ah, pero aquí son muy liberales, qué cómo un niño puede estar así, en la plaza, tan tranquilo..., tan pequeño, pero ya tiene novia y tal...” (Bolivia, 29 años).

La mujer se adapta mucho más, mucho mejor, muchísimo mejor, los hombres todavía mantienen ese rol machista, ese rol protector, no terminan de adaptarse a esta nueva sociedad, no abren la mente, no terminan de crecer, y pasa lo que pasa que no..., sí, y hay choques. Ya del hombre de por sí, por su naturaleza es bastante inmaduro, y le cuesta un poco crecer (Perú 43 años).

La relación de pareja la ha roto la emigración, la ha roto la economía porque al principio todo era mi esposo... Sí, hemos cambiado, nos hemos separado. Vivimos juntos pero separados. (...). Por las circunstancias, porque él ve que yo trabajo y él no puede trabajar, entonces pues... él se ha puesto un poco más apartado de mí. Y dice él que no, que eso no puede ser porque yo no puedo trabajar tan duro y que nadie está aportando. (...). Sí, es más bien por eso, por la situación económica. Porque si él estuviera trabajando yo sé que estaríamos juntos, porque en el principio fue así, en el principio trabajábamos, ganamos dinero para pagar allí, para pagar las compras... entonces en lo que hace que él dejó de trabajar ha cambiado mucho, es muy callado, no dice nada” (Colombia 55 años).

Destacan experiencias de *discriminación y sexismo* (36.8% de esta sub-categoría). Por primera vez son protagonistas y se exponen a prejuicios sexistas que les describen como mujeres fáciles. Las mujeres entrevistadas, por ejemplo, refieren como en sus países si las mujeres trasgreden son calificadas en términos muy duros, por eso es difícil que las mujeres aspiren a ser independientes, en el espacio público existen reglas implícitas que prohíben determinados comportamientos.

(...) y hay veces que a la gente mayor le cuesta adecuarse y habituarse a un sitio, a la gente..., porque los jóvenes siempre son más abiertos, más colaboradores, más sencillos (...) Sí, sí, a los mayores de aquí les cuesta más aceptar, porque hay gente mayor que entiende muy bien lo de la emigración, por la historia de inmigración que ha habido también en Bilbao, y lo entienden muy bien, pero hay personas que no, que no entienden, y pues piensan que igual venimos a robarles el trabajo, o el dinero, pero no... (Bolivia, 29 años).

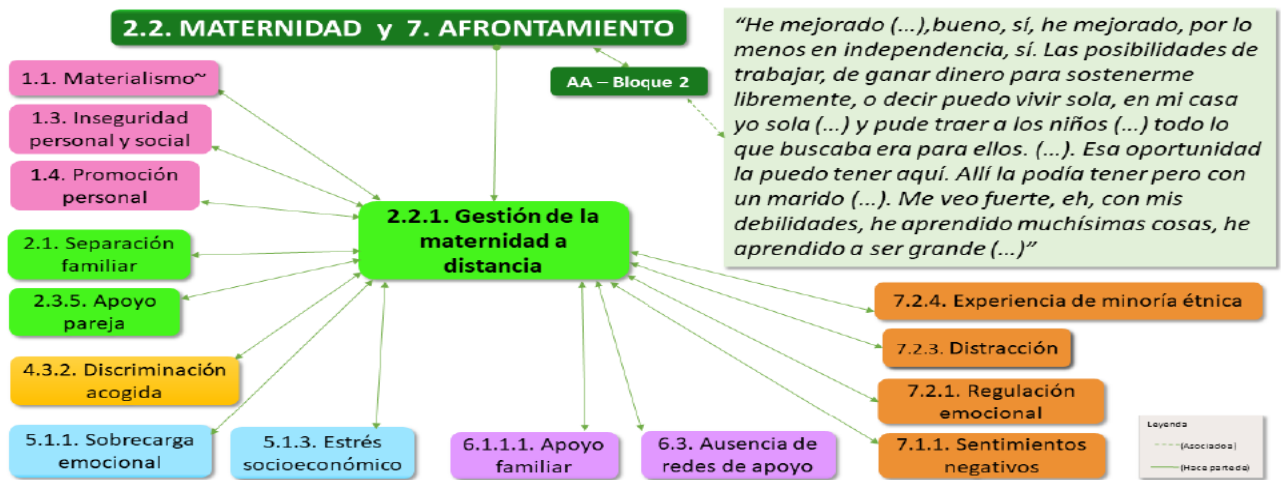
La manera de ser de las personas. Allá hablamos todo, conversamos todo. Eso no hay aquí en el vecindario, nos tienen rabia, no nos quieren, todo lo que pasa es por nosotros. (...) En el sentido de que no saludan, (...) siempre los colombianos, que no sabemos hablar, o que hacemos ruido, le llaman a la dueña de la casa y se lo dicen. En el piso donde nosotros vivimos es poca gente, no nos conocemos, pasan por encima de nosotros, no nos saludan, pero me reprochan mucho, (...) (Colombia, 55 años).

### **REDES DE IDEAS CO-OCURRENTES: ESTRÉS DE ACULTURACIÓN FAMILIAR, CAMBIOS DE ROL Y AFRONTAMIENTO DE LA MIGRACIÓN**

Se han descrito las historias de las mujeres participantes, seleccionando para ello las partes del discurso que hacían referencia a las macro-categorías *estrés de aculturación familiar y cambios de rol*. Se presentan 3 redes de ideas procedentes de tres de las entrevistas, que están representadas en las figuras 1, 2 y 3 a seguir (entrevista 1 corresponde a Figura 1, entrevista 2 corresponde a Figura 2 y entrevista 3 corresponde a Figura 3).



Figura 1 – Relación entre gestión de la maternidad a distancia y afrontamiento



Fuente: Elaboración propia, 2020.

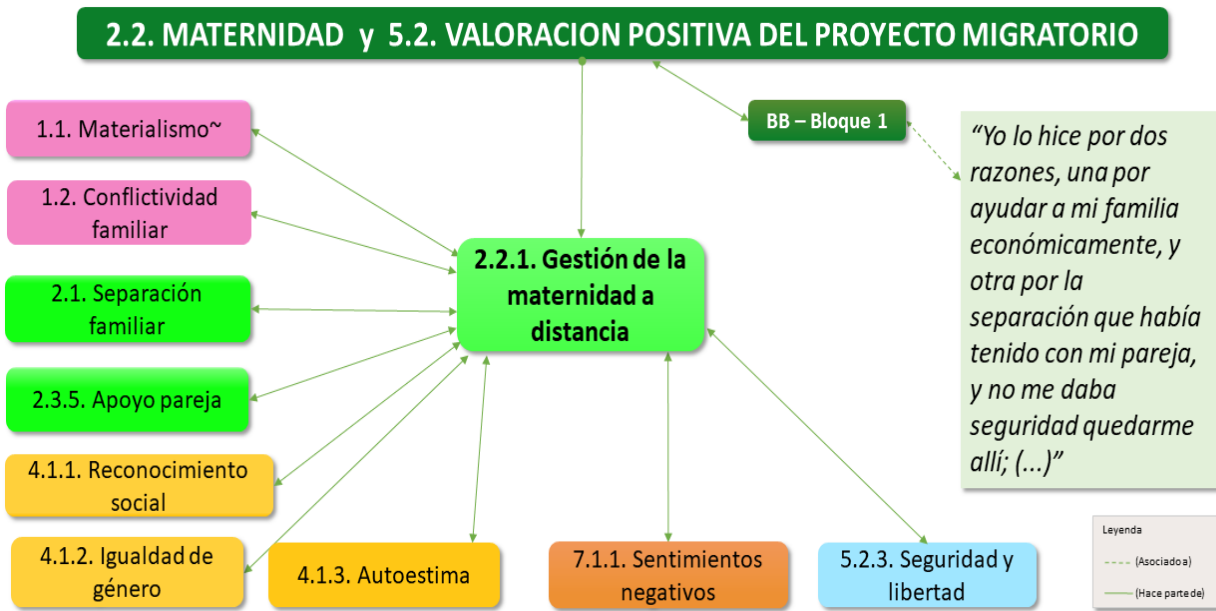
(Colombia, 38 años): describe cómo se gestiona la maternidad a distancia. Como es común, esta mujer proviene de una familia en la que la madre se ocupa de los hijos ante un padre ausente. La percepción de falta de oportunidades en su país de origen condiciona la migración. Además, la existencia de redes familiares en el país de acogida que facilitan la decisión proporcionando alojamiento y un préstamo económico que se ha de devolver. Este apoyo familiar es de tipo instrumental e incluye una serie de favores mutuos. Esta mujer se convierte en la sustentadora a distancia de la familia, incluso hay una queja explícita porque las lealtades familiares llevan a que las mujeres mantengan a toda la familia, y no sólo a sus hijos, sintiendo que la familia abusa de ella. La mujer describe las precarias condiciones de vida por las que ha pasado con jornadas laborales agotadoras. Describe el sufrimiento emocional por la distancia y el dolor en el retorno de los viajes al país de origen, es como “volver a empezar”. Sufre el sexismo en el trabajo, con comentarios degradantes, que intenta ocultar a su pareja, y ante esta presión y contención finalmente hay explosiones de ira, y síntomas de depresión.

Pues mi madre cobraba una pensión, pero bueno era una pensión deficiente y había necesidad, había necesidad, pues..., pues porque cuando tú has tenido carencias, tú no quieres lo mismo para tus hijos, entonces pues bueno..., yo tenía unos familiares aquí y pues me dieron la oportunidad, y dije: “pues me voy.

No, era yo creo el esfuerzo de tirar para adelante con todos, no solo con los niños, o sea, porque..., pues eso. Eso es lo que he hecho siempre ayudarlos a todos, de mi trabajo nunca se ha beneficiado precisamente mis hijos, de mi trabajo se han beneficiado mi madre, mis hermanos... Pero en el fondo...es así, pero sí, es verdad, yo lo veo así, hay mucho, mucho abuso también, o sea ya...,no es lo mismo tú ganar un dinero aquí, que tienes que limpiar, yo por lo menos que he tenido que trabajar dieciocho horas diarias, porque yo, yo entraba a las diez de la mañana y salía a las cuatro de la madrugada, y dormía en el piso del restaurante, en un colchón en la cocina, al lado de la lavadora, me hice al ruido de la lavadora. Y no es lo mismo ganar así el dinero que estar allí sentado viendo novelas, recibiendo dinero todos los meses. Es que hay mucho abuso también.

Muy dura, muy dura. Mira, que de hecho yo dejé de viajar con frecuencia por eso, porque me parecía que cada vez la despedida era más difícil. Lo siento (por llorar). Dejar a dos niños pequeños..., todo, todo, o sea, es el momento en que duele hasta el aire... porque luego me cuesta mucho recuperarme cuando vuelvo, muchísimo, el volver a arrancar de ánimo me cuesta muchísimo.... He pensado muchas veces en marcharme, pero eso es un segundo destierro ... igual porque tengo un niño pequeño...

Figura 2 – Gestión de la maternidad a distancia y valoración positiva del proyecto migratorio



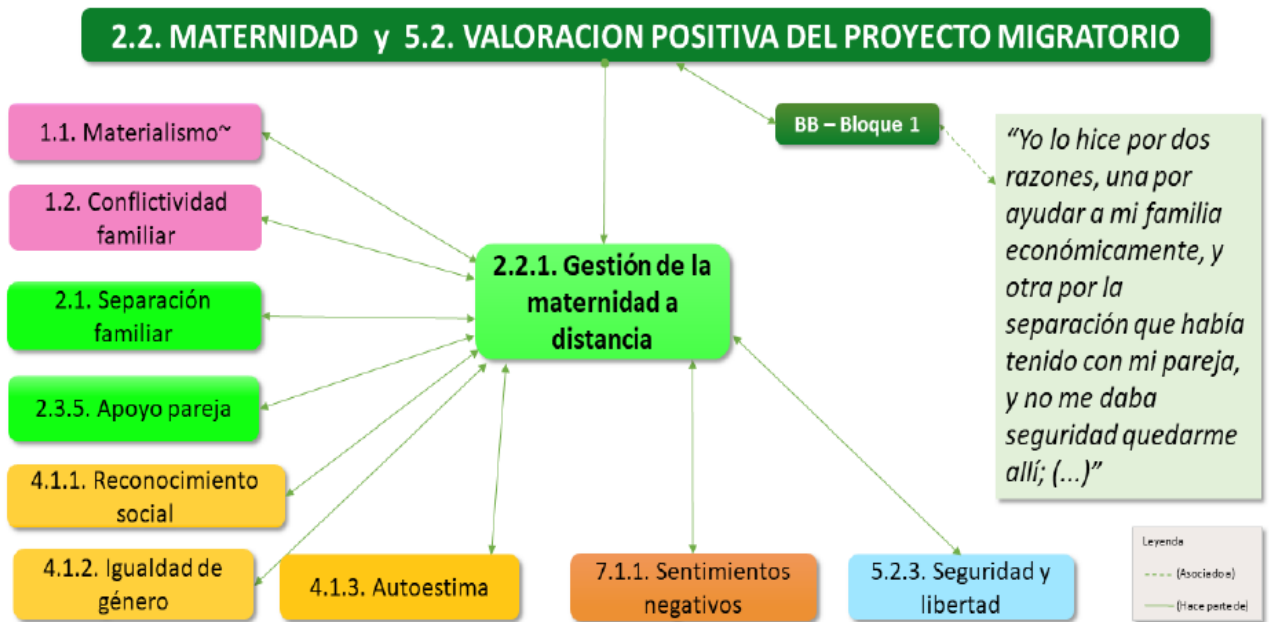
Fuente: Elaboración propia, 2020.

(Colombia, 37 años): describe los motivos predominantes de la migración de las mujeres latinoamericanas, la promoción económica familiar, añadido a la separación matrimonial y la ruptura con una situación de inseguridad ante la violencia de género. En este caso la búsqueda de seguridad es un motivo importante y la sensación de tranquilidad obtenida en la sociedad de acogida. La separación de la hija es el principal duelo para esta mujer que se acrecienta por el conflicto con el padre que impide la reagrupación que ella desearía para su hija. Los cambios de rol desde la migración han implicado autoestima, sentirse una mujer más independiente, y el aprecio y reconocimiento de la familia de origen. Los sentimientos de nostalgia, estar lejos de la familia, especialmente cuando hay que afrontar la incertidumbre e impotencia ante los acontecimientos del curso de la vida, acrecentados por la distancia, como la enfermedad del padre.

Yo me siento muy contenta cuando las cosas en mi casa, digo en mi país, te hablo exactamente de mi hija, de mi padre y de mis hermanas. Que ellos estén bien para mí ya es..., porque sé que mi hija, aunque no está conmigo, está bien, me entiendes no le falta...al menos en lo económico, sentimentalmente le faltó yo. ...Miedo sí, miedos, sí, muchos. Sí, miedo de no ver más a mi familia ... impotencia de no estar juntos ... siempre tenía la nostalgia de dejar todo atrás, la familia, las costumbres ... he perdido mucho, yo he perdido mucho, porque estoy lejos de mi familia, eso he perdido.

De por si soy muy nostálgica, yo creo que es eso, la nostalgia, de no poder estar allí y solucionar las cosas estando allí, porque estando aquí no las puedo arreglar. Igual puedo económicamente pero no es lo mismo, como se dice el dinero no arregla todo. Mi padre está enfermo y no poder yo ir y estar con él. Eso me da rabia, porque digo yo..., si él estuviera aquí conmigo yo sé que estaría más tranquilo él y estaría más tranquila yo. Y si yo estuviese allí pasaría igual. No habría como esa inquietud de qué pasa, de que tienes que estar llamando, saber si te dicen la verdad, de saber si las cosas son así o son más graves de lo que realmente te dicen..., ese tipo de situaciones, esa impotencia, no saber concretamente las cosas.

Figura 3 – Conflictos de pareja, asimetría e separación después de la migración



Fuente: Elaboración propia, 2020.

(Bolivia, 29 años): corresponde a una mujer que reagrupa a su marido y a su hija, una vez en el país de acogida se separan. Muestra las dificultades de la reagrupación y el sacrificio económico que acaba en separación. La historia muestra la asimetría de género en la adaptación a la sociedad de acogida, con un marido que deseaba retornar y que afrontaba la situación bebiendo, desencadenando tensiones y celos. Ella no tiene dificultades para integrarse, pero él no consigue aceptar el tipo de vida mostrando resentimiento hacia ella. Poder rehacer su vida tras la separación, tener a su hija viviendo con ella junto con las posibilidades de promoción personal, son las dos cuestiones que le llevan a valorar de manera positiva su migración y situación vital actual.

Sí, un poco, sí, peleamos mucho sí..., fue un problema, él siempre se ponía un poco de que quería..., de que: “por qué no nos vamos”, que él aquí y su familia allí, le tocabas eso y él se quería ir.

Claro, yo en parte no entendía eso y decía: “pero estás ahora con tu familia qué más quieres”, y decía: “pero no, mi familia..., que no sé y tal”, y bueno, hay personas que, bueno, siempre quieren separar a la familia, y al final él... Aquí lo malo también es que hay muchos bares, y a toda hora y todo, entonces al bar..., empezó a salir mucho, eh..., yo a reclamarle también mucho, otras personas pues que decían: “¡ay! tu mujer es muy amiguera... que salía” y él era una persona muy tradicional: “¡ah! pero tú estabas sola y aquí... y no puedes estar así porque me tenías que respetar...”. Yo le decía: “yo te respeto, pero eso no quiere decir que no pueda tener amistades”. Y Supongo que él creía que no podía existir una amistad digamos..., él creía que no podía existir una amistad entre un hombre y una mujer y yo decía “pero puedo tener amigos tanto como amigas”.

## CONCLUSIONES E IMPLICACIONES PARA LA INTERVENCIÓN PSICOSOCIAL

Este trabajo ha puesto de manifiesto que en las migraciones femeninas hay un desplazamiento de los roles de género, cambian las reglas y se plantean el dilema entre la adhesión a los vínculos familiares tradicionales y el deseo de promover su propia independencia, y, desde aquí, destacan las estrategias para reconstruir los lazos en estas nuevas configuraciones familiares transnacionales (ACHOTEGUI, 2010; BECK; BECK-GERNSHEIM, 2012; DEL FRESNO, 2011; GIL ARAUJO, 2010).

Una de las constantes en todas las participantes son los *costes emocionales de las separaciones familiares y la gestión de la maternidad a distancia*, predominando la culpa y el miedo a la pérdida. Estos resultados confirman que los ajustes transnacionales reestructuran los vínculos afectivos con costes emocionales elevados (FALICOV, 2001, 2008; PARELLA; CAVALCANTI, 2010). Como se ha plasmado en los relatos de las mujeres las remesas son la clave de dependencia económica y afectiva en las familias transnacionales (PARELLA; CAVALCANTI, 2008).

Con intensidad destacan la sobrecarga emocional que se relaciona con la apreciación de sentimientos intensos de sacrificio personal, de esfuerzo desproporcionado y de haber pagado un precio demasiado alto, cuando este sacrificio que no se ha visto compensado, y se perciben más pérdidas que ganancias. La incapacidad de cumplir las obligaciones genera sentimientos cargados de culpa al no haber alcanzado los proyectos deseados, que eran básicamente económicos y orientados a la reagrupación. También puede que hayan encontrado trabajo y estabilidad, pero en ocasiones a costa de romper los lazos tras años de separación. Esto refleja esa paradoja de la separación “abandonar” a sus hijos para ofrecerles un futuro mejor (INCLÁN, 2009). Se mezclan sentimientos, de modo que las mujeres

se sienten atrapadas entre las lealtades y las exigencias familiares y aunque muestran el dilema entre quedarse o partir la idea más generalizada es de no retornar.

Los cambios importantes positivos dominan gran parte del discurso sobre los cambios de rol derivados de la migración. Las mujeres migrantes rompen estereotipos y prejuicios de género, su actitud emprendedora supone autoestima y reconocimiento de género, de su sacrificio deriva su mayor poder social, consideran que han conseguido el respeto de su grupo familiar, han podido alcanzar representación, influencia y control dentro de la familia. Tratan de minimizar las experiencias negativas a cambio de los logros conseguidos así, aun no cumplidas sus expectativas, todas ellas manifiestan haber salido reforzadas de la experiencia.

El reconocimiento familiar es básico, la sensibilidad a la opinión familiar juega un papel en su bienestar. Anhelos por otra parte propios de un estilo de vida global al verse inmersas en sociedades más individualistas donde se valora la autonomía y la capacidad de decisión al margen de la familia de origen (HOFSTEDE, 2001; INGLEHART et al., 2004; LIPOVETSKY; SERROY, 2010; ZLOBINA; BASABE; PÁEZ, 2004), una realidad del nuevo contexto que en ocasiones viven como paradójica y contradictoria. Desde esta idea consiguen distanciarse de las características de la vida en origen. En estos cambios se producen *asimetrías de adaptación* en las parejas, los ritmos de adaptación y las relaciones de poder cambian (HOCHSCHILD, 2008), y las parejas se rompen con frecuencia y no comparten el proyecto migratorio (GARCÍA BORREGO, 2010).

La migración supone un cambio importante en la posición que ocupan, los sentimientos de libertad y relaciones más igualitarias, son una constante aun en los casos donde no se han cumplido las expectativas, y, aunque el deseo sea volver, la idea de retorno y la añoranza están omnipresentes, encuentran más oportunidades en general para el desarrollo personal. Las mujeres relatan que han salido ganando en



múltiples aspectos, no sólo en el sentido económico sino también en su vida personal y en la de sus hijas e hijos al vivir en lugares más seguros y con protección social.

Las participantes han descrito una variedad de formas de hacer frente al estrés de aculturación, mostrando la importancia del crecimiento psicológico derivado del aprendizaje que supone la experiencia. Uno de los factores más destacados es verse capaces de haber hecho frente a múltiples cambios. El afrontamiento de los desafíos de la migración implica sentimientos profundos que van desde el malestar emocional hasta el crecimiento personal. Se han descrito las implicaciones negativas, la ruptura con su medio y las dificultades para resistir esa presión, las dificultades de adaptación, la discriminación y el desarraigo influyen en ello, pero también resaltan las implicaciones de vivir en un entorno cultural más abierto, entorno que les permite tener aspiraciones y elegir sobre lo que consideran debe ser su papel. Perciben que han ganado auto-confianza al verse capaces de salir de sus países, y comenzar un estilo de vida como mujeres independientes. Las mujeres reevalúan su experiencia encontrando fortalezas que refuerzan su identidad y en ese camino consiguen mayor poder social (BOSZORMENYI-NAGY; SPARK, 2012).

Asimismo, las experiencias descritas por las mujeres como aspectos positivos pueden reinterpretarse en los términos descritos en la literatura sobre Crecimiento postraumático por Tedeschi y Calhoun (1996). Así, sentirse más fuerte de lo que se pensaba se reflejaría en la resiliencia de las mujeres que sentían su capacidad para haber rehecho su vida en otro contexto social difícil. Al mismo tiempo, las nuevas oportunidades experimentadas junto a los cambios en las prioridades de la vida, se manifestaron en los múltiples cambios del rol de género y en el resignificado de las relaciones familiares, donde se han redefinido las relaciones de pareja y mater-filiales, se han cambiado las aspiraciones en un entorno cultural que se percibe más igualitario y donde las mujeres parecen lograr un cierto grado de individuación respecto del núcleo familiar de origen.

No obstante, es conveniente tener en cuenta que la visión ofrecida en este trabajo sobre la inmigración femenina latinoamericana representa únicamente a un segmento de dicha población, se trata de mujeres de extracción social baja que se insertan en los nichos laborales más precarios de la sociedad receptora y principalmente en el servicio doméstico. Los informes estadísticos del Observatorio de la inmigración señalan a este sector como uno de los principales focos de la inmigración femenina (MORENO, 2014). Pero existen otros perfiles migratorios procedentes de Latinoamérica formados por profesionales y técnicos cualificados cuyas trayectorias y motivos migratorios son muy dispares desde profesionales técnicos de empresas de alta tecnología (DE LUCA, BOBOWIK; BASABE, 2011), exiliados y refugiados políticos, profesionales y estudiantes universitarios (WARD, BOCHNER, & FURNHAM, 2001). Probablemente las estrategias aculturativas y las relaciones familiares y de pareja serán heterogéneas y dispares.

Los resultados de este estudio proporcionan pistas para la elaboración de planes de intervención comunitarias para la promoción de la salud mental en las mujeres migrantes, que deben ser múltiples (individuales, familiares y comunitarias), y priorizar a las mujeres o familias que presenten mayor riesgo de exclusión social. Intervenciones que deben encaminarse a la adaptación y a la resistencia ante las demandas y los retos del entorno y la cultura dominante, para prevenir la psicopatología y el riesgo de trastornos depresivos. Este trabajo clínico debe reforzarse junto al trabajo comunitario, como recurso terapéutico eficaz que favorezca las relaciones y redes sociales, sobre todo en aquellas mujeres que tengan dificultades para establecer vínculos seguros. Programar actividades de promoción social que permitan establecer relaciones gratificantes, de confianza y ayuda concreta, y eviten el aislamiento. Favorecer la atención a los factores de riesgo que presenta la reagrupación, o el retorno a los países de origen con intervenciones terapéuticas enfocadas a reparar los lazos emocionales entre estas madres y sus hijas e hijos.

Asegurar la atención a las necesidades sociales que añaden dificultades emocionales y están relacionadas con sus condiciones de vida. Su situación administrativa y el acceso a la vivienda, la falta de empleo, o el trabajo que desempeñan, infravalorado y precario, que hace imposible la reagrupación y amenaza sus proyectos vitales. Revisar su situación administrativa y las dificultades de acceso a la regularización porque pueden sufrir obstáculos legales que determinan, por ejemplo, los tiempos de separación de la familia transnacional.

Incorporar protocolos de atención a las mujeres vulnerables a la violencia de género e intrafamiliar y a las agresiones xenófobas y racistas. Plantear medidas de acompañamiento y protección de su integridad física y psicológica es necesario, porque pueden presentar un marcado desequilibrio de los roles género, desarrollándose en creencias y estereotipos que perpetúan esta violencia.

Ayudar a estas madres a explorar su experiencia migratoria, examinando los traumas y pérdidas sufridos por ellas y sus familias de origen, y la resiliencia que muestran, que les ayudará a ver sus puntos fuertes y a examinar la creatividad y firmeza que les permite superar este proceso, a pesar del estrés que comporta, encontrando un significado positivo a su experiencia. La exposición al prejuicio y a la discriminación puede tener efectos dañinos, examinar cómo se enfrentan a esta discriminación, cómo asimilan o adaptan sus estrategias para sobrevivir en un contexto diferente.

Pero al mismo tiempo que se trabajan las dificultades hay que hacer enfatizar la toma de consciencia de la resiliencia y las fortalezas que las mujeres pueden desplegar a lo largo del proceso de aculturación en la nueva sociedad receptora y con las nuevas formas familiares que se van configurando.

Por último, adecuarse a la complejidad de las intervenciones por la influencia de elementos culturales. Examinar el entorno y el contexto cultural, que conlleva valores con un claro efecto normativo y regulador de comportamientos personales y sociales, que marcan tanto la fortaleza como la vulnerabilidad mental de las mujeres migrantes. Mejorar la comunicación en el contexto clínico y de atención psicosocial, evitando interferencias de estereotipos y prejuicios negativos. Analizar los significados culturales en la atención psicológica, en los diagnósticos y tratamientos que tienen un significado dentro de un contexto cultural y de una historia personal, y que deben enfocarse desde una perspectiva transcultural.

---

## REFERENCIAS

ACHOTEGUI, J. La depresión en los inmigrantes: una perspectiva transcultural. Barcelona: Mayo, 2002.

ACHOTEGUI, J. *Psiquiatría e inmigración*. Badalona: Euromedice, 2010.

AIERDI, X, et al. ¿Por qué llegué a Euskadi? Un estudio de caso de la feminización de la inmigración. In: CONGRESO ESPAÑOL SOCIOLOGÍA CRISIS Y CAMBIO PROPUESTAS DESDE LA SOCIOLOGÍA, 9, 2013, Madrid. *Anais...* 10-12 Julio, 2013. Disponible en: <<http://www.fes-sociologia.com/libro-de-actas-y-programa-completo-en-pdf/pages/23/>>. Acceso em: 25 mar. 2019.

BECK, U.; BECK-GERNSHEIM, E. *Amor a distancia. Nuevas formas de vida en la era global*. Barcelona: Paidós, 2012.

BERTINO, L.; ARNAIZ, V.; PEREDA, E. Factores de riesgo y protección en madres migrantes transnacionales. *Redes. Revista de Psicoterapia Relacional e Intervenciones Sociales*, n.17, p. 91-116, 2006. Disponible em: <[http://www.biblioteca.cij.gob.mx/Archivos/Materiales\\_de\\_consulta/Drogas\\_de\\_Abuso/Articulos/migrantes\\_transnacionales.pdf](http://www.biblioteca.cij.gob.mx/Archivos/Materiales_de_consulta/Drogas_de_Abuso/Articulos/migrantes_transnacionales.pdf)>. Acceso em: 25 mar. 2019.

\_\_\_\_\_; MONTES, Y.; ARNAIZ, V. Del dolor a la agresión. Situaciones de violencia filio-parental en familias migrantes extranjeras reagrupadas. *Redes. Revista de Psicoterapia Relacional e Intervenciones Sociales*, n.30, p. 91-116, 2014. Disponible em: <<http://redesdigital.com.mx/index.php/redes/article/view/143>>. Acceso em: 25 mar. 2019.

BOSZORMENYI-NAGY, I.; SPARK, G.M. *Lealtades Invisibles. Reciprocidad en terapia familiar intergeneracional*. Buenos Aires: Amorrortu, 2012.

- DE LUCA, S., BOBOWIK, M.; BASABE, N. Adaptación sociocultural de inmigrantes brasileños en el País Vasco: bienestar y aculturación. *Revista de Psicología Social*, v.26, n.2, p. 275-294, 2011. Disponible em: < <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1174/021347411795448983>>. Acceso em: 05 jan. 2020.
- DEL FRESNO, M. G. *Retos para la intervención social con familias en el siglo XXI*. Madrid: Trotta, 2011.
- ESCUADERO, E. *La realidad de las mujeres migrantes ante las intervenciones socio-sanitarias, educativas y laborales en la CAE*. Vitoria-Gasteiz: Emakunde, 2011.
- FALICOV, C. Migración, pérdida ambigua y rituales. *Perspectivas Sistémicas*, v.69, p. 15-45, 2001. Disponible em: < [http://proyectos.javerianacali.edu.co/cursos\\_virtuales/posgrado/maestria\\_asesoria\\_familiar/proyectos%20II/M%C3%B3dulo%20/U2\\_Falicov%20C.%20-Migraci%C3%B3n%20P%C3%A9rida%20ambigua%20y%20rituales.pdf](http://proyectos.javerianacali.edu.co/cursos_virtuales/posgrado/maestria_asesoria_familiar/proyectos%20II/M%C3%B3dulo%20/U2_Falicov%20C.%20-Migraci%C3%B3n%20P%C3%A9rida%20ambigua%20y%20rituales.pdf)>. Acceso em: 05 jan. 2020.
- \_\_\_\_\_. El trabajo con inmigrantes transnacionales: expandiendo los significados de Familia, Comunidad y Cultura. *Redes. Revista de Psicoterapia Relacional e Intervenciones Sociales*, v.20, p. 25-42, 2008. Disponible em: <<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2940351>>. Acceso em: 05 jan. 2020.
- GARCÍA BORREGO, I. *Familias migrantes: elementos teóricos para la investigación social. Familias, niños, niñas y jóvenes migrantes. Rompiendo estereotipos*. Madrid: IEPALA, 2010.
- GIL ARAUJO, S. Migraciones Latinoamericanas hacia el Estado Español. La reactivación del sistema migratorio transatlántico. In: RODRÍGUEZ, I.; MARTÍNEZ, J. (Eds.). *Postcolonialidades históricas: (in)visibilidades hispanoamericanas / colonialismos ibéricos*. Barcelona: Anthropos, 2008. p. 189-220.
- \_\_\_\_\_. Políticas migratorias, género y vida familiar. Un estudio exploratorio del contexto español. En Grupo Interdisciplinario de Investigadores Migrantes. *Familias, niños, niñas y jóvenes migrantes*. Madrid: IEPALA, 2010.
- GÓMEZ MONTOYA, A.; GÓMEZ GONZÁLEZ, J.A.; LUQUE VIZCAÍNO, G. ¿Para qué migramos? Algunos motivos invisibles. *Redes. Revista de Psicoterapia Relacional e Intervenciones Sociales*, v.25, p. 105-122, 2011. Disponible em: < <http://www.redesdigital.com.mx/index.php/redes/article/view/56>>. Acceso em: 05 jan. 2020.
- HOCHSCHILD, A.R: *La mercantilización de la vida íntima. Apuntes de la casa y del trabajo*. Madrid: Katz, 2008.
- HOFSTEDE, G. *Culture's consequences: Comparison values, behaviours institutions and organizations across nations*. Thousand Oaks, CA: Sage, 2001.
- INCLÁN, J. Terapia de familia con inmigrantes latinoamericanos; un modelo sistémico-ecológico. *Redes. Revista de Psicoterapia Relacional e Intervenciones Sociales*, v.22, p. 43-61, 2009. Disponible em: < <http://www.redesdigital.com.mx/index.php/redes/issue/archive>>. Acceso em: 05 jan. 2020.
- \_\_\_\_\_; MARTÍ CASTAÑER, M.; GAY PASCUAL, X. Adolescencia e inmigración: una perspectiva sistémico-ecológica. *Redes. Revista de Psicoterapia Relacional e Intervenciones Sociales*, v.27, p. 9-58, 2012.
- INGLEHART, R.. et al. (World Values Survey). *Human beliefs and values*. México: S.XXI, 2004.
- KRIPPENDORFF, K. *Computing Krippendorff's Alpha-Reliability*. Disponible em: <[https://repository.upenn.edu/asc\\_papers/43/](https://repository.upenn.edu/asc_papers/43/)>. Acceso em: 05 jan. 2020.
- LEVITT, P. Los desafíos de la vida familiar transnacional. In: Grupo Interdisciplinario de Investigadores Migrantes (Eds.). *Familias, niños, niñas y jóvenes migrantes*. Madrid: IEPALA, 2010.
- LIPOVETSKY, G.; SERROY, J. *La cultura-mundo. Respuesta a una sociedad desorientada*. Barcelona: Anagrama, 2010.
- MOORE, H. L. *Antropología y Feminismo*. Madrid: Cátedra, 2004.
- Plataforma para la Cooperación Internacional sobre Inmigrantes Indocumentados (PICUM). *Informe del taller de picum "Violencia y explotación de las mujeres inmigrantes indocumentadas: creación de estrategias para detener la impunidad"*, 2011. Bruselas: PICUM, 2010. Disponible em: < [http://picum.org/Documents/Public/2010/PICUM\\_Workshop\\_Undocumented\\_Women\\_Strategies\\_to\\_End\\_Impunity\\_ES.pdf](http://picum.org/Documents/Public/2010/PICUM_Workshop_Undocumented_Women_Strategies_to_End_Impunity_ES.pdf)>. Acceso em: 05 jan. 2020.
- MORENO, G. *Inmigración e impacto de la crisis. Anuario de la Inmigración en el País Vasco, 2013*. Bilbao: Ikuspegi, 2014. Disponible em: <[http://www.ikuspegi.eus/documentos/anuarios/anuario\\_2013\\_cas\\_OK.pdf](http://www.ikuspegi.eus/documentos/anuarios/anuario_2013_cas_OK.pdf)>. Acceso em: 05 jan. 2020.
- MUSITU, G. (Ed.). *Mujer y migración: los nuevos desafíos en América Latina*. México: Trillas, 2012.
- OSO CASAS, L. Movilidad laboral de las mujeres latinoamericanas en España y empresariado étnico. In: GRUPO INTERDISCIPLINARIO DE INVESTIGADORES MIGRANTES (Eds.). *Familias, niños, niñas y jóvenes migrantes*. Madrid: IEPALA, 2010.
- PARELLA, S.; CAVALCANTI, L. Aplicación de los campos sociales transnacionales en los estudios sobre migraciones. In: SOLÉ, C., PARELLA, S., CAVALCANTI, L. (Eds.). *Nuevos retos del transnacionalismo en el estudio de las migraciones*. Observatorio Permanente de la Inmigración. Ministerio Trabajo e Inmigración, 2008.
- \_\_\_\_\_; CAVALCANTI, L. Dinámicas familiares transnacionales y migración femenina: una exploración del contexto migratorio boliviano en España. In: GRUPO INTERDISCIPLINARIO DE INVESTIGADORES MIGRANTES (Eds.). *Familias, niños, niñas y jóvenes migrantes*. Madrid: IEPALA, 2010.
- SAMSÓ, M. et al. Elementos diferenciales entre mujeres inmigrantes y mujeres autóctonas respecto al maltrato. *Psiquiatría Biológica*, v.14, n.4, p. 163-166, 2007. Disponible em: <<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S1134593407732785>>. Acceso em: 05 jan. 2020.

SLUZKI, C.E. *La red social: frontera de la práctica sistémica*. Barcelona: Gedisa, 1996.

SUAREZ-HERNÁNDEZ, M.T. et al. Estados de ansiedad, depresión y factores relacionados en la población adulta inmigrante latinoamericana en Canarias. *SEMERGEN-Medicina de Familia*, v.37, n.8, p. 391-397, 2011. DOI: 10.1016/j.semerg.2011.03.005

TEDESCHI, R. G., & CALHOUN, L. G. The Posttraumatic Growth Inventory: Measuring the positive legacy of trauma. *Journal of traumatic stress*, v.9, n.3, p. 455-471, 1996. DOI: <https://doi.org/10.1007/BF02103658>..

WARD, C., BOCHNER, S. & FURNHAM, A. *The psychology of culture chock*. East Sussex: Routledge, 2001

ZLOBINA, A.; BASABE, N.; PÁEZ, D. Adaptación de los inmigrantes extranjeros en España: superando el choque cultural. *Revista Migraciones*, v.15, p. 43-84, 2004. Disponível em: <<https://revistas.comillas.edu/index.php/revistamigraciones/article/view/4259>>. Acesso em: 05 jan. 2020.

---

## AGRADECIMIENTOS

Esta investigación fue realizada gracias al financiamiento proporcionado por Gobierno Vasco: IT-1187-19, y Ministerio de Ciencia e Innovación: PSI2017-84145-P.



Anexo A – Guión de la entrevista: Según macro-categorías

Macro-Categorías	Preguntas orientativas
1. MOTIVOS MIGRATORIOS	Empezamos por el principio. ¿Cuántos años llevas ya en España? ¿Y el motivo? ¿Podrías ahora volver atrás ...y recordar qué es lo que te empujó salir de tu país y venir a este?  Explorar motivos
2. FAMILIA: ESTRÉS ACULTURACIÓN	-¿Cómo vive la separación de familiares y amigos? ¿Qué siente? -¿Qué cree que aporta su esfuerzo para los suyos?, -¿Y para usted? -¿Cómo ha cambiado su relación con su marido, hijos, tíos, padres? -¿Se siente más valorada que antes, o menos? ¿Por qué? ¿Qué ha ganado?, ¿qué ha perdido? ¿Cuando tiene problemas con su familia o las cosas no salen bien cómo reacciona y qué hace: tristeza, miedo, rabia, enfado, ira...?
3. CHOQUE CULTURAL: PERCEPCIÓN DIFERENCIAS CULTURALES	¿Qué diferencias encuentra entre la vida en tu país y en este? Explorar ámbitos: comunicación, ritmo de vida, diferencias de género, estatus, trato en las instituciones, valores, comida, vestido, clima. ¿Qué le ha chocado más o le llamó la atención?: ¿Qué le gusta y qué le disgusta? ¿Con qué se queda? ¿Qué incorpora?
4. CAMBIOS DE ROL	Su situación económica, laboral, cómo ha cambiado: ¿Cómo era allí en su país?, ¿Cómo es aquí? Explorar: Descenso/Ascenso de estatus económicos. Cambios económicos. ¿Ha encontrado oportunidades para mejorar? Cambios en las relaciones de pareja... Experiencias de discriminación
5. VALORACIÓN PROYECTO MIGRATORIO	Valoración del proyecto migratorio ¿Respecto a lo que se había propuesto o de las expectativas que tenía cómo se ve ahora? ¿Ahora ve oportunidades de mejorar? ¿Cómo se siente?
6. REDES SOCIALES	¿Ha tenido problemas en la relación con compatriotas y familiares aquí? ¿Se ha sentido apoyada? ¿Por sus familiares, o por quiénes? ¿Qué amigos tiene? ¿Ha tenido problemas en la relación con la gente de aquí? En el trabajo, en el vecindario, en la calle... Si se ha sentido maltratada ¿qué ha sentido? ¿Qué ha hecho en esas situaciones? ¿Se ha sentido apoyada por personas españolas o vascas? Si se ha sentido apoyada ¿Qué sentimientos ha tenido?, ¿qué ha hecho? En los matrimonios o parejas mixtas: ¿Cómo es la relación con la familia de aquí con su familia política?. ¿Cómo es la relación de su familia con su marido o pareja?
7. FORTALEZAS Y AFRONTAMIENTO	¿Cómo se ve ahora a sí misma? ¿Cómo se siente consigo misma? ¿Qué cosas cree que ha aprendido aquí?. Explorar: autonomía...libertad... capacidad de decidir por sí misma, conocer otras personas, ¿Cree que ha conseguido aprender cosas nuevas de esta experiencia? ¿Cree que ha aprendido a hacer frente a las dificultades? ¿Has logrado nuevas relaciones gratificantes, positivas, estimulantes...? ¿Qué ha hecho en situaciones como: cuando ha tenido discusiones o malentendidos; se ha sentido maltratada, o discriminada, cuando está enfadada, cuando tiene problemas o las cosas no salen bien, etc... ¿Cómo reacciona? ¿Qué actividades le hacen disfrutar y sentirte así?