
Asistencia psicosocial para la reintegración a nivel comunitario

Choose the section you want to jump in

La asistencia psicosocial para la reintegración a nivel comunitario comprende actividades encaminadas a fortalecer las redes sociales comunitarias para empoderar a los migrantes que retornan y fomentar una mayor aceptación de estas personas dentro de la comunidad. Estas actividades son útiles sobre todo cuando las personas que retornan carecen de vínculos sociales sólidos con las comunidades de retorno o cuando las dinámicas comunitarias no favorecen su reintegración.

Además de ser útiles para la asistencia psicosocial individual, las redes y estructuras sociales comunitarias también son importantes para el proceso de reintegración psicosocial a nivel comunitario. Aunque las personas posean redes sociales en su país de origen, las dinámicas comunitarias a veces no favorecen su reintegración o pueden incluso estigmatizarlas. Además, en la mente de una persona, la migración puede haber producido un vacío que es preciso colmar mediante la interacción y la creación de nuevos contactos con y dentro de la comunidad. La asistencia psicosocial a nivel comunitario tiene por objeto integrar a las personas que retornan en los sistemas de apoyo social de la comunidad fomentando el entendimiento mutuo y la aceptación y limitando su estigmatización. Estas iniciativas benefician a las personas que retornan proporcionándoles vínculos sociales y apoyo para su empoderamiento y favorecen también a las comunidades de retorno, a quienes permiten beneficiarse y aprender de los procesos de reintegración de las personas que retornan.

Los migrantes que regresan con un problema de salud mental cargan con un doble estigma: por un lado, luchan contra los síntomas y la discapacidad asociados a su afección y, por el otro lado, se enfrentan a los prejuicios de la población en general y, a menudo, de su familia y su comunidad. El apoyo psicosocial que se solicita a la principal organización encargada de la reintegración puede prestarse de manera más eficaz si se involucra a las familias y las comunidades, incluso antes del retorno de la persona afectada. Todas las actividades para fomentar la participación de la comunidad que se describen en esta sección también pueden ayudar a luchar contra el estigma relacionado con las enfermedades mentales. Estas actividades consisten, entre otras cosas, en proporcionar información sobre las enfermedades mentales y promover el contacto con la persona afectada. En el [anexo 1](#), se incluye una descripción detallada de los pasos que se deben seguir para prestar apoyo psicosocial en los niveles individual, familiar y comunitario.

El presente capítulo ofrece una descripción general de los diferentes enfoques de asistencia psicosocial para la reintegración a nivel comunitario.

- **3.5.1 Actividades de movilización comunitaria**

-
- **3.5.2 Mecanismos de apoyo entre pares**
 - **3.5.3 Redes comunitarias**

3.5.1 Actividades de movilización comunitaria

Todas las actividades que comprende la Asistencia psicosocial para la reintegración a nivel comunitario apoyan el objetivo más amplio de movilización comunitaria.

La movilización comunitaria tiene por objeto impulsar la inclusividad y una actitud positiva respecto de la reintegración de las personas que retornan utilizando mecanismos para contrarrestar la estigmatización. Se trata de una labor de sensibilización en la que los miembros de la comunidad y los grupos u organizaciones comunitarios planifican y llevan a cabo actividades participativas, ya sea por iniciativa propia o animados por terceros. Entre otras, se incluyen actividades como la concienciación y la creación de compromisos; el análisis de las creencias, actitudes y prácticas actuales de los miembros de la comunidad; la determinación del modo óptimo de superar retos, aplicar planes y supervisar el progreso realizado; y la evaluación de los resultados. A través de su participación en estas actividades, las comunidades establecen las estructuras organizativas y relacionales necesarias y las personas que retornan amplían sus redes de apoyo social, lo que las ayuda a reducir los factores de estrés y mejorar otros aspectos de su vida.

En esta sección, se describen tres tipos de intervenciones comunitarias relacionadas con la movilización comunitaria en el contexto de la asistencia psicosocial para la reintegración:

- La facilitación de mecanismos y sistemas de apoyo entre pares;
- La vinculación de las personas que retornan con los sistemas culturales, recreativos y artísticos existentes y el fomento de dichos sistemas; y
- La promoción y el fomento de eventos y procesos que influyen positivamente en la percepción social de las personas que retornan.

Tip-icon Created with Sketch. Consejo

Una técnica eficaz para fomentar la confianza entre los miembros de un grupo y reducir los conflictos intragrupal es el **enfoque de “mi historia”**. En las actividades en que se aplica este enfoque, los miembros del grupo escriben un relato breve sobre sí mismos como respuesta a un conjunto de preguntas personales (por ejemplo, “¿eres organizado/a o más bien desordenado/a?”, “¿qué actividades físicas te gusta hacer?”, “¿cuáles son tus aficiones o pasatiempos?”) y exponen sus relatos a sus compañeros o al resto del grupo. Estas actividades promueven la confianza y la familiaridad en un ambiente que fomenta la sinceridad y el intercambio de información.

Turner, J. and Y. Kim.

2005 [*"Learning about building literacy communities in multicultural and multilingual classrooms"*](#). *Literacy Teaching and Learning*, 10(1):21–41

Véase también:

2015 Vulnerability in the classroom: Instructor's ability to build trust impacts the student's learning experience. *International Journal of Education Research*, 10(2).

3.5.2 Mecanismos de apoyo entre pares

Los mecanismos de apoyo entre pares utilizan los recursos y las capacidades de la comunidad local (incluso de las personas que retornan) para crear redes de apoyo y abordar la reintegración u otras dificultades. Al aprovechar los recursos existentes, el apoyo prestado no solo es localmente adecuado, sino que también puede perdurar una vez finalizado el proyecto de reintegración.

El enfoque de mentoría

Este enfoque se basa en una relación de apoyo entre dos personas con experiencias similares, por ejemplo, un migrante que acaba de regresar y otro que regresó hace ya un tiempo al mismo lugar. Se trata de un método de apoyo psicosocial empoderante que se aplica a través de actividades de capacitación organizadas.

Las personas cuya reintegración ha sido particularmente exitosa, las personas con experiencia en participación comunitaria o las personas con perfiles específicos (como trabajadores sociales o docentes) pueden actuar como mentores. Estos mentores ofrecen una red de apoyo informal a los recién llegados. Pueden ayudarlos a lidiar con las dificultades del retorno o simplemente actuar como puntos de referencia.

Las redes de mentores pueden establecerse, formalizarse y fomentarse a través de reuniones anuales y sesiones de capacitación, como la capacitación relativa al enfoque de mentoría que señala más adelante. Durante las sesiones de asesoramiento individual, las personas que retornan deben ser derivadas a una red de mentores, si esta red existe y procede hacerlo.

? Quién ES un mentor

Un mentor es generalmente un voluntario que se encarga de ayudar a la persona que retorna a adaptarse al contexto de retorno, reduciendo con ello su aislamiento. Los mentores pueden comprender la experiencia de la persona que retorna porque han vivido una situación similar en el pasado. Todos ellos reciben capacitación para desempeñar esta función. Un mentor también puede ser un miembro de la comunidad que no ha migrado pero comprende las necesidades y oportunidades de las personas que retornan.

? Quién NO es un mentor

Un mentor no puede ser un gestor de casos, porque el primero actúa de manera más informal que el segundo. El mentor no es un supervisor, porque no dirige ni supervisa el proceso de reintegración de las personas que retornan.

? Qué HACE un mentor

El mentor ayuda a los recién llegados a resolver problemas prácticos ofreciéndoles, por ejemplo, información sobre servicios, procedimientos o formalidades, ya que el país puede haber cambiado y quizás la persona que retorna necesite ayuda al respecto. Apoyándose en su propia experiencia personal de reintegración, el mentor fomenta la proactividad de las personas que retornan y contribuye a reducir los obstáculos sociales para la reintegración.

? Capacitación de mentores

Además de ser sensible y empático y estar disponible, el mentor debe recibir capacitación sobre aspectos como:

- el tipo de actividades que los mentores y sus mentorados pueden realizar juntos;
- cómo escuchar de manera eficaz ([consulte el anexo 1.A](#));
- cómo gestionar y adaptar las expectativas;
- cómo fomentar relaciones igualitarias y respetuosas;
- cómo derivar a las personas que retornan a un servicio u organismo de ayuda;
- cómo prestar primeros auxilios psicológicos ([consulte el anexo 1.C](#)); y
- cómo poner fin a la relación de mentoría.

? Cómo aplicar un enfoque de mentoría eficaz

La principal organización encargada de la reintegración, con la ayuda de organizaciones, comunidades y autoridades locales, puede aplicar un enfoque de mentoría eficaz del siguiente modo:

- Reuniéndose con los líderes de las comunidades locales o, si es posible, con todos sus miembros durante eventos colectivos para explicar la función del mentor y su importancia;
- Solicitando voluntarios, idealmente entre las personas que han vivido la experiencia del retorno y han recibido el apoyo de organizaciones o entidades de ayuda. Siempre que sea posible, se deben seleccionar voluntarios de ambos sexos;
- Organizando capacitaciones formales sobre el enfoque de mentoría, en las que se aborden los temas indicados anteriormente. Las capacitaciones deben incluir un período de formación inicial de al menos dos días de duración y actualizaciones anuales;
- Organizando sesiones periódicas de supervisión con los mentores para intercambiar opiniones, abordar los problemas más frecuentes y buscar soluciones;
- Ayudando a las personas que retornan a satisfacer sus necesidades emocionales; y
- Evaluando el enfoque de mentoría de manera periódica reuniéndose con las personas que retornan al final de cada ciclo de mentoría.

? Grupos de apoyo entre pares

Los grupos de apoyo entre pares constituyen una forma consolidada de apoyo grupal en el que las personas que comparten experiencias de vida similares interactúan y crean conexiones. En el contexto de la reintegración, las similitudes radican en el hecho de que los miembros de los grupos de apoyo entre pares han vivido experiencias de migración similares. En este sentido, los grupos de apoyo entre pares forman una red de apoyo social, emocional, físico y tangible y pueden ayudar a las personas que retornan a sentirse parte de un grupo, superar sus sentimientos de aislamiento

social y tender un puente con la comunidad. Según el contexto, se debe evaluar si es adecuado o preferible formar grupos mixtos o grupos con miembros de un solo sexo.

Los grupos pueden formarse de manera espontánea, pero también planificarse y estructurarse a través de un programa. Un grupo estructurado de apoyo entre pares se caracteriza por lo siguiente:

- Se realizan de una a seis reuniones iniciales de una hora, que el grupo puede decidir prolongar hasta un año;
- Idealmente, cada grupo cuenta con entre 8 y 20 participantes. Aunque los recién llegados no deben incorporarse a los grupos existentes, sino formar grupos nuevos, aquí se puede ser flexible en función de
- las distancias geográficas y la consideración de los vínculos existentes;
- Existe un facilitador experimentado, que puede ser un profesional o una persona que ha retornado y ha
- recibido capacitación para dirigir grupos de apoyo entre pares;
- Se informa sobre los grupos de apoyo entre pares a las personas que retornan durante las sesiones de
- asesoramiento;
- Los líderes comunitarios y los miembros de la comunidad son informados e involucrados en la mayor
- medida posible en las actividades del grupo. Para ello se requiere la aprobación de los líderes comunitarios; y
- Se organizan reuniones de seguimiento en función del interés y la disponibilidad del grupo.

Los objetivos de las reuniones de apoyo entre pares son intercambiar experiencias, tratar temas relacionados con el retorno y la reintegración, y dar y recibir apoyo³¹.

Created with Sketch. Estudio de caso 11:

Agrupaciones de personas que han retornado a Sri Lanka

En Sri Lanka, muchas personas que retornan han permanecido en el extranjero durante largos períodos de tiempo y tienen escasos vínculos con proveedores, emprendedores y miembros del sector empresarial de su comunidad de origen. Esto puede dificultar la sostenibilidad de sus empresas.

Desde 2007, la Oficina de la OIM en Sri Lanka se ha asociado con CEFE NET Sri Lanka para impartir capacitación sobre el desarrollo de competencias empresariales a los migrantes que retornan desde diversos países y a través de diferentes proyectos de asistencia.

El programa de la capacitación es altamente interactivo y está adaptado a las necesidades, perfiles y competencias de las personas que retornan. La capacitación abarca las diversas fases de establecimiento y expansión empresarial a través de una combinación de cursos de desarrollo de competencias y apoyo práctico. Los cursos están formados por grupos de 20 a 30 personas que retornan.

El programa de la capacitación se ha mejorado recientemente para ayudar a las personas que retornan y se dedican a actividades empresariales similares a formar agrupaciones. Las

agrupaciones permiten a las personas que retornan ampliar su capital social y sus redes de pares a través de reuniones periódicas y mecanismos de colaboración. Por ejemplo, las agrupaciones de agricultura y transporte de Jaffna colaboran estrechamente, transportando y vendiendo productos agrícolas. La participación en estas agrupaciones trae consigo beneficios económicos directos, como economías de escala al adquirir bienes o servicios conjuntamente, más ventajas a la hora de negociar con organizaciones de productores o instituciones de crédito, y la posibilidad de intercambiar consejos relacionados con la gestión empresarial y las dinámicas de mercado en general. Las agrupaciones también funcionan como un mecanismo de seguimiento para reducir el riesgo de aislamiento cuando la asistencia llega a su fin y, de esta manera, promueven la sostenibilidad de las empresas.

Los responsables y delegados de cada agrupación, que los miembros eligen por un período de 12 meses, reciben capacitación específica para mejorar sus competencias y conocimientos de liderazgo, establecer relaciones con asociados y proveedores empresariales, mantener un buen espíritu de equipo y ayudar a los miembros de la agrupación que tengan dificultades específicas. La OIM mantiene un contacto periódico con los miembros de las agrupaciones a través de medios sociales y aplicaciones de mensajería.

Created with Sketch. Consejos para obtener mejores resultados:

Céntrese en las zonas con una alta tasa de retorno en las que existan migrantes con intereses empresariales comunes.

3.5.3 Redes comunitarias

Las expresiones culturales, artísticas y físicas pueden desempeñar una función importante a la hora de ayudar a las personas que retornan y las comunidades de retorno a establecer vínculos sociales y combatir la estigmatización social durante el proceso de reintegración. Este tipo de intervenciones parten del reconocimiento de que la cultura, las experiencias, los conocimientos y las competencias de las personas que retornan han cambiado como resultado de su experiencia migratoria y que el hecho de compartir estas vivencias con otras personas puede contribuir a crear redes comunitarias más solidarias. La narración, el teatro, las artes visuales, la música, la danza y el deporte son vehículos eficaces para compartir vivencias y todos ellos pueden influir significativamente en la reintegración, la cohesión social y el bienestar de las personas.

A nivel individual, estas actividades ayudan a aliviar el estrés y la ansiedad y promueven la autoconciencia y la confianza en uno mismo. Dentro de un grupo de personas, permiten crear lazos sólidos y derribar barreras abordando cuestiones complejas a través de metáforas y en lugares seguros. A nivel comunitario, las artes expresivas permiten crear imágenes positivas de las personas

que retornan y comprenderlas mejor. Por consiguiente, es importante que el gestor de casos:

- Localice asociaciones formales e informales de teatro, artes visuales, música, danza, deporte y otros colectivos y agrupaciones de interés en las comunidades de retorno;
- Conciencie a estos grupos e interlocutores utilizando información sobre las necesidades y los recursos creativos de las personas que retornan;
- Identifique a las personas con posibles intereses creativos durante las sesiones de asesoramiento;
- Ponga en contacto a las personas que retornan con estos grupos, en función de sus intereses; y Apoye iniciativas creativas que fomenten la participación de las personas que retornan a través de subvenciones y publicidad, entre otras cosas.

Aprovechando las asociaciones establecidas a través de derivaciones, o de manera independiente, la principal organización encargada de la reintegración puede apoyar actividades (como exposiciones, lecturas, narraciones, actuaciones o eventos deportivos) en las que se pongan de relieve la creatividad y las competencias de las personas que retornan y las de los miembros de la comunidad. Por ejemplo, los deportes en los que participan tanto personas que retornan como personas que no han migrado no solo congregan a jugadores con diferentes perfiles, sino también a los miembros de la comunidad que se acercan a presenciar el evento. Comprender las preferencias locales por ciertas actividades culturales, artísticas y físicas puede ayudar a decidir qué actividades conviene apoyar.

? Narración de historias

La narración de historias es una herramienta eficaz para movilizar a las comunidades y promover la cohesión social en favor de la reintegración de los migrantes que retornan. Es la forma más antigua y sencilla de intercambio de relatos y tiene un gran impacto emocional tanto en los narradores como en los destinatarios. Las historias en las que se relatan experiencias fomentan la comprensión y tienen la capacidad de unir a las personas a través de la narración. Funcionan en un plano emocional profundo y benefician a todos los participantes: no solo aprende el destinatario, sino también el narrador, que toma conciencia del valor de su experiencia y su pasado.

La narración de historias puede estructurarse como una actividad o un evento grupal, en el que participan las personas que retornan, sus familias y las comunidades. Las personas que lo deseen pueden hablar no solo de los obstáculos, sino también de la valentía, las competencias y las enseñanzas que es posible transferir a la comunidad.

La narración de historias puede realizarse en formato oral o adoptar la forma de un video o una lectura. Un facilitador puede ayudar a las personas que retornan a combinar y compartir sus historias utilizando diferentes técnicas. Los medios digitales desempeñan una función cada vez más importante en la percepción y los resultados de los procesos de migración y permiten difundir las historias de manera amplia y fácil entre diferentes públicos. Una historia digital, con edición de imágenes, sonido, música y voz, no requiere grandes conocimientos o competencias técnicas y puede ofrecer tanto a las personas que retornan como a sus comunidades la oportunidad de adquirir nuevas competencias. Un laboratorio de narración digital de historias puede unir a las personas que retornan y a los miembros de su comunidad y mejorar la cohesión social. Combinando el arte de la narración y la exploración de significados a través de imágenes, las personas que retornan pueden recordar, reconstruir y reproducir sus historias.

Como valor añadido, conviene que en los talleres de narración participen tanto las personas que retornan como los miembros de la comunidad, pues ello permite transmitir e ilustrar no solo las historias de quienes se han ido y han vuelto, sino también de quienes no han migrado.

? Puesta en escena de las experiencias de las personas que retornan

La puesta en escena de las experiencias de las personas que retornan a través de obras escritas e interpretadas por ellas mismas es una forma de apoyo psicosocial y una herramienta de movilización comunitaria. Estas obras permiten a las personas que retornan convertirse en protagonistas de sus propias historias. Además, mejoran la sensación de control y reducen los sentimientos de impotencia, además de influir en el público, modificando su percepción sobre la migración de retorno. Bajo la supervisión de un guionista y un director, estos talleres de escritura y actuación pueden fomentar la cohesión social y facilitar la reintegración.

? Teatros foros

Otro ejemplo de representación de las experiencias de las personas que retornan son los teatros foros. A través de esta técnica, se expone sobre un escenario un problema sin resolver que afecta a una persona en concreto y se fomenta la participación activa del público. La representación se repite dos veces. Durante la repetición, que dirige un presentador o comentarista (que también debe ser experto en moderación de interacciones), los integrantes del público pueden detener la actuación en cualquier momento, subir al escenario y ocupar el lugar del personaje afectado para mostrar cómo se podría cambiar la situación y producir un resultado diferente. Al romper la barrera entre los actores y el público, el intercambio dinámico sobre el escenario se potencia y tiene efectos transformadores en todas las personas presentes. Además, pueden surgir soluciones prácticas y compartidas a problemas generales.

Generalmente, la representación es el resultado de un taller de pocos días en el que un grupo de personas comparte experiencias similares, como los migrantes que retornan. Los teatros foros sobre problemas que afrontan las personas que retornan pueden concienciar a las comunidades sobre los problemas de este grupo poblacional y ayudar a las personas y sus comunidades a crear lazos y encontrar soluciones de una manera creativa y participativa.

Created with Sketch. Estudio de caso 12:

Diálogo familiar y comunitario en Ghana

Desde 2016, la Oficina de la OIM en Ghana organiza debates en grupos focales para concienciar a las comunidades y los familiares de las personas que retornan sobre las dificultades del retorno, a fin de que las comunidades y los familiares puedan desempeñar un papel positivo en el proceso de reintegración y eviten contribuir a la estigmatización, marginación y aislamiento de las personas que retornan.

Los grupos focales suelen reunir a unas 20 personas, entre las que se incluyen personalidades influyentes, migrantes que retornan, familias y miembros de la comunidad. Las sesiones comienzan generalmente con una breve explicación del personal de la OIM sobre las razones y las expectativas de la reunión. Si procede, se proporciona información sobre las dificultades a las que se enfrentan las personas que retornan, como la vivencia de experiencias migratorias complicadas, el miedo a retornar con las manos vacías o la sensación de haber decepcionado a la familia y la comunidad. Asimismo, se formulan preguntas para impulsar el debate y orientarlo hacia los temas de mayor interés. Si están dispuestas a hacerlo, las personas que retornan comparten sus experiencias con el resto del grupo.

Estos intercambios ayudan a comprender mejor las dificultades a las que se enfrentan las personas que retornan durante el proceso de reintegración. Los grupos focales proporcionan a las familias y los miembros de la comunidad un entendimiento más profundo sobre el apoyo que pueden prestar a sus familiares y amigos. Los debates ofrecen también una oportunidad para reflexionar sobre cualquier sesgo inconsciente que puede minar la reintegración de las personas que retornan. Como las personas pueden expresar libremente sus sentimientos y compartir sus experiencias con su familia y los miembros de la comunidad, estos grupos focales también cumplen una función catártica y ayudan a las personas que retornan a reconectarse con sus círculos sociales.

Los programas de radio ayudan a publicitar los debates en grupos focales, y la participación de personalidades influyentes y autoridades locales refuerza la asunción de esta actividad como propia.

Created with Sketch. Consejos para obtener mejores resultados:

Organice los debates en grupos focales en zonas muy transitadas o en lugares que sean fácilmente visibles y accesibles.

³¹ Para obtener más información sobre cómo organizar estos grupos, consulte la siguiente guía: www.mind.org.uk/media/17944275/peer-support-toolkit-final.pdf.

- [Prev](#)
- 3.5/3.5
-