

Instituto Tecnológico y de Estudios Superiores de Occidente

Reconocimiento de validez oficial de estudios de nivel superior según acuerdo secretarial 15018, publicado en el Diario Oficial de la Federación del 29 de noviembre de 1976.

Departamento de Psicología, Educación y Salud
Maestría en Desarrollo Humano



**La resignificación del duelo migratorio
como parte de la identidad y del sentido de vida en
personas de comunidades de pueblos originarios en
contextos urbanos**

**TRABAJO RECEPTACIONAL que para obtener el GRADO de
MAESTRO EN DESARROLLO HUMANO**

Presenta: **DE LA O MARTÍNEZ NOEMÍ ARACELI**

Asesora: Ana Araceli Navarro Becerra

Tlaquepaque, Jalisco. Agosto de 2024

Agradecimientos

Mi gratitud infinita:

A mis abuelos por hacerse presentes en todo este proceso.

A mi madre fuente de inspiración y pilar fundamental de este trabajo.

A mi padre por brindarme su apoyo en este proceso.

A mis hermanas por ser luz en mi camino y amigas incondicionales.

A Cynthia por todo su amor, paciencias y noches de desvelo.

A Marcela por su amistad y consejos.

A mis profesores, por ser esa guía, brindarme su experiencia y conocimientos. Tuvieron una influencia positiva en mí.

A Araceli Navarro mi asesora por tu empatía, paciencia, escucha, apoyo, orientación, descubrir habilidades en mí que no conocía y por tener siempre las palabras exactas de aliento en todo este proceso.

A mis compañeros de grupo que me apoyaron y escucharon.

A mis compañeros de trabajo que me brindaron su apoyo para que culminara esta etapa.

A los pueblos originarios que me abrieron su corazón, me dieron su confianza y me permitieron tener un acercamiento a su cosmovisión y experiencia. Enriquecieron mi vida.

Resumen

El presente trabajo de intervención se enmarca en el campo del Desarrollo humano, tiene como propósito que las personas de pueblos originarios que migraron hacia contextos urbanos resignifiquen el duelo migratorio y lo incorporen como parte de su identidad y su sentido de vida. Para la metodología se recurrió al método de investigación acción participativa, al método fenomenológico y se eligió el taller como técnica de intervención, el cual se tituló: *Caminos de mi corazón*. Entre los resultados destaca que la mayoría de estas personas son forzados a salir de sus comunidades debido a la falta de oportunidades laborales y educativas; principalmente, el taller permitió entre los participantes resignificar el duelo migratorio, reconocerse como habitantes legítimos de la ciudad, validar sus esfuerzos e incorporar el proceso migratorio como parte de su identidad y su sentido de vida.

Palabras clave: Desarrollo Humano, pueblos originarios, identidad, duelo migratorio, sentido de vida.

CONTENIDO

Introducción	6
Capítulo I.....	8
Pertinencia para el Desarrollo Humano	8
Implicación personal.....	10
Problematización	12
Acercamiento a la población a intervenir	17
Pregunta de intervención, propósitos y objeto de intervención	25
Capítulo II. Marco teórico.....	26
Discusión de conceptos teóricos principales.....	30
¿Qué es el Desarrollo Humano?.....	35
Enfoque Centrado en la Persona.....	36
La facilitación en la intervención desde el Desarrollo Humano	39
Acercamiento a los temas consultados.....	41
Capítulo III. Metodología	46
Metodología cualitativa.....	46
Método investigación acción participativa	46
Método fenomenológico.....	48
Consideraciones éticas	49
Capítulo IV. Primeros hallazgos, relato de la intervención	52
Proceso de cada participante	54
Propósitos y logros de las sesiones	57
Sobre la facilitación	61
Mi papel como facilitadora.....	64
Capítulo V. Resultados.....	67
5.1 Caminos de mi corazón. Una mirada a las vivencias del proceso migratorio	68
5.1.1 En busca de oportunidades educativas.....	70
5.1.2 El duelo migratorio, duelo inconsciente. Una oportunidad para un desarrollo personal, familiar y comunitario	73
5.1.3 La importancia de auto reconocer sus esfuerzos. La validación de sus esfuerzos	77
5.1.4 Migrar con la esperanza de una vida mejor	80
5.2 Conociéndonos y coincidiendo en el camino. La resignificación del proceso migratorio	83

5.2.1 Experiencia personal del proceso migratorio. ¿Quiénes son, qué han vivido?	85
5.2.2 Lo que hay dentro de la maleta. Los recursos con los que cuentan en un mundo desconocido	89
5.2.3 Sin fronteras. Compartir prácticas culturales para continuar perteneciendo a la comunidad de origen	91
5.3 Admirando a la mariposa. El reconocimiento de la persona	95
5.3.1 Sentirse habitantes legítimos de la ciudad. Poseedores de una gran cultura que le brinda diversidad al país	96
5.3.2. Mis alas. Reconocimiento de los aprendizajes.....	98
5.3.3. Mis vínculos. En la comunidad de origen y en la ciudad.....	101
5.3.4. Los polinizadores. El esfuerzo y sus logros son individuales y colectivos.....	103
Cap. VI Conclusiones.....	105
Aporte al campo del Desarrollo Humano.....	109
Referencias	111
Anexos	117
Anexo I. Tabla No. Guía de entrevista para identificar las necesidades de la población	117
Anexo II. Cartel difusión del taller	120
Anexo III. Fotografías de las actividades	121

Introducción

Dentro del Desarrollo Humano está implícito hablar del sentido de vida de los seres humanos porque implica observar las decisiones y comportamientos que toman las personas para tener mejores condiciones de vida. En la búsqueda de un sentido de vida, están presentes distintos aspectos entre ellos está la historia de la persona, sus motivaciones, expectativas, sus condiciones educativas, laborales, relacionales, familiares y en este caso, comunitarias, entre otros. Víctor Frankl (2015) señala que el sentido de vida debe tener un propósito que ayude a encontrar el cómo para generar los cambios, lograr un equilibrio y sentirse libres.

Dentro de los procesos migratorios de las comunidades de pueblos originarios que habitan en la ciudad se pueden observar que existen pérdidas que forman parte de su identidad y ayuda a fortalecer su sentido de vida. Eso les ha ayudado a permanecer en la ciudad y conservar su cultura; esta reflexión permitió problematizar los supuestos realizados en torno a la observación cercana del proceso migratorio de los migrantes indígenas que habitan en contextos urbanos.

El punto de partida fue explicitar la implicación personal para tener clara la relación entre quien realizó este proyecto y el tema-problema, enseguida, se construyó la problemática a partir del árbol de problemas donde se identificaron causas y consecuencias del proceso migratorio en personas de pueblos originarios. También se realizó un acercamiento a la población a través de entrevistas semiestructuradas para identificar problemáticas y necesidades que den cuenta de las situaciones que se viven en este proceso migratorio. Resalta el duelo inconsciente que viven al alejarse de su comunidad, familia, cultura y la necesidad de hacer consciente este duelo para que se validen y reconozcan sus esfuerzos. Con este primer acercamiento se identificó la necesidad de crear un espacio para acompañar aquellas pérdidas que tienen en su proceso migratorio, fortalezcan su identidad y su sentido de vida.

Posteriormente, se elaboró el marco teórico donde resalta el Desarrollo Humano, el Enfoque Centrado en la Persona y conceptos como migración, proceso migratorio,

luego, se presenta la metodología; se retomó el método de investigación acción participativa, el cual se caracteriza por hacer partícipe a la población a quien se quiere facilitar un cambio, se recurrió al método fenomenológico por retomar la experiencia como una ruta para el cambio personal, se eligió el taller como técnica de intervención, se describieron los primeros hallazgos luego de poner en marcha el taller; ahí se relataron algunos aciertos, errores, sugerencias y dificultades, se habló de las personas que participaron en el taller, los cambios logrados y se explicita el desempeño de la facilitación de quien realiza este proyecto como facilitadora.

Luego del taller se desarrollaron 3 categorías: ***Caminos de mi corazón***, donde se reflexiona acerca de la necesidad laboral y educativa que tienen algunas personas de pueblos originarios para salir de las comunidades, la identificación del duelo migratorio y la validación de sus esfuerzos. ***Conociéndonos y coincidiendo en el camino***, en esta categoría se da cuenta de la resignificación del proceso migratorio, las personas de pueblos originarios identifican aquello que han vivido y reconocen sus recursos, habilidades, fortalezas frente a las dificultades que representa venir a contextos urbanos. Del mismo modo, se describe la necesidad de estas personas por compartir las prácticas culturales y su lucha por pertenecer a su comunidad de origen. ***Admirando a la mariposa***, las personas de pueblos originarios reconocen su cultura, sus aprendizajes, sus vínculos y sus logros individuales y colectivos, cerrando con las conclusiones.

Capítulo I

Pertinencia para el Desarrollo Humano

Para indagar acerca de la pertinencia del problema de interés se recurrió a la Dra. Marisol Origel, quien es experta en el tema de migrantes desde el campo del Desarrollo Humano. La entrevista se llevó el viernes 11 de febrero del 2022 de manera virtual con una duración de 45 minutos aproximadamente, la Dra. Origel tiene un conocimiento amplio en el tema de la agencia, particularmente en la niñez indígena. Los colaboradores de sus tesis fueron niños que migraron con sus padres a la ciudad de León Guanajuato, la experta puntualizó que no les llamó *migrantes* sino *niños que migraron con sus padres a la ciudad* y se les considera como *habitantes*.

Al comentarle acerca del interés de este proyecto, el cual se centra en la reconstrucción de la identidad en migrantes indígenas en el Área metropolitana de Guadalajara (AMG) para fortalecer su sentido de vida, la Dra. Origel sugirió revisar el concepto de *migrantes* porque probablemente ya se les considera como *habitantes*, pues depende del número de veces que van a su pueblo y del tiempo que tienen de residir en Guadalajara.

Una segunda observación fue con respecto a la idea de “que los migrantes indígenas se encuentran en su lucha por pertenecer a la sociedad”, al respecto, la Dra. Origel sugiere partir de la pregunta: ¿cuál tipo de sociedad?, ¿a la sociedad de la ciudad de Guadalajara, Jalisco o a la sociedad de un México multicultural desde su pertenencia de una cultura de pueblo originario? La respuesta a esta pregunta se esclarecerá luego de tener un acercamiento con esta población para saber cómo se reconocen desde su cultura.

En cuanto a la *agencia*, la Dra. Origel puntualizó en que se refiere a la manera en que utilizan estrategias para luchar como actores protagonistas para transformar su realidad y apropiarse de la ciudad. Otra recomendación de la experta se orientó a acotar a los pueblos originarios con los que se pretende trabajar ya que no todas

las culturas son iguales, tienen diferentes creencias, costumbres e ideas y conviene revisar los tipos de identidades como por ejemplo las identidades híbridas.

Asimismo, la experta confirmó que este tema-problema sí se relaciona con el Desarrollo Humano en cuanto a la identidad y el sentido de vida. También es preciso dejar fluir la intervención para encontrar el abordaje que se relaciona con las culturas o las infancias indígenas.

Como sugerencia, el acercamiento a los colaboradores debe ser de manera respetuosa y empática porque son personas que ya tienen una agencia establecida, son activistas o tienen una agencia étnica y están luchando por el reconocimiento de su identidad. Como personas originarias es preciso fijarse en cómo se nombran y tener cuidado con las relaciones de poder. En este sentido, la experta refiere partir de una pregunta de intervención para ir acotando temas como, por ejemplo: ¿cómo se reconstruyen?, ¿qué sentido tienen en su vida para saber por qué migraron?

Sobre la bibliografía, la Dra. Origel mencionó a los siguientes autores: Martínez Rojas, Gilberto Jiménez y a la Dra. Noemi Gómez. También recomendó revisar la tesis de una alumna que estudia un Doctorado en la IBERO de nombre Casandra que sus colaboradores son triquis de un pueblo indígena de Oaxaca y habitan en la Ciudad de México, ella está trabajando los procesos de construcción de la identidad étnica y sociocultural y considera que podría aportar al presente proyecto. Fue una entrevista enriquecedora de mucho aprendizaje y calidad humana, la Doctora tuvo mucha disposición de compartir el camino desde su experiencia de aportar a este trabajo y apoyarlo.

Implicación personal

“A un hombre le pueden robar todo, menos una cosa, la última de las libertades del ser humano, la elección de su propia actitud ante cualquier tipo de circunstancias, la elección del propio camino”
Viktor Frankl

Tuve la oportunidad de leer *El hombre en busca de sentido* de Viktor Frankl (2015). Él afirma que, se puede encontrar un sentido a la vida independientemente de las circunstancias en la que nos podamos encontrar, si tenemos un “por qué” siempre encontraremos un “cómo”. Podemos buscar siempre cambiar nuestro presente.

Lo anterior lo relacioné con la vida de los migrantes indígenas que poseen una historia cultural y luchan cada día por conservarla, salen de su comunidad en busca de nuevas oportunidades. He escuchado desde que tengo conciencia historias sobre la migración de indígenas a la ciudad de Guadalajara en el estado de Jalisco, empezando por mi madre que es indígena Tlapaneca de la sierra de Guerrero que vino a esta ciudad en busca de educación y mejores oportunidades a sus 13 años de la mano de un sacerdote que la alojó en casas de familias que le pudieran proporcionar un hogar a cambio de trabajo.

Mi madre nunca dejó de prepararse y estudiar, es licenciada en trabajo social, Maestra en lingüística aplicada y Doctora en Educación siempre me dice que el estudio y la preparación es lo mejor que me puede dar ella. Para mí, es mi guía, un gran ejemplo de resiliencia y esfuerzo. Mi madre es una de los miembros fundadores de la asociación llamada Witsili Lenguas Indígenas Mexicanas A.C donde apoyan a migrantes indígenas que residen en la ciudad de Guadalajara para que no se olviden de sus raíces, realizando cursos de traducción, material de enseñanza de su lengua indígena, redacción de textos, promoción de lo que saben hacer como la gastronomía, bordados, pinturas, canto, entre otras.

Mi relación con el tema se basa en que me siento parte de ese grupo de migrantes indígenas a pesar de que no hablo la lengua, conozco de la cultura inculcada por mi madre, son mis raíces, soy parte de un proceso de conciencia cultural. Mi madre es investigadora, traductora y escribe poesía en su lengua originaria y cada que la

acompañó a un evento me encuentro con más indígenas residentes en Guadalajara que siguen haciéndose presentes con su cultura y con aportaciones en su lengua, pero antes de cada presentación se manifiestan con su historia de vida y cada historia es diferente. Su lucha es similar a la de mi madre por la conservación de su lengua y su cultura, el respeto a sus derechos y no ser discriminados. En cada historia de vida que he escuchado me da un panorama de su lucha por pertenecer y sobrevivir en la sociedad y es por eso mi necesidad de conocer su sentido de vida, de estar, de defender sus raíces y rescatar su cultura.

Está relacionado con mis raíces, con mi país México y lo que le hace falta trabajar con sus culturas indígenas, lo asemejo con esos grupos vulnerables que necesitan apoyo, porque si los indígenas se manifiestan es por la lucha por sus tierras, por su pueblo y su cultura, migran a la ciudad en busca de oportunidades no porque no se sientan a gusto en su pueblo, sino que salen para poder apoyar a su gente y a su tierra, sueñan con regresar y fortalecer a su pueblo.

Conozco muy poco sobre el sentido de vida, tuve ese acercamiento en mi asignatura de Desarrollo Humano y fue ahí cuando nació mi interés de trabajarlo con las historias de vida de los migrantes indígenas. México es un país intercultural debido a los grupos sociales considerados como pueblos originarios que con su cultura, historia y lengua hacen la diferencia con otros países. Considero que si no tuviéramos esas tradiciones e historias de los pueblos originarios no seríamos reconocidos con los colores, comida, calidad de gente por lo que nos identifican en otros países.

Problematización

Las culturas étnicas en México son diversas, en el estado de Jalisco habitan hablantes de lenguas indígenas entre los cuales podemos encontrar Wixárika, Náhuatl, Purépecha, Mixteco, Tlapanecos, lenguas habladas en los estados de Guerrero, Michoacán y Oaxaca las cuales han migrado a Jalisco y radican de manera permanente en la entidad, cuyo origen y raíces son parte de una tradición autóctona y como tal, su lengua, usos y costumbres se arraigan y transmiten de generación en generación.

En este contexto, en los indígenas que viven en la ciudad Guadalajara, Jalisco se asoma una problemática muy específica ya que sus recursos naturales y medios de subsistencia han sido motivo de desplazamientos migratorios provocado por la insuficiencia económica, transculturación y ausencia de fuentes de trabajo que les motive el arraigo y permanencia en sus lugares de origen. Se ven con la necesidad de salir de sus comunidades a vivir en las ciudades en busca de mejores condiciones de vida; sin embargo, la migración no solo los desprovee de un espacio, sino también de su propia lengua.

El desplazamiento se ha tornado en todo un proceso fenoménico que presenta diferentes variables, entre ellas: los eventos migratorios que obligan al grupo étnico a buscar formas de incrementar su economía familiar principalmente; la superación escolar de los jóvenes, adultos que buscan mejorar su estatus de vida y finalmente la influencia de terceros que ya han experimentado la migración a zonas urbanas.

Estos, promueven que los hablantes dejan sus costumbres y su lengua materna para adoptar otras, las características de este proceso son perceptibles cuando los migrantes entran en contacto con otros usos lingüísticos y costumbres; se superpone la adopción de otras costumbres y lenguas y con esto se pone en riesgo el desplazamiento de una cultura.

El problema migratorio afecta a los 68 grupos étnicos que reporta el Instituto Nacional de Lenguas Indígenas (INALI,2008). En México se hablan más de 68 lenguas indígenas, su existencia son un patrimonio cultural invaluable para

cualquier estado nación, la expresión en cada contexto de las lenguas, permite comprender la génesis histórica de cada grupo étnico y de su devenir cultural lo cual significa proteger su patrimonio y su consecuente transmisión intergeneracional. Para comprender mejor esta problemática, se describen las posibles causas que generan este problema:

- **Cambio de aspiraciones**

México es un país intercultural en parte, debido a que las personas de pueblos originarios han contribuido con su patrimonio, los recursos naturales, territoriales y culturales. Sin embargo, en términos económicos son de escasos recursos y se ven en la necesidad de hacer un cambio en sus aspiraciones en busca de espacios laborales, respeto e igualdad en sus derechos.

- **Las remesas enviadas por los migrantes urbanos apoya a sus comunidades de origen**

Los resultados que exponen los Censos de Población y Vivienda de 2000 y 2010, la Encuesta Nacional de Ingresos y Gasto de los Hogares (ENIGH) y las estadísticas sobre remesas familiares reportadas por el Banco de México (Banxico) muestran un incremento económico mayor en los hogares de las comunidades indígenas en comparación de la población no indígena. (Lozano-Ascencio, Fernando, & Ramírez-García, Telésforo, 2019). Lo anterior hace que sea atractivo salir de sus comunidades en busca de una seguridad económica y una autonomía personal en un entorno urbano.

- **Escasez de oportunidades de empleo**

La población indígena vive una discriminación laboral. Se produce cuando los empleadores y trabajadores que dan un trato diferencial a las personas de ciertos grupos sociales en el proceso de reclutamiento, desempeño y promoción, otorgando diversas calificaciones y méritos requeridos para desempeñar una actividad productiva. La mayoría de las prácticas discriminatorias surgen de preconcepciones y prejuicios acerca de los miembros de ciertos grupos sociales, lo cual induce a la

discriminación estadística en los resultados en el mercado laboral. (Horbath, 2008, p. 3)

Datos del Consejo Nacional de Población (CONAPO), según el Panorama Nacional de Política Laboral 2001-2006, registran que casi la mitad de los indígenas son analfabetos, y que alrededor de la mitad de los municipios indígenas carecen de servicios como electricidad y agua potable.

Por sus características educativas, resulta muy difícil para la población indígena incorporarse a mejores espacios de trabajo. Una dificultad básica es la lengua, ya que esta limita la facultad de acceder a mejores condiciones dentro de una actividad económica o política. Las personas de contextos urbanos han inducido a una interpretación del uso de la lengua indígena como una forma de autoexclusión. Por tal razón, en algunas regiones indígenas, el magisterio enseña la lengua indígena como segunda lengua, y es muy común que los padres indígenas rechacen la enseñanza de su lengua, argumentando que sus hijos no estarán calificados para competir en los mercados de trabajo. Este fenómeno causa que muchos escolares no posean un nivel de comprensión suficiente, por no haber sido socializados en su lengua materna. (Horbath, 2008)

- **Pocas oportunidades para la generación de ingresos**

La población indígena se ve afectada en su bienestar al no contar con una oportunidad para conseguir un empleo o una fuente de ingresos y los posiciona en una condición de extrema pobreza forzándolos a buscar otras fuentes de ingresos perdiendo sus oficios de origen. La población indígena de México sufre de mayores niveles de pobreza y salarios más precarios que la población no indígena; además, ostenta menores niveles de educación y mayores dificultades de acceso a los servicios básicos de salud. (García-Díaz et al., 2017)

- **Limitadas oportunidades para continuar con sus estudios**

Las situaciones que viven las comunidades indígenas en su lugar de origen no es la adecuada para que ellos continúen con sus proyectos de vida. En su comunidad se ven limitadas con la oferta educativa derivado de la falta de infraestructura o extrema pobreza que se ven obligados a salir de sus comunidades a las ciudades.

Cuando llegan a las ciudades el origen étnico no es una limitante ni sinónimo de fracaso ellos se enfrentan al duelo de dejar sus comunidades y la discriminación.

- **Falta de infraestructuras adecuadas, vivir en tierras vulnerables a los desastres naturales, acceso nulo o limitado a los servicios de salud**

La mayoría de los pueblos indígenas en México son vulnerables a toda una gama de factores sociales y económicos que llegan afectar sus derechos humanos. Viven en espacios y tierras con peligro a desastres naturales, sin limpieza o con saneamiento inadecuado y con un acceso limitado a los servicios de salud, esto tiene afectaciones al reducir su productividad y los ingresos de las poblaciones indígenas.

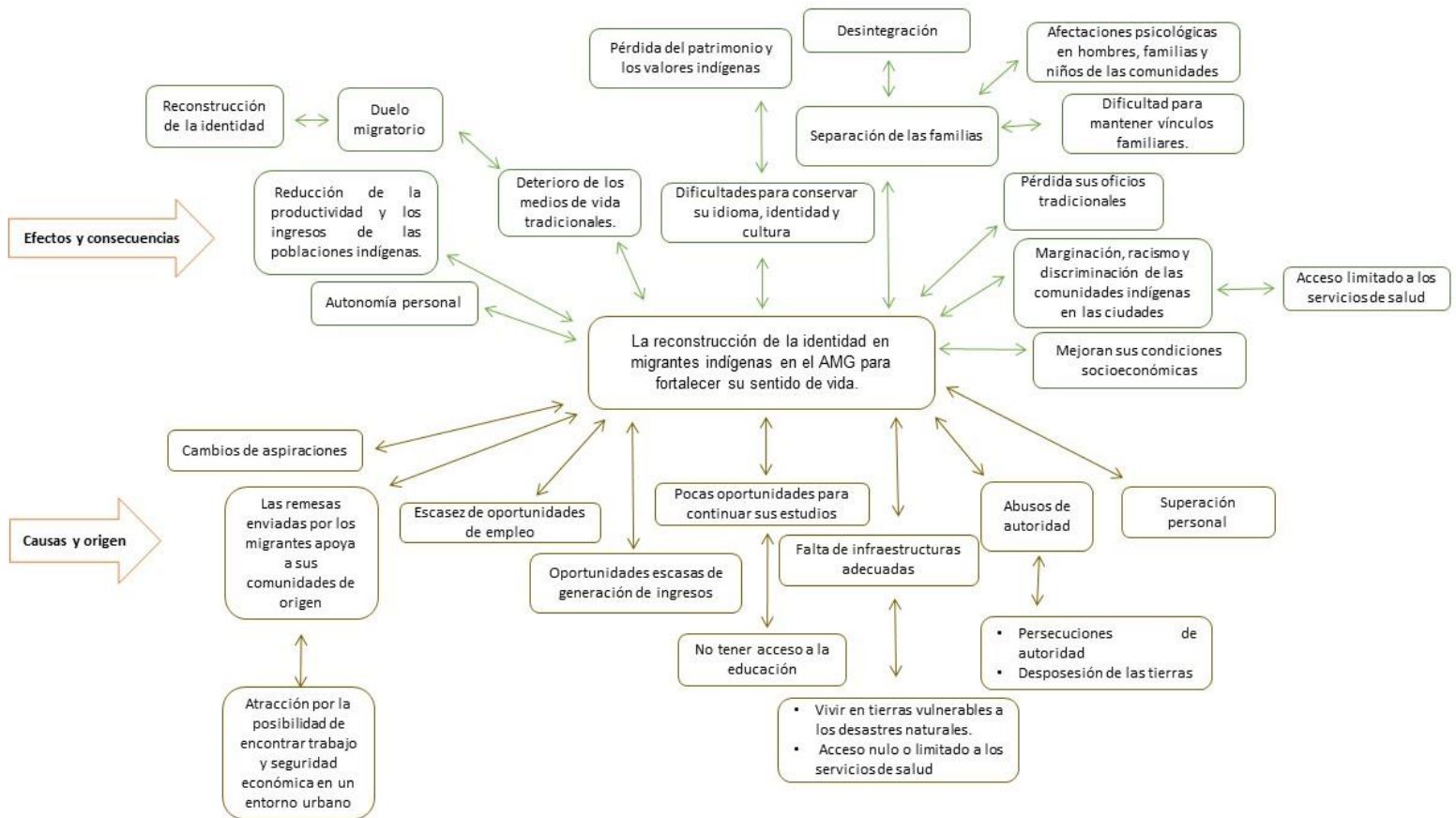
- **Abusos de autoridad, persecuciones de autoridad, desposesión de las tierras**

Las personas de los pueblos originarios pueden sufrir abusos de autoridad por políticas internas o generadas porque los gobernantes desconocen el dialecto o su cultura esto puede provocar la desposesión de las tierras cuando los indígenas son desplazados por la fuerza o expulsados de su suelo natal, la pobreza, la militarización y el deterioro de los medios de vida tradicionales hace que ellos busquen nuevas oportunidades para vivir en zonas urbanas.

- **Superación personal**

Al no tener opciones económicas, de estudio o superación factibles en su lugar de origen, las personas de los pueblos originarios se sienten obligados por la posibilidad de encontrar trabajo y seguridad económica en un entorno urbano, buscando así un crecimiento y superación personal. Ante estas problemáticas planteadas con anterioridad, es pertinente conocer como reconstruyen su identidad para fortalecer su sentido de vida estos grupos de migrantes indígenas que habitan en la ciudad de Guadalajara en el estado de Jalisco porque su identidad se ve afectada en el sentido humano y es necesario fortalecer esos lazos con su comunidad de origen.

Árbol problema



Acercamiento a la población a intervenir

Se realizó un acercamiento para indagar acerca de la conformación identitaria en migrantes de pueblos originarios en el Área Metropolitana de Guadalajara (AMG) su sentido de vida. Se realizaron 5 entrevistas de manera virtual a migrantes indígenas que han habitado en el AMG por más de 5 años. El objetivo del acercamiento fue conocer desde la vivencia de los migrantes indígenas que habitan en la AMG las situaciones que intervienen en su proceso migratorio que fortalece su sentido de vida lo anterior para poder identificar las necesidades y poder trabajar la intervención.

En este apartado se describe el proceso para lograr el acercamiento a las necesidades de la población. Este relato consta de dos aspectos: 1) el acercamiento metodológico a las necesidades de la población, y 2) codificación y sistematización de la información. En cuanto al primero, es importante recordar que, en este trabajo, es fundamental el acercamiento a las problemáticas y necesidades que presentan las personas migrantes de los pueblos originarios que habitan en el AMG. El segundo apartado se refiere al proceso de codificación y sistematización de la información para detectar las problemáticas y necesidades de la población.

Acercamiento metodológico a las necesidades de la población

Se partió de una metodología cualitativa porque se centra en la persona y en su experiencia. Hernández, Fernández y Baptista (2014) afirman que la investigación cualitativa se caracteriza por comprender los fenómenos, explorándolos desde la perspectiva de los participantes en un ambiente natural y en relación con su contexto. Para este proyecto esta metodología es pertinente porque focaliza en la manera en que las personas viven la manera en que se identifican viviendo en la ciudad.

Para este acercamiento la técnica elegida fue la entrevista semiestructurada caracterizada por ser una entrevista conversacional (Hernández, Fernández y Baptista, 2014). La guía de entrevista se elaboró a partir de las temáticas detectadas en el árbol problema orientadas a conocer las diversas situaciones que se presentan

en el proceso migratorio. En esta guía se planteó también cuidar a la población para un acercamiento con respeto y con un lenguaje adecuado, sencillo para que las preguntas sean comprendidas por las personas se sientan libres de responder, evitando conducirlos a dar respuestas sugeridas (Ver anexo de guía de entrevista para identificar las necesidades de la población)

Las entrevistas se llevaron a cabo de manera virtual tomando y respetando los tiempos de las entrevistas, así como la sana distancia que se establece por los protocolos de sana distancia debido al COVID-19. Se realizaron 5 entrevistas a mujeres de diferentes pueblos originarios que habitan actualmente en la AMG. En el siguiente cuadro se presentan las entrevistas con el pseudónimo que se utilizó con el fin de guardar la confidencialidad de las personas.

Tabla No. 1 Presentación de personas entrevistadas para identificar sus necesidades sentidas

N° Entrevistado	Entrevistado/a	Grupo étnico	Tiempo de vivir en el AMG
1	Orquídea	Tlapanecos	40 años
2	Azalea	Tlapanecos	42 años
3	Hortensia	Tlapanecos	6 años
4	Dalia	Mixe	12 años
5	Lirio	Wixárika	10 años

Fuente: elaboración propia

En el documento se hizo referencia a las personas entrevistadas de la siguiente manera: E de entrevistado, se anotará también el número de entrevista, acompañada de la fecha de la entrevista (E1, 27 de marzo, 2022).

Identificación de problemáticas y necesidades

Las entrevistas fueron grabadas, se pidió el consentimiento verbal de los participantes, se puntualizó que el tratamiento de la información se realizaría con fines académicos. Esto permitió identificar problemáticas y necesidades, en las

entrevistas transcritas, se subrayaron frases importantes que nos permitiera conocer su experienciar. Haciendo un análisis con la transcripción realizada de dichas entrevistas, se identificaron problemáticas y necesidades importantes. Cabe mencionar que estos resultados son producto de las cinco entrevistas con las que se construyeron las siguientes categorías:

Tabla No. 2. Categorías donde se identifican las necesidades y problemáticas de la población

Categoría 1	Duelo inconsciente
Categoría 2	Forzados a salir
Categoría 3	Sentirse habitantes legítimos de la ciudad
Categoría 4	Invisibilización de sus esfuerzos
Categoría 5	Sus vínculos en la ciudad

Fuente: elaboración propia

Categoría 1. Duelo inconsciente

Problemática: Las personas migrantes de pueblos originarios al salir de su comunidad viven un distanciamiento de sus vínculos familiares y su cultura (vestimenta, costumbres, alimentación y comunicación). Ese duelo es inconsciente porque tienen que vivir su proceso adaptación de la ciudad.

Necesidad: Atender esos grupos minoritarios para hacerlos conscientes de ese proceso de duelo para que puedan tener ese acercamiento a su cultura.

Dentro de las entrevistas se puede encontrar que los participantes no detectan de que al salir de su comunidad se está distanciando de ese vínculo cultural porque su único objetivo al llegar a la ciudad es el de adaptación. Celia Arroyo (2019) define el duelo migratorio como un “proceso de elaboración de las pérdidas asociadas a la experiencia migratoria” (p.3) menciona que las principales pérdidas son: la lengua, la cultura, la familia y los amigos, el contacto con el grupo étnico y la tierra.

Más a fondo perder la lengua involucra una frustración en su comunicación porque llegando a la ciudad no pueden hablar su lengua materna y no se comunican al

100% lo que puede provocarles sentimientos de inseguridad y vergüenza. Distanciarse de su comunidad compuesta por familia y amigos implica pérdida de la pertenencia y que se sientan en soledad. En algún momento del proceso migratorio, la persona se siente extranjero porque no está en su comunidad (Arroyo, 2019). Perder su cultura incluye normas de conducta, sonidos, olores, sabores, manera de pensar y sentir que los acompañó en gran parte de su vida. Así lo describe una entrevistada:

Conservamos algunas costumbres, creo que nada más sería eso, lo demás ya se perdió si porque la quema de leña y todo eso ya no lo hacemos nosotros. El dialecto, solamente lo hablamos con mi familia nada más el tlapaneco es lo único entre nosotros (E3, 27 de marzo, 2022).

Cuando se habla de una pérdida de la tierra se rompe su vínculo con la naturaleza, los paisajes, el clima, la flora, la fauna con lo que ellos conviven más de cerca. La mayoría de las entrevistadas refieren la riqueza natural con la que cuentan en sus comunidades y mencionan que, es lo que más extrañan. Aquí el relato de una de ellas:

Son 2 culturas diferentes. Allá en la comunidad tenemos un área rural en donde hay diferentes contextos o la riqueza que nosotros tenemos en las comunidades, que es la gastronomía, la fauna, la flora pues muchas áreas verdes y que es muy diferente a la ciudad, en la ciudad no tenemos tanta naturaleza como allá y la cultura, sobre todo las costumbres que tenemos en las comunidades (E1, 18 de marzo, 2022).

Por eso se habla de una necesidad de sensibilizar a las personas de pueblos originarios que viven en la AMG para que se den cuenta de la etapa de duelo que viven para que no se vea afectada su cultura y ellos mismos. Se observa la necesidad de que se trabaje en el fortalecimiento de los grupos de las personas inmigrantes; al fomentar espacios de escucha con facilitadores en desarrollo humano para que su duelo sea consiente, lo anterior no solo porque afecta a la persona individuo, sino también lo familiar y cultural.

Categoría 2. Forzados a salir

Problemática: Las personas de pueblos originarios se ven forzados a salir de sus comunidades para mejorar sus condiciones de vida.

Necesidad: poner en marcha políticas públicas que mejoren las condiciones de vida de los habitantes de las comunidades indígenas.

Como resultado de las entrevistas, la mayoría externó que salen de sus comunidades en busca de oportunidades para estudiar y trabajar, esto con el fin de obtener mejores ingresos que les permita apoyar a sus familias en las comunidades. El número de personas de pueblos originarios en el AMG se ha incrementado en las últimas décadas. Al respecto, el Instituto de Información Estadística y Geográfica de Jalisco, (2000-2010) menciona que,

en el Área Metropolitana de Guadalajara en el 2020 residían 29 mil 548 personas de 3 años y más que hablan alguna lengua indígena. En comparación con 2010, el número de hablantes de lengua indígena se incrementó un 11.7%, es decir, 3 mil 096 personas más.

Las políticas públicas en relación con las comunidades indígenas deben tener el propósito de quitar las barreras que detienen el desarrollo para evitar que más mexicanos de las comunidades indígenas se vean en la necesidad de dejar su comunidad. Las entrevistas arrojan que salen de sus pueblos en busca de nuevas oportunidades que les permita mejorar su calidad de vida.

La principal es por el estudio, me vine por estudiar, era ya un objetivo de la familia, de mis papás, ellos querían que yo estudiara, hiciera una carrera para que no batallara, que no tuviera hambre, que saliera adelante y que no me quedara en la comunidad sin trabajo (E1, 18 de marzo, 2022).

Allá no había secundaria, allá nada más había primaria. Eso es lo que me hizo salir porque a mí no me hubiera gustado abandonar a mi mamá ni salirme de mi comunidad (E2, 27 de marzo, 2022).

Ante esto Rubio (citado en Cárdenas, 2014), señala que, la migración indígena ha sido expulsada de sus espacios y ha provocado que migren a las ciudades en busca de fuentes laborales y educativas, principalmente.

Categoría 3. Sentirse habitantes legítimos de la ciudad

Problemática: perciben a la ciudad como una necesidad de adaptación y como un espacio que brinda oportunidades para su vida. No reconocen a la ciudad como parte de su arraigo cultural. La vida de la ciudad es ajena a ellos, conviven lo necesario con las personas de la ciudad y se apegan a las costumbres en la medida en que les permite desarrollarse, no se apropian de la ciudad.

Necesidad: que las personas de comunidades indígenas se reconozcan de manera digna como habitantes de la ciudad y no como un lugar donde no pertenecen y tienen que adaptarse.

Los migrantes de pueblos originarios en la ciudad cambian sus formas de convivir y relacionarse en búsqueda de esa necesidad de adaptación. Las entrevistas demuestran que a pesar de tener tantos años viviendo en la ciudad aún se reconocen como parte de su comunidad y no de la ciudad. La ciudad solo es un medio que les permite obtener mejor calidad de vida. Así lo muestran los siguientes relatos:

Ya me adapté a la ciudad y me adopto la ciudad porque todo es un proceso de adaptación, hago lo que tengo que hacer en la ciudad. (E1, 18 de marzo, 2022).

Ya no como lo que comía yo allá. Acá todo es diferente y no como satisfactoriamente porque, por ejemplo, cuando dicen “ay una piernota de pollo”, lo llego a comer con desconfianza porque dicen que inyectan a los pollos, pero pues así se vive acá en la ciudad (E2, 27 de marzo, 2022).

Categoría 4. Invisibilización de sus esfuerzos

Problemática: No reconocen sus logros al vivir en la ciudad.

Necesidad: reconocimiento de sus logros y de una cultura que le da la diversidad al estado.

Los migrantes indígenas ven invisibilizados en sus esfuerzos. Aguilar Cavallo (2006) afirma que las personas de comunidades reivindican sus derechos identitarios, los cuales son eminentemente culturales. La identidad cultural hace referencia a lo colectivo. La cultura y la forma de vida de la ciudad se impone ante grupos de migrantes que vienen a la ciudad y esto hace que vayan dejando de lado patrones de conducta que aprendieron en sus comunidades. Así lo expresan las entrevistadas:

Nunca he olvidado mi forma de vestir de cuando estuve allá, también aquí lo sigo usando, aunque no ha diario (E5, 08 de abril, 2022).

Siempre he dicho al llegar a la ciudad se tiene que moldear incluso las actitudes. Yo llegué a la ciudad sin esta conciencia de la identidad (E4, 27 de marzo, 2022).

Categoría 5. Sus vínculos en la ciudad

Problemática: Lo que la une a la ciudad son los vínculos familiares (hijos), estudio y prácticas religiosas de la ciudad. El vínculo que tienen de su comunidad en la ciudad se relaciona con la naturaleza.

Necesidad: crear espacios en la ciudad que les permita aun conservar el estilo de vida que tenían en su comunidad donde puedan encontrar y compartir esos vínculos con la naturaleza.

Lo que mantiene en la ciudad a los grupos de migrantes de pueblos originarios son los nuevos vínculos, como hijos que nacieron en la ciudad y están adaptados a ella, cuentan con trabajos que les permiten mantener a sus familiares que viven en sus comunidades, así como nuevas oportunidades para seguirse preparando. A continuación, unos relatos:

Por mi trabajo principalmente porque entré a trabajar [...] Otra razón por la que estoy aquí es por mis hijas (E1, 18 de marzo, 2022).

Estudiar, mis hijos, dar el mensaje de Dios el que las demás personas aprendan (E2, 27 de marzo, 2022).

Seguir estudiando y el trabajo porque allá en la sierra casi no puedes trabajar solamente hay trabajos así temporales (E5, 08 de abril, 2022).

Las necesidades de la población y su relación con el Desarrollo Humano

Las categorías dan muestra de las necesidades que tiene esta población de migrantes de pueblos originarios que habitan en la AMG y éstas están implicadas con el Desarrollo Humano principalmente porque dentro del proceso migratorio que viven pasan por un duelo inconsciente porque involucra pérdidas socioculturales como lo son los lazos familiares, el dialecto, la religión, las creencias, las costumbres, entre otros aspectos. Todas las personas necesitan de vínculos para crecer y pertenecer, si alguno se llega a romper se pasa por diferentes emociones que generan cambios en la identidad y adaptación de esta población. Este duelo es inconsciente porque se ven forzados a salir en búsqueda de oportunidades de trabajo, estudios o generar recursos que les permita vivir en la ciudad y mandar dinero a sus comunidades

Al llegar a la ciudad, manifiestan que se sienten como visitantes porque son invisibilizados en sus esfuerzos ante una cultura dominante. Por lo anterior, se observa que desde el Desarrollo Humano es necesario que ellos se vean, perciban, expresen eso que viven y sienten, porque eso les permitirá crecer y fortalecer su sentido de vida. Es indispensable que se reconozcan e incorporen esas experiencias que se vivan con libertad de que son personas únicas.

El proceso por el que pasan los migrantes ha generado nuevos vínculos que son los que los tienen actualmente habitando en la ciudad que, aunque no la apropian, los ha fortalecido. Ante estas problemáticas y necesidades expuestas, “aquel que conoce el para qué de su existencia, podrá soportar cualquier cómo” (Frankl, 2015,

p. 34). Desde el Desarrollo humano y con el acercamiento a Viktor Frankl se concluye que, por más grande que sea el problema con un poco de esfuerzo y fortaleza personal se puede encontrar la forma de resolverlo y afrontarlo porque el ser humano tiene libertad de decisión y es así como en estos grupos de migrantes tienen la fortaleza para encontrar un cómo.

Pregunta de intervención, propósitos y objeto de intervención

Pregunta

¿Cómo facilitar que las personas de pueblos originarios en contextos urbanos resignifiquen el duelo migratorio como parte de su identidad y lo incorporen a su sentido de vida?

Propósito General

Que los migrantes de pueblos originarios en contextos urbanos resignifiquen el duelo migratorio como parte de su identidad y lo incorporen a su sentido de vida.

Propósitos Específicos

Que las personas de pueblos originarios:

- Reconozcan su experiencia migratoria hacia contextos urbanos.
- Identifiquen el duelo migratorio como parte de su identidad.
- Resignifiquen el duelo migratorio como parte de su experiencia de migrar.
- Incorporen el duelo migratorio como parte de su sentido de vida.

Objeto de intervención: sentido de vida

Capítulo II. Marco teórico

En este apartado se explicita el marco teórico, se hizo una revisión bibliográfica donde se muestra la relevancia que tiene este proyecto intervención desde el campo del Desarrollo Humano. Se procedió a la búsqueda y recuperación de algunos documentos de corte académico como artículos, capítulos de libros y trabajos de obtención de grado para tener un respaldo teórico. Para ello, se comenzó una exploración partiendo de las palabras clave que son: Desarrollo Humano, identidad, indígena, migración interna, proceso migratorio y sentido de vida. La investigación se realizó en bases de datos académicas, se revisaron 26 documentos de los cuales la información se recuperó en fichas bibliográficas. Lo anterior brindó sustento y fundamentación a este proyecto de intervención, cuyo objetivo es identificar los procesos que viven los migrantes indígenas que habitan en el AMG, que los lleva a una resignificación del duelo migratorio y una reconstrucción de su identidad para fortalecer su sentido de vida.

Panorama general

Fueron consultadas dos fuentes de información relacionadas con el tema de migración, una tesis de obtención de grado del Centro de Investigaciones y Estudios Superiores en Antropología Social, México (Aponte,2021) y un artículo de investigación teórico-reflexivo del Colegio de Jalisco (Cárdenas, 2014) ambos publicados en México. De forma particular, el primero brinda una visión antropológica donde se aborda la migración venezolana hacia y en Chile desde las emociones. Esta tesis hace una invitación a habitar y sentipensar la migración, lo cual nos lleva a ver que el proceso migratorio es un concepto latinoamericano, étnico y comunitario, es una forma de habitar el mundo pensando con el corazón y sintiendo con la mente.

La migración vista desde las emociones muestra que los sentimientos, emociones, pasiones y efectos son símbolos estructurados que circulan y se intercambian en la cultura. Las emociones mueven por eso, la movilidad humana implica una movilidad emocional. Dentro del proceso migratorio se experimentan diferentes emociones donde ninguna debe ser minimizada.

Por otro lado, en un panorama internacional muestra que anteriormente la migración interna de personas de pueblos originarios en México era vista únicamente como una medida para salir de una situación de pobreza, accediendo así a mejores condiciones de vida, pero actualmente debido situación económica, política y social del país, existen diferentes razones las que motivan a los migrantes a salir de su lugar de origen.

En el proceso migratorio de los indígenas intervienen diferentes aspectos. De ahí la necesidad de tener material referente a su identidad. Debido a su complejidad se consultaron cuatro diferentes artículos teóricos reflexivos en las disciplinas de ciencia política (Gall, 2004), Derechos Humanos (Ruiz, 2007), Sociología (Stavenhagen, 2002) y Derecho (Aguilar, 2006) publicados en los países de México, España y Chile.

El concepto de Identidad indígena dentro de la Ciencia política se analizó dentro de las reflexiones teóricas de los conceptos identidad, exclusión y racismo (Gall, 2004), tanto desde el punto de vista teórico en referencia primordialmente con sus lógicas centrales y en su relación con la modernidad como desde sus manifestaciones en México. En este artículo se revisaron los conceptos de igualdad, identidad-otredad, intolerancia, la exclusión y la discriminación para ubicar como problema la identidad como construcción social frente a otras construcciones sociales: la etnicidad y el género.

En México los Derechos Humanos no son suficientes para cubrir las demandas de los pueblos indígenas. Por eso, este artículo habla de la importancia de que se tenga un derecho a la identidad cultural para que se atiendan y regulen las peticiones de las minorías. (Ruiz, 2007). Dentro de la Sociología en España (Stavenhagen, 2002) se puntualiza que, los pueblos indígenas de América Latina no buscan ni exigen separarse del estado, solo buscan el reconocimiento de su identidad, sus derechos humanos y sobre todo que los derechos individuales sean igual al resto de la población.

En América Latina es necesaria una política que reconozca una ciudadanía multicultural y una participación igualitaria de los pueblos indígenas. (Stavenhagen,

2002). En Chile el artículo de Derecho defiende que los pueblos indígenas se autodefinan. nadie externo a su pueblo les puede definirlos porque desconocen su cosmovisión y se pone en juego la supervivencia misma de los pueblos (Aguilar, 2006).

La identidad indígena es conservada y transmitida principalmente a través del idioma y se encuentra vinculada a la tierra que es parte integrante de la cultura indígena, de su visión del mundo y de su cosmogonía. La lengua indígena es un punto de referencia fundamental para encontrar su propia identidad, ya que así se reconocen e identifican con sus miembros, el sentido de pertenencia está determinado por esos patrones lingüísticos llenos de historia y cultura hereditaria.

Para comprender a las comunidades de migrantes indígenas dentro de un contexto urbano y dar cabida a la importancia que las comunidades de migrantes indígenas se sientan habitantes legítimos de la ciudad, fue necesario revisar cuatro artículos, el primero dentro de la disciplina de política y cultura (Albertani, 1999), publicado en México, hace mención que los indígenas en la ciudad siguen luchando por sus derechos, no buscan un reconocimiento de exclusividad, solo que los derechos sean igualitarios, no olvidan sus raíces, salen de sus pueblos en busca de mejores oportunidades tanto personales como económicas y siguen conservando su identidad cultural.

Un artículo dentro de la comunicación social (Sinigüí, 2007) publicado en Colombia mediante proyectos de investigación de carácter participativo, se invita a sus jóvenes participantes y a sus familias a indagar por sus raíces, y afianzar (o restablecer) los nexos con sus comunidades hablan sobre la importancia de construir una identidad que comprenda y reconozca los procesos de reconfiguración geográfica y sociocultural. Si los indígenas en la ciudad siguen conservando su cultura, es muy difícil que olviden sus raíces, mientras ellos se sigan preguntando quiénes son nunca lo olvidarán.

Desde la Antropología (Tamagno, 2014), un artículo publicado en Argentina advierte de no subestimar o conjeturar argumentaciones de los indígenas, ya que ellos

poseen una cultura diferente y llena de sabiduría. Es necesario reconocer un mundo multicultural y respetar todas las formas de identidad, creencias y culturas.

Un artículo teórico reflexivo publicado en México publicado por el Banco Interamericano de Desarrollo (BID) en el 2021 escrito por Acosta Maldonado, María Elena y Acevedo Paloma, describen el perfil de las poblaciones indígenas urbanas.

Después de revisar los documentos fue necesario indagar sobre el duelo migratorio debido a que es parte del proceso que viven las personas de pueblos originarios por sus diferentes pérdidas y que en mayoría de los casos es inconsciente. Para ello se recuperaron cinco artículos teóricos reflexivos, de los cuales cuatro fueron publicados en España (Arroyo, 2019; Calvo, 2005; Achotegui, 2000, 2012) y uno de México (Aponte, 2022). Estos dan cabida al concepto del duelo migratorio, así como sus beneficios al desarrollo del potencial humano y las afectaciones psicológicas y físicas como lo es el síndrome de Ulises (Achotegui, 2012).

Con respecto al sentido de vida, se revisaron tres trabajos para obtención de grado y dos artículos teóricos reflexivos publicados en Colombia (Martinez, 2011), (Cardona, 2015), Argentina (Paley, 2022) y México (Sigler-Rosillo, 2002), (Aguilar-Amante, 2016). Pensando en los factores que influyen en la salud física, mental y humana de los migrantes, adentrarse en el concepto de sentido de vida es importante para una vida sana, esto porque en la mayoría de los casos se encuentra una resignificación a los procesos que ellos viven.

Discusión de conceptos teóricos principales

Dado que la migración indígena hacia la ciudad es un proceso donde influyen diferentes aspectos que conducen a descubrir, explorar y reconocer experiencias, es de suma importancia apoyarse en el Desarrollo Humano, porque éste será la guía para centrarse en las habilidades y el potencial que abone al crecimiento personal. A continuación, se describen algunos conceptos que son parte fundamental de este tema problema.

¿Qué es migración?

Se parte de la definición que proporciona la Real Academia Española (RAE), (2022) en su segunda acepción, donde dice que la migración es: “El desplazamiento geográfico de individuos o grupos, generalmente por causas económicas o sociales” (s.n). Cárdenas, (2014), aunque argumenta que no hay una definición única para el concepto de migración. Desde una mirada sociológica, reconoce que es básicamente “el movimiento territorial de personas que trasladan su espacio de vida a otro” (p.5).

Desde su visión antropológica Aponte, (2021), define migración desde las emociones, que más allá de las condiciones en las que se produce, hay un momento entre dudas y determinación. El autor no se adhiere a una categoría de migración forzada porque tiende a homologar las experiencias frente a un escenario de víctimas de los problemas y por ende obligadas/os a “escapar” o expulsadas del país.

El concepto de migración forzada pareciera homogeneizar a la población migrante y sus experiencias. Lo cual también presupone que la movilidad humana se vive desde el dolor por las pérdidas a causa de un desplazamiento no-voluntario, dejando poco espacio para otras formas de experimentarla, y desconociendo que la multiplicidad migrante no puede reducirse a una categoría universal. (Aponte, 2021, p.279)

Ante estas definiciones se llega a la conclusión de que migración es aquel desplazamiento geográfico y forma de vida de los individuos o grupos donde también implica una movilización de sus emociones.

¿Qué es el duelo migratorio?

Se encontró que dentro del proceso migratorio existen diferentes pérdidas que conllevan a un duelo inconsciente, por tal motivo la relevancia ahondar sobre el concepto de duelo migratorio. Desde el campo de la psicología Arroyo, (2019) dice que en el lenguaje popular el duelo está asociado a la muerte, pero en este campo el duelo está relacionado a la pérdida, por consiguiente, el duelo migratorio: “Es el proceso de elaboración de las pérdidas asociadas a la experiencia migratoria” (Arroyo, 2019, p.4). Calvo, (2005) define el duelo como:

Un proceso dinámico y activo y no un estado; es un proceso íntimo y privado, pero a la vez un proceso público (rituales, luto...). El duelo es un proceso tendente a la reorganización y elaboración, con dimensiones individuales, familiares y sociales. (p.81)

Por otro lado, Pangrazzi, (1993 en Calvo, 2005) clasifica en cinco grupos: pérdidas de personas significativas, pérdidas de aspectos de sí mismo, pérdidas de objetos externos, pérdidas ligadas con el desarrollo, pérdidas de objetos, de ideales, de ilusiones. Con base en lo anterior Calvo (2005, pp.82-83) clasifica el duelo como:

- Duelo Normal: aquel que transita por las distintas etapas sin quedarse bloqueado en ninguna especialmente, que se lleva en un periodo de tiempo que discurre entre uno y dos años
- Duelo Crónico: sostenimiento del dolor en forma de sufrimiento, con fuerte sentimiento de desesperación, unido a la incapacidad de rehacer su vida
- Duelo Congelado: también llamado inhibido, ausente, enmascarado, evitado, reprimido. Constituye una dificultad para desarrollo afectivo, dificultad para la expresión de las emociones, inhibición
- Duelo Exagerado: una exagerada prolongación del duelo
- Duelo Retardado: también diferido, aplazado. Frecuente ante pérdidas inesperadas, supone una inhibición inicial, una prolongación de la negación que al tiempo puede responder de manera exagerada

- Duelo Anticipatorio: elaboración anticipada del dolor por una pérdida previsible, es un proceso de desapego emotivo que puede favorecer el duelo posterior, permite en muchos casos vivir las relaciones de manera más auténticas en los últimos momentos. (Calvo, 2005, pp.82-83)

Dentro de la síntesis de las características del duelo migratorio que realizó Calvo (2005, p.85) tomando como referencia los trabajos de Achotegui (2002), Tizón (1993), Valladares (2004) y a Falicov (1999,2002) en su apartado A, se encuentra una clasificación de los tipos de duelo.

- Es un Duelo Parcial en tanto que el “objeto” de la pérdida no desaparece como tal y para siempre, sino que existe la posibilidad del reencuentro.
- Es un Duelo Recurrente, con gran facilidad para reactivarse. Esta dimensión incorpora una enorme complejidad al proceso de elaboración ya que el duelo siempre se está reabriendo: el contacto telefónico, internet, los viajes esporádicos, la llegada de paisanos hacen que el vínculo se reavive. Más recurrente se vuelve el duelo cuando las circunstancias en el país de destino no marchan bien, es muy común que aparezca la “fantasía del regreso” (Achotegui, 2000), tanto más fuerte cuantos más contactos recurrentes.
- Es un Duelo Múltiple cuando se pierden muchas cosas a la vez, todas valiosas, importantes, significativas (familia y los amigos, la lengua, la cultura, la tierra, por nivel social, el contacto con el grupo étnico, los riesgos físicos, la pérdida del proyecto migratorio, no poder regresar). (Calvo, 2005, pp.84-86)

Siguiendo con estas definiciones Achotegui, (2000, p.14) entiende por duelo “el proceso de reorganización de la personalidad que tiene lugar cuando se pierde algo que es significativo para el sujeto”. Por consiguiente, para llegar al concepto de duelo migratorio hay autores que puntualizan el duelo como parte del proceso migración en tanto que no solamente implica un desplazamiento geográfico sino también un desplazamiento emocional.

¿Qué es sentido de vida?

Dentro del proceso migratorio donde emerge un duelo inconsciente aparecen diferentes emociones que se encuentran dentro de situaciones que se podrían definir como el sentido de vida de los migrantes y hace que estos puedan sobrellevar la adaptación a esta movilidad de su lugar de origen a contextos urbanos.

Para dar sustento a lo anterior se parte del siguiente concepto de sentido de vida: “es la percepción afectiva-cognitiva de valores que invitan a la persona a actuar de un modo u otro ante situaciones específicas o la vida en general, dando coherencia e identidad personal” (Martínez, 2007, 2009, 2011 en Martínez et al., 2011, p.14).

El sentido de vida contribuye a la identidad de la persona porque “se construye de una manera dinámica que permite que las personas resignifiquen las experiencias de vida, y por ende le den otro curso a sus proyectos y acciones, llenándolas de sentido” (D’Angelo, 2002 en Cardona, Hazbun, Ortiz, 2015, p. 120).

Los aprendizajes significativos que las personas han adquirido a través de los años tienen una fuerte relación con la construcción dinámica del sentido de vida, con la forma de relacionarse con su entorno y la comprensión acerca de su lugar en el mundo, por tal razón: “Se considera pertinente resaltar cómo la condición humana dota de sentimientos a las personas y cómo estos, ligados a las experiencias vitales toman ciertos matices, que determinan el sentido de la vida” (D’Angelo, 2002 en Cardona et al., 2015, p. 120).

El hecho de tener una motivación profunda favorece la libertad y la responsabilidad de la propia existencia, es un: “recurso protector frente a diferentes situaciones como la depresión, la ansiedad, el intento de suicidio y las conductas alcohólicas” (Paley, 2022, p.11). Para encontrar esa motivación, es de suma importancia centrarse en la experiencia propia. Frankl, (1991) dice que se debe buscar el sentido de vida desde la experiencia propia, “resignificar la experiencia, darle un valor al dolor que se está viviendo. No se trata de invalidar dicho sufrimiento, sino verlo desde un foco que busca algo mayor que lo que es posible ver a simple vista en ese momento” (Sigler-Rosillo, 2022, p. 39).

¿Qué es identidad indígena?

Es indispensable para el concepto de *identidad* partir también de lo que dice la RAE (2022, s.n.) en términos generales, para ello se tomaron en cuenta las siguientes 3 acepciones:

- 1) Conjunto de rasgos propios de un individuo o de una colectividad que los caracterizan frente a los demás.
- 2) Conciencia que una persona o colectividad tiene de ser ella misma y distinta a las demás.
- 3) Hecho de ser alguien o algo el mismo que se supone o se busca.

Muy cercano a estas acepciones Achotegui dice que identidad es: “El conjunto de autorrepresentaciones que permiten que el individuo se sienta, por una parte, como semejante y perteneciente a determinadas comunidades de personas y, por otra parte, diferente y no perteneciente a otras”. (Achoegui, 2002 en Calvo 2005, p.88)

Ese conjunto de rasgos, autorrepresentaciones o la conciencia que forma parte de la identidad es gracias a la autoobservación y discernimiento que se hace de sí mismos, como lo dice Fossaert:

La identidad es: la percepción colectiva de un "nosotros" relativamente homogéneo (el grupo visto desde dentro) por oposición a "los otros" (el grupo de fuera), en función del reconocimiento de caracteres, marcas y rasgos compartidos que funcionan también como signos y emblemas, así como de una memoria colectiva común. (1983 en Gall 2004, p.223)

Para este trabajo es necesario precisar los diferentes tipos de identidad por estar implicados en el proceso de migración y su sentido de vida. Se comienza por la *identidad cultural* que es:

El conjunto de referencias culturales por el cual una persona o un grupo se define, se manifiesta y desea ser reconocido; implica las libertades inherentes a la dignidad de la persona, e integra en un proceso permanente la diversidad cultural, lo particular y lo universal, la memoria y el proyecto. (Ruiz, 2007,196)

La *identidad indígena* tiene diferentes características importantes y perceptibles por los demás, comenzando por el uso de su lengua, que, para ellos, es algo especial porque su uso y conservación es una forma de transmitir su *identidad* hacia las nuevas generaciones, “muchas de las culturas indígenas poseen un saber tradicional transmitido únicamente por vía oral. Este saber, las historias ancestrales, los conocimientos inmemoriales y el origen de la comunidad son comunicados a las nuevas generaciones por medio de la lengua” (Aguilar, 2006. p.8). Otra característica que los distingue es su vínculo con la tierra que es la base de su supervivencia. “La tierra es parte integrante de la cultura indígena, de su visión del mundo, de su cosmogonía” (Aguilar, 2006, p.9).

Las anteriores son características que se pueden identificar, pero realmente no es posible definir la identidad de un pueblo por ser tan diverso, pero es importante entender qué debe reconocerse y respetarse. “La identidad indígena está compuesta por una compleja red de relaciones e interacciones, similares a las que existen en el núcleo familiar. La correcta definición de la identidad indígena pone en juego la supervivencia misma de estos pueblos” (Aguilar, 2006, p.7). La identidad indígena es un derecho que solo a ellos les pertenece, es transmitida en su mayoría a través del idioma y sus costumbres teniendo un estrecho vínculo con su cosmovisión, la tierra y la naturaleza.

¿Qué es el Desarrollo Humano?

“No soy lo que tengo sino lo que hago con lo que tengo”
(Martínez, 2018, p.51)

El Desarrollo Humano es un campo de conocimiento que promueve el potencial las personas, grupos y organizaciones (Segrega, 2008). Lafarga (2013), define el Desarrollo Humano como “cualquier forma de facilitar y promover la salud, el bienestar y el crecimiento de la persona en todas sus modalidades y manifestaciones” (p.21). Desde el Desarrollo Humano se asume que las personas tienen una capacidad innata hacia el crecimiento, son seres pensantes, con capacidad para tomar decisiones y con libertad para hacerlo, también se asume que las personas son únicas y dignas. El Desarrollo Humano implica “el

aprovechamiento de los recursos y del potencial humano desde todas las posiciones ideológicas y desde todas las formulaciones teóricas y prácticas” (Lafarga,2010. p.17). Por lo anterior, todo acercamiento interpersonal que abone a condiciones de crecimiento y plenitud de las personas traerá mejoras a su forma de vivir porque tendrán las herramientas para la toma de decisiones.

El campo del Desarrollo Humano tiene como base fundamentos filosóficos de la corriente humanista y existencial. Entre los autores en que se apoya se encuentran Sören Kierkegaard, Edmund Husserl, Martin Heidegger y Martin Buber. El Desarrollo Humano emerge de la Psicología Humanista-Existencial con quien comparte autores como Carl Rogers, Abraham Maslow, Erich Fromm, Fritz Perls y Víctor Frankl, entre otros. Estos autores consideran a las personas como responsables de sí mismos, realzan la libertad y las emociones como parte constitutivas del ser humano.

De acuerdo con Reyes (2019, p. 41), el Desarrollo Humano permite “atender las necesidades y problemas en las personas desde una visión humanista, a detenerse en los sentimientos y ver cómo esto permea su manera de ser, de actuar y de sentir”. Desde el Desarrollo Humano es posible comprender por lo que están pasando las personas migrantes de pueblos originarios para acompañarlos en sus vivencias. Es indispensable que esta población sea facilitada y acompañada desde el Desarrollo Humano para que puedan mirarse, detenerse en su experiencia migratoria, elaborar el duelo migratorio e integrarlo como parte de su identidad y su sentido de vida.

Enfoque Centrado en la Persona

Carl Rogers es reconocido como uno de los principales exponentes humanistas a través de su Enfoque Centrado en la Persona (ECP) sistematiza y fundamenta el proceso de crecimiento personal. Rogers (1980) afirma que todos tienen la capacidad y la tendencia de avanzar hacia su propia madurez. “Esta tendencia también se pone en evidencia cuando las personas comprenden aspectos de sí mismas y en la capacidad para reorganizar su personalidad hacia patrones más maduros” (Novelo,2018, pp.24-25).

El Enfoque Centrado en la Persona se ocupa en desarrollar y mejorar el potencial humano, empatizando con las personas para mejorar su calidad de vida, hacer sociedades más humanizadas y que puedan aportar al bien común. El Enfoque Centrado en la Persona (ECP) parte de la premisa de que la persona tiene “libertad, capacidad de elección consiente, y tendiente al progreso. El ECP promueve el conocimiento reflexivo; es decir, la capacidad no solamente de saber, sino que saber que se sabe” (Villarreal, 2019, p.42 citado en Reyes, 2019, pp. 60-61). El desarrollo del potencial humano requiere de identificar las capacidades de cada persona, situándolas en su entorno. Se parte del supuesto de que las personas están en constante cambio y es preciso cubrir ciertas necesidades para funcionar en la sociedad.

No se trata sólo de una psicoterapia, sino de un punto de vista, de una filosofía, de un enfoque de la vida, de un modo de ser..., que se expresa ya sea en una orientación psicológica no-directiva, en una terapia entrada en el cliente, en una enseñanza centrada en el estudiante o en un liderazgo centrado en el grupo (Rogers, 1980, citado por Martínez, 2006, p.3)

Poner en el centro a la persona establece una relación de persona a persona situadas en igualdad de condiciones enriqueciendo todo el proceso de desarrollo. Las tres actitudes básicas que sostienen el Enfoque Centrado en la Persona son: la congruencia o autenticidad, la consideración positiva incondicional y la comprensión empática.

La congruencia o autenticidad, se relaciona con desprenderse de máscaras y roles, relacionarse en la experiencia, conciencia y comunicación. Estar dispuesto a procesar vivencias desde la escucha, que los sentimientos fluyan en cada momento, percibir el proceso experiencial, identificar emociones y orientarlas al origen. Expresar lo que se ha hecho visible a la conciencia; explicitar lo implícito. En resumen, mostrar coherencia entre el lenguaje verbal y no verbal, generando claridad en el proceso. (Barceló, 2012).

La consideración positiva incondicional, tiene que ver con una disposición para validar la experiencia del otro, aceptarlo tal cual es, sin juzgarlo y admirarlo como

ser único e irreplicable, “Se trata de aceptar que la persona facilitada pueda experimentar y expresar sus propios sentimientos, estos no serán juzgados ni manipulados sino considerados como parte significativa del organismo” (Barceló, 2012, p130).

La comprensión empática, se enfoca en contemplar a la persona y su experiencia, sin juzgar, es mirar a través de sus ojos, como si fuera el propio, cuidando que la persona perciba tal comprensión. “Consiste en la percepción por parte del facilitador del mundo interno de la persona facilitada con una actitud de escucha profunda y activa para recoger con exactitud los significados personales que experimenta, en el momento, la persona ayudada y comunicar esta comprensión” (Barceló, 2012, p.130). La persona facilitada al sentirse escuchada y comprendida podrá comprender mejor su experiencia y su proceso.

El Enfoque Centrado en la Persona de Carl Rogers puede ayudar a acompañar a las personas de pueblos originarios en su experiencia migratoria porque el centro se encuentra en la relación interpersonal. Esta relación no solamente depende del facilitador si no de ambos actores; se parte de la siguiente premisa de Rogers (2020): “Si puedo crear cierto tipo de relación, la otra persona descubrirá en sí misma su capacidad de utilizarla en su propia maduración y de esa manera se producirá el cambio y el desarrollo personal” (p.43)

Los atributos de la relación

- a) Congruencia empática. Quien facilita debe tener conocimientos sobre la experiencia migratoria de los pueblos originarios.
- b) Aceptación positiva incondicional. Si quien facilita establece una relación incondicional en donde acepte a la persona migrante de pueblos originarios tal y como es sin juicios y sin condiciones, no se sentirá amenazada, en soledad o diferente a los demás, al contrario, se sentirá acompañado y comprendido. Es importante mencionar que, quien facilita, no tiene que estar de acuerdo en muchas de las conductas, pero sí mostrar respeto en la experiencia.
- c) Comprensión empática. Ver a través de los ojos de las personas de pueblos originarios, es necesario tomar en cuenta su contexto para entenderlo.

Partiendo de la idea de que la tendencia actualizante en cualquier organismo es su motivación básica, entonces cualquier organismo presentará una tenacidad por la vida, el empuje vital, hacia delante y la habilidad para sobrevivir aún en un ambiente increíblemente hostil, no simplemente quedándose estático, sino siendo capaz de adaptarse, desarrollarse y convertirse en sí-mismo. (Velasco,2004, p.24)

De acuerdo con Rogers (1998), el cambio positivo se realizará si están presentes las siguientes seis condiciones:

- 1) que dos personas estén en contacto,
2. que el cliente (persona) esté en un grado de incongruencia, vulnerabilidad o de angustia y,
3. que en un grado mínimo el terapeuta (facilitador) pueda comunicar al cliente (persona) la comprensión empática y la consideración positiva que experimenta hacia él,
4. que cliente (persona) perciba estas actitudes por parte del terapeuta (facilitador).
5. El terapeuta (facilitador) comprende y empatiza con los sentimientos y experiencias del cliente (persona)
6. El cliente (persona) percibe, al menos en un grado mínimo, la aceptación y empatía del terapeuta.

Al colocar en el centro a las personas de pueblo originarios para acompañarlos en su experiencia migratoria desde el Enfoque Centrado en la Persona es posible promover su potencial, ayudándoles por medio de su experiencia, a que se sientan plenos y se reconozcan como agentes de cambio.

[La facilitación en la intervención desde el Desarrollo Humano](#)

Quien facilita debe ser capaz de actuar como agente de cambio enfocado al crecimiento personal y colectivo en todo tipo de ambientes individuales, grupales, colectivos u organizacionales, generar, orientar y brindar herramientas para toma de decisiones desde una mirada integradora de la relación de personas con su

entorno. De acuerdo con Rogers (1980 citado en Reyes, 2019), quien facilita

no necesariamente es un terapeuta y en un grupo puede desarrollar un clima psicológico de seguridad donde se genera en forma gradual libertad de expresión y disminuyen las actitudes defensivas. El principal objetivo de quien facilita es ayudar a los participantes a expresar sus sentimientos y pensamientos, de manera que en el intercambio comunicacional se oriente hacia una mayor aceptación de su ser -emocional, intelectual y físico- tal cual es, incluidas sus potencialidades (p.60)

Cuando una intervención avanza, está centrada en la persona y en su entorno, se logra una toma de conciencia que permite significar las experiencias de manera tal, que se enriquecen sus conocimientos y favorecen a sus relaciones interpersonales más constructivas y satisfactorias. Quien facilita debe generar que los participantes expresen sentimientos y emociones libremente a través de procesos creativos, ya que estos pueden guiar a ver situaciones incongruentes o en conflicto.

El facilitador desde el Enfoque Centrado en la Persona percibirá los siguientes elementos que conforman el Concepto de Persona: singularidad, autonomía, dignidad, responsabilidad, en relación y con llamada a la autorrealización. El facilitador al ver a la persona de esta manera podrá impulsar a dicha persona a seleccionar sus propias soluciones y hacerse responsable de dichas decisiones que ha de tomar para su crecimiento personal, esto de acuerdo con el paso y ritmo que marque la persona que requiere ayuda. (Martínez, 2006, p.4)

Un facilitador debe estar apegado al ECP tomando en cuenta lo siguiente: la congruencia o autenticidad, consideración positiva incondicional y la comprensión empática; tendrá que estar abierto a otras formas en las que se puede dar la facilitación, ya que puede existir más de una forma acompañar y guiar a un grupo, esto dependerá de las personas y en la medida en la que vayan avanzando en la intervención, por lo que la flexibilidad de actitud y forma de interactuar con los demás debe ser considerada al momento de estar frente a un grupo que tiene una serie de necesidades, que serán muy distintas entre sí y que requieren ser atendidas con

respeto y paciencia (Reyes, 2019, p. 62)

Acercamiento a los temas consultados

A continuación, se describen los textos revisados de acuerdo con los grandes temas identificados a partir de los contenidos de los escritos. Se construyeron dos grupos: 1) migración indígena, 2) sentirse habitantes legítimos de la ciudad.

Migración indígena

Los integrantes de los pueblos indígenas del mundo son vulnerables a diferentes causas sociales y económicas que afectan sus derechos humanos, entre ellos está el poco acceso a la educación, a servicios de salud y especialidades, explotación de sus tierras, persecuciones, etc. estos motivos reducen su productividad y por ende los ingresos económicos a su población. Derivado de lo anterior, los indígenas salen de sus comunidades hacia zonas urbanas voluntaria o involuntariamente.

Trazando enfoques y perspectivas de la migración interna en México, a partir del año de 1940 debido al proceso de industrialización, se comenzó a notar grandes flujos de migratorios, en especial en los estados de México, Jalisco y Nuevo León. Migrar hacia contextos urbanos era visto como una oportunidad de crecimiento, acceder a mejores condiciones de vida y era un fenómeno exclusivo del género masculino, no obstante, actualmente la situación económica, política y social ha incrementado las superficies urbanizadas y con esto dificultades económicas y sociales.

En la actualidad, el grupo de migrantes indígenas no nada más está compuesto por el género masculino, también salen mujeres y niños, incrementando el volumen de la migración indígena, ya no se dirigen a las tres ciudades principales, sino que se instalaron en todas las ciudades del país y ante esto se ha valorado, estudiado y analizado la organización de la migración interna en el país en este caso en México. (Cárdenas, 2014).

Se propone en los artículos teorizar la inclusión, las tendencias del fenómeno migratorio con trabajos integrales y utilizando los conceptos como lo son: translocal, redes y capital social, esto con la finalidad de que se tengan acuerdos con la

definición de dichos términos, así como el tratamiento metodológico. En los artículos revisados se propone combinar métodos cualitativos y cuantitativos de los estudios migratorios en miras de tener en cuenta el peregrinaje, así como el retorno que no se contempla a corto plazo; igualmente, debe ser analizada, desde otro panorama, la relación que guarda la migración con la ciudad con la finalidad de entablar políticas públicas acordes con la situación de vulnerabilidad que enfrentan los migrantes.

Respaldando lo anterior Aponte (2021), escribe sobre el *proceso migratorio* para que puedan ser sentipensados los migrantes. Pretende que su trabajo sea un espacio para habitar y sentipensar la migración desde las emociones. La palabra *sentipensar* se refiere a una forma de habitar el mundo, siendo este un concepto latinoamericano, étnico y comunitario, que invita a ser capaces de pensar con el corazón y sentir con la mente, en palabras de López Intzín (2013 en Aponte 2021, pp.26-27) es “una mirada que reivindica un corazón pensante y un pensamiento latente” y es a través de ese concepto “sentipensar” que se pretende generar conocimientos de este proceso social como lo es la migración.

Aponte (2021) resalta la importancia de dejar de ver las emociones como respuestas individuales y entender que son un puente entre el individuo y el mundo que reconocen lo social y emocional. Por lo anterior podemos decir que las emociones se construyen dentro de diferentes contextos sociales, políticos, económicos e históricos y de la relación con las personas en su entorno.

Este trabajo aunado a *sentipensar* la migración, también enfatiza dos conceptos fundamentales, el primero es la migración en contextos múltiples de crisis que se experimentan de forma diferenciada y en segundo lugar el concepto de goce migratorio, en contraposición al duelo, como una práctica política, de resistencia y emancipatoria de la experiencia para toda movilidad humana. (Aponte, 2021, p.279).

Pensar en la migración en diferentes contextos es abrir el panorama de que no solamente los migrantes son víctimas de las circunstancias y por ende obligados a salir de sus comunidades, por lo regular se tiende a homogeneizar a la población

migrante y a sus experiencias, “pareciera que, la única opción que les y nos queda es el “desplazamiento forzado”; entonces, apelar a una migración en contexto de múltiples crisis deja abierta la posibilidad para reconocer que quienes migran son personas con agencia: no solo con capacidad de decidir, resistir e insistir; sino también porque se mueven por, con y a través de emociones y razones, afectando y siendo afectadas/os por *sentipensares* y, también, por sus propios intereses y motivaciones” (Aponte, 2021, p.280).

Lo anterior da cabida al concepto de *goce migratorio*, ya que dentro del proceso de migración en lugar de victimizar, enmarcarla en categorías cerradas (residencia temporal, permanente, irregular, migración forzada o la que fuera), subrayarla entre las adversidades y las precariedades, el goce migratorio busca mostrar,

las posibilidades de estrategias, las formas de articulación y de resistencia. No se centra solo en las tristezas por las múltiples separaciones y duelos, sino que también recuerda que es posible experimentar alegrías y abrazar posibles reencuentros; y mientras reconoce la existencia del miedo, la desesperación y la incertidumbre, al mismo tiempo lo transforma en la actitud desafiante y llena de coraje para encarar las vicisitudes. (Aponte, 2021, p.284)

El goce migratorio da lugar a las satisfacciones, abraza las nostalgias y añoranzas, aceptar los diferentes duelos, “no nos limita solamente a la sensación natural del desarraigo y de la doble ausencia, sino también nos otorga el derecho de reclamar la permanencia y resignificar el sentido de pertenencia”. (Aponte, 2021, p.285)

Sentirse habitantes legítimos de la ciudad

Es necesario mencionar lo importante que es que las comunidades de migrantes indígenas sientan propia la ciudad, que se sientan habitantes legítimos porque su cosmovisión aporta, diferencia y acerca a los demás. Se ha escrito acerca de las comunidades indígenas en el contexto urbano. Muestra de ello es el artículo de Acosta y Acevedo (2021) quienes dan cuenta de que la mitad de la población indígena de las regiones viven en zonas urbanas, pero eso no significa que no sigan

expuestos a diferentes formas de exclusión. Se trata de un artículo teórico reflexivo que describe el perfil de las poblaciones indígenas urbanas:

- La creciente urbanización de los pueblos indígenas en varios países de la región supone un alto riesgo de asimilación no intencionada en la medida que varios de los servicios públicos, como educación o salud, no están adecuados a su cultura o necesidades. Esta situación puede acentuar, por ejemplo, la pérdida de sus idiomas.
- El 36% de hogares indígenas que vive en las ciudades, 1 de cada 3 núcleos familiares vive en favelas, barrios populares o asentamientos informales en condiciones inadecuadas y sin acceso a servicios básicos.
- La mayoría solo tiene acceso al sector informal de la economía, a empleos precarios y mal remunerados, con bajos ingresos.
- La proporción de hogares dirigidos por mujeres está aumentando a un ritmo mayor que el de los dirigidos por hombres.
- Debido a ser una minoría en las ciudades tienen un mayor riesgo de perder sus saberes, cosmovisión, idiomas, vestimenta, símbolos, tradiciones, relación con la naturaleza, e identidad.

Es importante que se vea lo importante que es el rol de las comunidades indígenas, como lo es la integración de la diversidad y aprender de su cosmovisión. Es necesario que en la ciudadanía asuma de manera consciente que hay comunidades de indígenas habitando la ciudad. La intención es generar una integración intercultural que dé paso a convivencias más armónicas y humanizadas para evitar el racismo y la discriminación, impulsando el derecho a la ciudad dentro de multiculturalidad.

Albertani (1999, p.198) dice que los desplazamientos de poblaciones son fenómenos muy antiguos y que se deben a causas que han ido variando los lugares y las épocas; considera insuficiente los procedimientos para evaluar la dinámica de etnicidad, ya que deja de lado a la población que, a pesar de compartir valores, normas y prácticas comunitarias ha perdido el uso de la lengua vernácula y se

expresa únicamente en español. A esto se añade la valoración negativa que se tiene en la sociedad del mundo indígena, la cual para muchos jefes de familia implica no querer que sus hijos hablen su lengua materna porque es la lengua de los explotados.

Se destaca en este artículo las palabras “indígena” e “indio” son de origen colonial y las comunidades no las aceptan del todo, son palabras ajenas a ellos, los migrantes indígenas en comunidades indígenas se identifican como otomíes, nahuas, se nombran a sí mismos mexicanos, mazahuas, mixes, etcétera; pero no indígenas.

Señala que el perfil laboral de la población indígena en un contexto urbano se fue transformando. En la década de los cincuenta y hasta los setenta su incorporación se dio principalmente en los sectores secundarios y terciarios, después, con la parálisis del mercado laboral, los migrantes se orientaron hacia la economía informal. El crecimiento del comercio ambulante se presentó como una respuesta social a la reducción de los salarios de los trabajadores, así como a la destrucción de la micro, pequeña y mediana empresa que ha arrojado al desempleo a millones de personas. Al respecto, Albertani (1999) agrega:

Los lazos con la comunidad se mantienen gracias al culto a los muertos y al calendario de fiestas, sólo que ahora las mujeres están en la posición de financiarlas ellas mismas, lo cual les otorga un nuevo poder. Por último, es significativo que muchas mujeres indígenas migrantes hayan accedido en la ciudad a posiciones de liderazgo político y social que les eran anteriormente vedadas. (p.215)

Actualmente, se está trabajando dentro de las familias de las comunidades de migrantes indígenas para que indaguen acerca de sus raíces, con la finalidad de afianzar los nexos con sus comunidades de origen, para que dentro de un contexto urbano se comprendan y reconozcan los procesos de construcción de la identidad y la reconfiguración geográfica y sociocultural.

Capítulo III. Metodología

En las siguientes líneas se describe la estrategia metodológica. Se inicia con la metodología cualitativa, se sigue con el apoyo del método de investigación acción participativa y el método fenomenológico. La técnica pertinente fue el taller. Se continúa con las consideraciones éticas.

Metodología cualitativa

Se partió de una metodología cualitativa con apego al método investigación acción participativa. Comenzando por la definición de los dos conceptos importantes para este trabajo “intervención” y “participación”, para el diccionario de Real Academia Española *intervención* en una de sus acepciones es: “tomar parte en un asunto” y *participar* es: “compartir, tener las mismas opiniones, ideas, etc., que otra persona”.

Se retomó el concepto de intervención desde el Desarrollo Humano que hace referencia a relacionarnos con el otro para compartir nuestro estar, tiempo y sobre todo escuchar con el fin de apoyar al otro para que se puedan conocer y ser ellos mismos con libertad y seguridad de que no serán juzgados. Intervenir tiene relación con todos los momentos de aprendizaje porque busca que las personas adquieran conocimientos principalmente sobre sí mismas. La necesidad por la transformación de la sociedad es que el Desarrollo Humano se hace presente. Los facilitadores juegan un papel muy importante en los procesos de intervención social porque son los que intervienen e influyen entre los factores que surgen durante los procesos por los que pasan los actores.

Método investigación acción participativa

Hay dos artículos en particular que profundizan en el tema de intervención. El primero *La intervención socioeducativa. Cuando se juega en la cancha del otro* de Elba Noemí Gómez Gómez y Felipe de Jesús Alatorre Rodríguez (2014) y el segundo, *La intervención comunitaria Espacios de expresión y cambio social* de Gerardo Pacheco (1993) ambos artículos hablan del método de investigación acción participativa en diferentes ámbitos.

Gómez y Alatorre (2014) hablan acerca de lo que se cree de la intervención ya que se dice de “Imaginario asociados a la imposición. La idea de que el externo es el

que “sabe” y que se inserta en espacios habitados por quienes “no saben” o saben menos” es algo común” (Gómez y Alatorre, 2014, p. 1). Estos supuestos se tienen cuando se piensa en un proyecto de intervención, pero con base en la experiencia socioeducativa de los autores ellos se dan cuenta que no, sino que, quienes intervienen llegan a jugar en la cancha del otro, lo que significa “que se encuentra frente a una realidad que no conoce, con construcciones culturales distintas a las propias, con formas diferentes de enfrentar la vida, resolver problemas, comunicarse, representar la realidad, en sí, de vivir” (Gómez y Alatorre, 2014, p. 2) el que interviene de fuera llega a un panorama que no conoce, cuenta con otros conocimientos pero no vive en el contexto y esos recursos los pone a servicio de la comunidad.

Gómez y Alatorre (2014) intervienen en el contexto socioeducativo donde su principal objetivo es dejar del lado las formas de pensamiento lineales y simples para buscar respuestas desde la perspectiva del pensamiento complejo. Intervenir para ellos es “una práctica social concreta, con una intención específica, y su objetivo es tomar parte en una situación, problema, dinámica o relación para favorecer algún tipo de transformación” (Gómez y Alatorre, 2014, p. 3).

Pacheco (1993) por su parte, señala que el promotor de la intervención se caracteriza por “promover cambios de comportamiento en un sector delimitado de la realidad social” (Pacheco , 1993, p. 15) y será este facilitador aquel que promueva “acompañando con su ser, su estar y su quehacer, el proceso de búsqueda del amor, la libertad y la verdad en otros. Es un trabajo intencionado, sostenido y planificado” (Pacheco , 1993, p. 15).

Ambos artículos coinciden en que la investigación acción participativa es un método que busca mejorar la calidad de vida de las personas. Al facilitador le toca apoyar con sus conocimientos tomando en cuenta el contexto, cuidando y respetando totalmente la integridad de los demás actores. Se demuestra en ambos artículos que no hay intervención sin investigación y viceversa porque se necesitan analizar todos los aspectos para realizar un trabajo que apoye a una visión más humana, a nivel individual o colectivamente promover una relación fundada en la autenticidad,

la aceptación y la capacidad de ver a la otra persona como ella se ve. Si se logra crear una relación con esas características, como lo dice Carl Rogers (2014) “El otro individuo logrará cada vez mayor integración personal, será más emprendedor y se tendrá más confianza, podrá enfrentar los problemas de la vida de una manera más fácil y adecuada” (p.21).

Método fenomenológico

Este método se detiene en la experiencia, en el encuentro con el fenómeno, para externar las vivencias tal y como son experimentadas. En este método están totalmente implicados la experiencia y el fenómeno siendo estos los pilares que sostienen el método fenomenológico, como lo menciona Sassenfeld y Moncada (2006).

Las experiencias tal como el individuo las vivencia, no son separables de y siempre están dirigidas hacia algo, son sobre algo, de algo o con algo; constituyen una reacción a algo y nunca corresponden tan solo a una especie de entidad concreta y aislada dentro de una mente o un cuerpo determinado (p.5)

Cuando se habla de fenómeno refiere al hecho o suceso y tiene una estrecha relación con la realidad, entre el observador y lo observado. Esto significa que, esta intervención reconoce la experiencia de las personas de pueblos originarios que migran a las zonas urbanas para mejorar su calidad de vida. Y, resignificar las pérdidas o duelos que en la mayoría de las ocasiones son inconscientes y que es importante que los incorporen a su sentido de vida. El marco de referencia del fenómeno estará en las experiencias de la persona que las vive y las experimenta. En esta intervención el fenómeno estará relatado mediante la observación y la transcripción de las sesiones del taller.

El método fenomenológico se centra en la aceptación plena de todos los datos fenoménicos y en la consecuente descripción de estos, tal como son experimentados en el presente, con la menor cantidad posible de supuestos y transformaciones contaminantes de la percepción (Sassenfeld y Moncada, 2006, p.10)

Con lo anterior se habla de la importancia de poner la experiencia de la facilitadora en *epoché* que consiste en detener de manera momentánea, juicios, creencias u otras ideas preconcebidas que se tienen al respecto y solo centrar toda la atención a contemplar lo que sucede para recibir la experiencia de una manera genuina.

La *epoché* exige al investigador la compleja y sistemática disciplina de agudizar su capacidad de consciencia con la finalidad de lograr suspender temporalmente sus conocimientos pasados, sus experiencias previas, sus diversas teorías, sus diferentes objetivos y cualquier otro elemento que pudiese sesgar su acercamiento al fenómeno estudiado (Sassenfeld y Moncada, 2006, p.10)

La experiencia que ofrece el *método fenomenológico* es dar cuenta de lo vivido en la intervención que se tendrá con las personas de pueblos originarios que viven en las ciudades, para acompañar como facilitadora del Desarrollo Humano en el proceso de la exploración de sus vivencias en su proceso migratorio. Por eso la importancia de generar un ambiente de confianza, seguro, empático y de aceptación positiva incondicional para obtener la mayor autenticidad de la persona para que se sientan libres de expresar sus vivencias.

Consideraciones éticas

En la actualidad tener un espacio de intervención con personas donde se pueda encontrar apoyo al sentirse escuchado compartiendo experiencias y que puedan ser atendidas aquellas necesidades encontradas puede representar un cambio en su desarrollo personal y libertad para tomar decisiones; es ahí donde las consideraciones éticas toman una especial importancia, ya que en la intervención las pueden ver en las acciones y actitudes del facilitador que está implicado en el acompañamiento de las personas a las que recibe para proporcionar herramientas de principio a fin, con la finalidad de que no se vean afectadas en individualidad e integridad.

Todos los momentos formales e informales que surgen durante la comunicación son relevantes para la intervención; se debe tener un trato respetuoso en la interacción,

en los diálogos que ahí se desarrollan porque es fuente de conocimiento debido a que es un momento donde las personas se implican emocionalmente y comprometen su reflexión, “Esto es ver a la persona con su dignidad, comprensión, protagonismo y cultura como el eje de la acción” (González, 2002, p. 93). La función de la ética, más allá de resolver conflictos, los plantea para interpretar qué hay detrás del actuar de las personas para establecer acuerdos y orientar acciones enfocadas a su bienestar y desarrollo personal.

Como primer acercamiento con las personas, se les hace una invitación a formar parte de un grupo con valor social y aporte a la investigación, que pretende tener un acercamiento para acompañar experiencias de vida y abonar a su sentido de vida. El objetivo será comunicar resultados realistas, respetando la confidencialidad de los participantes, con objetivos claros, métodos apropiados al problema y sus necesidades, fundamentos bien documentados y objetivos claros. En el primer encuentro con las personas que aceptaron la invitación al grupo, conocerán los objetivos de las sesiones, tiempo, beneficios o si es congruente con lo que ellos están buscando, así ellos tendrán la libre elección de participar.

Cuidando a las personas partiendo desde las consideraciones éticas es indispensable proporcionar instrumentos como lo es un *consentimiento informado*, escrito que ellos firmaran después de leerlo y estar de acuerdo, en este documento se comunicará a los participantes del objetivo de la intervención detalladamente; enfatizando la participación voluntaria y de la misma manera tendrán la libertad de retirarse cuando ellos así lo deseen; por parte del facilitador se expresara un compromiso de resguardar su integridad e identidad usando pseudónimos cuando sean nombrados. “Es un planteamiento de la ética: las personas –yo y el otro– son (somos) sujetos tanto desde la postura del investigador como de las personas Investigadas” (González, 2002, p. 93). El *consentimiento informado* tendrá acuerdos entre los participantes y el facilitador asegurando para ambos que la intervención será respetuosa para compartir sus valores e intereses, proporcionando seguridad y confianza para todos.

“Es necesario incluir en dicho proceso de análisis a ciudadanos con capacidad y disposición de reflexión y comunicación que comprendan los valores sociales, las prioridades, la vulnerabilidad y las inquietudes de los sujetos potenciales del estudio” (González, 2002, p. 97). Las consideraciones éticas en una intervención no nada más es tener una metodología estructurada y un consentimiento informado sino también se relaciona con el actuar del facilitador durante el proceso ya que representa una figura de respeto y escucha activa, forma parte del ambiente para que todos se sientan tomados en cuenta, respetados y en confianza de compartir con los demás.

En la primera sesión, de manera grupal, se establecen acuerdos de convivencia para que las sesiones se realicen en un ambiente de respeto, seguro y confiable. “La facilitadora establece las condiciones para que sea posible un diálogo auténtico en un ambiente de confianza y confidencialidad entre los compañeros del grupo” (González, 2002). El tener un ambiente de confianza en el grupo será el medio para compartir experiencias desde un punto de vista particular; esto conseguirá información donde todos puedan ver resultados desde diferentes puntos de vista.

Desde el Desarrollo Humano una intervención el facilitador escucha de manera humanizada, acompaña durante el proceso, no son sujetos, sino personas y sus intervenciones son con consciencia, estando siempre de manera respetuosa, Rogers (1997) rechaza un papel directivo por parte del facilitador evitando colocarse como figura de autoridad enfocándose en la persona no en el problema teniendo como meta orientado a la persona a crecer y que tenga la libertad de tomar sus propias elecciones. El facilitador acompaña desde la comprensión empática, autenticidad y aceptación positiva incondicional a la par que obtiene información. Trabajar tomando en cuenta consideraciones éticas asegura un trato digno de libertad y autonomía a las personas, anteponiendo en la práctica de la investigación principios éticos que abonen al Desarrollo Humano de la sociedad.

Capítulo IV. Primeros hallazgos, relato de la intervención

El taller titulado “Caminos de mi corazón” tuvo el propósito de acompañar aquellas pérdidas que viven las personas de pueblos originarios en su proceso migratorio al mudarse a la ciudad debido a que sus recursos naturales y medios de subsistencia han sido motivo de desplazamientos migratorios provocado, en parte, por la insuficiencia económica y ausencia de fuentes de trabajo que les motive el arraigo y permanencia en sus lugares de origen.

Las personas de pueblos originarios se ven con la necesidad de salir de sus comunidades a vivir en las ciudades en busca de mejores condiciones de vida; sin embargo, la migración no solo los desprovee de un espacio, sino también de su propia lengua, cultura y sentipensares donde está implicado un duelo.

Por lo anterior se creó un taller, un espacio libre, sin prejuicios, de libre expresión, escucha empática, respeto y de confianza, que favorezca el potencial humano para personas de pueblos originarios que residen en el Área Metropolitana de Guadalajara, en el estado de Jalisco. Abordando la exploración de los sentipensares de su proceso migratorio y que los ha llevado a tener un sentido de vida.

Por cada sesión se elaboraron bitácoras donde se recopiló toda la información relevante para dar cuenta de los objetos de intervención, hallazgos del tema central, evolución de los participantes, aplicación de las actitudes y habilidades del facilitador, de igual manera, las dificultades, errores, aciertos y sugerencias que se identificaron. En este espacio se detalla el acompañamiento presencial realizado, en donde se puede dar cuenta de la necesidad de este tipo de espacios para expresar vivencias que no se comparten y que al escucharlas en el otro se puedan sentir identificados encontrando un alivio.

Datos generales

Nombre del taller:

Caminos de mi corazón 

“Admiramos a la mariposa, ignoramos su trayecto”

Modalidad: 6 sesiones presenciales con duración de 3 horas.

Lugar: Casa Witsili Lenguas Indígenas A.C. Zapopan, Jalisco.

Propósito general:

Que las personas de pueblos originarios que habitan en zonas urbanas resignifiquen el duelo migratorio como parte de su identidad y lo incorporen a su sentido de vida.

Población

- Personas de pueblos originarios de México
- Con más de 5 años habitando en zonas urbanas
- Mayores de 18 años

Se acordó el nombre de una flor para cuidar sus datos personales.

Tabla No. 3 Descripción de participantes

Nombre	Descripción del participante
Geranio	Hombre, tiene 22 años, es de la comunidad de San Juan Lalana en el estado de Oaxaca, habla chinanteco, tiene 8 años viviendo en la ciudad.
Orquídea	Mujer, 63 años, es de la comunidad de Tlacoapa en el estado de Guerrero, habla tlapaneco, tiene 50 años viviendo en la ciudad.
Magnolia	Mujer, 26 años, es de la comunidad de Santa María Tlahuitoltepec en el estado Oaxaca, habla Mixe, tiene 5 años viviendo en la ciudad.
Begonia	Mujer, 24 años, es de la comunidad de Santa María Tlahuitoltepec en el estado Oaxaca, habla Mixe, tiene 5 años viviendo en la ciudad.
Romero	Hombre, 37 años, es de la comunidad de San Juan Totolcintla en el estado de México, habla Náhuatl y tiene 22 años viviendo en la ciudad.

Dalia	Mujer, 33 años, es de la comunidad de Santo Domingo Tepuxtepec en el estado de Oaxaca, habla Mixe, tiene 13 años viviendo en la ciudad.
-------	---

Proceso de cada participante

“La curiosa paradoja es que cuando me acepto tal como soy, entonces puedo cambiar”. Carl R. Rogers (1961)

Para describir la forma de participación de cada integrante del grupo en cada sesión del taller, desde cómo llegó y la evolución que tuvo al finalizar el taller, se elaboró la siguiente tabla con base en las etapas que presenta Carls Rogers (1961) en su obra *El proceso de convertirse en persona*, él creía en la autorrealización y que toda persona tiene la capacidad para lograr sus metas porque la vida es un proceso, no un estado y convertirse en persona es aceptar que no somos formas estáticas, sino ríos que fluyen y en constantes cambios.

Tabla No 4 Proceso de cada participante

Participante	Etapas de Rogers	Forma de participar al inicio del taller	Etapas de Rogers	Forma de participar al final del taller
Geranio	2° etapa. Expresión ajena. Los sentimientos se describen como objetos que no pertenecen al sujeto o que corresponden al pasado. Se pueden manifestar sentimientos, pero no se reconocen como tal ni como propios.	Entró siendo una persona observadora, cuidando sus palabras y respetuoso del tiempo de los demás	5° etapa. Los sentimientos se expresan libremente. Se comunica libremente en el presente, aunque sienta temor. Reconoce sus sentimientos como propios, acepta responsabilidad es. Construye su experiencia. (Rogers, 1961, p.142)	Siempre relajado, desenvuelto al hablar, la mayoría de las veces esperaba el último momento para participar y no por pena, porque cuando lo hacía hablaba sin reservas, quizás siendo más analítico y respetuoso de los demás.

	(Rogers, 1961, p.136)			Siempre participativo en ofrecerles programas de apoyo, convocatorias y para reunirse fuera del taller.
Lilis	2° etapa. Expresión ajena. Los sentimientos se describen como objetos que no pertenecen al sujeto o que corresponden al pasado. Se pueden manifestar sentimientos, pero no se reconocen como tal ni como propios. (Rogers, 1961, p.136)	Fue cálida, abierta cualquier tema presentado, desenvuelta, perceptiva, capaz de observar el entorno y proporcionar las respuestas a las dudas presentadas por la experiencia con la que ella cuenta.	5° etapa. Los sentimientos se expresan libremente. Se comunica libremente en el presente, aunque sienta temor. Reconoce sus sentimientos como propios, acepta responsabilidad es. Construye su experiencia. (Rogers, 1961, p.142)	Experta en los temas, generosa y optimista. Compartió toda su trayectoria y experiencia de ambas culturas porque se vive aún en su comunidad y en la ciudad, por así que ante cualquier duda había una aportación de su parte.
Magnolia	2° etapa. Expresión ajena. Los sentimientos se describen como objetos que no pertenecen al sujeto o que corresponden al pasado. Se pueden manifestar sentimientos, pero no se reconocen como tal ni como propios. (Rogers, 1961, p.136)	Enérgica, sin miedo a compartir su sentir, receptiva, responsable y siempre sonriente.	5° etapa. Los sentimientos se expresan libremente. Se comunica libremente en el presente, aunque sienta temor. Reconoce sus sentimientos como propios, acepta responsabilidad es. Construye su experiencia. (Rogers, 1961, p.142)	En todo momento orgullosa y sabia de su cultura, en todo momento compartió sus tradiciones, conocimientos ancestrales que fueron transmitidas de varias generaciones, pero consciente de los cambios de los tiempos actuales.
Begonia	2° etapa. Expresión ajena. Los	Introvertida, compartía con cierto temor y	5° etapa. Los sentimientos	Mostró un gran cambio, fue más

	<p>sentimientos se describen como objetos que no pertenecen al sujeto o que corresponden al pasado. Se pueden manifestar sentimientos, pero no se reconocen como tal ni como propios. (Rogers, 1961, p.136)</p>	<p>mirada abajo, pero al mismo tiempo valiente porque a pesar de su temor nunca dejó de sorprendernos en cada sesión.</p>	<p>se expresan libremente. Se comunica libremente en el presente, aunque sienta temor. Reconoce sus sentimientos como propios, acepta responsabilidad es. Construye su experiencia. (Rogers, 1961, p.142)</p>	<p>desenvuelta, segura, reconociendo sus ganas de mejorar su habilidad comunicativa.</p>
Romero	<p>2° etapa. Expresión ajena. Los sentimientos se describen como objetos que no pertenecen al sujeto o que corresponden al pasado. Se pueden manifestar sentimientos, pero no se reconocen como tal ni como propios. (Rogers, 1961, p.136)</p>	<p>Amable, optimista, responsable y analítico al compartir.</p>	<p>5° etapa. Los sentimientos se expresan libremente. Se comunica libremente en el presente, aunque sienta temor. Reconoce sus sentimientos como propios, acepta responsabilidad es. Construye su experiencia. (Rogers, 1961, p.142)</p>	<p>Simpático, ingenioso, sabio, siempre centrado en el tema, no se guardaba nada en sus aportaciones.</p>
Dalia	<p>2° etapa. Expresión ajena. Los sentimientos se describen como objetos que no pertenecen al sujeto o que corresponden al pasado. Se pueden manifestar sentimientos, pero no se</p>	<p>Se mostró empática, sonriente, amable y amigable. Su lenguaje fue fluido y se refiere a sus problemas con libertad, sin embargo, los sentimientos y significados no los identifica.</p>	<p>5° etapa. Los sentimientos se expresan libremente. Se comunica libremente en el presente, aunque sienta temor. Reconoce sus sentimientos como propios, acepta</p>	<p>Participó en todas las sesiones, respetuosa, agradecida, en todas las sesiones llevó algo para compartir con demás (botana o dulces). Su lenguaje se conservó fluido,</p>

	reconocen como tal ni como propios. (Rogers, 1961, p.136)		responsabilidad es. Construye su experiencia. (Rogers, 1961, p.142)	reconociendo sus emociones.
--	---	--	---	-----------------------------

Cabe mencionar que desde el día uno el grupo mostró apertura a dialogar y narrar sus experiencias, se integraron, se trataron con respeto, amabilidad y empatía, como si nada más estuvieran esperando el espacio. Todos participaban y profundizaban en las sesiones y escuchaban con atención a quien tenía la palabra, hubo ausencia de silencios, puesto que en cualquier oportunidad de tiempo fueron como borbotones de agua en cada sesión, siempre había temas para charlar, me atrevería a decir que les hacía falta tiempo para terminar una plática acercándose a una etapa 10 de los Grupos de encuentro, “El individuo recibe realimentación. El grupo le otorga al integrante gran cantidad de datos acerca de la forma en que aparece ante los demás” (Rogers, 1973). Al final del taller agradecieron el espacio, reconocieron la importancia de estos espacios para ellos, les hubiera gustado que más personas de pueblos de originarios se integraran para que no vivieran solos y ajenos al contexto urbano.

Propósitos y logros de las sesiones

Propósito del acompañamiento

Facilitar la expresión de la experiencia de las vivencias en el proceso migratorio de comunidades indígenas que habitan en zonas urbanas. Creando espacios de libre expresión, escucha, empáticos, y confianza que favorezcan el autoconocimiento y el potencial humano. Abordando la exploración de los sentipensares de su proceso migratorio y que los ha llevado a tener un sentido de vida. En este apartado se dará cuenta de los propósitos de cada sesión desarrollada en el taller, acuerdos, aspectos que se cumplieron y lo que no se logró en ellas.

Tabla No. 5 Número de sesiones, propósito, descripción de lo sucedido

Sesión	Propósito	Lo que sucedió
<p>1° Conociéndonos Reconociendo el camino</p>	<p>Propósitos, creando un clima de confianza y encuadre Reconozcan su experiencia migratoria hacia contextos urbanos.</p>	<p>Se dio la bienvenida al taller, se compartieron los propósitos. Lo sorprendente de esta sesión es que en la presentación de los participantes reconocieron y profundizaron en la experiencia de migrar hacia contextos urbanos, propósito esperado hasta la tercera sesión, lo que abonó a crear un clima de confianza. Para el cierre se concretó el encuadre, los acuerdos grupales entre ellos, protegerse que lo que se comparta en grupo se quede en el grupo y seguir las sesiones presenciales en casa Witsili A.C. Los asistentes manifestaron su interés en el programa, la necesidad de brindar más espacios como estos a los pueblos originarios. Los elementos que ayudaron a lograr los propósitos fue la empatía, aceptación, congruencia y las habilidades de facilitación utilizadas.</p>
<p>2° Coincidiendo en el camino</p>	<p>Encuadre, conformando el grupo, introducción del tema central, reflexiones y cierre.</p>	<p>Se logró el propósito, se respetaron los acuerdos grupales, esta segunda sesión fortaleció la integración del grupo, la seguridad y la confianza, fue una sesión tranquila donde todos participaron activamente, mostraron apertura, compartieron, convivieron y se escucharon.</p>

		Se les escuchó desde la aceptación positiva incondicional, utilizando también un ambiente de confianza.
3° Caminos de mi corazón	Identifiquen el duelo migratorio como parte de su identidad.	<p>En esta sesión se completó con todo lo planeado, estuvieron participativos, atentos a la frase, la lectura sobre la trayectoria de la mariposa monarca como metáfora de su proceso migratorio y el audio sobre el concepto de duelo migratorio.</p> <p>Fue una sesión donde profundizaron en su sentir, salieron emociones y recuerdos, al cierre de la sesión quedaron tranquilos y reconfortados de poder haber expresado su sentir.</p>
4° El trayecto de la mariposa	Resignifiquen el duelo migratorio como parte de su experiencia de migrar	<p>Los participantes iniciaron comentando cómo llegan a la sesión partiendo de la sesión anterior donde se habló del concepto del duelo migratorio, se retomó el tema pensando en las personas que no asistieron a la sesión anterior, se extendió un poco la primera parte porque la mayoría del grupo profundizaron en cómo se encontraban en esos momentos, los últimos minutos de la sesión se dispusieron a avanzar con la mariposa que tenían que colorear y exponer.</p> <p>El tiempo ya no dio para que expusieran su trabajo porque disfrutaron de colorear y escribir en la mariposa, se acordó retomarlo en la siguiente sesión que era regresando de las vacaciones de semana santa y pascua porque ellos viajan a sus comunidades, cerró la sesión</p>

		comentando que se quedaban tranquilos, contentos y emocionados por exponer su trabajo para la siguiente sesión.
5° Admirando a la mariposa	Incorporen el duelo migratorio como parte de su sentido de vida. Proporcionar herramientas para fortalecer su sentido de vida/para resignificar sus experiencias	La sesión se retomó después de las semanas santa y pascua, fue como regresar a la sesión uno, se encontraban emocionados con muchas ganas de convivir, platicar y expresar cómo regresaban de estas semanas de descanso y de ir a sus comunidades, solo una participante regreso un poco inquieta por lo vivido en sus vacaciones así que se tomaron unos minutos para facilitarla porque de otra manera iba a estar inquieta en la sesión, se tomó esta decisión porque también tenía que ver con este vivirse en contextos urbanos. Después de la facilitación, se retoma la actividad de la sesión que era exponer los trabajos que habían quedado pendientes sobre sus logros y agradecimientos que tienen sobre este proceso migratorio. Terminando la sesión, se quedaron en paz y agradecidos.
6° Cierre	Evaluación del curso y recuperando la experiencia.	Fue una sesión muy significativa, los participantes llegaron contentos, familiarizados y con la nostalgia de que era la última sesión. Se escribieron cualidades que les ayudaron a validarse, reconociendo la importancia de vivirse en grupo porque les ayuda a conocerse. Acordaron no quedarse en el camino, sino seguirse frecuentando para tejer

		<p>redes de apoyo para las demás personas de pueblos originarios.</p> <p>Agradecieron el espacio y al facilitador por el tiempo compartido.</p>
--	--	---

Fuente: elaboración propia

Sobre la facilitación

En el proceso de acompañamiento surgen aspectos que se tienen que identificar por parte del facilitador para revisar su actuar en la facilitación y obtener un aprendizaje de la experiencia, teniendo en cuenta que su participación también es un proceso que le ayudará en lo personal y en futuros acompañamientos. Por tal motivo es que en este espacio se exponen las principales Dificultades y Errores, Aciertos y Sugerencias identificadas del taller por parte del facilitador.

Dificultades

La constante llegada tarde de los participantes. Se intentó que las sesiones no fueran largas e iniciaran puntual, pero en ninguna sesión se consiguió, la primera sesión y segunda se programa a las 14:00 hrs. pero llegaban casi dos horas después, para la tercera sesión se cambió a las 15:30 hrs. para iniciar a las 16:00 hrs., pero como se tomaban un espacio para tomar un refrigerio se iniciaba la sesión hasta las 16:30 hrs. 17:00 hrs. Cabe mencionar que los participantes llegaban a esa hora por la distancia y horas que les tomaba llegar al lugar, así como por sus horarios de trabajo los días sábado que era la sesión. Pero iniciar tarde hacía que las sesiones fueran largas y cansadas para la facilitación, aunque los participantes siempre mostraron disposición y sin queja alguna por el tiempo.

La inasistencia de algunos participantes. No todos los participantes asistieron a las sesiones, debido a sus horarios de trabajo, familia o transporte.

Querer que todo salga bien, sin incomodidades y contratiempos. Las dos primeras sesiones, la preocupación, estar pendiente de los participantes y pensando en las habilidades y respuesta escucha del facilitador fueron una constante ocupando espacio mental necesario para el acompañamiento.

Errores

Evitar la incomodidad y conflictos en los participantes. En la facilitación evitaba hacer preguntas que los hiciera llorar o que entraran en conflicto con sus emociones o se pusieran melancólicos, no me gustaba hacerlos sentir en estado vulnerable. Entendí que esos estados son tan humanos llenos de aprendizajes y que yo no los provocaré con mi facilitación.

No controlar el tiempo de las participaciones del grupo. Había tiempos establecidos para cada sesión que se extendían en cada participación y en un principio me costaba captar el momento para interrumpir y después profundizaban en el tema que no sentía que tenía que interrumpir porque el espacio tenía ese propósito que fuera un espacio de libre expresión. No medir los tiempos hacía que la sesión terminaba media hora después.

Aciertos

El tener un ambiente donde se sintieran en confianza y sin juzgarlos. Comprendí que parte de la facilitación no nada más engloba las respuestas de escucha, sino la presencia del facilitador, el recibirlos sin ser juzgados, que se sientan validados, en confianza y seguros, así también brindar un espacio cómodo y considero que el hecho de que ellos profundizaran, asistieran y convivieran de una manera respetuosa dio cuenta de que el acompañamiento se estaba llevando de una manera correcta. Contribuyendo al trabajo personal con respecto a su identidad y sentido de vida.

Crear un grupo de WhatsApp. Se creó un grupo de WhatsApp para mantener una comunicación activa con los participantes, así como una red de apoyo para futuras ocasiones.

Sugerencias

Darme un tiempo antes de la facilitación para estar más relajada. Tratar de estar más tranquila para concentrarme en la escucha y el momento. No pensar tanto en la forma, sino en el fondo, mostrarme tal cual soy, si tengo ganas de llorar, abrazar y aplaudir, hacerlo si así lo siento.

Trabajar en lo que me sucedió en la implicación para no repetirlos en mis siguientes acompañamientos. Pensar en que para estar bien con los demás tiene que estar bien uno, trabajar en el autoconocimiento y desarrollo personal. Para futuros talleres es necesario que se entienda su cosmovisión, interesarse en cuidar y proteger su identidad y usos y costumbres. Ser respetuosos de los tiempos que tienen para estar en la sesión, tener acuerdos grupales con el fin de tomar en cuenta la opinión de todos, comenzar puntual para tener tiempo de escuchar y atender a todos los participantes. Y sobre atenderse de manera personal, para estar tranquilos y concentrados, para estar presente con todos los sentidos en la sesión.

Relato descriptivo

Previo a la intervención se hizo un acercamiento a las problemáticas y necesidades de los migrantes de pueblos originarios que tienen más de 5 años viviendo en la ciudad, donde se asomaban constantes pérdidas en su proceso migratorio y es por eso que se vio la necesidad de crear un espacio, en este caso un taller, donde se pudieran acompañar todas esas vivencias que logran resignificar su identidad y fortalecen su sentido de vida, donde se puedan mirar en el otro.

Así que, dos meses antes se comenzaron a planificar, las sesiones, los temas, el lugar, los participantes, así como todo lo referente a la publicidad del taller (cartel impreso, invitación para aplicaciones y redes sociales). Visité varias dependencias gubernamentales, asociaciones, festivales (coincidió con el mes de febrero donde se celebra el día internacional de la Lengua Materna así que había varios festivales) para platicarles sobre el taller y llevar a cabo la difusión.

Hubo varios interesados, me contactaron por correo electrónico y vía WhatsApp y con todos se acordó el día y la hora de la primera sesión para dar inicio al taller y agendar las siguientes sesiones, así también encontré casos de personas con un poco de resistencia al taller. Lamentablemente, solo en la primera sesión asistieron 9 personas por sus horarios de trabajo y familia, dejaron de asistir hasta quedar en 6 participantes constantes. Los temas se trabajaron con base en las problemáticas y necesidades encontradas, pero durante las sesiones del taller con la orientación

en la supervisión y lo encontrado en la materia de IDI se fueron adecuando o mejorando las actividades para llevarlas a cabo el día de la sesión.

El grupo tuvo un proceso de menos a más, partiendo de la integración, el clímax del tema central, así como el cierre. Se utilizaron, dinámicas y actividades lúdicas para detonar los objetivos planteados. Lo que dio pie para continuar con lo planeado fue la disposición de los participantes, cuando en cada sesión me mencionaban como llegaban y como cerraban la sesión, su disposición para estar en ocasiones más de 3 horas escuchando al otro, llegando contentos y dispuestos y cerrando con mucho aprendizaje. En todas las sesiones se cumplió con el propósito de la sesión y vio reflejado en la evolución de cada participante.

Mi papel como facilitadora

En esta facilitación la contribución al grupo fue tener un clima de confianza, en todo momento tuve presente la aceptación positiva incondicional del otro, la comprensión empática y la congruencia. Tener en cuenta estos elementos me ayudo a tomar las decisiones para afrontar las situaciones que surgían cada sesión. Desde la sesión uno recibí comentarios de agradecimiento que me hicieron sentir la importancia que tenía mi acompañamiento, como el de Dalia:

Estoy súper agradecida porque no en todos los espacios se hablan de esto, se hablan de otras cosas. Nunca vemos esa parte donde nos dicen pues ¿cómo te sientes?, ¿cómo fue tu día?, ¿cómo te encuentras? ahora por arte de magia o por el chip que nos han insertado, es decir: “bien”, pero tal vez tu expresión dice otra cosa, no, pero también nos cerramos porque no conocemos a la persona porque hemos convivido o equis cosa. Este espacio es para eso y yo estoy muy agradecida que se haya planteado esta sesión.

Mi estilo está centrado en la escucha atenta, observar su lenguaje corporal, dejarlos que se expresen con libertad, recibirlos con mente abierta y sin juicios. Mi constante fue que no logré controlar al grupo en sus participaciones, me costaba encontrar el momento para interrumpirlos y poder tener un orden en los tiempos establecidos y que no se alargara la sesión.

Las áreas de mejora en mi facilitación tienen que ver con la preocupación de hacer sentir bien a las personas, ya que, al percibir que los participantes profundizaban y comenzaban a sentirse tristes o comenzaban a llorar, trataba de cambiar el tema para que pensarán en otra cosa, me sentía culpable de yo provocar su vulnerabilidad.

Lo anterior pudo limitar el proceso del grupo, pero el grupo fue de mucha ayuda por el hecho de que por más que o evitaba la pregunta, ellos no se detuvieron en mostrarse vulnerables, compartiendo así todas sus vivencias. Me tocó un grupo de facilitación muy amoroso, con una necesidad enorme de hablar de sus vivencias, compartido, amigable y con mucha disposición de apoyarse entre ellos. Considero que el crear un ambiente de confianza, seguro, libre, sin limitaciones hizo que el acompañamiento abonara a su desarrollo personal y se sintieran acompañados en estos duelos migratorios. Expresó Geranio que el taller para él fue: “muy relajante, como un desahogo porque el estar escuchando las experiencias que compartían me hizo recordar a su vez que no siempre las he tenido presente o tal vez las he tratado de olvidar”. Me di cuenta del propósito que tiene la facilitación, el ser neutral, sin juicios, acompañando cada proceso y esas son las características que considero que estuvieron presentes en mí.

Mi implicación en este sentido tuvo dos partes, la primera contribuir en el autoconocimiento de su proceso migratorio, así como acompañar sus pérdidas y sus sentipensares en estos contextos urbanos. Y en segundo sentido, evitar la incomodidad, sus emociones como las tristezas, evitando que lloraran por miedo a no saber qué hacer con base en mi propia experiencia de vida donde no me gusta mostrarme vulnerable a los demás o que me vean llorar, cuando veía al participante que iba a llorar le hacía otra pregunta para distraerlo como en la sesión uno donde no me esperaba que profundizaran de esa manera, mi implicación pudo haber mermado la participación, pero el participante tenía tanto la necesidad de contar su experiencia que por lo regular regresaba a la historia que estaba contando.

Disfruté de los aprendizajes, la compañía y amor que te puede dar un grupo, en efecto uno cumple con el papel de acompañar, pero lo que uno se lleva como

persona es enorme porque uno se ve a través de los participantes y entendí cuando dicen que crecemos en comunidad. En especial en este grupo que acompañé me dejó su resiliencia, valentía, fortaleza, constancia y amor por la naturaleza.

En las personas hay una necesidad natural por mejorar sus condiciones de vida y de autorrealización, son motivaciones que se convierten en combustible que los mueve en la sociedad, es por eso que, acompañar en un proceso de intervención dentro del desarrollo humano busca entablar un tipo de relación entre el facilitador y las personas del grupo para promover su crecimiento personal con base en la libertad, confianza y respeto. Es importante mencionar que nos podemos mirar mejor a través del otro que cuando estamos solos. De acuerdo con Lambers (2003)

En la supervisión centrada en la persona, la relación de supervisión puede conceptualizarse como algo paralelo a la relación terapéutica: ofrecer un contexto en el que el terapeuta puede darse cuenta de los propios procesos que ocurren en la relación con el cliente y permitir que sea más congruente en esa relación (p.311)

La supervisión es parte integral en este proceso de facilitación, ya que el supervisor tiene la preocupación de velar por el desarrollo de la capacidad del facilitador para que pueda estar totalmente presente y comprometido con la relación de los facilitados. El supervisor tiene un papel fundamental porque será el testigo del cambio del facilitador.

El facilitador está consciente de la necesidad de ser acompañado, al mismo tiempo que acompaña, por las emociones que experimenta, que le representarán cambios en su desarrollo personal y abonarán a sus aprendizajes significativos.

Capítulo V. Resultados

Encontrándonos en el camino

En este capítulo se presenta el análisis de datos luego del taller de acompañamiento implementado en marzo del 2023 llamado “*Caminos de mi corazón*” dirigido a un grupo de migrantes de pueblos originarios que habitan en un contexto urbano. Este taller tuvo el propósito de que las personas de pueblos originarios resignificaran su proceso migratorio como parte de su identidad para que lo incorporen a su sentido de vida. Los datos se organizaron en tres categorías para mostrar las vivencias y aprendizajes que se hicieron presentes, así también la relación de lo expuesto con diferentes autores.

Tabla No. 6 Categorías y subcategorías

CATEGORÍAS	SUBCATEGORÍAS
1. Caminos de mi corazón. Una mirada a las vivencias del proceso migratorio.	1.1. En busca de oportunidades educativas 1.2. El duelo migratorio, duelo inconsciente. Una oportunidad para un desarrollo personal, familiar y comunitario. 1.3. La importancia de autoreconocer sus esfuerzos. La validación de sus esfuerzos 1.4. Migrar con la esperanza de una vida mejor.
2. Conociéndonos y coincidiendo en el camino. La	2.1. Experiencia personal del proceso migratorio. ¿Quiénes son, qué han vivido?

<p>resignificación del proceso migratorio (Identidad)</p>	<p>2.2. Lo que hay dentro de la maleta. Los recursos con los que cuentan en un mundo desconocido</p> <p>2.3 Sin fronteras. Compartir prácticas culturales para continuar perteneciendo a la comunidad de origen</p>
<p>3. Admirando a la mariposa. Reconocimiento de la persona.</p>	<p>3.1. Sentirse habitantes legítimos de la ciudad. Poseedores de una gran cultura que le brinda diversidad al país.</p> <p>3.2. Mis alas. Reconocimiento de los aprendizajes.</p> <p>3.3. Mis vínculos. En la comunidad de origen y en la ciudad.</p> <p>3.4. Los polinizadores. El esfuerzo y sus logros son individuales y colectivos</p>

Fuente: elaboración propia.

En el desarrollo de este capítulo, para proteger la identidad de quienes participaron en taller, al mencionar las evidencias, se hará referencia a las personas mediante el nombre de una flor, seguido del número de sesión, del mes y del año en que se realizó la intervención. Un ejemplo de cómo se citan las evidencias en el cuerpo del texto, es el siguiente (Orquídea, sesión 1, marzo,2023).

5.1 Caminos de mi corazón. Una mirada a las vivencias del proceso migratorio

Un camino es ir de un lugar a otro, pero para las personas migrantes este camino va cargado de aprendizajes significativos que se alojan en la memoria del corazón. Esta categoría se centra en las experiencias que viven los migrantes de pueblos originarios dentro de su proceso migratorio, desde la decisión de salir de su lugar de origen hasta lo que conlleva establecerse en un contexto urbano.

La migración es “el movimiento territorial de personas que trasladan su espacio de vida a otro” (Sierra, 2006, p.134). Se puntualiza en que la migración es un proceso debido a que está influido por su cultura de origen, familia, amigos, así como las vivencias que van dejando atrás o cambiando y representan pérdidas, entre ellas están su casa, familia, amigos, su entorno natural, costumbres, tradiciones, entre otras. Castaldi (2011) afirma que el movimiento de personas de una región a otra, de un país a otro, de un continente a otro, no siempre es una búsqueda de diversión, sino de un lugar mejor, oportunidades laborales, un espacio donde ya no se sientan amenazados y puedan llevar a cabo los planes futuros. Para las personas de pueblos originarios que migran a contextos urbanos este proceso les implica enfrentar escenarios sociales, culturales y económicos de una manera inmediata sin tener claras las pérdidas que están viviendo.

Al respecto, Torres (2012) señala que todos los seres humanos llevan en su bagaje genético aquella historia cultural de migración, así como un continuo discurrir de vínculos y pérdidas que les van dejando aprendizajes que influyen en el actuar con los demás, la elaboración de las pérdidas en los seres humanos debería ser tema central. Ahí recae la importancia de esta categoría al analizar aquellas pérdidas que viven los migrantes, en este caso de pueblos originarios, que se mudan a la ciudad y que todo su proceso permea su identidad y su sentido de vida. En este sentido, Cabodevilla, señala que, “cada pérdida acarreará un duelo, y la intensidad del duelo no dependerá de la naturaleza del objeto perdido, sino del valor que se le atribuye, es decir, de la inversión afectiva invertida en la pérdida” (1999 en Castaldi, 2011, p. 35), cada pérdida consciente o inconsciente en ese caminar de un lado a otro representará un duelo y no sólo es aplicable a la muerte, sino que aparecerá siempre que se pierda algo significativo para la persona.

Para los migrantes de pueblos originarios, en esta búsqueda de oportunidades encuentran en su camino pérdidas en su mayoría inconscientes, convirtiéndolas en duelos que no se elaboran y que es importante identificar para resignificarlos e incorporarlos a su sentido de vida. Con base en lo anterior esta categoría contempla cuatro subcategorías:

5.1.1 En busca de oportunidades educativas

5.1.2 El duelo migratorio, duelo inconsciente. Una oportunidad para un desarrollo personal, familiar y comunitario.

5.1.3 La importancia de auto reconocer sus esfuerzos. La validación de sus esfuerzos

5.1.4 Migrar con la esperanza de una vida mejor

5.1.1 En busca de oportunidades educativas

Al hacer referencia a los pueblos originarios se habla de comunidades arraigadas en sus territorios con riqueza natural y costumbres que los hacen únicos. Al mismo tiempo, la migración de personas de pueblos originarios se presenta de manera frecuente por el limitado acceso a servicios como educación, salud y oportunidades de empleo.

Las escasas oportunidades educativas dentro de su comunidad es una de las principales razones por las cuales salen de sus comunidades de origen. Las personas de pueblos originarios apuestan por continuar con sus estudios para mejorar su calidad de vida porque es importante para su desarrollo personal. “La educación en comunidades indígenas en México aún sufre de rezago, límites y tropiezos, ya que las vías de comunicación físicas y digitales en estos sectores geográficos aún están en desarrollo” (Gutiérrez, 2023, p. 12), por estas y otras razones, algunas personas de pueblos originarios deciden ir a estudiar a un contexto urbano. Así lo expresa uno de los participantes: “en mi región no tenemos universidad cercana y más que nada, pues el recurso” (Sándalo, sesión 1, marzo, 2023). En este caso el principal motivo es buscar el acceso a educación.

Es importante mencionar que la educación se suele considerar como un medio para mejorar la condición laboral y con ello, la calidad de vida. Aunque en la educación esto no siempre sucede porque están presentes varios aspectos, entre ellos el nivel económico de las personas, motivaciones, expectativas, capacidades para relacionarse con las demás personas, su historia de vida, así como las necesidades educativas y laborales del entorno. Sin embargo, la tendencia a buscar espacios

educativos para mejorar la vida de las personas aún permanece. Apostar por la educación es una inversión que forma parte del capital humano, siendo este el “conjunto de las capacidades productivas que un individuo adquiere por acumulación de conocimientos generales o específicos” (Becker, 1964, p. 54) así que, como toda inversión, la persona debe hacer frente a lo que esto implica, en este caso buscar las condiciones fuera del lugar de origen.

En esa apuesta y búsqueda por una educación para mejorar sus condiciones personales y humanas se ven en la necesidad de salir de sus comunidades enfrentando todos aquellos retos que se les presenten, menciona una participante:

Yo me vine a estudiar porque allá en la comunidad los maestros que daban clases de preparatoria no daban bien las clases porque tomaban -alcohol- con sus alumnos y mi papá y mi familia decidieron que mejor me viniera a estudiar aquí -a Guadalajara -. (Girasol, sesión 1, marzo, 2023).

En el relato se muestra que más allá de que el tema educativo se enmarque como una alternativa para mejorar la calidad de vida de las personas, también es cierto que las personas buscan superarse, a eso le llama Rogers (1951) *tendencia actualizante*, este término se refiere a la tendencia básica de cada organismo para crecer en términos personales y realizarse. Lo anterior confirma la creencia de Rogers (1980), de que hay una fuente central de energía en el organismo humano, que está en función confiable de toda la persona y no de una parte de ella siendo una tendencia hacia su realización y actualización, no solo hacia el mantenimiento, sino hacia el mejoramiento del organismo.

Esta tendencia hacia el crecimiento también puede estar movilizada por otros aspectos como evitar la discriminación. En la búsqueda de estar bien y ser congruente con lo que sienten, los familiares de los migrantes que fueron discriminados les transmiten esa creencia que es mejor evitar por medio de la educación. Así lo comenta una participante: “ella -su mamá- siempre dijo `estudien para que la gente no los trate como basura´ porque a ella así la trataban las personas” (Begonia, sesión 1, marzo 2023). Sin duda, la discriminación a personas indígenas es una violación a los derechos humanos. En el año 2005, en la Primera

Encuesta Nacional sobre Discriminación en México realizada por el Consejo Nacional para Prevenir la discriminación (CONAPRED), el 43% de la población encuestada opinó que los indígenas “tendrían siempre una limitación social por sus características raciales” y el 30% mencionó que “lo único que tienen que hacer los indígenas para salir de la pobreza es no comportarse como indígenas”. Cinco años después, la Encuesta Nacional sobre Discriminación en México (ENADIS) 2010, muestra que aún existen serios rezagos en relación a los derechos y las oportunidades que tiene la población indígena en México para acceder a una situación más igualitaria con respecto a la población no indígena. (CONAPRED, s.f.)

Otra razón por la que algunas personas de pueblos originarios deciden irse a estudiar a un contexto urbano responde a su sabiduría orgánica, es decir, a comprenderse y resolver sus problemas, siguiendo sus motivaciones y expectativas (Rogers, 1980, p.164); también negarse a seguir con las costumbres impuestas en la comunidad como formarse en algunos oficios y profesiones y una apuesta por abrirse al mundo para obtener nuevos conocimientos. Un participante cuenta: “Para mí había pocos caminos, o era el ser maestro o ser sacerdote, era lo que más me metían en la mente” (Geranio, sesión 1, marzo, 2023). Esto porque en las comunidades era bien visto ser sacerdote o profesor porque es sinónimo de prestigio. “Tener un sacerdote en la familia era un privilegio, algo deseable” (Padilla, 2015, p. 235). Por lo anterior, en las comunidades una forma de permanecer ahí es ejerciendo la profesión del sacerdocio, es bien visto porque sirven a la comunidad, los organizan, los escuchan, los acompañan en momentos difíciles. Al igual un profesor es valorado en una comunidad por los conocimientos que posee:

Anteriormente, los maestros eran símbolo de prestigio social. Se les conocía como personas estudiadas, con un conocimiento superior al de los demás. En algunos casos, los docentes tenían tan buena reputación que llegaban a convertirse en figuras de autoridad, como jueces o notarios (Delgado, 2018, párr.15).

En la actualidad ser profesor es una de las carreras que cuenta con profesionistas en todo México. Cifras de INEGI (2023) muestran que en el país hay 2,030,790

profesores distribuidos en nivel inicial, preescolar, primaria, secundaria, media superior y superior. En esa búsqueda de mejores oportunidades educativas los migrantes de pueblos originarios al mudarse a un contexto urbano experimentan acontecimientos difíciles porque dejan en su comunidad de origen un apoyo comunitario, conexiones y costumbres similares para desarrollarse en un nuevo ambiente.

5.1.2 El duelo migratorio, duelo inconsciente. Una oportunidad para un desarrollo personal, familiar y comunitario

“Deseo y anhelo continuamente irme a mi casa y ver lucir el día de mi vuelta”.

Ulises en La Odisea.

Los seres humanos en la búsqueda de autorrealización tienden a explorar nuevos territorios. En esa búsqueda encuentran oportunidades, pero también sale a relucir la desesperación, la decepción, la angustia que conlleva estar lejos de casa como lo expresa el mítico Ulises. Y, consideran la migración como una oportunidad para el desarrollo personal, familiar y comunitario.

Incorporarse a un nuevo contexto y abandonar su lugar de origen representa tanto para las personas, familiares y comunidad de pueblos originarios aprendizajes que trae consigo pérdidas en su mayoría inconscientes por la rapidez del proceso de incorporarse a un ritmo de vida particular. Pérdidas que se transforman en un duelo migratorio para las personas de pueblos originarios. Celia Arroyo (2019, párr.4) define el duelo migratorio como “proceso de elaboración de las pérdidas asociadas a la experiencia migratoria” mencionando como principales pérdidas: la lengua, la cultura, la familia y los amigos, el contacto con el grupo étnico y la tierra. Un duelo no solamente es aplicable a la muerte de una persona, sino que es un proceso consciente o inconsciente donde tiene lugar una pérdida significativa.

Vivir en un nuevo contexto a menudo pone a prueba la autoconfianza y seguridad de la persona porque implica incorporarse a un proceso de aculturación en la mayoría de las ocasiones “solos” donde deben lidiar con las repercusiones sobre sus relaciones interpersonales y sus formas de aprendizaje, comenta una

participante: “Sí, así llegamos, solos, solos, solos...” (Orquídea, sesión 1, marzo, 2023). La mayor parte de los duelos que se viven son inconscientes porque no se reconocen las pérdidas como tal, ni si quiera se habla con quien tienen cerca ni en las llamadas de sus familiares, se refleja en la actitud social ante ellos como aislándose u ocultando que pertenecen a un pueblo originario o se muestra somatizándolo. “La migración siempre deja una huella indeleble en la vida de cada sujeto que la experimenta” (Torres, 2012, párr.1).

La migración en la mayoría de los casos es más una oportunidad que un problema, pero no es un proceso fácil para quienes lo viven. Repentinamente todo cambia en la vida de las personas migrantes, no solo se deja a la familia o a los amigos sino también la tierra, paisajes, olores, la lengua, las costumbres, etc. transformando la propia identidad.

Ese cambio en su vida es una sensación de sentirse solos en la ciudad que se vive y se sufre lentamente ya que mantiene a la persona en un constante vaivén emocional que puede convertirse en un obstáculo para su desarrollo personal. Así como lo comenta una participante del taller:

sí, fueron días, no días, años complicados porque hace años yo sola, desde llegar aquí como si nada y mi papá pues no estaba, estaba 15 días aquí y 15 días allá y no conocer a nadie -en la ciudad- a los 12 años, sí era complicado (Girasol, sesión 1, marzo,2023).

En ese proceso de conectar con su nuevo entorno no hay nadie con quien puedan ser, es una sensación de soledad e incertidumbre que no se vive en un momento sino es de todos los días que pueden durar años porque sus familiares y amigos se encuentran lejos. Hay carencias afectivas como la falta de protección, afecto y cuidados de sus familiares.

Todo aquello que callan los puede llevar a sentirse irritables, tristes, ansiosos o llegar a somatizar algún dolor en el cuerpo. Sobre lo anterior, Achotegui, (2002, p.16) menciona: “el Síndrome de Ulises se caracteriza por la presencia de unos determinados estresores o duelos, -soledad forzada, indefensión, miedo, etc.– de modo habitual y sin apoyo social”. Lo que está presente en las pérdidas de los

migrantes es la añoranza por volver, así lo externó uno de los participantes: “yo todos los días pienso en la comunidad, siento mucha añoranza, lo extraño mucho y deseo mucho volver” (Geranio, sesión 2, marzo 2023). Esto se debe a que dejan parte de su ser en sus raíces, en su tierra y en su gente, hay una dualidad de pensamiento, por una parte, les resulta difícil dejar de manera física el lugar donde has vivido porque en pensamiento nunca se deja y por otra está su tendencia actualizante de superación que les motiva a seguir.

Esos duelos no son únicos del migrante también de la familia y amigos que los vieron partir y que se quedan en la comunidad esperando que su familiar se encuentre bien. El duelo por el que ellos pasan tiene ciertas características en lo particular que es: *parcial*, *recurrente* y *múltiple* (Arroyo, 2019, párr. 12), *parcial* porque se queda latente la posibilidad de regresar, *recurrente* porque se activa con cada recuerdo, con las llamadas, con las visitas, una conversación basta para reactivarlo y *múltiple* por todo lo que se deja en el lugar de origen. Vivir esos duelos para las personas de pueblos originarios resulta ser esa oportunidad para una vida mejor pero también la causa de ir dejando parte de su cultura. Al respecto, una participante del taller comenta:

Ahorita ya se está perdiendo lo que es el tequio, la convivencia comunitaria, se están perdiendo con tal de parecernos a las personas que viven aquí en las ciudades, ya no implementamos más cosas del pueblo y queremos implementar más industrias o cosas que van a maltratar a nuestro pueblo o a nuestra gente (Magnolia, sesión 1. Marzo, 2023).

En esa búsqueda de pertenecer al nuevo contexto la prioridad es aprender otra lengua, otros oficios, otra forma de vida que sea mejor remunerada para vivir con una mejor calidad de vida alejándolos de su cultura. Se trata de una cultura apegada a la tierra y a la naturaleza que en un entorno urbano se corre el riesgo de olvidarse de su *cultura* entendida como modos de vida y de pensamiento:

La persona es esencialmente un ser de cultura. La cultura se manifiesta en la vida cotidiana: en lo material, en la relación del ser humano con la

naturaleza, en el sistema de creencias, en las formas de relacionarse y las instituciones sociales. (Cucho, 2007 en Bustos, 2017, p.4)

Entendiendo así que, la cultura es la manera en que se habita el mundo, y las prácticas, costumbres, los rituales ayudan a relacionarse a sí mismo con el mundo. Las personas de pueblos originarios migrantes al entrar en contacto con personas de diferente cultura tienden a incorporar otros aprendizajes culturales, generando transformaciones en su contexto urbano como su lugar de origen. Así lo señala Bustos, (2017) “cuando los migrantes reproducen las prácticas culturales en otro espacio geográfico su significado se reinterpreta; se mantienen los lazos con la comunidad de origen, se suprimen las distancias en lo imaginario y reconstruyen su identidad” (p. 4), resignificando la experiencia con su entorno, la manera cómo viven con base en su experiencia, sus vínculos y cómo se colocan frente a otras culturas. Ahí recae la importancia de acompañar esos duelos para que se mantengan cerca de su cultura y fortalezcan su identidad.

La falta de validación y comprensión por parte de las personas que los acompañan en sus procesos de aprendizaje e incorporación como lo son sus profesores y compañeros de la escuela es otra manera de mantener esas pérdidas latentes, Dalia comentó en una sesión:

Me fui dando cuenta, incluido el trato que se recibe de los maestros. En una clase de organización de los gobiernos, yo esperaba que comprendiera ese contexto, un contexto en donde yo había crecido yo conozco otro tipo de sistemas, y pregunto oye, ¿qué hay esa parte de los pueblos originarios, por ejemplo, en Oaxaca hay otro tipo de sistemas?, empiezo a comentar esa parte. Y su respuesta fue: `es que Oaxaca es otro mundo, es otro país”.

(Dalia, sesión 1, marzo, 2023)

Es importante entender que no se debe compadecer ni victimizar, pero: "hay que acercarse con respeto, incluso con cierta admiración. El migrante es una persona fuerte, alguien que está yendo hacia adelante" (Achoyegui en Hernández, 2022, párr. 35). El desconocimiento de mirar a los migrantes de pueblos originarios en la sociedad actual hace que no se vea a la persona. En la dinámica del proceso

migratorio hace que ellos tampoco reconozcan su historia marcada por pérdidas que no son tangibles ni consientes al contrario ante ello se impone un rechazo que los lleva a invisibilizar sus esfuerzos.

5.1.3 La importancia de auto reconocer sus esfuerzos. La validación de sus esfuerzos

La validación personal de los esfuerzos representa una necesidad en la persona migrante de pueblos originarios porque en ello encontrará el impulso que le ayudará en su relación con los demás y por ende incorporarse a un entorno urbano de una manera positiva. La validación está ligada al reconocimiento porque “es una de las necesidades básicas, las cuales se convierten en motivaciones que impulsan a la persona a llegar a la realización o trascendencia de ella misma” (González, 2021, párr.1). Voltarse a ver como persona y reconocer aquellas cosas que lo han hecho sobrellevar la vida en la ciudad los inspira a seguir cumpliendo con sus sueños planteados y, por ende, a incorporarse a un entorno urbano de una manera positiva.

La añoranza y los miedos de acercarse a un entorno nuevo los puede distraer de su presente, de sus logros y de lo que aportan a la ciudad con la diversidad de culturas. Sin embargo, al no haber un reconocimiento como tal por parte de los habitantes de la ciudad en su proceso de incorporación los encamina a invisibilización de sus esfuerzos: “Los migrantes son clasificados, estigmatizados ante la opinión pública, amedrentados e invisibilizados” (Torres, 2012, párr.4). Al encontrarse en esa clasificación que se siente en las miradas y palabras por parte de las personas del lugar de acogida ocasiona que dejen de lado su origen. Así lo refirió Dalia en una sesión: “yo ni siquiera sabía, conocía la importancia, el valor que tiene de hablar, ser portador de una lengua originaria” (Dalia, sesión 1, marzo, 2023).

Ser migrante significa ser otro. Más específicamente, "el otro" o incluso "lo otro" es decir, alguien diferente que no pertenece ni al lugar a donde llega, ni al lugar de origen, pero con la imposición de un estigma que les despoja de su humanidad. (Torres, 2012, párr.4). El proceso de incorporación y sentirse el otro los lleva a ocultar sus prácticas culturales y ellos mismos invisibilizan su cultura y sus

esfuerzos. En una sesión Romero externa (sesión 3, marzo 2023) “En mi caso, llegó un momento en que no me consideraba indígena”, de acuerdo con el relato, hay ocasiones donde estas personas se privan de ser ellos mismos, de ocultar eso que aman tanto que son sus raíces, una forma de vida, por miedo a exponerse a los juicios de ser el otro para las personas de la ciudad.

Pareciera que hay una huella histórica de estigma, desvaloración hacia las personas de pueblos originarios por parte de la población que habita en zonas urbanas y eso hace que existan los miedos donde saben que pueden mejorar sus condiciones de vida:

Subrayan la continuidad de una historia muy antigua de dominación y explotación colonial hasta la situación actual. El invasor que impuso su forma de ver con la fuerza; el catrín, una de las cartas del juego de la lotería, que se caracteriza por la forma occidental de vestirse, la `gente de razón´ (Neff, 2009, p.3).

En ese deseo por mejorar las condiciones persiste ese miedo a las personas de la ciudad. En una sesión, Romero (sesión 3, marzo 2023) dice: “suponen que el hecho de haber recibido una educación para adaptarnos a este ambiente, no solo el trabajo, sino la forma de vida tiene que ver con los colores de la mariposa monarca para defenderse de sus depredadores”. Ven en las personas de la ciudad a ese depredador que los ve, los trata, diferente y no aporta nada a su crecimiento, cuando son ellos quienes no voltean a verse como una persona valiosa y llena de conocimientos que aporta también a la ciudad y por ende al mundo.

La falta de reconocimiento por parte de las personas que habitan en la ciudad se ve cuando no les dan el trato adecuado por cuestiones discriminatorias o por las barreras del lenguaje en su convivencia, se habla de que en esta sociedad debe existir una aceptación incondicional (Rogers, 1940) que implica aceptar a la persona como es, con su conducta, sentimientos y experiencia. Como sociedad existen varias formas de expresar y comprender empáticamente, empezando por tener un acercamiento con diálogos donde exista el interés de escuchar activamente para ayudar al otro.

Lo que tiene que prevalecer en esta protección y en el entendimiento del fenómeno de la migración, donde prevalezca una actitud de respeto hacia los derechos humanos de cualquier persona que se encuentre en territorio mexicano, que la personalidad jurídica no condicione el trato que se les da en nuestro país. (Talavera, 2015, párr. 7)

Para ser aceptados por los demás, en primer lugar, deben aceptarse a ellos mismos, en la medida que volteen a mirarse crecerán como personas: “cada persona es una isla en sí misma, en un sentido muy real, y solo puede construir puentes hacia otras islas si efectivamente desea ser él mismo y está dispuesto a permitirselo” (Rogers, 1940). Aceptarse no implica que no se deseen cambios o mejoras, sino aceptar la realidad sin ningún tipo de rechazo.

Sus miedos, el no voltear a verse como persona y no elaborar sus duelos los lleva en algunos casos a tomar decisiones en su vida no favorables a su crecimiento. Algunas personas de pueblos originarios migrantes necesitan ser acompañadas para expresar las emociones que sienten como lo son: culpa, tristeza, impotencia, rabia, angustia o temor, relacionados con el proceso de la migración; llevándolos en algunos casos, a incurrir en prácticas para fugarse de la realidad que viven. Dice un participante: “El alcoholismo creo que atribuye más la cuestión de la soledad porque procuran venirse solos. La ausencia de la familia invita a las emociones negativas, principalmente conlleva a una intención de mitigar la depresión y recurren al alcohol” (Romero, sesión 3, marzo 2023).

En el proceso migratorio están involucradas sus emociones como la alegría, empatía, el enojo, tristeza, preocupación, inseguridad, entre otros, debido a que la persona necesita sentirse segura, en un ambiente de confianza y al estar lejos de sus raíces se ven movilizados sus sentipensares, pareciera que el costo por mejorar sus condiciones de vida es el vivir en esta movilización emocional; valorar sus esfuerzos es la clave para encontrar el bienestar emocional que les ayudará a caminar en estos entornos nuevos, aunque para ello implique transitar por la incertidumbre, enfrentar sus miedos y exponerse a juicios donde valorarse y reconocerse como personas únicas será su fortaleza.

Las personas tienen por naturaleza esa tendencia a buscar realizarse, de ser reconocida y de vivir en mejores condiciones de vida y los migrantes de pueblos originarios están motivadas a salir adelante, esas motivaciones son personales, familiares, comunitarias y tienen un trasfondo histórico por el abandono que se la ha dado a los espacios rurales en términos económicos, políticos, educativos, etc. son fuertes tanto física como emocionalmente. El reconocer sus esfuerzos y logros para ellos será aquella fuerza que los movilice a conseguir su objetivo.

El duelo pasa por un periodo de incertidumbres, añoranzas, miedos, insatisfacciones, pero es aquella tendencia actualizante que los abraza y les da la fuerza para tomar las decisiones adecuadas que les permita crecer y realizarse. El Enfoque Centrado en la Persona (Rogers, 1940) habla sobre la importancia de dar la oportunidad al ser humano de ser él mismo, de permitirse sentir y anhelar una vida plena reconociendo quién es, con sus debilidades, fortalezas y todas aquellas emociones y sentimientos.

5.1.4 Migrar con la esperanza de una vida mejor

Pese a que las pérdidas forman parte de la vida de las personas de pueblos originarios y la migración es parte de su destino, asumirlo desde un primer momento es tomar consciencia que el dolor les sirve para evolucionar para encontrarle un sentido de vida y lograr su bienestar para seguir con su tendencia actualizante. Hay un gran aliento en el corazón del migrante rural hacia lo urbano donde se alojan sus expectativas y sus esperanzas de una vida mejor. Una participante del taller externó:

La mariposa monarca creo que nos describe completamente a todos de esta migración por buscar un lugar mejor, sin importar las condiciones, todas las barreras, los obstáculos que uno tiene que pasar para conseguir el objetivo. Yo lo veo de esta manera, o sea, adaptarse a las condiciones”. (Dalia, sesión 3, marzo 2023)

Reconoce que, en ese proceso migratorio, pueden encontrar una forma de crecer como personas, mejorar sus condiciones y cumplir con los objetivos que se plantearon, como venir a la ciudad a estudiar, pero llegando a ella ven que requieren

del aspecto económico para cursar sus estudios y ahí se les presenta el primer desafío que es laborar en este contexto urbano. Las expectativas educativas, según Sepúlveda, "implican la visualización de lo que se espera llegar a lograr de acuerdo a los medios de los que se dispone en el momento" (2010, p.67 citado en Pérez y Pesantez, 2017, p. 1) y la movilidad social, como señalan De Hoyos, Martínez y Székely, (2010, p.1 citado en Pérez y Pesantez, 2017) "va a alcanzarse a través de la educación para lograr una equidad de oportunidades a lo largo del tiempo y la tendencia decreciente de la dependencia del bienestar actual de la posición social de su hogar de origen" (p. 1).

Como lo menciona esta participante: "tuve este valor, esa iniciativa de trabajar y poder ahorrar algo para poder seguir con mis estudios, porque si no, no tenía apoyo de nadie" (Begonia, sesión 1, marzo 2023). Es importante reconocer que a pesar de que la expectativa es diferente, encontró la solución para seguir cumpliendo su objetivo. Frankl (1947) identificó que la fuerza de las personas recae en las razones que tienen para vivir, en este caso se engloba en sus objetivos como lo son mejorar sus condiciones educativas, laborales o reunirse con sus familias y mientras las personas sigan teniendo un sentido tendrán la fuerza para realizar lo que se propongan.

Trasladan un poco de ellos a la ciudad, creando comunidades o incorporando sus costumbres de origen a la ciudad, por eso se ven colonias o municipios con pequeñas comunidades de pueblos originarios, permitiendo que se convierta en una ciudad intercultural, representando una apertura de inclusión y respeto ante la diversidad por parte de ambas culturas y eso les permite a los migrantes sentirse en casa. Costumbres como la comida, es una manera de trasladar a la ciudad parte de ellos, así lo reconoce un participante: "es el deseo de volver a mi lugar y lo que me causa mucha más vida [...] es la alimentación, la comida, es lo que yo busco en el grupo". (Romero, sesión 3, marzo 2023). Lo que se vive en la cotidianidad en sus comunidades de origen los mantiene con confianza para continuar en un entorno urbano. Migrar con la esperanza de una vida mejor convive con la añoranza de regresar y seguir siendo parte de sus comunidades, y eso requiere de un mundo donde puedan ser y que los dejen ser. Así lo menciona un participante en el taller:

No nos damos por vencidos, seguimos luchando por una vida buena, no como nos dijeron que tenía que ser, sino como realmente tiene que ser una donde no tengamos que renunciar a ser nosotros mismos o parecernos a otra gente a la cual nunca vamos a parecernos. (Geranio, sesión 1, marzo 2023)

Las diferencias entre las personas deberían sumar en lugar de restar, aceptar los contrastes sería una muestra de crecer como sociedad. Las personas migrantes de pueblos originarios no quieren ser exclusivos ni que tengan un trato especial solo que se les reconozca como personas que habitan en este mundo. La interculturalidad muestra que la mezcla de culturas observadas en un plano de igualdad ninguna es mejor que la otra, al contrario, enriquece como sociedad.

Zuñiga y Ansión (1997) definen la interculturalidad como: “una diversidad cultural que se presenta en espacios definidos donde coexisten grupos humanos con tradiciones culturales diferentes” (p.3), promoviendo la valoración de la diversidad, la comprensión, el respeto, el reconocimiento de las diferentes formas de ser y de pensar para que todos tengan igualdad de condiciones y oportunidades. “La interculturalidad trata de entender al otro, al diferente a esta cultura, [...], aprender del otro, lo que pueda aportar en su formación y desarrollo se ve como algo positivo”. (Samano, 2007, p.13). En este contexto intercultural también se pueden desarrollar habilidades como la comunicación que permitiría romper las barreras lingüísticas y culturales que facilitan la incorporación y convivencia con las personas en un contexto urbano.

El Desarrollo Humano a través del Enfoque Centrado en la Persona es una manera de acompañar la interculturalidad, poniendo en el centro el desarrollo de las personas, entendiendo que este mundo es conformado por todas y todos y en esta esperanza de mejorar sus condiciones de vida se debe tomar conciencia de su propia identidad y mirarse como personas únicas y valiosas.

Para concluir esta categoría cabe mencionar que, para las personas de pueblos originarios no es común hablar de pérdidas en un proceso migratorio, tal como sucede como con el duelo migratorio porque en la mayoría de las veces salen de sus comunidades para buscar mejores condiciones que en el lugar de origen y esa

migración ha sido generacional. El duelo migratorio se presenta porque todo cambio desequilibra física y emocionalmente; el duelo no solo está asociado con el proceso sino con la persona, con su historia de vida personal, familiar y comunitaria. El migrar significa ser el otro en un entorno distinto, implica incorporarse a una nueva cultura donde se desconoce, la lengua, las formas, los modos, etc.

Este duelo migratorio tiene pérdidas múltiples por todos los cambios que conlleva dejar una parte del modo de vida para incorporar otro nuevo. No se descarta que existan personas con facilidad de incorporarse a los cambios y que tengan esa capacidad de aprender nuevas culturas, pero también están aquellas personas que se viven con una nostalgia latente y vinculados mentalmente a su comunidad de origen y en la ciudad. Se perciben errantes en el mundo con esa nostalgia de regresar a su lugar de origen. Los migrantes deben vivir su proceso de incorporación en la ciudad de acogida, estableciendo vínculos relacionales.

Al estar en la ciudad, las personas de pueblos originarios migrantes se viven en esas dos maneras de pensar, de ser y de vivir, por ese motivo buscan traer una parte de su forma de vida a ese contexto nuevo, aportando sus conocimientos, lengua, vestimenta y tradiciones de su cultura, pero su añoranza por regresar a su lugar de origen, la discriminación que viven y la falta de validación, entre otros, hace que ellos no se vean, que no identifiquen la importancia del intercambio cultural y los logros alcanzados en el cambio. El duelo migratorio en este caso, es aquella vía que se tiene que pasar para mejorar sus condiciones, son pérdidas que se elaboran para entender que no tienen que decidir entre dos tierras, sino que son parte de un mismo mundo.

5.2 Conociéndonos y coincidiendo en el camino. La resignificación del proceso migratorio

Los migrantes de pueblos originarios en el transcurso de su proceso migratorio viven diversas pérdidas que los lleva a experimentar un duelo. Todas las personas que viven pérdidas afectivas atraviesan un proceso de duelo y es inevitable que se muevan diferentes emociones en el transcurso. La característica de este es que es recurrente e inconsciente en la persona que lo vive porque no se reconoce

inmediatamente debido a la incorporación que tienen que hacer en ese entorno urbano.

Por más difícil que sea la situación en este proceso migratorio, el duelo tiene un propósito, es el medio para cumplir objetivos planteados y que las personas están preparadas para sobrellevarlo a través del reconocimiento del mismo para elaborarlo y otorgarle otro significado que los ayude a continuar con sus objetivos.

La elaboración de los duelos integra los nuevos aprendizajes (cultura, lengua, formas de comer, vestir, estudiar, trabajar, etc.) sin olvidar el lugar de origen y lo que se deja ahí, vinculando ambas experiencias. “Un duelo elaborado puede suponer un aumento de la creatividad del individuo, de sus capacidades de relación internas y externas” (Tizón, 2004 en Paz y Díaz, 2013, p. 40).

Elaborar los duelos implica una resignificación de la experiencia para reconstruir a la persona. Para Arias (2020, p.4) *resignificar* es la capacidad de la persona para otorgarle un valor o sentido diferente a algo. En el momento que la experiencia migratoria se convierte en motivación, fuerza y valentía para enfrentar los miedos, en ese momento se resignifica la experiencia. El sufrimiento comienza a tener otro significado porque les está permitiendo vivir algo diferente y aprender de ello. Frankl (1947) mencionó que: “cuando ya no podemos cambiar la situación, tenemos el desafío de cambiarnos a nosotros” (p.21). Esto ayuda a entender que no se tiene el control de todo lo que pasa alrededor, pero sí se puede tener el control sobre la actitud ante las dificultades.

Resignificar las experiencias es esencial para el crecimiento de la persona, trae consigo la posibilidad de liberar tensiones, autoconocimiento, mejorar la gestión emocional, encontrar un equilibrio desde otra perspectiva. Esta categoría pretende exponer todas aquellas experiencias en su proceso migratorio y cómo las han resignificado para construir su identidad y continuar con sus objetivos. Esta segunda categoría está conformada por las siguientes subcategorías:

5.2.1 Experiencia personal del proceso migratorio. ¿Quiénes son, qué han vivido?

5.2.2 Lo que hay dentro de la maleta. Los recursos con los que cuentan en un mundo desconocido.

5.2.3 Sin fronteras. Compartir prácticas culturales para continuar perteneciendo a la comunidad de origen

5.2.1 Experiencia personal del proceso migratorio. ¿Quiénes son, qué han vivido?

El proceso migratorio comienza cuando nace el sueño, la expectativa y la motivación de que en la ciudad es posible encontrar otra forma de vida que ayudará a mejorar las condiciones que viven en el lugar de origen, se continúa con lo que se experimenta en la trayectoria, pues casi siempre finaliza con la etapa de incorporación a la ciudad de destino. Drachman (1992 en Lizárraga, 2017, p.2) señala que, “el proceso migratorio consta de tres etapas: 1) La pre migración desde el lugar de origen, 2) el tránsito o trayectoria, y 3) el asentamiento y la integración en el destino”. Durand (2004 en Lizarraga, 2017, p.2) agrega a este proceso una cuarta etapa que hace referencia al eventual retorno al lugar de origen. En esta primera etapa aparecen todas aquellas ideas con las que los migrantes comienzan a plantearse los objetivos por los que desean trasladarse a otra ciudad, así lo externa un participante:

Quando era pequeño siempre quería conocer el color de otros ambientes que no es el mío donde me había desenvuelto y eso fue como incursioné en un ámbito distinto a mi pueblo y desde un principio mi papá siempre nos había mostrado -la importancia de- modificar el contexto de vida. (Romero, sesión 1, marzo 2023)

El movilizarse a otra ciudad es una meta que se busca con un determinado fin, pero esa meta tuvo un origen, nace con el sueño de mejorar la calidad de vida y es transmitido de una generación a otra que ha encontrado en este proceso un

crecimiento tanto personal como económico. En la trayectoria se van encontrando dificultades, tanto en el camino como en la llegada, se viaja con esa incertidumbre e ilusiones y se enfrentan con los miedos de llegar a algo desconocido, pero eso no les quita la ilusión de seguir con lo planeado. Un participante del taller comenta:

El día que conocí la ciudad fue muy emotivo, ya que había fantaseado conocer otros contextos distintos al que había convivido. Recuerdo que no fue distinto más que las personas y su forma de comunicarse, que claro, no entendía. Sin embargo, no apago mi entusiasmo, sino que, con el paso fui adecuándome a las condiciones que hasta ahora sigo haciéndolo y no he dejado de aprender. (Romero, sesión 1, marzo 2023)

Además de lo diferente como las formas de comunicación, para las personas de pueblos originarios que llegan a entornos urbanos, se enfrentan con algunas dificultades, una de ellas es la discriminación, el sentirse diferentes a los otros, y estos suelen sentirse distintos y con frecuencia superiores. Una participante externa: “No sé si ustedes en algunas ocasiones han sufrido discriminación, porque por más que tú te quieras incluir en el ámbito de ellos, tanto sus convivencias como su cultura, todo es muy muy difícil. A mí sí me cuesta convivir con ellos” (Begonia, sesión 1, marzo, 2023). El hecho de vestir y hablar diferente se convierte en un estigma para las personas que viven en la ciudad, las personas de contextos urbanos con las que conviven se sienten superiores a ellos, los miran y los tratan diferentes, como lo ajeno al contexto urbano, eso se refleja en las pocas oportunidades para estudiar, vivir, trabajar y convivir. En este escenario es importante reflexionar sobre la perspectiva que se tiene sobre las personas de pueblos originarios, ya que el hecho de entender y hacer las cosas de manera distinta no los hace ajenos, mucho menos respecto a quienes viven en la ciudad.

En la tercera etapa, *asentamiento e integración al destino*, las personas de pueblos originarios comienzan a comprender que, a pesar de las dificultades, desean seguir viviendo la experiencia para que otras personas de sus pueblos no pasen por lo mismo. Una participante expresó: “Ya pasó el tiempo, me fui adaptando más, como que quería sacar esa experiencia de que las personas que vinieran de la sierra no

pasaran por lo mismo que yo pasé” (Girasol, sesión 1, marzo 2023). Las personas migrantes de pueblos originarios suelen formar comunidades solidarias, es parte de las prácticas que tienen en su lugar de origen, suelen ayudarse entre ellos, la mayoría tiene familiares, amigos o conocidos que migraron a entornos urbanos, así que debido a las experiencias que han tenido buscan aligerar la carga del proceso a otros migrantes de pueblos originarios, orientándolos a encontrar dónde vivir, trabajar, estudiar o brindándoles ayuda económica, funcionando como redes de apoyo migratorias.

La formación social y cultural adquirida en el pueblo de origen es suma importancia para el comportamiento de muchos inmigrantes de las zonas rurales por su organización interna que brindar apoyo y consuelo a sus elementos. Esta organización de redes migratorias evoluciona por medio de los sistemas tradicionales de intercambio mutuo que existe como técnica de supervivencia en todos los ambientes rurales. Los emigrantes pioneros del pueblo tienen que superar dificultades al buscar viviendas y obtener empleos. Pero con el tiempo, los primeros en llegar abren camino para los que vienen, compartiendo con conocidos y familiares información sobre casas y trabajos. (ETAI, 2007-2009, parr.1)

Vivir este proceso no se hace solamente con la finalidad de estudiar o tener un empleo remunerado, sino con la intención de tener una vida que les permita sentirse realizados y aceptados, fortaleciendo su identidad. Así lo expreso un participante: “Yo lo veo como reforzar mi identidad, las prácticas que tengo y el rol que hago” (Sándalo, sesión 1, marzo 2023). Las personas de pueblos originarios aprenden otra manera de vivir y de trabajar, se quedan con lo mejor de ambas culturas, abonando a su desarrollo personal.

En la cuarta etapa el eventual retorno es el proceso por la que una persona vuelve o es llevada de vuelta, la mayoría de personas migrantes de pueblos originarios no regresan a su comunidad de origen, se quedan a residir en la ciudad de destino; sin embargo, mantienen sus vínculos sociales, económicos o políticos con su lugar de origen, esto quiere decir que a veces el regreso no solo es físico, al continuar con

sus prácticas culturales en la ciudad también es un modo de regresar a su lugar de origen. Ese eventual regreso los puede confundir respecto a pertenecer a un lugar, así lo externó un participante:

A mí me pasa cada vez que voy, necesito y quiero ir, siento que no es para quedarme, no sé si llamarle maldición porque no puedo pertenecer directamente ahí, pero tampoco aquí, y me refiero a ese factor errante. El no estar ahí, no tener la práctica de la dinámica cultural, de ir a los lugares sagrados, de experimentar el proceso del vínculo hacia el camposanto, el cementerio donde están nuestros padres. Esa es la parte muy simbólica. El hecho de que estén ahí nuestros ancestros nos mantiene en ese vínculo. Pero en mi caso, no me siento totalmente de ahí por no tener esa dinámica de las tradiciones. Cuando he ido solo me siento como observador, como testigo, no como parte. (Romero, sesión 3, marzo 2023).

Las personas migrantes perciben un trato diferente en sus comunidades al ser quienes regresan o que van de visita y eso hace que los perciban diferente en su lugar de origen y también ahí se sientan externos. Los migrantes de pueblos originarios que regresan por temporadas o de manera definitiva deben enfrentarse a los cambios que se han hecho en sus comunidades, las comunidades de los retornados también cambian en esos periodos que ellos no estaban.

Es común que las personas pierdan su sentido de pertenencia, lo cual dificulta su adaptación. Por lo tanto, los retornados a menudo necesitan reconstruir sus redes, que son esenciales para el capital social, la información, las redes de seguridad y el acceso al mercado laboral. (OIM, 2023, párr.5)

Las personas migrantes de pueblos originarios durante su proceso migratorio aprenden y adquieren nuevas experiencias que abonan a sus vidas, pero también pasan por ese proceso de interiorizar aspectos de ambas culturas porque las personas cambian y a eso también se hace frente al cambio que hay tanto en el lugar de destino como en el de origen. Aprender y mirar su proceso migratorio ayuda a que se vivan de manera armoniosa para fortalecer vínculos sanos.

5.2.2 Lo que hay dentro de la maleta. Los recursos con los que cuentan en un mundo desconocido

Llegar a un lugar diferente respecto de donde crecieron, solos, sin conocer a nadie, sin hablar la misma lengua, el trato es diferente, donde solo se tienen a ellos mismos, son algunos aspectos a los que se enfrentan la mayoría de las personas de pueblos originarios migrantes en la ciudad, ellos y sus recursos personales. Rogers (1902, p.3) reconoció que las personas tienen capacidades para mejorar su camino: “el individuo posee en sí mismo potenciales recursos para su propia comprensión, cambiar su autoconcepto, sus actitudes y dirigir su conducta”, y son estas capacidades de las que deben estar conscientes al voltearse a ver, porque son las que les permitirá resignificar sus vivencias.

Se reconocen importantes para las personas en el mundo, pero la valoración que tienen de sí mismos y la búsqueda del reconocimiento de ser habitantes legítimos de la ciudad lo perciben diferente, así lo externó una participante: “Lo que no sabe el mundo es que nosotros somos de primera clase” (Orquídea, sesión 1, marzo 2023). Las personas de pueblos originarios son poseedores de cultura y conocimiento ancestral transmitido de generación en generación. Los pueblos originarios son reflejo de una herencia cultural diversa con sus propias formas de convivencia. Son poseedores de las lenguas originarias, la danza, la música, las fiestas, las tradiciones y a una gran riqueza histórica.

Dueños de una espiritualidad que se manifiesta en todas sus acciones en la búsqueda de vivir en armonía en la comunidad, así lo externó, una participante: “Tenemos en nuestro pueblo esa cosmovisión y creo que estamos más conectados ahí, estamos más conectados al ambiente, lo que es espiritual” (Magnolia, sesión 1, marzo 2023), se entiende como espiritualidad a todo aquello que la comunidad vive y busca. A medida que se siga alimentando su espiritualidad, reconocerán y resignificarán su proceso migratorio, además, lo integrarán como parte de su sentido de vida y les ayudará a reconocer y fortalecer habilidades y capacidades para enfrentar las dificultades.

Las prácticas culturales ejercidas en la ciudad contribuyen a la transformación urbana ya que los conocimientos que tienen sobre la naturaleza pueden traer grandes beneficios. “Me siento orgulloso porque todavía hay cosas que tengo y que sigo ejerciendo, entre ellas prácticas comunitarias” (Sándalo, sesión 1, marzo 2023). Las personas migrantes de pueblos originarios son conscientes de que, realizar sus prácticas comunitarias beneficia a este mundo.

La acción comunitaria consiste en esencia en trabajar de forma colectiva con objetivos colectivos. Se trata de un enfoque participativo de lo social que da a la participación ciudadana una fuerte perspectiva grupal, de organización, autonomía y fortalecimiento de la sociedad a través del poder de los grupos (Barbero y Cortés, 2005, p. 14)

La práctica comunitaria promueve el fortalecimiento de los grupos que, consiguen la visualización de sus comunidades, generando espacios de comunicación y expresión. El que ellos promuevan y conserven sus prácticas comunitarias deja huella en un contexto urbano.

El estigma que se tiene sobre las lenguas originarias ha provocado que se tenga menos hablantes. Esta experiencia migratoria hace que algunos padres de familia de pueblos originarios que residen en entornos urbanos opten por no enseñar su lengua materna a las siguientes generaciones por el temor de que sean señalados o el hecho de aprender la lengua dominante en la ciudad los ayudará a sobrellevar la vida urbana. Por eso, la lengua se convierte en una de las principales pérdidas y por ende se pierde una riqueza cultural. Así que, ser poseedor de una lengua originaria debería ser reconocida y hablada con orgullo, ese es el sentir de un participante: “Me siento privilegiado, soy de los de las últimas generaciones de mis hermanos que habló, habla el español y habla la lengua” (Sándalo, sesión 1, marzo 2023)

Los pueblos originarios componen la mayor expresión de la diversidad cultural, los territorios de donde ellos vienen contienen una biodiversidad enorme, cual guardián de la tierra, el agua, los animales, el aire, el fuego, etc. En sus comunidades viven de lo que cosechan, por eso, la mayoría de su música, vestimenta y costumbres es

en agradecimiento a la naturaleza, a todo lo que les brinda y se ven como parte de ella, así lo comentó una participante: “Nos asemejamos con la madre naturaleza” (Begonia, sesión 2, marzo 2023). Son comunidades que han crecido y construido una relación entre naturaleza y sociedad, así que incorporar sus conocimientos sobre la naturaleza a un contexto urbano abonará al cuidado de ella.

Para Rogers (1940) la persona es considerada como un todo e irreplicable, como aquella persona se desarrolla dentro de una comunidad, donde se tienen que dignificar y valorar sus esfuerzos para que se desarrollen sus potencialidades, así que cuando una persona de pueblos originarios decide migrar lo que lleva en la maleta es su autenticidad, su conexión con la naturaleza, su lengua, su espíritu que abonará a que haya sociedades más humanizadas y multi e interculturales.

5.2.3 Sin fronteras. Compartir prácticas culturales para continuar perteneciendo a la comunidad de origen

En el contexto urbano recae la necesidad de contar con espacios seguros, empáticos y generosos donde las personas de pueblos originarios puedan compartir su cultura, sus experiencias, preocupaciones y desafíos que han tenido que enfrentar. Un lugar donde sean escuchados, donde puedan ser ellos sin tener que reprimir su lengua y prácticas comunitarias, espacios que brinden la oportunidad de conectarse con otras que pasan por experiencias similares abonará a su identidad y crecimiento personal.

Estos espacios también pueden ser la vía que promueva la sensibilización y reconocimiento de los pueblos originarios de nuestro país, fomentando la inclusión y diversidad. El proceso migratorio para las personas de pueblos originarios es una experiencia personal y única para cada individuo, y contar con un espacio para compartir y acompañarse es de gran ayuda para gestionar sus emociones y conectarse con los demás, tanto con las personas del lugar de acogida como los de otros pueblos originarios que habitan en un contexto urbano. Así lo mencionó una

participante: “siempre he querido relacionarme con personas como nosotros” (Begonia, sesión 1, marzo 2023).

Ser de un pueblo originario en la actualidad en México sigue representando un grupo social diferente que enfrentan las consecuencias de una discriminación histórica y que carece de una integración adecuada centrada en lo que la persona de un pueblo originario siente, más bien, se centra en aquello que las personas en contextos urbanos perciben que necesitan. Se requiere de espacios de participación donde sean escuchados para conocer su sentir y conectar con personas con sus mismas experiencias para compartir. Eso les permitirá que se vean como personas valiosas y únicas (Gutiérrez, 2016, párr. 15)

Las personas migrantes de pueblos originarios llegan al lugar destino con una maleta cultural diferente, con distintas formas de alimentarse, hablar y de vestirse, características que pueden hacer complicada la inclusión en un contexto urbano. Aunque existen organizaciones, dependencias u otros lugares donde se muestra la interculturalidad, la riqueza del país, la comida, las tradiciones, el comercio, las fiestas, la vestimenta, entre otros, faltan espacios donde se escuchen sus voces, expresar su sentir con los suyos con la finalidad de hacer visibles experiencias que les permitan participar y tomar decisiones sobre el camino que quieren seguir para seguir conservando su identidad. Un participante comenta en la sesión:

Sí me ha interesado conocer gente, saber que hay organizaciones, que hay dependencias que tenemos esa difusión para darnos a conocer, porque al sentirme solo fui perdiendo el interés de buscar gente, de conocer gente que hablan una lengua o que sabemos que existimos. He conocido personas que sí tratan de no mostrarse o no darse a conocer y eso si desmotiva, porque pues sabemos, conocemos una lengua y tratan de ocultarse por la discriminación. (Sándalo, sesión 1, marzo 2023)

Es necesario que las personas de contextos urbanos apoyen llevando a cabo diferentes acciones que favorezca la inclusión de los pueblos originarios, que fortalezcan su identidad y su lucha por seguir perteneciendo a su lugar de origen. La Organización Internacional para las Migraciones (OIM, 2019, párr.5) propone en

estos casos las siguientes acciones que favorecen a la inserción de los pueblos originarios a un contexto urbano, como es: reconocer sus competencias tradicionales, respetar la dimensión colectiva de su cultura y procurar medios de comunicación alternos y apertura hacia otras lenguas.

Lo anterior replantea la percepción que se tienen sobre las comunidades de pueblos originarios, no siendo indiferentes hacia su cultura y medios de vida, que puede tener repercusiones emocionales como que se sientan tristes, enojados o irritables, apreciar el valor del conocimiento cultural que tienen estas comunidades disminuye el sentimiento de desarraigo y favorece la adaptación de estas comunidades. Una participante dice al respecto: “Me ha interesado convivir con personas que comprendan las vivencias de la cultura” (Begonia, sesión 1, marzo 2023). Entender y respetar la dimensión colectiva de su cultura ayuda a fortalecer los lazos con su comunidad, la toma de decisiones y la crianza colectiva, ya que es parte del espacio de vida. No obstante, para que sigan conviviendo en comunidad la comunicación es necesaria de manera recurrente, así que aprender conceptos básicos de las lenguas involucradas de forma intercultural facilita la interacción entre ellos. Eso se puede aprender en espacios de facilitación con comunidades de pueblos originarios.

Unirse a una nueva cultura debería ser algo gratificante desde un inicio para las personas de pueblos originarios y no algo difícil ya que lleva tiempo sentirse como en casa después de dejar atrás su comunidad de origen. Llegar a un nuevo contexto para ellos representa algo complicado porque los ven como los otros o los diferentes y eso los obliga a separarse y no convivir con las personas en contextos urbanos. Una participante comentó:

Empecé a laborar en casa y ahí es donde más o menos tuve choques culturales, yo pensaba que era bonito interactuar con personas, pero sí lo ven como inferior a ellos, obviamente, dije no, no quiero ser como ellos. (Magnolia, sesión 1, marzo 2023)

Tener espacios de convivencia y facilitación entre personas de pueblos originarios migrantes dentro de la ciudad con experiencias similares ayuda a reducir esos choques culturales y abona a su sentido de pertenencia, a su lugar de origen para

que no se invisibilicen. A partir de estas formas individuales de entender los lugares, algunos grupos de pueblos originarios construyen y reconstruyen su identidad en la interacción constante con otros.

El migrante intentará sobrevivir a la ruptura de este mundo interior por medio de la construcción y reconstrucción de su historia, entre el aquí, en donde está ahora, el allí de su pasado, y la memoria de su tierra original bien amada. (Aresti y Olivares, 2006, p.139)

Sin fronteras no solo se limita a tener espacios exclusivos para las comunidades de pueblos originarios, sino que se amplíen y se abran para el conocimiento de todas las culturas no solo en sus tradiciones, vestimenta, música, gastronomía, lengua, entre otros, sino que también esos espacios se visualicen los sentipensares que se movilizan en su proceso migratorio.

Cabe destacar que la presencia de comunidades de pueblos originarios migrantes cada día es más visible en los contextos urbanos, pero también es cierto que la discriminación, la indiferencia y exclusión siguen presentes al considerar a estas personas como diferentes y ajenas a este mundo. Estas comunidades se han hecho visibles gracias a su lucha por pertenecer, y al mismo tiempo con conservar su cultura, por seguir siendo únicos e irrepetibles, son parte del mundo y este es uno de los derechos humanos. Tienen derecho a decidir acerca de sus formas de convivencia donde estén presentes con sus colores, lengua, vestimenta, gastronomía, entre otros elementos que forman parte de su identidad. Constitución Política de México [Const]. Art. 2 de agosto de 2019 (México).

Por ello, la resignificación de sus duelos se consigue a través de la experiencia de mirarse como personas únicas, de reconocer los aspectos que forman parte de su identidad, de la convivencia intercultural que les permita ser enseñados y aprendidos, de la lucha constante de seguir teniendo los lazos con sus comunidades y representarlas en todo el mundo que es de todos. La relación con el otro es de vital importancia, en especial, cuando se reconocen aspectos interculturales, así que coincidir en el camino entre personas ayuda a resignificar aquellas experiencias que hicieron algún cambio en sus vidas.

5.3 Admirando a la mariposa. El reconocimiento de la persona

“Me siento conmovido y realizado cuando entreevo el hecho, o me permito la sensación, de que a alguien le importo, de que me acepta, me admira o me alaba”

Carl Rogers

Las personas son únicas como cada parte de la naturaleza que es inigualable e incuestionable porque no se puede tener el control de ella, y quizás esa sea la postura al estar frente a las personas, solo admirarlas por su naturaleza y sin juzgarlas. Las personas son seres sociales así que recibir el aprecio de los demás ayuda a sentirse amado y respetado para lograr tener un sentido de vida.

Admirar a la persona sin ignorar su trayecto es una forma de reconocer y apreciar sus cualidades, es un gesto por parte del otro que tiene efectos positivos como es mirarse y llegar a la autorreflexión de los aprendizajes que los mantienen en el presente. La admiración les hace conscientes de sus fortalezas y debilidades que se convierten en la motivación para luchar frente a las situaciones que se presenten, así como aprender herramientas necesarias que abonan al crecimiento personal. “El hombre no debería cuestionarse sobre la vida, sino comprender que es a él a quien la vida interroga” (Frankl, 2015, p.137) en otras palabras con la admiración que se hace sobre uno mismo es como se responde a la vida.

Tener un sentido de vida no siempre resulta fácil, hay que aprender de las experiencias vividas, de los contrastes de las emociones, del estar triste y del estar alegre porque todo lo que cuesta vale la pena. Por eso, admirar al otro resulta de gran ayuda, pero es primordial hacerlo por uno mismo porque la esencia de la existencia de las personas depende de su actuar ante las situaciones que se presentan en la vida.

Esta categoría está compuesta por cuatro subcategorías que parten del reconocimiento de las cualidades de las personas de pueblos migrantes, el reconocimiento que ellas y ellos tienen de sus aprendizajes los vínculos que los mantienen en la ciudad y cómo estos aprendizajes los motiva a compartirlos con los demás para nutrirse. Esta categoría comprende las siguientes subcategorías:

5.3.1 Sentirse habitantes legítimos de la ciudad. Poseedores de una gran cultura que le brinda diversidad al país

5.3.2 Mis alas. Reconocimiento de los aprendizajes

5.3.3 Mis vínculos. En la comunidad de origen y en la ciudad

5.3.4 Los polinizadores. El esfuerzo y sus logros son individuales y colectivos

5.3.1 Sentirse habitantes legítimos de la ciudad. Poseedores de una gran cultura que le brinda diversidad al país

Las personas de pueblos originarios no deberían ser los otros o “los extraños” en las ciudades, “En algún momento de la experiencia migratoria, el inmigrante se da cuenta de que por muy integrado que esté, siempre será extranjero” (Arroyo, 2019, p.12). Es importante recordar que toda gran ciudad tiene una historia que tuvo asentamiento de otros pueblos originarios, pero las dinámicas sociales del contexto urbano parece que lo han olvidado o invisibilizado. Son ciudades que históricamente han sido diversas porque siempre ha habido presencia de personas de pueblos originarios motivadas por la búsqueda de mejores oportunidades.

No obstante, en los entornos urbanos las comunidades de pueblos originarios siguen siendo discriminadas y menospreciadas. Por tal motivo, hablar de los desafíos que enfrentan las personas de pueblos originarios en la ciudad es de vital importancia para su crecimiento personal, así como para que se consideren a sí mismos como habitantes legítimos del lugar donde se encuentren, en este caso en un entorno urbano. Los conflictos en la sociedad son parte del proceso, pero también lo es estar en armonía con el otro.

El que se sientan habitantes legítimos de la ciudad aporta a la revitalización y reivindicación de su identidad cultural porque la discriminación y la desigualdad tienden a invisibilizarla. Cotacachi et al. (2001, párr.16) afirma que “la discriminación es el factor principal que reduce la calidad de vida de los indígenas urbanos en todas sus dimensiones: educativo, laboral, hábitat y vivienda de calidad, de entorno

ambiental saludable, entre otros". Una forma de mejorar la calidad de vida en las comunidades de pueblos originarios que habitan en la ciudad es a través del Desarrollo Humano con el Enfoque Centrado en la Persona para valorar su identidad y estimular relaciones interculturales, tomando en cuenta los distintos contextos de los pueblos originarios.

El reconocerse como un habitante legítimo y parte de este mundo hace que las personas de pueblos originarios salgan adelante frente a cualquier situación, como lo mencionó un participante en el taller: "me doy a la tarea de decir, ya estuvo bueno de ser los reprimidos ¿no?, y en ese proceso caminé" (Sándalo, sesión 1, marzo 2023). Ser conscientes de cómo los ven más que debilidad es una fortaleza, el entorno podría forzarlos a querer cambiarlos y ocultarlos, pero aceptarse y quererse se refleja ante los demás, en su manera de posicionarse y de relacionarse con los demás.

Cuando las personas de pueblos originarios migran hacia contextos urbanos llevan consigo una maleta cargada de sueños, de sentipensares, de un conocimiento acerca de su cultura y de la percepción que tienen de sí mismos, pues son poseedoras de una gran cultura, misma que forma parte del mundo pero que, al mismo tiempo es diferente y eso crea fronteras ideológicas, simbólicas y en ocasiones, físicas. Sin embargo, no basta cruzar la frontera para "estar del otro lado" sino que, quienes llegan a un entorno diferente del que provienen tienen la consigna de "ganarse" su lugar. Un participante en el taller dijo: "a nosotros nos toca buscar el lugar que nos corresponde aquí" (Geranio, sesión 3, marzo 2023).

Las comunidades de pueblos originarios pintan este mundo de colores con su música, su vestimenta, tradiciones y sobre todo amor por la madre tierra: "Los pueblos indígenas del mundo constituyen la mayor expresión de la diversidad cultural, además de contar con una gran biodiversidad" (INPI, 2017, párr.2). Es de vital importancia reconocer a los pueblos originarios como habitantes legítimos del mundo. A fin de cuentas, todas las personas son viajeras y siempre están en movimiento (Bauman, 1998), esa es una característica del mundo actual.

Es necesario reconocer que el acompañamiento del otro y con el otro aligera el camino y contribuye al crecimiento de la persona en este mundo globalizado. Debe prevalecer el amor y el respeto por la naturaleza, compartir y apoyar a los demás. Estas características sobresalen en los pueblos originarios y abonan a la diversificación y humanización del país, una participante compartió:

La Madre Tierra se venera mucho porque nos da de comer. Si no hubiera tierra, si no estuviera la madre tierra, no tendríamos qué comer, y se le tiene mucho respeto. Por ejemplo, si tú siembras y tienes una cosecha se tiene que compartir con la comunidad (Orquídea, sesión 2, marzo 2023)

En este mundo no se trata de validar quién merece ser legítimo o no, nadie es de ni de aquí ni de allá, todos los seres humanos forman parte de este mundo. Se trata de aprender del otro acompañándose y respetando sus dualidades porque si algo tiene la vida es que es diversa por naturaleza. El mundo no necesita aportaciones complicadas para su crecimiento, cada persona desde su área dará pequeños pasos para recorrer grandes caminos. Todos los seres humanos son uno solo y al mismo tiempo, hay una gran diversidad entre las personas porque las distintas culturas imprimen un sello característico que las convierte en únicas en su actuar. Un participante comparte: “las acciones humanas están derivadas de la cultura de cada persona” (Geranio, sesión 3, marzo 2023) Por eso, la cultura de ambos contextos se refleja en las acciones y se tiene conocimiento sobre ello. Entonces, todo ser humano debe de enfocarse en reconocer quién es para apoyar al otro y que su actuar sea un rasgo de cultura para pintar este mundo de diferentes colores, que en lugar de separar sea capaz de unirlos para facilitar el crecimiento individual y colectivo.

5.3.2. Mis alas. Reconocimiento de los aprendizajes

Las alas para quienes participaron en el taller son un símbolo de libertad, se refiere a la capacidad de ir más allá de las condiciones que se presentan en la vida, arrancar el vuelo a pesar de las limitaciones y sobrevolarlas. Dentro del Desarrollo Humano, la libertad “es el conjunto de oportunidades para ser y actuar y la

posibilidad de elegir con autonomía” (Martínez, et al.,2007, p. 169). Esa libertad está conformada por los aprendizajes de las experiencias vividas. Asimismo, se van fortaleciendo, cambiando o integrando con el paso del tiempo. El reconocimiento de estas alas hace perceptibles las múltiples cualidades con las que cuenta cada persona.

El reconocimiento de los propios aprendizajes como resultado del proceso migratorio de los pueblos originarios en un mundo lleno de constantes cambios ayuda a abrirse a nuevos caminos que abonan a mejorar su calidad de vida y a cumplir la mayoría de los sueños que se habían planteado. Comenzando por reconocer lo que aporta la familia, los padres o tutores principalmente, porque ahí se forja la personalidad. Reconocer los aprendizajes abona al sentido de pertenencia, una participante comenta: “ahora que soy una persona mayor, reconozco el amor que nos dio cada uno, todo el amor que nos dio mi papá, mi mamá, las enseñanzas, el cariño, la cultura del trabajo” (Orquídea, sesión 5, abril 2023), ese reconocimiento que deja el amor de la familia da herramientas para enfrentar la experiencia de un proceso migratorio.

Esos aprendizajes parten también de reconocer cómo se sienten las personas de pueblos originarios y la actitud que toman frente a una situación en particular porque su manera de afrontarla tiene repercusiones en su bienestar y a veces, en quienes le rodean. Entender que no se tiene el control de todo lo que sucede a su alrededor y que hay situaciones que no pueden cambiar independientemente de cuál sea la percepción, ayuda a enfocarse en las respuestas que buscan, así como el impacto que se tendrá de manera personal, en la salud y visión del mundo, al respecto un participante comentó:

Viví otros procesos muy distintos por rebeldía, y escucharlos -a los participantes del taller- me ha ayudado a identificarlos, por escucharlos a ustedes tengo el privilegio de ser rebelde, de sentirme, con coraje que es una forma también de sacarlo y seguir con mi historia. (Sándalo, sesión 1, marzo 2023)

En este caso, el reconocimiento de sentir coraje y actuar con rebeldía lo ha impulsado a seguir frente a su proceso. Reconocer el sufrimiento detrás de la rebeldía es otra forma de encontrar un sentido de vida, pues como señala Frankl, (2015) “el valor no reside en el sufrimiento en sí, sino en la actitud frente a él, en la capacidad de soportarlo” (p.140). Una actitud positiva frente a las vivencias abre un abanico de posibilidades en la toma de decisiones, así lo compartió otra participante:

Yo crecí con ese señalamiento y romper con eso fue a través de la independencia. Hubo dolor, hubo sufrimiento, hubo muchas cosas, sentí muchas ausencias, pero a la vez me estaban enseñando a ser otra persona -con actitud positiva- sin esperármelo (Dalia, sesión 3, marzo 2023)

Al igual que el mundo cambia, las personas también lo hacen, esto gracias a todos aquellos aprendizajes adquiridos en el reconocimiento de los logros y dificultades. Las capacidades y habilidades de las personas están conformadas por los aprendizajes y si estos se toman con una actitud positiva y congruente con lo que siente, el crecimiento personal será notable. Una participante dijo: “Pues a través de eso -del sentir-, yo creo que se hacen más fuertes, entre más sacrificio, entre más experiencias está la fortaleza, la valentía y pues, adquirir más conocimientos de experiencias” (Magnolia, sesión 4, marzo 2023). Las personas de pueblos originarios en su proceso migratorio traen consigo una carga de experiencias que los hace fuertes y los ha hecho hacer frente a todas las situaciones que se les presenten, ese es el gran secreto de su sabiduría y fortaleza.

Las alas con las que vuelan son fuertes gracias al reconocimiento de lo que son y lo que saben, de alguna manera es el impulso que los hace salir de sus comunidades y los ayuda a hacer frente a sus duelos y resignificarlos. La recompensa del reconocer lo que deja cada situación vivida y tomar una actitud positiva frente a ella será la satisfacción de voltear a ver el camino recorrido y hasta dónde han llegado.

Sentirse orgullosos de lo que son y de los obstáculos que han superado, aporta seguridad y confianza porque conecta con la admiración propia. Una participante comentó lo siguiente: “A mí me encanta mi cultura y me siento muy afortunada de

haber nacido en ese lugar o en este pueblito, me siento orgullosa”. (Magnolia, sesión 2, marzo 2023). Reconocer los aprendizajes propios permite ser empático con los logros de los demás, eso humaniza las relaciones interpersonales; la ausencia de este reconocimiento podría traer los efectos contrarios en la persona, “en todo momento el hombre debe decidir, para bien o para mal, cuál será el monumento de su existencia” (Frankl, 2015, p.147). Las comunidades de pueblos originarios tienen los aprendizajes para luchar contra cualquier panorama sobre aquellos momentos que parecieran perder el sentido de vida, ellos decidirán sobre su actuar y qué papel quieren tener en este mundo si logran abrazar sus aprendizajes.

5.3.3. Mis vínculos. En la comunidad de origen y en la ciudad

A pesar de que existe una añoranza latente por regresar a sus comunidades de origen, también es cierto que las comunidades de pueblos originarios que llevan más de cinco años viviendo en la ciudad han creado vínculos en su mayoría afectivos que los ha hecho tomar la ciudad como su nuevo hogar, un lugar donde retoman sus estudios, encuentran un trabajo o forman una familia incorporando así nuevos aprendizajes en su vida.

Conservar su cultura viviendo en la ciudad es un gran desafío, pero es fundamental para su identidad, como es conservar su vestimenta, alimentación, lengua, música, creencias, tradiciones, costumbres, entre otras prácticas sociales, porque es una manera de mantener vivo también el vínculo con su lugar de origen,

Los vínculos basados en la identidad indígena pueden ser un importante recurso para la adaptación de los migrantes rurales a nuevas formas de vida y nuevas relaciones. Hay modos culturales en particular con los cuales los migrantes indígenas se adaptan a las condiciones urbanas que dan forma a sus estilos de vida y establecen nuevas relaciones. (Salles y Vargas, 2000, p. 3)

Las personas de pueblos originarios tienen el conocimiento de ambas culturas, la de su comunidad y la vida en la ciudad que van incorporando a su vida cotidiana y no tendrían por qué decidir entre alguna de las dos, son parte de ambas, una

participante comenta: “yo amo mi cultura, yo sí he dicho que soy bicultural, soy de allá y soy de aquí, porque estoy allá y me comporto como los de allá estoy aquí, bailo como los de aquí” (Orquídea, sesión 3, marzo 2023). A partir del logro de sus objetivos en la ciudad y de sus experiencias las personas de pueblos originarios reconocen en el contexto urbano un espacio de pertenencia. Al respecto un participante comenta: “anteriormente, yo sentía que no soy de aquí ni de allá, y ahora concuerdo que soy de aquí -la ciudad de Guadalajara- porque vivo aquí, aquí comparto mi vida y allá nací” (Romero, sesión 6, abril 2023).

En un momento determinado, las personas de pueblos originarios conectan con el modo de vida de la ciudad porque es el lugar que les brinda un espacio de desarrollo y crecimiento. “Para satisfacer sus necesidades, las personas del campo rural se están adaptando a la vida urbana” (Salles y Vargas, 2000, p. 4). Los pueblos originarios que habitan en la ciudad mantendrán siempre su vínculo con la comunidad origen y evolucionará en la ciudad para seguir compartiendo con los demás.

Las personas son seres sociales por naturaleza porque es un factor necesario para un desarrollo integral, por eso los vínculos afectivos se presentan en todo lo que hacen, “a partir de los vínculos interpersonales y de las redes de relaciones entre ellas es como podemos acceder a reconstruir la dinámica de una comunidad” (Arango, 2003, p.74). En la ciudad, aparte de oportunidades, encuentran personas que los orientan y apoyan, se forman nuevas relaciones, se conectan con otros y se van formando nuevos lazos de amistad que aligeran la carga de lo que están viviendo, un participante comentó:

Darme cuenta de que a pesar de las malas situaciones y de las situaciones en la que te sientes solo, en realidad nunca lo estuve, siempre hubo alguna persona que tal vez, incluso sin tener la misma sangre, me dio un consejo y me orientó (Geranio, sesión 6, abril, 2023)

Cuando migran a la ciudad en busca de mejores oportunidades, las personas de pueblos originarios van cambiando al pasar el tiempo y sus planes se van modificando cuando encuentran una razón poderosa para hacerlo como lo es

encontrar una pareja, tener hijos, un empleo, una carrera, entre otros. Una participante comenta al respecto: “agradezco que tengo 4 hijas profesionales, me casé, hice una carrera, hice una licenciatura, la maestría, soy pasante de doctorado y tengo un buen trabajo” (Orquídea, sesión 5, abril, 2023). El quedarse a vivir en la ciudad representa un cambio grande para ellos, pero los vínculos con la comunidad de origen permanecen, solo se adquieren otros estando en la ciudad que sirven para su crecimiento personal.

5.3.4. Los polinizadores. El esfuerzo y sus logros son individuales y colectivos

Las mariposas monarcas son grandes polinizadores, a ellos se les agradece que los ecosistemas prosperen, ya que, en su etapa adulta, dentro de su proceso migratorio, mueven el polen de las flores, promoviendo así la diversidad de diferentes plantas y flores- Estos herbívoros de colores vivos mueven su cultura entre Estados Unidos y México, así que la preservación de ella y su proceso migratorio a través de estos países es cuidar de un icono cultural que hace un mundo más diverso y da vida a los seres vivos (TNC, 2021).

La metáfora de las mariposas monarcas asemeja a las personas de pueblos originarios, ya que ellos también en su proceso migratorio aportan diversidad cultural al lugar al que vayan y la inclusión de ellos en la sociedad representa preservar la cultura, funcionando para los demás también como grandes polinizadores en el mundo.

Las comunidades de pueblos originarios al migrar no solo se benefician a sí mismos; sus esfuerzos y sus logros son individuales y colectivos tanto para las personas de sus comunidades como para las personas de la ciudad. En el taller una participante comentó: “pasó el tiempo, como que me fui adaptando más -a la ciudad-, como que quería sacar esa experiencia -de sentirme sola-, de que las personas que vinieran de la sierra, pues no pasaran por lo mismo que yo pasé” (Girasol, sesión 1, marzo 2023). En su proceso de incorporación a un contexto urbano, las personas de pueblos originarios, al paso del tiempo van identificando las necesidades que tienen al migrar y buscan apoyar a nuevas generaciones de migrantes para que no se

vivan solos. Al respecto, Martínez y Estrada (2014), sostienen que “el proceso migratorio está acompañado de incertidumbre y de episodios de ansiedad, depresión y angustia, tanto de los miembros que se quedan como de los que se van” (p.2).

Representa un desafío mostrarse como persona de un pueblo originario en un contexto urbano, ya que son invisibilizados en la mayoría de las ocasiones, así que uno de sus principales logros es darse cuenta del potencial que tienen y cómo pueden acompañarse entre sí para hacerse más fuertes. Sobre lo anterior, un participante del taller comentó: “no me gusta presumirlo porque así lo digo, me cambié por tener prácticas y hacer visible el acompañamiento con otros” (Sándalo, sesión 1, marzo 2023). El encontrarse y reconocerse para apoyarse es el primer paso para que se apoyen entre ellos y sean más fuertes como comunidad en los contextos urbanos.

Es la lucha por la inclusión, “en un contexto de exclusión y competencia por espacios y recursos, las nociones clásicas de etnicidad y comunidad se resignifican y aparecen como nuevos terrenos de negociación” (Herrera, 2018, p. 116). Si en las comunidades de origen las demandas colectivas son complicadas, en un contexto urbano se requiere un extra de esfuerzo partiendo de la etnicidad y solidaridad de los pueblos originarios. “Se utiliza el concepto de solidaridad en el sentido de ayuda mutua y de unión entre grupos diferentes” (Fortuny y Solís, 2006, p.116)

La experiencia migratoria de los pueblos originarios los ayuda a comprender de manera empática a los demás y los motiva a ser solidarios ante situaciones que están a su alrededor y buscan apoyar sin distinción alguna, porque saben lo que se siente estar en momentos vulnerables, así lo comentó una participante:

Aunque no llegué con un propósito mi motivación principal era que voy a trabajar, voy a contar dinero y a través de eso apoyar a quien sea, apoyar a quien pueda. Queremos cambiar el panorama, al menos a nivel conocimiento, no me considero rica, pero creo que me siento estable en todo. Y lo principal, acabo de descubrir que la estabilidad emocional es primordial, antes que nada. (Dalia, sesión 3, marzo 2023)

Esa comprensión empática que muestran ante otras personas sin distinguir culturas contribuye a una sociedad más humanizada que se traduce en sociedades incluyentes, interculturales y abiertas al cambio. Las personas de pueblos originarios quieren aportar y conservar esos conocimientos ancestrales que son un componente vital en la actualidad para las sociedades. Una participante comentó: “Lo que quiero dar al mundo son conocimientos ancestrales, algunas cosas que nosotros llevamos haciendo, practicando” (Magnolia, sesión 6, abril 2023). Esa sabiduría ancestral representa la historia del ser humano, lo que ha desarrollado con base en la observación y la comprensión de la naturaleza a través del tiempo y se han logrado mejoras en la salud, en lo familiar, en los sistemas económicos, en las edificaciones, entre otros, esto por mencionar algunos.

La migración de los pueblos originarios trae consigo grandes polinizadores que van dejando grandes cambios a beneficio del otro en su andar, reconociendo que a través del proceso migratorio no nada más hay logros personales, sino que también se beneficia la humanidad. El reconocimiento de la persona, en este caso, de las personas de pueblos originarios es un estímulo para su sentido de vida, ya que ayuda a que su actitud frente a su experiencia migratoria tenga un camino positivo en su forma de vivir, ya lo decía Nietzsche en Frankl (2015), “Quien tiene un ‘porqué’ para vivir, puede soportar casi cualquier cómo” (p.132). Ese reconocimiento refuerza que ellos se sientan parte de este mundo como poseedores de una gran cultura, el “por qué” lo encuentran en su experiencia migratoria porque les proporciona aprendizajes que abonan a su sentido de vida y además, esos aprendizajes les trae beneficios a ellos y a las personas a su alrededor.

Cap. VI Conclusiones

Este trabajo tuvo como propósito facilitar que las personas de pueblos originarios en contextos urbanos resignifiquen el duelo migratorio como parte de su identidad y lo incorporen a su sentido de vida. Luego de la intervención que consistió en un taller, titulado "*camino de mi corazón*", se confirma que sí se cumplió el propósito.

A partir del análisis de los resultados de las categorías, se desprenden las siguientes reflexiones.

Los procesos migratorios de las personas de pueblos originarios en busca de mejores oportunidades de vida se pueden enmarcar dentro del Desarrollo Humano, de la elección que tienen de optar por mejores oportunidades de vida, de tener la libertad de elegir cómo quieren vivir, esa elección trae a su vida una transformación tanto personal como para las personas que los ven partir y quienes los reciben.

Su proceso personal está impulsado por esa tendencia actualizante de mirar hacia otros horizontes en busca de mejorar sus condiciones de vida, en esa búsqueda están involucradas diferentes pérdidas relacionadas con sus costumbres y hábitos que conforman su identidad. Estas pérdidas son una oportunidad para resignificarlas e incorporarlas a su sentido de vida; gran parte de estas pérdidas significan duelos inconscientes porque no los ven, no tienen oportunidad de identificarlos porque lo tienen en su historia de vida con sus antepasados, asumiendo en ocasiones que, es lo que les toca vivir porque hay una historia transgeneracional de migración.

De manera que, salir de sus comunidades a estudiar como apuesta de mejores condiciones laborales y económicas para ellos, sus familias y su comunidad remite a considerar la migración acompañada de procesos de duelos porque de manera frecuente, su experiencia la viven en solitario y para seguir caminando tienden a resignificarla a nivel personal con repercusiones en su entorno. Comienza el duelo migratorio al dejar lo que tienen en su lugar de origen, como la familia, amigos, comida, tierras, idioma, vestimenta, música, costumbres, tradiciones, entre otros, para dar paso a nuevos conocimientos, habilidades, vínculos e interacciones en otro contexto diferente con la esperanza de que esos caminos lleven a una vida mejor. Ese duelo es continuo al estar latente la añoranza de volver a su comunidad aun cuando ahora su lugar de residencia sea la ciudad.

Para las personas que se quedan en el lugar de origen representa también un duelo, ya que se quedan sin la presencia de un integrante de la familia, pero tienen todas sus esperanzas puestas en ellos porque saben que van a desarrollar y, en algunos

casos a fortalecer, conocimientos que les permitan tener herramientas para la vida en el ámbito económico, laboral y personal, entre otros. Al identificar aquellas pérdidas en su proceso migratorio reconocen sus aprendizajes, valoran el esfuerzo que han hecho de vivirse solos para moverse del lugar de origen e incorporarse a una cultura nueva, así que, en el proceso migratorio se movilizan las expectativas personales, familiares y comunitarias.

Ese reconocimiento de habilidades y de aprendizajes personales es parte del sentido de vida porque está presente en sus expectativas y motivaciones e incluso, resignifican el duelo migratorio para convertirlo en fortaleza que abona a su crecimiento personal y nutre la razón de estar en la ciudad. Entendiendo que el sentido de vida contribuye a la identidad del individuo, ya que es la percepción afectiva-cognitiva de valores que invitan a la persona a actuar ante las situaciones que la vida les presenta. Para que ellos reconozcan estos aprendizajes dentro de su proceso necesitan mirarse a sí mismos como personas poseedoras de una gran cultura que brinda diversidad al mundo y una manera de hacerlo es acompañando esas pérdidas en espacios donde puedan compartir con personas que hayan vivido procesos semejantes.

Otra forma de mirarse es a través del reconocimiento de los demás, recordando que las personas se construyen en relación con el otro en las relaciones positivas porque facilita una estructura de apoyo fuerte y sólida, donde se pueden encontrar espacios para ser uno mismo, estar, crecer y apoyarse ante las situaciones de la vida. En el caso de las personas de pueblos originarios, ese apoyo proviene de las redes comunitarias que hay en la ciudad, en su lucha por seguir perteneciendo a la comunidad de origen, así como el apoyo de quienes viven en la ciudad donde no buscan un trato especial o diferente, sino que los reconozcan como habitantes de la ciudad merecedoras de las mismas oportunidades de apoyo y crecimiento.

Reconocer la experiencia migratoria y contactar con las emociones de las personas de pueblos originarios en contextos urbanos permitió fortalecer su sentido de vida y su identidad, ya que está relacionada estrechamente con la interculturalidad, característica de los pueblos originarios. Esta interculturalidad es dinámica porque

las personas se van construyendo al convivir con las costumbres y hábitos de su comunidad de origen y con toda la cultura a la que llegan, enfrentándose con otros códigos culturales, idiomas, lenguajes, religiones, etc. que traen cambios a su vida. Así que el reconocimiento, la inclusión, darles voz y espacio en un contexto urbano no solo trae consigo beneficios para ellos sino a todos aportando diversidad cultural al lugar al que lleguen. El mundo se beneficia de su cosmovisión, gastronomía, vestimentas típicas, de sus danzas, tradiciones, costumbres y sobre todo de su estrecha relación con la naturaleza. Es un mundo donde cabemos todos respetando la forma de pensar de los demás.

En ese reconocimiento de la persona van encontrando elementos que abonan a resignificar su proceso de duelo y ayudan a fortalecer el sentido de vida. La importancia de resignificar el duelo migratorio reside en que es parte de la tendencia actualizante; esa naturaleza del ser humano de buscar espacios y opciones de tener mejor calidad de vida, ligada a expectativas familiares y comunitarias, ya que, en muchas ocasiones los padres y la comunidad alientan a las personas para que migren a contextos urbanos con la intención de mejorar su calidad de vida. La migración a contextos urbanos también forma parte de una tradición alentada principalmente por limitaciones socioeconómicas y educativas.

Esta resignificación en los procesos de duelo migratorio trae a su identidad y sentido de vida cambios que les permitirá tener un equilibrio personal en los sentipensares que se movilizaron debido a las pérdidas, mostrando así que el ser humano tiene esa capacidad de sobrellevar las situaciones que se le presenten si así lo desea, ya que cada ser humano tiene esa responsabilidad sobre la actitud que desea tomar ante la situación permitiéndose compartir con el otro para acompañar esos duelos y ponerse en el centro como prioridad.

El taller “caminos de mi corazón” fue fundamental para colocar en el centro a algunas las personas de pueblos originarios, quienes tuvieron un espacio para que reconocieran y resignificaran el duelo migratorio; además de considerarse como personas dignas, capaces de recibir todas las oportunidades que la vida y el mundo otorga tomando en cuenta que su identidad es una fuente de riqueza cultural. En

este sentido, el Desarrollo Humano brinda las herramientas para sentirse libres de actuar como se desee ante cualquier situación. La actitud es aquella voz interior que tiene un impacto en sus acciones y está nutrida por las experiencias que tiene la persona durante su vida, entendiendo que no se puede cambiar al mundo, pero lo que sí se puede hacer es comprender de manera empática al otro para que pueda abrirse camino en la toma de sus decisiones sintiéndose apoyado y fortalecido en su sentido de vida. Es importante mirarse a sí mismos, al otro y al conjunto de manera que se reconozca un mundo diverso, humanizado e inclusivo.

Este taller tuvo como metáfora a la gran viajera “mariposa monarca” con gran simbolismo en la cultura mexicana, por sus colores y que, a pesar de ser pequeña con un peso menor a un gramo, tienen la fuerza que les ayuda a afrontar dificultades con la tarea de polinizar en todo su trayecto y dejar rastro a las próximas generaciones. Recordándoles a los seres humanos que no existen fronteras y que todos los seres humanos comparten este mundo. Las personas de pueblos originarios emprenden ese viaje diversificando el lugar al que lleguen enfrentando situaciones para hacer cambios a su entorno.

[Aporte al campo del Desarrollo Humano](#)

Un aporte de este trabajo de intervención al campo del Desarrollo Humano es sin duda, considerar la interculturalidad como parte de la persona. El cambiar de lugar de residencia a uno donde está presente una cultura distinta, conlleva el reconocimiento de costumbres, valores y prácticas transgeneracionales entrelazadas con el entorno. La movilidad y la interculturalidad se naturalizan cada vez más, ya sea por la globalización, la facilidad que brinda el internet y la necesidad de cambiar de lugar de residencia, entre otros aspectos. En cualquiera de los casos, las personas incorporan a sus vidas y a su identidad algunas formas de vida de la cultura de llegada. En este sentido, es fundamental que el concepto de persona integre aspectos interculturales, sin que ello derive en discriminación, rezago o menosprecio. Al contrario, que se reconozca la riqueza intercultural que brinda la diversidad de formas de vida.

Sugerencias de mejora para el taller “caminos de mi corazón”

- Apegarse al tiempo de 2 horas por sesión
- Ampliar el número de sesiones a 8 para cubrir los temas previstos
- Dedicar las primeras 2 sesiones a la integración del grupo

Referencias

- Achotegui Loizate, J. (2020). Los duelos de la migración. Una aproximación desde la perspectiva cultural. *Anales de la Fundación Canis Majoris*, 5, 312-325. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8017616>
- Aguilar Cavallo, G. (2006). La aspiración indígena a la propia identidad. *Universum* (Talca), 21, 106-119. https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0718-23762006000100007&script=sci_arttext
- Aponte Muñoz, K. F. (2021). *Emociones que migran. sentipensando la migración venezolana hacia Chile en tiempos de crisis*. Tesis. CIESAS <https://ciesas.repositorioinstitucional.mx/jspui/handle/1015/1464>
- Arango Cálad, C. A. (2003). Los vínculos afectivos y la estructura social. Una reflexión sobre la convivencia desde la red de promoción del buen trato.
- Aresti De la Torre, L., & Olivares Díaz, M. A. (2006). Trazando caminos: diversidad cultural y apropiación de los espacios en la Ciudad de México. Obtenido de <https://publicaciones.xoc.uam.mx/Recurso.php>
- Arroyo, C. (3 de mayo de 2019). ¿Qué es exactamente el duelo migratorio? *Volvemos.org*. Obtenido de <https://volvemos.org/que-es-exactamente-el-duelo-migratorio>
- Barceló, B. (2003). *Creecer en Grupo*. Bilbao: Descleé de Brouwer.
- Barceló, B. (2012). Las actitudes básicas Rogerianas, en la entrevista de la relación. *Comillas*. 70(136), 123-160. <https://revistas.comillas.edu/index.php/miscelaneacomillas/article/view/722>
- Bauman, Z. (1998). *La globalización: consecuencias humanas*. FCE
- Cárdenas Gómez, E. (marzo de 2014). Migración interna e indígena en México: enfoques y perspectivas. (E. C. Jalisco, Ed.) *Intersticios sociales*, 7, 1-28. http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-49642014000100003

- Carmona Motolinia, José Ramón, & Tetreault, Darcy. (2021). Pueblos originarios, formas de comunalidad y resistencia en Milpa Alta. *Revista mexicana de ciencias políticas y sociales*, 66(241), 155-180. Epub.<https://doi.org/10.22201/fcpys.2448492xe.2020.241.70796>
- Cotacachi, D., Grigera, A., Alfaro, N., & Pérez, A. (2022). Indígenas urbanos: 3 temas clave para la agenda de las ciudades sostenibles. <https://blogs.iadb.org/igualdad/es/pueblos-indigenas-urbanos-3claves/#:~:text=En%20las%20ciudades%2C%20los%20ind%20%C3%ADgenas,incluso%20antes%20de%20la%20pandemia>
- Estudio de Trabajadores Agrícolas Indígenas. (2007-2009). ETAI. http://www.indigenousfarmworkers.org/es/about_ifs.shtml
- Fortuny Loret de Mola, Patricia, & Solís Lizama, Mirian. (2006). Solidaridades entre poblaciones móviles: campesinos, mestizos e indígenas mexicanos en el suroeste de la Florida. *Desacatos*, (20), 135-154. Recuperado en 12 de enero de 2024, de http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1607-050X2006000100006&lng=es&tlng=es.
- Frankl, V. (2015). *El hombre en busca de sentido*. Barcelona: Herder.
- García-Díaz, R, Gallegos-Elioza, JR, & Zenteno-García, A. (2017). Una medición de la representación del ingreso de los hogares indígenas en la distribución de ingresos de los hogares mexicanos. *Papeles de población*, 23(91), 201-227. <https://doi.org/10.22185/24487147.2017.91.009>
- Gobierno de Jalisco. (17 de 02 de 2015). *Celebrarán el “día de internacional de la lengua materna” en Jalisco*. <https://www.jalisco.gob.mx/es/prensa/noticias/19885>
- Gómez Gómez, E. N., & Alatorre Rodríguez, F. (2014). La intervención socioeducativa. Cuando se juega en la cancha del otro. *Sinéctica*, 43. Revista electrónica de educación.ITESO, 1-17.<https://rei.iteso.mx/handle/11117/2597>.

- González Calvo, V. (2005). El duelo migratorio. *Revista del Departamento de Trabajo Social*, Facultad de Ciencias Humanas, Universidad Nacional de Colombia, 7, 77-97.
- González, M. (2002). Aspectos éticos de la Investigación Cualitativa. *Revista Iberoamericana de Educación*.
- Gracia, M., & Horbath, J. (2019). Exclusión y discriminación de indígenas en Guadalajara, México. *Perfiles Latinoamericanos*, 27. <http://www.scielo.org.mx/pdf/perlat/v27n53/0188-7653-perlat-27-53-00011.pdf>
- Gutiérrez Chong, N. (23 de JULIO de 2016). *En México, ser indígena representa discriminación, marginación y pobreza: encuesta UNAM*. https://www.dgcs.unam.mx/boletin/bdboletin/2016_490.html
- Herrera Amaya, ME. (2018). Comunidades indígenas urbanas: disputas y negociación por el reconocimiento. *Andamios*, 15(36), 113-134. <https://doi.org/10.29092/uacm.v15i36.604>
- Horbath, J. (2008). La discriminación laboral de los indígenas en los mercados urbanos de trabajo en México: revisión y balance de un fenómeno persistente. En C. L. Sociales, *Pobreza, exclusión social y discriminación étnico-racial en América Latina y el Caribe*. Bogotá, Colombia: CLACSO.
- INALI, Instituto Nacional De Lenguas Indígenas. (2008). *Catálogo de las Lenguas Indígenas Nacionales: Variantes Lingüísticas de México con sus autodenominaciones*. México. Recuperado el 06 de 03 de 2022, de https://www.inali.gob.mx/pdf/CLIN_completo.pdf
- INEGI. (2010). *Encuesta Nacional de Ingresos y Gastos de los Hogares (ENIGH)*. México.
- Instituto de Información Estadística y Geográfica de Jalisco. (2000-2010). *Análisis de los principales resultados del censo 2020 de las áreas metropolitanas de Jalisco, 2010 - 2020*. <https://iieg.gob.mx/ns/wp-content/uploads/2021/02/AMG.pdf>

- Instituto Nacional de los Pueblos Indígenas. (2017). *Los pueblos indígenas y su relación con el medio ambiente*. <https://www.gob.mx/inpi/articulos/los-pueblos-indigenas-y-su-relacion-con-el-medio-ambiente>
- Lafarga, J. (1986). Contexto histórico del enfoque centrado en la persona. En *Desarrollo del potencial humano*, (pp. 24-56). México: Trillas
- Lafarga, J. (2013). *¿Qué es el Desarrollo Humano en México? Orígenes y Proyecciones*. Cuadernos de difusión del Instituto Nacional de Investigación en Desarrollo Humano.
- Lambers, E. (2003) Supervisión en la terapia centrada en la persona: facilitación de la congruencia en Mearns, D. y Thorne, B. (2003). *La terapia centrada en la persona hoy*. Bilbao: Desclée de Brouwer.
- Lozano-Ascencio, F, & Ramírez-García, T. (2019). Hogares indígenas y remesas en México: cambios en la década 2000-2010. *Papeles de población*, 25(102), 155-188. <https://doi.org/10.22185/24487147.2019.102.35>
- Martínez-Mendizábal, D y Estrada-Maldonado, S. (2014). Propuesta de acompañamiento psicosocial con familias migrantes. *Sinéctica*, (43), 01-14. http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1665-109X2014000200010&lng=es&tlng=es.
- Martínez-Miguélez, M. (2006). Fundamentación epistemológica del Enfoque Centrado en la Persona, *Revista Latinoamericana Polis*, 5 (15). <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=30517306009>
- Martínez, Y. (2018). *Filosofía existencial para terapeutas y uno que otro curioso* (4ª. Ed.) México: Ediciones LAG.
- Mercado Mondragón, J. (enero-febrero de 2014). El desplazamiento interno forzado entre pueblos indígenas: discusión para la elaboración de políticas públicas para su atención. *El Cotidiano* (183), 33-41.
- Novelo, P. (2018). *Las condiciones laborales y el potencial humano. Una estrecha relación*. [Tesis de Maestría, Instituto Tecnológico y de Estudios Superiores de Occidente]. <http://hdl.handle.net/11117/5487>

- Organización Internacional del Trabajo (OIT). (05 de 02 de 2020). *Pueblos indígenas y tribales*. https://www.ilo.org/americas/sala-de-prensa/WCMS_735914/lang-es/index.htm
- Organización Internacional para las Migraciones. (2024). *5 acciones para facilitar la inclusión social de desplazados de pueblos indígenas*. <https://rosanjose.iom.int/es/blogs/5-acciones-para-facilitar-la-inclusion-social-de-desplazados-de-pueblos-indigenas>
- Pacheco, G. (1993). La intervención comunitaria. Espacios de expresión y cambio social. *Renglones* 26, 14-19.
- Periódico El Economista S.A. de C.V. (12 de 12 de 2018). *Dos de cada 10 mexicanos se asumen indígenas*. Recuperado el 02 de 03 de 2022, de <https://www.eleconomista.com.mx/politica/Dos-de-cada-10-mexicanos-se-asumen-indigenas-20181212-0049.html>
- Reyes Dominguez, B. (2019). *La pintura como una herramienta para facilitar el autoconocimiento en estudiantes universitarios para afrontar el estrés*. [Tesis de Maestría, Instituto Tecnológico y de Estudios Superiores de Occidente]. <https://hdl.handle.net/11117/7981>
- Rogers, C. (1964). *El proceso de convertirse en persona*. Paidós.
- Rogers, C. (1973). *Grupos de encuentro*. Buenos Aires: Amorrortu.
- Rogers, C. (1997). *Psicoterapia centrada en el cliente*. Paidós.
- Rogers, C. (1998). *Terapia, personalidad y relaciones interpersonales*. Buenos Aires. Nueva Visión. 5ª edición.
- Rogers, C. (2020). *El proceso de convertirse en persona*. Paidós.
- Salles, V y Vargas, P (2000). Perfiles urbanos: los pueblos indígenas, la identidad indígena y la pobreza en México. *Proyecto Perfiles Indígenas de México*, Documento de trabajo.

- Sassenfeld, André y Moncada, Laura (2006) Fenomenología y psicoterapia humanista-existencial, en *Revista de Psicología*, 15(1) 91-106. Universidad de Chile Fenomenología y psicoterapia humanista
- Segrera, A. (2008) El Enfoque Centrado en las Personas después de Rogers: reflexiones y bibliografía en español. En *Miscelánea comillas*, 66(18), 63-82. <https://revistas.comillas.edu/index.php/miscelaneacomillas/article/view/7362>
- The Nature Conservancy. (2021). *Las mariposas monarca unen la conservación y la cultura entre EE. UU. y México*. <https://www.nature.org/es-us/que-hacemos/nuestras-prioridades/hacer-frente-al-cambio-climatico/mariposas-monarca-estados-unidos-mexico/>
- Velasco Vélez, S. (2004). *El sentido de la vida en los adolescentes: Un modelo centrado en la persona*. México, D.F.: Universidad Iberoamericana.

Anexos

Anexo I. Tabla No. Guía de entrevista para identificar las necesidades de la población

PUNTO	RESPUESTA				
1. Población	Indígenas de la asociación civil Witsili Lenguas Indígenas Mexicanas, asociación dedicada al fortalecimiento de las lenguas indígenas de los migrantes que habitan en la ZMG.				
2. Propósito	Indagar acerca de cuál es la percepción que tienen los migrantes indígenas de sí mismos al vivir en el área metropolitana de Guadalajara.				
3. Escenario	Witsili Lenguas Indígenas Mexicanas A.C. Moctezuma #287. Zapopan, Jalisco, México				
4. Guía: De 5 a 8 preguntas tomando en cuenta tus preguntas a la realidad	<table border="1"> <thead> <tr> <th data-bbox="610 1010 906 1066">Tema</th> <th data-bbox="906 1010 1385 1066">Cómo lo voy a preguntar</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td data-bbox="610 1066 906 1837">Identidad</td> <td data-bbox="906 1066 1385 1837"> 1. ¿Qué han tenido que modificar de su propio estilo de vida al migrar a la ciudad? 2. ¿Qué costumbres de la gente de la ciudad has incorporado a tu forma de vida? 3. ¿Cuáles son las costumbres que aún conservas? ¿Por qué? </td> </tr> </tbody> </table>	Tema	Cómo lo voy a preguntar	Identidad	1. ¿Qué han tenido que modificar de su propio estilo de vida al migrar a la ciudad? 2. ¿Qué costumbres de la gente de la ciudad has incorporado a tu forma de vida? 3. ¿Cuáles son las costumbres que aún conservas? ¿Por qué?
Tema	Cómo lo voy a preguntar				
Identidad	1. ¿Qué han tenido que modificar de su propio estilo de vida al migrar a la ciudad? 2. ¿Qué costumbres de la gente de la ciudad has incorporado a tu forma de vida? 3. ¿Cuáles son las costumbres que aún conservas? ¿Por qué?				

		<p>4. ¿Cuáles te ha costado modificar? ¿Por qué?</p> <p>5. Menciona 5 características culturales de un tlapaneco</p>
	<p>Sentido de vida</p>	<p>1. ¿Cuáles son las razones por las cuales te vienes a Guadalajara?</p> <p>2. ¿Cuáles son las razones por las que permaneces en Guadalajara?</p>
<p>5. ¿Qué tienes que tomar en cuenta o qué tienes que cuidar al acercarte a la población? (De 5 a 7 puntos)</p>	<p>1. Puedes retomar algunas actitudes facilitadoras</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ser respetuosa, empática y puntual. • Quitar prejuicios • Ser contempladora del suceso • Escuchar con mucha atención • Dedicarle tiempo de calidad <p>2. Aspectos técnicos</p> <ul style="list-style-type: none"> • Que tenga batería y espacio suficiente el dispositivo con el que voy a grabar. • Buscar un espacio donde se pueda entrevistar. 	

	<ul style="list-style-type: none">• Tener a la mano otro dispositivo para grabar por si falla el primero.
--	---

Fuente: elaboración propia

Facilita:
Lic. en comunicaciones: **Noemi De la O**

*Admiramos a la mariposa
ignoramos su trayecto*

TALLER

Camino de mi Corazón

Dirigido a personas de pueblos originarios que viven en la ciudad .

Objetivo
Compartir la experiencia al dejar la comunidad para vivir en la ciudad. Compartiremos con personas de distintos pueblos originarios algunos temas como las dificultades, lo que dejamos en la comunidad, nuestras expectativas y lo que hemos logrado como personas, en la ciudad.

Las sesiones son presenciales, 1 por semana, comenzando el sábado 04 de marzo del presente año de 9:00 a 11:00 hrs. Las siguientes fechas y horarios se acordarán con el grupo.

noemi.delao@iteso.mx

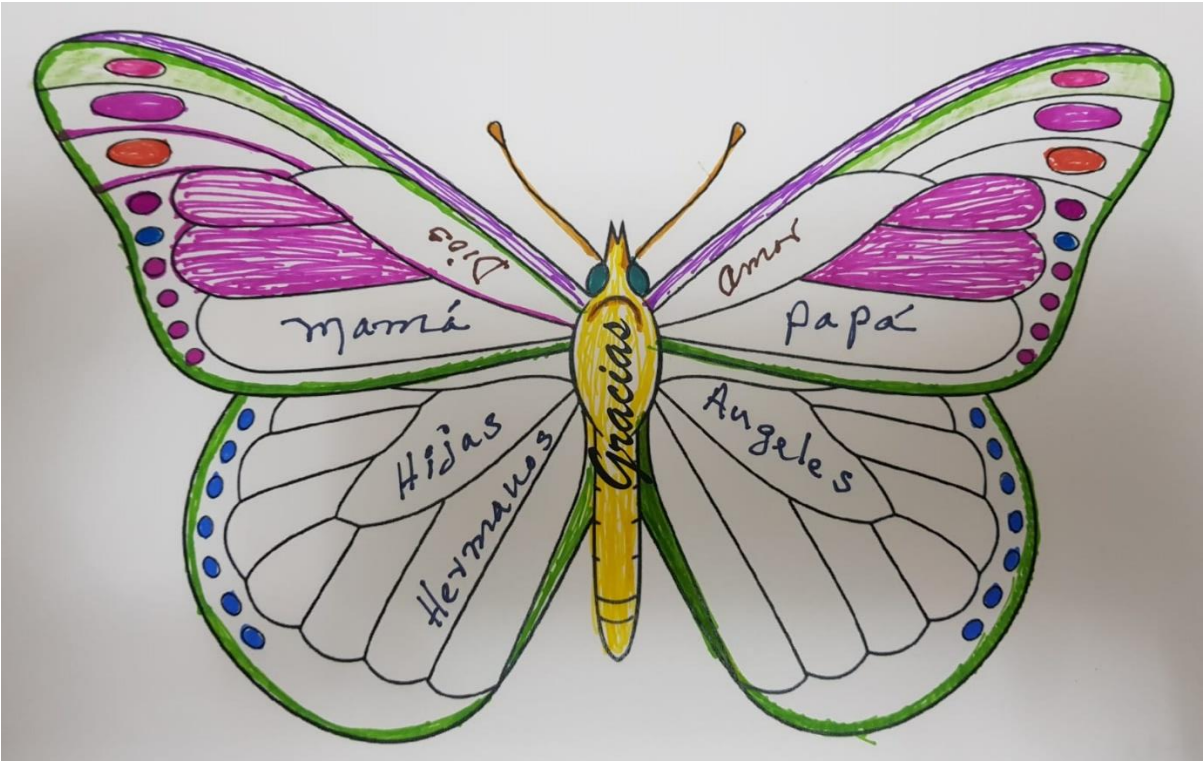
Witsili
Lenguas Indígenas Mexicanas A.C.

**COSTO: GRATUITO
SESIONES: 7**

HABRÁ APOYO PARA TRANSPORTE

Anexo III. Fotografías de las actividades







Admiro tu experiencia 😊

1 - Afirmación de ser
bicultural

2. mi sea de
conocimiento
o 2 CULTURAS

3 - EXPERIENCIA
- conocimiento y
cultura de paz

la experiencia es fortaleza,
para compartirla. Felicidades.

Maestra, siempre he admirado la
humanidad y bondad con que nos trata,
tiene un gran saber y experiencia pero
siempre nos lo transmite con sencillez

- ¿Qué aprendo de mí?
 - A confiar y conectar
 - ¿Qué hay de diferente en mí?
 - He dejado muchas cosas
 - ¿Qué quiero dar?
 - Felicidad
- Admiro tu capacidad de entender cada experiencia para tu bienestar
- Es grato saber tu capacidad de adaptación a pesar de las tormentas.

*Yo admiro tu valor y tu lucha por seguir adelante.

- Yo admiro de ti:
 - Humildad y Empatía
 - Sabiduría y Conocimientos.
- Admiro tu empatía y tu valentía de seguir adelante.

El día que conocí la ciudad fue muy emotivo ya que había fantasía de conocer otros contextos distintos con el que había convivido.

Recuerdo que no fue distinto más que las personas y su forma de comunicarse que claro, no entendía. Sin embargo, no apagó mi entusiasmo si no con el paso fue advuandome a las condiciones que hasta ahora sigo haciendo y no he dejado de aprender.

Proceso de transformación interna para o en búsqueda de la tolerancia, empatía y humildad.

Compartir, conocer experiencias que pienso que no habrían ocurrido si no fuera en la ciudad.

Me hizo sentirme orgullosa de ser yo y hablar mi lengua.

Cuando llegué a la Ciudad a los 11 años vi tantos carros en el camino y us me imbuí ginebra cómo o por donde pasaba la gente. Porque en mi comunidad no había Carros.

* Me entere del taller por medio de las redes sociales, me llamo la atención porque a lo largo me ha interesado convivir con personas que comparten los vivencias de la cultura.

En lo personal me gusta la cultura y el deporte, al igual que me gusta expandir sobre la importancia y la valoración de esta.

Gracias a la tecnología hoy en día nos podemos comunicar, por lo dicho anteriormente para este taller me entere por medio de la red social Facebook.

Me gusta saber y conocer gente que habla una lengua originaria, saber lo que conocen un poco de mi pensar y sobre todo saber que existimos hoy en día los jóvenes oprimidos por no practicar la lengua por discriminación.

Espero más actividades como estas para la difusión y saber que existimos.

