



Investigación diagnóstica acerca de las estrategias de afrontamiento durante la etapa de asentamiento en el proceso migratorio de los estudiantes de primer y segundo semestre de pregrado, del período 2019-1 en la Universidad Colegio Mayor de Cundinamarca

Paula Andrea Acosta Hernández

Universidad Colegio Mayor de Cundinamarca

Facultad de Ciencias Sociales

Trabajo Social

Bogotá

2019



Investigación diagnóstica acerca de las estrategias de afrontamiento durante la etapa de asentamiento en el proceso migratorio de los estudiantes de primer y segundo semestre de pregrado, del período 2019-1 en la Universidad Colegio Mayor de Cundinamarca

Paula Andrea Acosta Hernández

Presentado para optar al título de Trabajadora Social

Asesora

Adriana González Osorio

Universidad Colegio Mayor de Cundinamarca

Facultad de Ciencias Sociales

Trabajo Social

Bogotá

2019

Investigación diagnóstica acerca de las estrategias de afrontamiento durante la etapa de asentamiento en el proceso migratorio de los estudiantes de primer y segundo semestre de pregrado, durante el período 2019-1 en la Universidad Colegio Mayor de Cundinamarca

Autora:

Paula Andrea Acosta Hernández

Objetivo General

Identificar las estrategias de afrontamiento durante la etapa de asentamiento, en el proceso migratorio, de los estudiantes de primer y segundo semestre de pregrado de la Universidad Colegio Mayor de Cundinamarca en el período 2019-1, como diagnóstico previo a la creación de una propuesta de intervención enfocada en la adaptación los estudiantes migrantes a la nueva ciudad con el apoyo de Medio Universitario

Objetivos específicos

- ❖ Analizar los elementos que generan estrés durante la etapa de asentamiento en el proceso migratorio de los estudiantes de primer y segundo semestre de pregrado de la Universidad Colegio Mayor de Cundinamarca de primer y segundo semestre de pregrado.
- ❖ Reconocer las estrategias de afrontamiento dirigidas a la regulación emocional utilizadas durante el proceso de asentamiento de los estudiantes de la Universidad Colegio Mayor de Cundinamarca de primer y segundo semestre de pregrado.
- ❖ Identificar las estrategias de afrontamiento dirigidas a la resolución del problema durante el proceso de asentamiento de los estudiantes de la Universidad Colegio Mayor de Cundinamarca de primer y segundo semestre de pregrado.
- ❖ Diseñar una propuesta de atención dirigida a estudiantes provenientes de otros departamentos del país que se enfoque en el afrontamiento de las diversas dificultades que se presentan durante la etapa de asentamiento tras la migración.

Palabras clave: migración por educación, estrategias de afrontamiento, regulación emocional y resolución del problema.

Resumen

Esta investigación está dirigida a reconocer los factores que mayor estrés generan durante la etapa de asentamiento tras la migración por educación en los estudiantes de primer y segundo semestre de pregrado de la Universidad Colegio Mayor de Cundinamarca y cuáles estrategias de afrontamiento son las más utilizadas para la solución de dichos factores estresantes; bien sea dirigidas a la regulación emocional o a la resolución del problema; esto con el fin de diseñar una propuesta de atención, a la División Medio Universitario, dirigida a la población anteriormente mencionada, enfocada en el refuerzo de las estrategias de afrontamiento para dar solución a los estresores que conllevan del asentamiento tras la migración.

Para esto, se realizó un estudio de corte cuantitativo, bajo el paradigma positivista y con un alcance descriptivo en el que se establecieron las siguientes variables: migración interna por educación, en la que se estudiaron factores como la edad en que se migró, el nivel socio-económico en el lugar de llegada, la aculturación y la discriminación; y una segunda variable denominada estrategias de afrontamiento en la que se indagaron las dirigidas a la regulación emocional o las enfocadas en la resolución del problema.

El proceso permitió determinar que los factores estresantes de mayor impacto son la aculturación y la discriminación; que estos generan molestias a nivel emocional, físico y mental en los jóvenes estudiantes y que las estrategias de afrontamiento más utilizadas son las dirigidas a la regulación emocional, tales como el desahogo en las emociones, la evitación, el apoyo emocional y el apoyo en la religión, mientras que frente a las estrategias enfocadas en la resolución del problema utilizadas, se pudo observar que las de mayor uso son la aceptación de la responsabilidad y la planificación. Con esto, fue posible deducir que resulta necesario un proyecto que se enfoque en el fortalecimiento de este tipo de estrategias, con el fin de prevenir la no permanencia dentro de la institución educativa, por lo que se diseña una propuesta de atención enfocada directamente a esta población de la universidad.

Palabras clave: migración por educación, estrategias de afrontamiento, regulación emocional y resolución del problema.

Abstract

This research is aimed at recognizing the factors that generates the most stress during the settlement phase after migration by education in the first and second semester of undergraduate students of the Universidad Colegio Mayor de Cundinamarca and which coping strategies are the most used for the solution of said stressors; either directed to the emotional regulation or to the resolution of the problem. This in order to design a proposal of attention, to the Wellness University Division, aimed at the aforementioned population, focused on reinforcing coping strategies to solve the stressors that lead to settlement after migration.

For this, a quantitative study was carried out, under the positivist paradigm and with a descriptive scope in which the following variables were established: internal migration by education, and the factors that generates the stress such as the age in which one migrated, the level socioeconomic in the place of arrival, acculturation and discrimination; and a second variable called coping strategies divided into two main actions: emotional regulation or those focused on solving the problem.

The process allowed to determine that the stressors of greatest impact are acculturation and discrimination; these generates emotional, physical and mental discomfort in young students and that the most commonly used coping strategies are those aimed at emotional regulation, such as relief in emotions, avoidance, emotional support and support in the religion, and those strategies focused on the resolution of the problem were the acceptance of responsibility and planning. With this, it was possible to deduce that a program that focuses on the strengthening of this type of strategy is necessary, in order to prevent non-permanence within the university, which is why a proposal for attention focused directly on this population and their needs is designed.

Key words: migration by education, coping strategies, emotional regulation, resolution of the problem.

Dedicatoria

A mis padres y hermanas
Su apoyo incondicional da frutos en este preciso instante.

A todos mis compañeros de vida;
Que han migrado hasta aquí para mejorar su calidad de vida.

Paula Andrea Acosta.

Agradecimientos

A mi familia, principalmente, por el apoyo incondicional, la paciencia y el amor brindado durante los momentos difíciles que tuve que pasar a lo largo de la carrera.

A mis profesoras Adriana González y Jenny Ortiz por la compañía y las enseñanzas.

A mi inspiración anónima por enseñarme que, por momentos existen compañeros de camino, pero que llegan momentos que debo enfrentar sola, por permitirme vivir ambas etapas de mi vida y por el amor compartido.

A mis compañeros de carrera, especialmente aquellos que dieron paso a esta investigación con su experiencia y apoyo.

A Laura Rodríguez, psicóloga de Medio Universitario, por acceder y seguir la corriente en este proceso investigativo, guiarme y escucharme de manera atenta a cada duda.

Al profesor José Posada por su ayuda y su constante escucha; cada día sirviendo como un espejo para ayudarme a crecer y a resolver duda tras duda personal.

A Paola Cruz, mi amiga incondicional e infaltable, quien no me permitió decaer y me dio los ánimos necesarios para avanzar, sin importar cuán duro o cuánto tiempo tardara.

A todas las personas que, presentes o ausentes hoy día, caminaron conmigo e hicieron posible con su presencia, enseñanza y compañía este sueño.

Paula Andrea Acosta

Contenido

CAPÍTULO I	2
1. EL PROBLEMA.....	2
CAPÍTULO II	11
2. MARCOS DE REFERENCIA	11
CAPÍTULO III.....	28
3. ALCANCE Y DISEÑO METODOLÓGICO.....	28
CAPÍTULO IV	35
4. ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE DATOS.....	35
CAPÍTULO V	65
5. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN.....	65
CONCLUSIONES	82
RECOMENDACIONES	83
REFERENCIAS.....	84
ANEXOS	88

Lista de tablas

Tabla 1	40
Tabla 2	76
Tabla 3	80
Tabla 4	81

Lista de gráficas

Gráfica 1. Motivo de la migración	41
Gráfica 2. Edad de traslado a la ciudad	42
Gráfica 3. Compañía durante la llegada a Bogotá	42
Gráfica 4. Nivel socioeconómico antes de migrar	43
Gráfica 5. Primer lugar de residencia	44
Gráfica 6. Principal fuente de ingresos	44
Gráfica 7. Destino de los ingresos.	45
Gráfica 8. Molestia física o emocional por la aculturación	46
Gráfica 9. Habilidades sociales aprendidas en el proceso de asentamiento	46
Gráfica 10. Habilidades sociales perdidas en el proceso de asentamiento.	47
Gráfica 11. Recepción de comentarios discriminatorios	49
Gráfica 12. Molestia frente a prejuicios por el lugar de proveniencia	49
Gráfica 13. Sentimiento de estrés durante el asentamiento	50
Gráfica 14. Búsqueda de acompañamiento tras la migración	51
Gráfica 15. Fuente del apoyo emocional	51
Gráfica 16. Formas de apoyo espiritual	53
Gráfica 17. Consecuencia del apoyo espiritual	53
Gráfica 18. Aspectos positivos del proceso migratorio	54
Gráfica 19. Emociones de mayor expresión eufórica.	55

Gráfica 20. Evitación del problema.	56
Gráfica 21. Negación del problema.	57
Gráfica 22. Sustancias psicoactivas consumidas	58
Gráfica 23. Regulación del consumo	58
Gráfica 24. Forma de expresión del estrés en el estudiante.	59
Gráfica 25. Soluciones ante las problemáticas	60
Gráfica 26. Responsabilidad en la problemática	61
Gráfica 27. Necesidad de un proyecto dirigido a población migrante en la Unicolmayor	63

Introducción

La migración interna por educación es un fenómeno cada vez mayor en Colombia, dadas las oportunidades generadas en las grandes ciudades como Bogotá, Cali, Medellín y Barranquilla, por lo que se requiere de un estudio que indague acerca del proceso migratorio y las estrategias de afrontamiento que son utilizadas en este proceso.

Esta investigación tiene por objetivo Identificar las estrategias de afrontamiento durante la etapa de asentamiento, en el proceso migratorio, de los estudiantes de primer y segundo semestre durante el primer período del año 2019, como diagnóstico previo a la creación de una propuesta de intervención enfocada en la adaptación los estudiantes migrantes a la nueva ciudad con el apoyo de Medio Universitario. Este documento se encuentra organizado bajo los fundamentos metodológicos de Roberto Hernández Sampieri (2014).

En el primer capítulo se habla de la idea de investigación, presentando los antecedentes, el planteamiento del problema y los objetivos que guían el proyecto investigativo.

El segundo capítulo contiene los marcos de referencia, iniciando por el marco institucional, describiendo misión, visión y objetivos tanto de la Universidad Colegio Mayor de Cundinamarca como de la División Medio Universitario. A esto le sigue el marco legal, tanto internacional como nacional, que rige este proceso investigativo. Finalizando con el marco teórico, en el que se expresan, a partir de los diferentes autores, los conceptos de migración interna, proceso migratorio y estrategias de afrontamiento.

Para el tercer capítulo está dispuesto el diseño metodológico de la investigación; se especifica la población a investigar, el paradigma, el enfoque de la investigación y el instrumento de recolección de información, con el análisis de la prueba piloto.

Un cuarto capítulo contiene el análisis e interpretación de los datos, en el que se exponen los gráficos con su respectiva descripción de carácter cuantitativo y cualitativo, realizando también su discusión para dar respuesta a las variables planteadas. Para finalizar, el quinto capítulo contiene la propuesta de intervención que se plantea como producto a entregar a la División Medio Universitario.

Capítulo I

1. El Problema

1.1 Idea de Investigación

A partir de la necesidad planteada por la División Medio Universitario, en el proyecto Sistema de permanencia de graduación, surge la idea de determinar cuáles estrategias de afrontamiento son utilizadas por los estudiantes que provienen de diferentes partes del país, inscritos en primer y segundo semestre de pregrados de la Universidad Colegio Mayor de Cundinamarca (Unicolmayor) durante la etapa de asentamiento, en el proceso migratorio. Con el fin de analizar los datos obtenidos para aportar, así, al diseño de un proyecto dirigido a la población migrante de la Unicolmayor.

1.2 Antecedentes

A continuación, se muestran los estudios que especifican tanto los tipos de estresores a los que se enfrentan los universitarios migrantes, como las estrategias de afrontamiento utilizadas por estos para dar frente a las situaciones que se presentan en el proceso de asentamiento al migrar. Se retoman, entonces, estudios desde Europa, en España, y en Latinoamérica en países como Perú y Uruguay y otros a nivel nacional.

1.2.1 Antecedentes a nivel Internacional

Se toma el estudio “Estrés y Coping en Inmigrantes Latinoamericanos Residentes en Barcelona” (Patiño & Kirchner, 2008), el cual tenía por objetivo establecer el tipo de problemas narrados por los inmigrantes latinoamericanos, el grado de estrés que generan y las estrategias de afrontamiento utilizadas para afrontarlos.

Como resultados de este estudio se obtuvo que los latinoamericanos, residentes en Barcelona, denotan como estresor de mayor importancia durante el asentamiento la situación económica pero que, al dar solución a este problema, nace la preocupación estresante de adaptarse a un entorno lejano al familiar, es decir, a la aculturación. Dentro de los resultados, también es posible especificar que la mayoría de inmigrantes utiliza, ante estos problemas, la estrategia de evitación, resolución de problemas y reevaluación positiva. Seguido de esto, en una menor cantidad hacen uso de apoyo emocional, planificación y desahogo. También se realiza un sondeo de los migrantes de países

específicos y su relación con el uso de ciertas estrategias; ejemplo de ello es Colombia, ya que la mayoría de migrantes colombianos en España tienden a utilizar estrategias como desahogo emocional (Patiño & Kirchner, pág. 35).

En América Latina se encuentra un primer estudio denominado “Ansiedad y Afrontamiento en Estudiantes Migrantes y No Migrantes” (Miranda & Vásquez, 2016) que planteaba un objetivo de describir los niveles de ansiedad rasgo - estado, los estilos y estrategias de afrontamiento en un grupo de universitarios inmigrantes y no inmigrantes en Arequipa, Perú.

Los resultados obtenidos durante el estudio se enfocan en un primer lugar, en la existencia de mayor ansiedad, rasgo en universitarios inmigrantes, y menor ansiedad como un rasgo en no inmigrantes. Referente al afrontamiento, no se halló diferencia entre el grupo migrante y no migrante, los estilos de afrontamiento más utilizados son: improductivo, dirigido a la relación con los demás, es decir, afrontamiento disfuncional, también se encuentran estilos como: buscar ayuda profesional, la que es mayormente utilizada por universitarios no inmigrantes, esforzarse para tener éxito que es especialmente usada por los inmigrantes y fijarse en lo positivo, utilizada también por los estudiantes inmigrantes (Miranda & Vásquez, pág. 22). Por último, las mujeres tienden a hacer uso del estilo dirigido a la relación con los demás, y los hombres más frecuentemente el de resolución de problemas.

Otro estudio denominado “Estrategias de afrontamiento en estudiantes ingresantes del interior del país a la Licenciatura en Psicología” (Blanco & Avillarraga, 2017), llevada a cabo en Montevideo, Uruguay, planteó el objetivo de Conocer y analizar las estrategias de afrontamiento en tanto factores no cognitivos relacionados con la permanencia y el rendimiento académico de los estudiantes provenientes del interior, durante su tránsito del Ciclo Inicial del Nuevo Plan de Estudios de la Licenciatura en Psicología (Blanco & Avillarraga, pág. 3), arrojó como resultado que el estilo más utilizado por la muestra de estudiantes ingresantes es el de Reevaluación positiva, y el menos utilizado el de Religión. En cuanto a la variable género, se observaron diferencias estadísticamente significativas en los estilos: Expresión emocional abierta, Búsqueda de apoyo social y Religión, con puntajes más altos en las mujeres que en los hombres.

En cuanto a la variable edad, se observó que los mayores de 21 años empleaban más el estilo de afrontamiento Focalizado en la solución del problema y el de Religión. Por otro lado, se observó que los menores de 20 años utilizaban más el estilo de Evitación, Autofocalización negativa,

Expresión emocional abierta y Búsqueda de apoyo social. Finalmente, se compararon los resultados de aquellos estudiantes que habían migrado a Montevideo para cursar la Licenciatura, y se observaron diferencias significativas sólo en el estilo de Expresión emocional abierta, con puntuaciones más altas en aquellos estudiantes que no habían migrado.

Se retoma un último estudio, denominado “Ansiedad y Afrontamiento en Universitarios Migrantes” (Torrejón, 2011), realizado en Lima, Perú, que presentaba como objetivo “describir los niveles de ansiedad rasgo - estado, los estilos y estrategias de afrontamiento en un grupo de universitarios inmigrantes y no inmigrantes en Lima” (pág. 16) presentó resultados referentes a que un afrontamiento poco adecuado ante las dificultades se asociaría con mayores niveles de ansiedad crónica, y en menor intensidad, con una ansiedad estado en los universitarios migrantes (Torrejón, pág. 68).

El afrontamiento orientado al problema tuvo una correlación moderada y positiva con el afrontamiento orientado a la emoción, revelando así, que ambos tipos de afrontamiento se usan de forma conjunta en algunas ocasiones. También el afrontamiento orientado al problema obtuvo una correlación baja e inversa con la variable ansiedad rasgo en el grupo de alumnos migrantes (Torrejón, pág. 70). La estrategia “búsqueda de apoyo social emocional” presentó una correlación baja e inversa con la variable ansiedad estado; mientras que el “afrontamiento activo” mostró una correlación moderada e inversa con la variable ansiedad rasgo, y una correlación baja e inversa con la variable ansiedad estado. Por su parte, la estrategia “planificación” se correlaciona de manera baja e inversa con la variable ansiedad rasgo (Torrejón, pág. 71).

Estos resultados indicarían que las estrategias que permiten a los alumnos ejercer una actitud activa sobre sus dificultades, reducirían también la sensación de ansiedad en la medida que los proveen de una sensación de control sobre la resolución de los problemas.

1.2.2 Antecedentes a nivel nacional

En Colombia, se encuentran diversos estudios respecto al tema de investigación. Uno de ellos, realizado por Sosa & Zubuleta (2015) en Barranquilla, tuvo como objetivo “explorar cuatro aspectos fundamentales de la experiencia de migración en los estudiantes migrantes: identificación con el ednogrupo y exogrupo, nivel de contacto y apoyo social percibido y el grado de adaptación sociocultural.” (pág. 5), es decir que mostraba, a partir de las experiencias de los estudiantes migrantes, las estrategias de afrontamiento utilizadas en el proceso de asentamiento.

Como resultados, este estudio denotó que los estudiantes migrantes muestran niveles medios de identificación con la sociedad receptora y altos en la identificación con la sociedad de origen. El nivel de pertenencia y orgullo respecto a la ciudad de origen resulta alto. Los estudiantes migrantes mantienen niveles más elevados de contacto con personas de su ciudad de origen que no viven en la nueva ciudad y con personas de la ciudad de origen que viven en la ciudad receptora, el contacto disminuye con personas nacidas en la ciudad receptora. Esto indica que buscan relacionarse con personas que compartan rasgos de la cultura de la que provienen, incluso en la nueva ciudad.

Respecto al apoyo percibido, los migrantes manifiestan un mayor nivel de apoyo por parte de las personas de la ciudad de origen que vivan en ella o en la ciudad receptora, y menor apoyo de los ciudadanos receptores. Los problemas que se manifestaron tener frente a la adaptación sociocultural durante el último año se refieren a problemáticas básicas: conseguir permiso de residencia, conseguir trabajo, cobertura de las necesidades de salud física, vivienda. En segundo lugar, se expresan problemas de preservación de costumbres como mantenimiento en general de hábitos y tradiciones de la cultura de origen: comidas típicas, estilo de vida, uso del tiempo, prácticas religiosas. Por último, presentan dificultades en torno a la posibilidad de adaptar hábitos y costumbres de la sociedad receptora, especialmente referente a normas y tabúes.

A nivel Distrital, se encuentra un estudio referente al tema de estrategias de afrontamiento por migración, dirigido a la población en condición de desplazamiento en Bogotá. Dicho estudio, denominado “Descripción de los estilos de afrontamiento en hombres y mujeres ante la situación de desplazamiento” (Di-collredo, Aparicio, & Moreno, 2007), tiene como objetivo identificar los estilos de afrontamiento hacia la situación de desplazamiento vivida entre un grupo de hombres y un grupo de mujeres, asistentes a la unidad de Atención Integral al Desplazado en la ciudad de Bogotá (pág. 127).

Los resultados obtenidos revelan que se encontraron diferencias significativas en la utilización de estilos y estrategias de afrontamiento en hombres y mujeres, lo que evidencia un desarrollo personal y un control emocional en las mujeres, mientras que en los hombres se observa una negación y una supresión de actividades, lo que genera estados depresivos. Además, el estudio muestra que las estrategias más utilizadas comúnmente por la población en situación de desplazamiento son la evitación y las estrategias enfocadas en la regulación emocional (Dicollredo, Aparicio, & Moreno, pág. 154).

1.3 Planteamiento del problema

Estudiar, actualmente representa retos económicos y geográficos. La educación de mejor calidad se localiza específicamente en ciudades de importancia económica para el país, tales como Bogotá, Cali, Medellín y Barranquilla. Estas ciudades, además, representan mayores oportunidades laborales que permiten el desarrollo socioeconómico y personal de los habitantes. Con las diversas opciones sociales, culturales y económicas que las grandes ciudades representan para hombres y mujeres jóvenes de otros departamentos, estos se ven atraídos hacia las mismas con el fin de continuar con el proceso educativo para hallar mejores oportunidades (Migración Colombia, 2017).

El artículo “Migración interna de la población joven: el caso de América Latina” (Rodríguez, 2008) afirma que la etapa de juventud y el deseo de migrar se relacionan directamente con algunos hechos significativos que ocurren durante esta etapa, tales como la formación y unión de familias, el ingreso a la universidad o la incorporación al mercado laboral. El autor se refiere a que el ingreso a la educación superior, en otra ciudad, la antecede una decisión por las oportunidades de la educación existentes en el lugar de origen ya que estas pueden ser mínimas, o no coincidir con los intereses de los jóvenes (Rodríguez, pág. 18).

El proceso migratorio incluye cuatro etapas importantes: la preparación, el acto migratorio, el asentamiento y la integración (Tizón, 1993). Cada una de estas tiene características propias y genera reacciones emocionales distintas. Durante el proceso investigativo, se tomará únicamente la etapa de asentamiento ya que esta es la que genera mayor cantidad de estresores en los jóvenes, con el fin de conocer las estrategias de afrontamiento utilizadas una vez el estudiante comienza el proceso de adaptación a la nueva ciudad.

De acuerdo con lo dicho por Micolta (2005), la decisión de migrar a otra ciudad trae consigo consecuencias que, de no ser resueltas de manera asertiva, pueden causar mayor estrés en un joven. El proceso migratorio en sí conlleva dudas, remordimientos, miedos y emociones negativas que generan estrés; la resolución de estos conflictos, bien sea internos o externos, pueden ser positivos si se cuenta con estrategias de afrontamiento adecuadas o, todo lo contrario, negativos, trayendo consecuencias como el consumo de sustancias psicoactivas, entre otros (Micolta, 2005).

Del mismo modo, Tizón (1993) refiere a que el joven que pasa por un proceso de migración, durante la etapa de asentamiento presenta factores estresantes como la aculturación, la situación económica y la discriminación, es por esto que el estudiante se encontraría en un mayor riesgo de

estrés y, por consiguiente, de hacer uso de una o varias estrategias de afrontamiento. De no afrontar asertivamente los distintos estresores, el individuo tendría repercusiones negativas como la deserción estudiantil, entre otros (Fierro, 2000)

A nivel teórico, respecto a las estrategias de afrontamiento usadas en la etapa de asentamiento tras la migración en jóvenes universitarios, se puede observar que, desde el Trabajo Social, no se ha estudiado a profundidad este tema, es decir, que existe un vacío en el conocimiento acerca de la etapa de asentamiento tras migrar con fines estudiantiles y las estrategias de afrontamiento que son utilizadas durante esta etapa para una adecuada adaptación a la ciudad.

A nivel práctico, se ha observado que, desde las instituciones educativas, se encuentra pertinente prevenir la no permanencia estudiantil. Por este motivo se ha advertido que algunas universidades cuentan con proyectos dirigidos estrictamente a la población migrante que estudia en ellas, un ejemplo de esto son los proyectos que tiene la Universidad Nacional de Colombia con la Inclusión Educativa, los cuales tienen por objetivo “promover el acceso con equidad de bachilleres provenientes de poblaciones que por su condición étnica, racial, socioeconómica, o de violencia tienen menores oportunidades de ingresar a la educación superior”. (Bienestar Universidad Nacional, 2018), además de proteger al joven migrante una vez ha ingresado a la institución educativa, a nivel emocional, social y disciplinario con el fin de apoyar el proceso migratorio del mismo, previniendo así la deserción estudiantil.

Por su parte, la Universidad Colegio Mayor de Cundinamarca, inicia el diseño, desde la División Medio Universitario, del Sistema de Permanencia de Graduación; ya que esta expresa que los jóvenes universitarios migrantes que no logran adaptarse parcial o definitivamente a la ciudad, presentan mayor probabilidad de no continuar con el proceso educativo en los primeros semestres, con el fin de regresar a su lugar de origen (Universidad Colegio Mayor de Cundinamarca, 2017).

Por esto, la División Medio Universitario presenta una necesidad de reconocer las estrategias de afrontamiento que son utilizadas por los estudiantes que provienen de diferentes partes del país, inscritos en primer y segundo semestre de pregrado, de la Universidad Colegio Mayor de

Cundinamarca durante la etapa de asentamiento, en el proceso migratorio, ya que a partir de las necesidades que estos presentan durante el asentamiento y las respuestas dadas a las mismas, se pueden establecer nuevos protocolos de intervención en Medio Universitario.

De esta iniciativa surge la siguiente pregunta problema.

¿Cuáles estrategias de afrontamiento son utilizadas por los estudiantes que provienen de diferentes partes del país, inscritos en primer y segundo semestre de pregrado, de la Universidad Colegio Mayor de Cundinamarca (Unicolmayor) durante la etapa de asentamiento, en el proceso migratorio?

1.4 Justificación

Teniendo en cuenta lo planteado por la línea de investigación “Sociedad y Cultura”, la cual promueve el conocimiento de las manifestaciones sociales y culturales, desde el ámbito fraternal hasta el oficial; el resultado de esta investigación pretende ser un diagnóstico inicial acerca de las estrategias de afrontamiento utilizadas durante la etapa de asentamiento, tras la migración, en los estudiantes inscritos en primer y segundo semestre de pregrado de la Universidad Colegio Mayor de Cundinamarca, para así brindar un aporte a la creación de un proyecto que será guiado por la División Medio Universitario, planteado desde el Sistema de Permanencia de Graduación, que estará enfocado en atender a estudiantes provenientes de otros departamentos y matriculados en la institución educativa.

Los resultados obtenidos dentro de la investigación servirán como un aporte directamente a la División de Medio Universitario, desde el Área de Bienestar y Desarrollo Humano ya que en esta se proporcionan herramientas que permiten el autoconocimiento y el desarrollo adecuado del estudiante a partir de la atención desde Psicología, Psicopedagogía, Trabajo Social, entre otros, con el fin de prevenir la deserción estudiantil que se presenta dentro de la institución educativa.

Para complementar la labor realizada desde la profesión de Trabajo Social en Medio Universitario, al momento de generar la propuesta de intervención, el proyecto cuenta con la contribución de las disciplinas de psicología y psicoeducación en aras de tener un mayor impacto en la población a intervenir, es decir, un trabajo interdisciplinar.

Este trabajo busca también cumplir con los compromisos que se tienen desde la profesión de incidir en la resolución de problemas sociales, de promover la defensa de los Derechos Humanos y

de la dignidad de un individuo, y de reconocer a la persona desde su cultura (Consejo Nacional de Trabajo Social, 2015).

Por este motivo, los resultados de esta investigación, pretenden ser un paso a la creación de un proyecto de intervención desde la División Medio Universitario, enfocado en estudiantes migrantes, para que la adaptación a la nueva cultura sea más adecuada, previniendo así la no permanencia a nivel estudiantil.

1.5 Objetivos

1.5.1 Objetivo General

Identificar las estrategias de afrontamiento durante la etapa de asentamiento, en el proceso migratorio, de los estudiantes de la Universidad Colegio Mayor de Cundinamarca de primer y segundo semestre, durante el período 2019-1, como diagnóstico previo a la creación de una propuesta de intervención enfocada en la adaptación de los estudiantes migrantes a la nueva ciudad con el apoyo de Medio Universitario.

1.5.2 Objetivos Específicos

- ❖ Analizar los elementos que generan estrés durante la etapa de asentamiento en el proceso migratorio de los estudiantes de primer y segundo semestre de pregrado de la Universidad Colegio Mayor de Cundinamarca de primer y segundo semestre de pregrado.
- ❖ Reconocer las estrategias de afrontamiento dirigidas a la regulación emocional utilizadas durante el proceso de asentamiento de los estudiantes de la Universidad Colegio Mayor de Cundinamarca de primer y segundo semestre de pregrado.
- ❖ Identificar las estrategias de afrontamiento dirigidas a la resolución del problema durante el proceso de asentamiento de los estudiantes de la Universidad Colegio Mayor de Cundinamarca de primer y segundo semestre de pregrado.
- ❖ Diseñar una propuesta de atención dirigida a estudiantes provenientes de otros departamentos del país que se enfoque en el afrontamiento de las diversas dificultades que se presentan durante la etapa de asentamiento tras la migración.

Capítulo II

2. Marcos de Referencia

2.1 Marco Institucional

Universidad Colegio Mayor de Cundinamarca

La Universidad Colegio Mayor De Cundinamarca es un ente Universitario Autónomo, con régimen especial, personería jurídica, autonomía académica, administrativa y financiera, patrimonio independiente, vinculado al Ministerio de Educación Nacional (Universidad Colegio Mayor de Cundinamarca, 2017)

Misión

La Universidad Colegio Mayor de Cundinamarca, dentro de una perspectiva humanística, le apuesta a una educación integral en diversos niveles y modalidades de Pregrado y Posgrado, la cual se fundamenta en los imperativos axiológicos, las demandas sociales y los desarrollos tecnológicos y científicos. En su proceso impulsa la vivencia de valores humanos y ciudadanos que incidan en la formación de profesionales responsables y críticos que se comprometan con los avances del conocimiento, el desarrollo socio-cultural y el cuidado del medio ambiente.

Visión

Desde la tradición de seriedad, calidad y eficiencia, la Universidad Colegio Mayor de Cundinamarca se proyecta, en el año 2030, por ser un referente científico y cultural como institución líder en la formación integral de profesionales con sólidos principios éticos, coherentes con las necesidades del país y como una entidad reconocida nacional e internacionalmente por su acreditación de alta calidad, sus elevados índices de movilidad, la visibilidad e impacto de la investigación y los logros sobresalientes en programas de proyección social.

La división de Bienestar Universitario de la Universidad Colegio Mayor de Cundinamarca presenta las funciones de programar, organizar y ejecutar programas de bienestar de acuerdo con las normas legales, políticas y reglamentos establecidos en coordinación con la División de Recursos Humanos. Además, pretende fomentar y promover la práctica de actividades de ocio deportivas, culturales, recreativas y artísticas tanto para los estudiantes como a la sociedad en general y organizar eventos competitivos a nivel institucional e interinstitucional. Esto tiene la finalidad de

propiciar el establecimiento de relaciones que coadyuven al mejoramiento de la calidad de vida en la comunidad universitaria, también prestando servicios de atención en salud física y mental (Bienestar Universitario, 2018).

Misión

Somos una División adscrita a la Vicerrectoría Administrativa, brindamos apoyo a las dependencias académicas y administrativas, a través del proceso Gestión de Bienestar, nos encargamos de realizar programas y actividades dirigidas a estudiantes, docentes y administrativos en el ámbito de la salud, la cultura, el deporte, la recreación y el crecimiento personal, trabajamos con un talento humano capacitado, honesto, participativo y comprometido, observamos los principios de la Universidad, nuestra preocupación es generar sentimientos de pertenencia hacia la Universidad que posibiliten el desarrollo humano (Bienestar Universitario, 2018) **Visión**

Ser reconocidos como una División altamente eficiente y efectiva, brindando un servicio de calidad, oportuno y efectivo, integrada por personal idóneo, proactivo y comprometido con la institución, actuando dentro de los más altos principios éticos y morales, buscando apoyar la formación del profesional que el país requiere, basados en la vocación de servicio, mejorando la calidad de vida laboral, personal y familiar de los estudiantes, docentes y administrativos.

Objetivos generales

- Desarrollar actividades que satisfagan necesidades de tipo cultural, artístico, deportivo y de relaciones humanas que coadyuven en la consecución de ese fin general de la institución.
- Fomentar la integración de todos los estamentos institucionales estudiantes, docentes, y administrativos de manera armónica, con el fin de crear un ambiente institucional propicio para su óptimo desarrollo.
- Generar espacios para el libre y pleno desarrollo de las dimensiones humanas, generando acciones dirigidas a la formación integral de la persona, a la práctica de valores mediante programas de salud, cultura, deporte y recreación, desarrollo humano, y socioeconómico.

Objetivos Específicos

- Desarrollar talleres, conferencias, seminarios de interés general sobre temas que recojan las necesidades sociales respecto a la salud y al desarrollo integral del ser humano.
- Implementar campañas y actividades encaminadas a la promoción de la salud y prevención de la enfermedad.
- Ofrecer a la comunidad universitaria servicios de salud básica de primer nivel en medicina y odontología, favoreciendo la calidad de vida de la misma.

2.2 Marco Legal

Desde la legalidad, este proyecto se basa en diversas leyes y normas a nivel nacional e internacional, con el fin de ubicar la investigación en un accionar de derechos colectivos de educación, inclusión y atención psicosocial. A continuación, se presentan las leyes que cobijan de manera los derechos migratorios. Resulta también indispensable para esta investigación, las leyes que cobijen la educación superior para los jóvenes del país.

A nivel internacional, la **Declaración Universal de los Derechos Humanos** (1948), en el **artículo seis (6)**, hace referencia al reconocimiento de la personalidad jurídica de un ser humano, independientemente el lugar de origen y residencia. Resulta también pertinente tomar de esta declaración el **artículo 13**, en el cual se dirige la atención al derecho de cualquier ser humano, sin importar el origen, a elegir libremente el lugar de residencia, bien sea dentro de su país original o fuera de él. Además, da la libertad de retornar al lugar de origen si es lo que se desea (Organización de las Naciones Unidas , 1948).

En el **artículo 25**, hace referencia al derecho a la calidad de vida de una persona y la de sus familiares. Permite el acceso a la vivienda, la alimentación, la atención en salud y los servicios sociales que sean necesarios, tales como la atención psicosocial y la educación. Mientras tanto, en el **artículo 26** se retoma el derecho que tienen tanto los niños, niñas, adolescentes y jóvenes a la educación de calidad y gratuita en su primera etapa. La educación debe permitir el pleno desarrollo de la personalidad y el fortalecimiento de los derechos humanos y a las libertades que son fundamentales para la convivencia; favorece la comprensión y tolerancia. Además, permite la

libertad de escoger el instituto al cual se accederá a la educación, este derecho lo tienen tanto los padres en los casos de la primera infancia, como los jóvenes para la educación superior.

A nivel nacional, **la Constitución Política de Colombia** (1991), en el artículo siete (7), se refiere al reconocimiento y protección por parte del Estado de la diversidad étnica y cultural de la Nación. Además, desde el **artículo 24**, se refiere a que todo colombiano tiene el derecho a circular libremente por el territorio nacional, entrar y salir de él y de residir en el territorio deseado (Constitución Política de Colombia, 1991).

También, la **Política Institucional de Derechos Humanos Garantías de los Derechos Humanos en el Marco de la Gestión de Control y Verificación Migratoria**, (2014), cumple con diversos principios que permiten al ciudadano realizar procesos migratorios tanto internos como internacionales de manera óptima y segura; dichos principios son:

- Facilitar los flujos migratorios
- Promocionar una migración responsable y transparente □ Fomentar la participación ciudadana en la gestión migratoria □ Atención migratoria con enfoque diferencial.

Con premisas en el control migratorio referentes al respeto por los derechos humanos, sin distinción de ningún tipo hacia los migrantes, tal como se mencionó en un inicio. El cumplimiento de la regularidad migratoria para la inserción plena del migrante en la sociedad que lo recibe

En el ámbito educativo, **la Constitución Política de Colombia** también hace referencia en el **artículo 26**, al derecho de todo ciudadano de escoger libremente profesión u oficio. Además de certificar legalmente dicha profesión y propicia el libre ejercicio del oficio asumido.

En el **artículo 67**, la educación es definida de la siguiente manera:

La educación es un derecho de la persona y un servicio público que tiene una función social; con ella se busca el acceso al conocimiento, a la ciencia, a la técnica, y a los demás bienes y valores de la cultura.

La educación formará al colombiano en el respeto a los derechos humanos, a la paz y a la democracia; y en la práctica del trabajo y la recreación, para el mejoramiento cultural,

científico, tecnológico y para la protección del ambiente. (Constitución Política de Colombia, 1991)

El **artículo 69**, se refiere a la autonomía universitaria, siendo esta la posibilidad para que las universidades, públicas o privadas, puedan darse sus directivas y regirse por sus propios estatutos, de acuerdo con la ley, estableciendo un régimen especial para las universidades del Estado, permitiendo y facilitando la investigación científica en las universidades oficiales y privadas y ofrecerá las condiciones especiales para su desarrollo y brindando mecanismos financieros que hagan posible el acceso de todas las personas aptas a la educación superior. Este artículo, resulta particularmente importante dentro de la investigación en la medida en la que este trabajo se presenta como un primer paso a la creación de un proyecto de atención para estudiantes con carácter de migración interna.

Sobre la educación superior, la **Ley 30 de 1992**, establece en su **artículo uno**, que la educación superior es un proceso permanente que permite el desarrollo de las potencialidades del ser humano de una manera integral, que se realiza tras la educación media o secundaria y su objetivo es el pleno desarrollo de los alumnos y su formación académica o profesional (Ley 30 , 1992).

En el **artículo 4**, se hace referencia a que la educación superior:

sin perjuicio de los fines específicos de cada campo del saber, despertará en los educandos un espíritu reflexivo, orientado al logro de la autonomía personal, en un marco de libertad de pensamiento y de pluralismo ideológico que tenga en cuenta la universalidad de los saberes y la particularidad de las formas culturales existentes en el país. Por ello, la Educación Superior se desarrollará en un marco de libertades de enseñanza, de aprendizaje, de investigación y de cátedra. (Ley 30 , 1992)

El **artículo 5** de esta Ley de Educación Superior hace referencia a la accesibilidad de la educación superior para todo aquel que posea las capacidades requeridas y cumpla con las exigencias académicas propuestas por el ente educativo al que aplicó.

Por último, el **artículo 6** se refiere a los objetivos de la Educación Superior de la siguiente manera:

a) Profundizar en la formación integral de los colombianos dentro de las modalidades y calidades de la Educación Superior, capacitándolos para cumplir las funciones profesionales, investigativas y de servicio social que requiere el país.

b) Trabajar por la creación, el desarrollo y la transmisión del conocimiento en todas sus formas y expresiones y, promover su utilización en todos los campos para solucionar las necesidades del país.

c) Prestar a la comunidad un servicio con calidad, el cual hace referencia a los resultados académicos, a los medios y procesos empleados, a la infraestructura institucional, a las dimensiones cualitativas y cuantitativas del mismo y a las condiciones en que se desarrolla cada institución.

d) Ser factor de desarrollo científico, cultural, económico, político y ético a nivel nacional y regional.

e) Actuar armónicamente entre sí y con las demás estructuras educativas y formativas.

f) Contribuir al desarrollo de los niveles educativos que le preceden para facilitar el logro de sus correspondientes fines.

g) Promover la unidad nacional, la descentralización, la integración regional y la cooperación interinstitucional con miras a que las diversas zonas del país dispongan de los recursos humanos y de las tecnologías apropiadas que les permitan atender adecuadamente sus necesidades.

h) Promover la formación y consolidación de comunidades académicas y la articulación con sus homólogas a nivel internacional.

i) Promover la preservación de un medio ambiente sano y fomentar la educación y cultura ecológica.

- j) Conservar y fomentar el patrimonio cultural del país (Ley 30 , 1992).

2.3 Marco Teórico

Con el fin de dar continuidad al proceso de estudio, se requiere conocer los diversos aportes teóricos en dos momentos. En un primer momento se pretende definir la salud mental de manera concreta, la relación que tiene con las estrategias de afrontamiento y el estrés. Para el segundo momento, resulta pertinente describir la teoría de la migración, los tipos de migraciones existentes y sus distintos factores motivacionales, como el factor estresante de los estudiantes universitarios.

2.3.1 Migración Interna

La migración ha sido objeto de estudio a nivel mundial, especialmente por las ciencias humanas y sociales, pues pretenden determinar los factores motivacionales que permiten que las personas de una zona específica decidan establecer una vida lejos de su lugar de origen, además que buscan comprender los comportamientos de dichos flujos migratorios. Cozzani (2007) citado por (Instituto Colombiano del Bienestar Familiar, 2008), afirma que la migración es:

Un proceso humano de carácter socio-relacional y multidimensional, altamente selectivo y diferencial que compromete en distintos tipos de grados de interacciones no sólo a los individuos migrantes sino a las sociedades receptoras que sufren procesos de adaptación y que resultan en mestizajes muy interesantes. (pág. 5)

La migración interna suele entenderse como un mecanismo decisivo en los procesos de distribución de la población en un país, esto se da por las implicaciones que trae consigo para comunidades, hogares y personas. Para las comunidades, afecta en aspectos demográficos, sociales, culturales y económicos. Para los hogares y las personas, la migración es una manera de lograr y/o alcanzar determinados objetivos, enfrentar una crisis económica o mejorar la calidad de vida de uno o de todos los miembros de las familias (CEPAL, 2018) la cual tiene como consecuencia, la generación de nuevas relaciones sociales que implican cambios en la vida de las personas que se ven afectadas por las migraciones.

2.3.1.1 Tipos de migración.

Si bien dentro de la lectura realizada se encuentra que existen diferencias entre la migración rural-urbana y la migración entre ciudades, es posible evidenciar que, tal como dice Rodríguez

(2011), los factores que determinan la migración en ambos casos son vistos desde una perspectiva macro, correspondiente a las diferencias socio-económicas entre lugares (campo o ciudades pequeñas) y otra perspectiva micro, que se refiere a la racionalidad económica.

Difiere, sin embargo, entre las dos modalidades de migración, que la migración entre ciudades ya no deriva de grandes promedios estilizados o exquisitos, sino de cotejos caso a caso, es decir en la comparación entre la ciudad de origen y la ciudad de destino en cuanto a los factores residenciales, educativos y de calidad de vida (Rodríguez, pág. 11). Es por esto que el autor distingue cuatro tipos de migración interna: la laboral, la socioeconómica, la residencial y la educativa. Desde este estudio se retoma específicamente el tipo de migración educativa que se define de la siguiente manera:

La **migración educativa** tiene por motivación la búsqueda de oportunidades de formación superior o educación terciaria, teniendo en cuenta que algunas ciudades brindan hasta la básica secundaria o que la educación brindada en el lugar de origen no satisface las necesidades personales del joven. Los flujos migratorios son selectivos por edad (jóvenes en edad universitaria, es decir, entre los 17 y los 25) y se dirigen de ciudades con menores oportunidades universitarias a ciudades con mayor matrícula ofrecida. Es en esta tipología que se basa el presente estudio (Rodríguez, pág. 10).

2.3.1.2 Etapas de la migración.

A pesar de las características únicas de la historia de cada joven migrante, existen algunos momentos que resultan comunes entre esta población; éstos resultan importantes para reconocer los estresores a los que se ven expuestos los jóvenes que toman la decisión de estudiar en una ciudad distinta a la de origen; dichos momentos son conocidos como las etapas del proceso migratorio. Tizón (1993) los explica de la siguiente forma:

La preparación. En esta se ven implicados todos los miembros del núcleo familiar y se empieza a tomar conciencia de las circunstancias que se están viviendo. Esta etapa preparatoria, tiende a ser más o menos larga y cuenta con condiciones específicas de acompañamiento, es elaborada principalmente con el colectivo familiar, que se encarga de valorar las condiciones del lugar de origen y del posible lugar de llegada. En este caso, se evalúan las posibilidades de educación

a distancia, en ciudades de mayor cercanía, o las instituciones educativas de los puntos de partida y llegada (Tizón, pág. 30).

El acto migratorio. Como su nombre lo indica, se refiere al acto propiamente dicho de trasladarse desde el lugar de salida u origen hasta el punto de llegada. (Tizón, pág. 30). De acuerdo con el autor, el traslado puede dividirse en distintos puntos de llegada, dependiendo de la lejanía entre el lugar de origen y el punto final de llegada, por ende, el tiempo de traslado y, por último, el movimiento de las pertenencias del joven (si se hacen al mismo tiempo que el traslado del joven, o antes, o después).

El Asentamiento. Va desde el momento en el que el individuo llega a la ciudad receptora hasta el momento en el que son resueltos los problemas mínimos de subsistencia (Tizón, 1993). Es en este tiempo que se generan la mayoría de los cambios personales del joven. En esta etapa, el joven migrante aún no se separa de las costumbres y los valores con los que vino, pero empieza a aceptar las del nuevo espacio en el que vive, entendiéndolo como la aculturación.

Esta migración tiene como consecuencia, entonces, un cambio permanente en la vida de las personas que se ven afectadas por las migraciones ya que desde la aculturación, principalmente, se rompen historias, costumbres y cosmovisiones para generar nuevos procesos que desembocan en la integración del joven a la ciudad (Tizón, pág. 31).

Ante este panorama, Fierro (2000) hace alusión a los elementos que más llegan a generar una situación de estrés durante esta etapa: elementos como la edad del joven, el nivel socioeconómico en el momento de la llegada a la nueva ciudad, la aculturación y la discriminación pueden afectar directamente en la adaptación del joven migrante de no afrontar las situaciones de manera asertiva. Dichos elementos son descritos a continuación

La edad. Los autores toman en cuenta la edad como base ya que, desde la edad que tienen los sujetos a investigar, de acuerdo con lo especificado desde la teoría del ciclo vital, entre los 18 y 19 años, los seres humanos pasan de ser adolescentes, para convertirse en jóvenes a partir de los 20 hasta los 30 años. Durante esta etapa se deben resolver retos importantes como alcanzar la intimidad, elegir carrera y lograr el éxito vocacional (Mendieta, 2013).

Se enfrentan también con otras decisiones tales como la vida en pareja y la reproducción y paternidad. En una aproximación a los rasgos que presenta la juventud a estudiar (Entre 18 y 25

años), se tiene en cuenta que la identidad psicosocial del joven se logra a partir del distanciamiento de las figuras infantiles de identificación, el cuestionamiento del mundo, el desarrollo de un sistema de valores propios, la búsqueda de autonomía personal frente a figuras parentales, individuación del mundo en el que viven, la búsqueda del autorreconocimiento (¿quién soy yo?) la elaboración de un proyecto vital de futuro, entre otros (Caputo, 2000).

Evidentemente, si bien el deseo de migrar no escapa a ningún tramo juvenil, las cifras muestran una relación negativa entre edad e intención de migrar, en el sentido que a medida que aumenta la edad se pone de manifiesto una mayor orientación a permanecer en el campo e, inversamente, a menor edad del joven mayor es la orientación a migrar o a dejar abierta dicha posibilidad. Esto implica una mayor posibilidad de acople a las normas y costumbres de la nueva ciudad, sintiéndola como propia, pero a su vez, implicaría un sentimiento de culpabilidad por dicha separación del lugar de origen (Micolta, 2005).

El nivel socioeconómico del lugar de llegada. Las investigaciones referentes a la migración suelen contar con un tema dedicado al asentamiento de los migrantes. Esta inserción es el resultado de dos procesos: uno, más bien consciente y voluntario, conduce a los migrantes a participar en la vida social, económica y política local y a aceptar sus reglas a fin de lograr sus objetivos, es decir mejorar sus condiciones de vida (Coronel, 2013).

Es aquí donde se encuentran con un factor importante, que es el nivel socioeconómico en la ciudad receptora, este se entiende como "una medida de situación social que incluye típicamente ingresos y ocupación, está ligada a una amplia gama de repercusiones de la vida tales como logros académicos" (Coronel, 2013).

El nivel socioeconómico se refiere a la clasificación entre estratos partiendo de los recursos con los que cuentan los habitantes de una zona específica, la posibilidad de pagar sobrecostos o la recepción de subsidios que aporten directamente en la manutención del hogar (Departamento Administrativo Nacional de Estadística, 2017). Los divide en 1. Bajo-bajo. 2. Bajo. 3. Medio-bajo. 4. Medio. 5. Medio- alto. 6. Alto. Se estratifica una zona, por ende, a sus habitantes, partiendo de las características de las viviendas y su entorno urbano.

El DANE establece que las características físicas, bien sean, internas o externas de las viviendas, el entorno inmediato y el contexto habitacional y funcional urbano tienen asociaciones

significativas con las condiciones socioeconómicas de los usuarios de dichas viviendas (Departamento Administrativo Nacional de Estadística, 2017). Lo que permite entender que el asentamiento de los universitarios migrantes, está condicionado tanto por el lugar que reside, es decir si es una habitación, hogar de un familiar, o aparta-estudio, y la necesidad de un trabajo para la manutención (alimentación medio de transporte, materiales de estudio, higiene, entre otros).

La aculturación. Para entender qué es la aculturación, es necesario comprender qué es la cultura dentro del contexto del presente estudio. La cultura se entiende como una especie de tejido social que abarca las distintas formas y expresiones de una sociedad determinada. Por lo tanto, las costumbres, las prácticas, las maneras de ser, los rituales, los tipos de vestimenta y las normas de comportamiento son aspectos incluidos en la cultura (Ferrer, Palacio, & Madarriaga, 2013).

En este sentido, la aculturación se entiende como un "fenómeno que involucra cambios en una persona como resultado del contacto entre culturas diferentes" (Ferrer, Palacio, & Madarriaga, 2013). Por otro lado, se entiende que la aculturación es un conjunto de transformaciones internas y de la conducta que experimenta un joven que está participando en una situación de contacto con una nueva cultura (Fajardo & Patiño, 2008). También se especifica que este proceso es resocialización e involucra características psicológicas como el cambio de actitudes y valores, la adquisición de nuevas habilidades sociales y normas, así como cambios referentes a la afiliación a un grupo o el ajuste o adaptación a un ambiente diferente.

La Discriminación. Para Colombia, la discriminación es un fenómeno protegido ante la Constitución Política de Colombia (1991), ya que en su Artículo 13 se especifica que:

todas las personas nacen libres e iguales ante la ley, recibirán la misma protección y trato de las autoridades y gozarán de los mismos derechos, libertades y oportunidades sin ninguna discriminación por razones de sexo, raza, origen nacional o familiar, lengua, religión, opinión política o filosófica. El Estado promoverá las condiciones para que la igualdad sea real y efectiva y adoptará medidas en favor de grupos discriminados o marginados.

En este sentido, la discriminación se entiende como un "Comportamiento negativo en contra de los miembros de un grupo que es objeto de una imagen negativa. La aparición de un comportamiento discriminante está relacionada con ciertas condiciones sociales y psicológicas tales como las diferencias sociales por el origen" (Pervet , Navarro, & Bogalska, 2012, pág. 35). Se trata de actitudes intergrupales que emergen de relaciones entre los mismos.

Los jóvenes migrantes se ven constantemente expuestos a frases y prejuicios tales como “todo costeño es flojo”, “todo paisa es emprendedor”, “todo santandereano es bravo”, etc., las cuales son expresiones que reflejan una serie de creencias y de prejuicios generalizados sobre diferentes pertenencias regionales (Pervet et.al, pág. 40). La discriminación, desde estos prejuicios, corresponde a una elaboración cognitiva marcada por dos aspectos interdependientes. De acuerdo con Mannoni (1998), estos dos aspectos son los contenidos de información simplificados y procesos de estereotipación que consisten en desarrollar explicaciones que fundan esas ideas sumarias. La discriminación, finalmente se entiende como creencias compartidas concernientes a las características personales, generalmente a los rasgos de la cultura y a los comportamientos de un grupo de personas de una región específica.

Si la problemática continúa, el desarrollo a nivel social del joven se ve detenido y se podría desencadenar un período de descompensación o crisis. La importancia de superar esta etapa se encuentra en el desarrollo de las capacidades de afrontamiento y resiliencia en el joven migrante quien, de no lograr una adaptación adecuada puede presentar idealización de la ciudad de origen o desprecio por la nueva ciudad.

La Integración. Se entiende como el proceso de inmersión e incorporación en la nueva sociedad. La nueva cultura se siente como propia para el individuo a partir de la aceptación y el interés que éste le da a dicha cultura (Tizón, 1993).

Para fines de esta investigación se retoma la etapa de asentamiento, como fenómeno de estudio en los estudiantes de primer y segundo semestre de pregrado en la Universidad Colegio Mayor de Cundinamarca, para observar las estrategias de afrontamiento que debieron ser utilizadas durante esta etapa para lograr una integración tanto a la universidad como a la ciudad misma.

2.3.2 Estrategias de Afrontamiento

A lo largo del tiempo, distintas disciplinas han pensado en la diversidad de maneras en que las personas enfrentan los distintos problemas, bien sea cotidianos o no, para mantener un estado de bienestar en sus vidas. Es por este motivo que autores como Lazarus y Folkman (1984) la definen como “un esfuerzo cognitivo y conductual que tienden a cambiar y que son desarrollados, con el fin de manejar las demandas internas o externas entendidas como desbordantes de los individuos” (pág. 164).

Las estrategias de afrontamiento son entonces, las acciones que se realizan en cada contexto y que pueden ser altamente cambiantes dependiendo de las condiciones que se den en cada momento (Macías , Madariaga, Valle, & Zambrano, 2013). El objetivo que tienen dichas estrategias son centrarse en pensamientos o acciones que permitan capacitar a los individuos para manejar situaciones complejas o que generan estrés, en este caso, la migración por educación. Consiste en procesos dirigidos a manejar, es decir reducir, minimizar, tolerar o controlar situaciones internas o de carácter ambiental que generen estrés. Lazarus (et.al) distinguen dos tipos de estrategias a nivel general:

2.3.2.1 Las estrategias centradas en la regulación emocional.

Este tipo de estrategias tienen como función el control emocional a partir de esfuerzos que pretenden modificar el malestar y manejar los estados emocionales evocados por el acontecimiento estresante, en este caso, el asentamiento durante el proceso migratorio. En términos generales, estas pretensiones se pueden conseguir evitando la situación estresante, reevaluando cognitivamente el suceso perturbador o atendiendo selectivamente a aspectos positivos de uno mismo o del entorno Lazarus & Folkman citado por (Di-collaredo, Aparicio, & Moreno, 2007). De tal manera que las formas de afrontamiento dirigidas a la emoción tienen más probabilidades de aparecer cuando ha habido una evaluación en donde no se puede hacer nada para modificar las condiciones lesionantes, amenazantes o desafiantes del entorno (Di-collaredo, Aparicio, & Moreno, 2007). De estas surgen diversas acciones tales como:

Apoyo emocional. Se centra en la búsqueda de soporte moral, simpatía y comprensión (Mogran, Landero, & González, 2010). La respuesta más eficaz de afrontamiento, ocurre cuando la persona tiende a aceptar la realidad de la situación estresante e intenta tratar la situación (Dicollaredo et.al, 2007).

Algunas de las acciones que realiza una persona al aceptar la realidad estresante por medio del apoyo emocional son las de buscar ayuda, consejo o información de personas que son competentes acerca de lo que se debe hacer, es decir, de profesionales. Buscar apoyo proporcionado por el grupo de amigos, familiares u otros, centrado en la disposición del afecto, también pretenden recibir apoyo emocional e información para tolerar o enfrentar la situación problema o las emociones generadas por el estrés (Gantiva, Luna, Dávila, & Salgado, 2009)

Apoyo en la religión. Es visto como una estrategia al servir como apoyo emocional para muchas personas lo que facilita el logro posterior de una reinterpretación positiva y el uso de

estrategias más activas de afrontamiento (Di-collredo, Aparicio, & Moreno, 2007). Diversos estudios, han encontrado que personas que buscan apoyo espiritual, a partir de realizar obras de beneficencia o formar parte de grupos de crecimiento espiritual, disminuyen la tensión causada por los diferentes estresores y aumentan su autoestima, además se adaptan de manera más adecuada a las circunstancias (Di-collredo, Aparicio, & Moreno, pág. 140).

Otras de las acciones realizadas al usar el apoyo en religión como estrategias de afrontamiento son la oración y la meditación ya que se considera que la creencia en un ser superior es un aspecto humano que atraviesa la vida de todas las personas, y es fuente de esperanza ya que, partiendo de una doctrina basada en el amor, se cree fielmente en que nunca, a pesar de los hechos, estarán desprotegidos (Macías et.al, 2013).

Algunos jóvenes que migran por educación, provienen de culturas netamente católicas o profesan fielmente una religión, lo cual abre paso a que, ante la etapa de asentamiento, cuando aún no se adaptan totalmente a la ciudad y empiezan el reconocimiento de la misma, reconozcan su religiosidad y procedan a “poner en manos de Dios” la situación en la que se encuentran para mejorar y sentir paz (Di-collredo, Aparicio, & Moreno, 2007).

Reevaluación Positiva. Esta se caracteriza porque su objetivo es controlar especialmente el estrés emocional en vez de tratar con el estresor, es decir, que pretende controlar lo que se piensa de la situación, mas no busca cambiarla; mediante esta interpretación se puede tomar una decisión menos estresante referente a que la persona genere acciones de afrontamiento más centradas en el problema (Di-collredo, Aparicio, & Moreno, 2007).

Las acciones, o pensamientos, que se emplean en estrategia son principalmente buscar el lado positivo y favorable del problema e intentar mejorar o crecer a partir de la situación (Mogran, Landero, & González, 2010). Es a través de esta estrategia que se busca aprender de las dificultades, identificando los aspectos positivos del problema, para tolerar la problemática y a generar pensamiento dirigido a la acción.

Concentración y desahogo en las emociones. Se refiere a la tendencia a centrarse en todas las experiencias negativas y exteriorizar esos sentimientos (Di-collredo, Aparicio, & Moreno, 2007). Este comportamiento puede resultar adecuado en un momento específico de mucha tensión, sin embargo, si se llegase a centrar en esas emociones por largos periodos de tiempo, puede impedir la adecuada adaptación o ajuste pues distrae a los individuos de los esfuerzos de afrontamiento activo (Mogran, Landero, & González, 2010).

Las acciones tomadas en esta estrategia son los esfuerzos para controlar los sentimientos y respuestas emocionales a causa del problema. Se tiende a responder ante el problema buscando de manera independiente las soluciones, sin contar con el apoyo de otras personas como amigos y familiares o profesionales si no, más bien, aislando el apoyo, respondiendo eufóricamente, o generando más llanto del normal.

Evitación. Consiste en hacer un conjunto de actividades para distraerse y evitar pensar en la dimensión conductual o en la meta con la cual el estresor interfiere, es decir, impide que el estresor genere cambios en la conducta de la persona o intervenga en que sean llevados a cabo distintos objetivos (Di-collaredo, Aparicio, & Moreno, pág. 150). Esta estrategia, entonces, busca neutralizar los pensamientos valorados como negativos o perturbadores, por medio de la distracción y la actividad. Se evita de esta forma pensar en el problema, se busca tener otros pensamientos y actividades que permitan evitar pensar en el problema

En este tipo de estrategia, se busca emplear un pensamiento irreal o improductivo para escapar del problema, también implica concentrarse en otros proyectos, intentar distraerse con otras actividades, para tratar de no concentrarse en el estresor. El joven migrante moviliza recursos enfocados a ocultar o inhibir las propias emociones para evitar las reacciones emocionales valoradas por el individuo como negativas, por la carga emocional o por las consecuencias, o por la creencia de una desaprobación o preocupación a nivel familiar acerca de la vida en la nueva ciudad. (Macías , Madariaga, Valle, & Zambrano, 2013).

Negación. La cual implica ignorar el estresor puede en ocasiones reducir el estrés y favorecer el afrontamiento y ser útil en un periodo de transición, sin embargo, si se mantiene puede impedir una aproximación activa (Di-collaredo, Aparicio, & Moreno, 2007). Describe la ausencia de aceptación del problema y su evitación por medio de la distorsión del mismo en el momento de su comprensión, comportándose como si el problema no existiera, se trata de no pensar en él y alejarse de manera temporal de las situaciones que se relacionan con el problema como medida para tolerar el estado emocional que se genera (Macías , Madariaga, Valle, & Zambrano, 2013).

Liberación hacia las drogas. Tal como su nombre lo indica, esta estrategia centra sus esfuerzos en el uso de alcohol o drogas para evitar pensar en el estresor (Di-collaredo, Aparicio, & Moreno, 2007). Muchos autores unifican esta estrategia con la evitación o escape, ya que permite al individuo alejarse de la realidad que genera incomodidad asumiendo otros pensamientos de mayor agrado sin enfrentar al estresor.

2.3.2.2 *Las estrategias centradas en la resolución del problema.*

El afrontamiento centrado en el problema tiene como función la resolución del problema (Di-collaredo, Aparicio, & Moreno, 2007), esto implica que se pretende el control de las necesidades internas o externas que generan el estrés y que dañan o afectan la relación entre la persona y su entorno (Di-collaredo et.al, pág. 138), esto se realiza, bien sea modificando drásticamente las circunstancias o buscando nuevos recursos que minimicen el estrés. De esta se desprenden las siguientes acciones:

Afrontamiento asertivo. Se refiere a iniciar acciones directas, incrementar los propios esfuerzos para eliminar o reducir el estresor a partir de intentos de solucionar la situación, mediante acciones agresivas o potencialmente arriesgadas (Macías , Madariaga, Valle, & Zambrano, 2013).

De acuerdo con Di-collaredo (2007) un análisis de lo que es el afrontamiento asertivo permite identificar cinco partes fundamentales:

- Expresar: qué es lo que se quiere, se necesita y se siente ante la situación estresante
- Elegir el momento: es decir, escoger el momento adecuado para discutir el problema.
- Caracterizar la situación: describir el problema de la manera más detallada posible.
- Limitar: es decir, ser claros y precisos en lo que se expresa y planea
- Acentuar: es decir observar si se cuenta con la disposición de otras personas o si es necesario buscar apoyo para resolver la situación.

Aceptación de la responsabilidad. Esta estrategia se centra en aceptar el hecho de que lo que está ocurriendo es real (Di-collaredo, Aparicio, & Moreno, 2007). En esta se reconoce el papel o rol que se ha tenido en el origen del problema, tomando en cuenta que son situaciones que pueden ocurrir dentro del proceso migratorio y que se deben afrontar.

Se hace frente a los estresores buscando respuestas eficaces, en lugar de abandonarse a sentimientos de inutilidad o permitir que las respuestas emocionales bloqueen acciones más inteligentes, es decir, dando por sentado que la regulación emocional llegará junto con la solución del problema (Macías , Madariaga, Valle, & Zambrano, 2013). Para ello las acciones más utilizadas son:

- Tratar de identificar las situaciones problema cuando aparecen.

- Inhibir la tentación de responder impulsivamente ante una situación problema.
- Buscar posibles soluciones adecuadas a la situación.
- No considerar un problema como insuperable.

Planificación. Esta estrategia se define como la secuencia de acciones orientadas a solucionar el problema, en el momento oportuno (Mogran, Landero, & González, 2010). Se centra en pensar acerca de cómo afrontar al estresor (Di-colloredo, Aparicio, & Moreno, 2007). Para esto, el joven migrante genera estrategias de acción, teniendo en cuenta los pasos a dar y la dirección de los esfuerzos a realizar. Para esto, se define y formula el problema, a partir de las preguntas:

¿quién está implicado?

¿qué está sucediendo?

¿dónde, cuándo?

¿por qué?

Para dar clara respuesta a estos cuestionamientos, se debe incluir únicamente los datos y los hechos, y corrigiendo todo tipo de suposiciones e interferencias. Posterior a esto se plantean soluciones alternativas de acción para solucionar la situación-problema. A partir de esto surge la toma de decisiones y la puesta en marcha (Di-colloredo, Aparicio, & Moreno, 2007).

Capítulo III

3. Alcance y Diseño Metodológico

3.1 Paradigma positivista de corte empírico-analítico

El paradigma en el cual se basa el proceso de investigación es el positivista de corte empíricoanalítico ya que se afirma que sólo los datos observables pueden ser objeto de conocimiento y que se debe realizar a través de métodos centrados en el análisis estadístico (Meza, 2016). Se liga la teoría empírico-analítica ya que busca una explicación causal y objetiva de los fenómenos de la realidad, en este caso el afrontamiento tras la migración y pretende brindar una solución al fenómeno estudiado.

Esta teoría se basa en la adquisición del conocimiento por medio de la experiencia (Meza, 2016). Por ello, para la investigación de corte empírico-analítico es necesario vivir una situación objeto del estudio (el asentamiento tras la migración por educación) de forma minuciosa, utilizando métodos deductivos e inductivos, a partir del análisis cuantitativo de la experiencia vivida por los estudiantes de primer año, de carácter migrante, en la UICOL Mayor.

La importancia que tiene este paradigma en la investigación, entonces, se basa en la relevancia dada a las estrategias de afrontamiento durante la etapa de asentamiento en el proceso migratorio en estudiantes universitarios como fenómenos sin estudiar en la Universidad Colegio Mayor de Cundinamarca y pretende analizar dicho fenómeno de manera objetiva, pretendiendo la generación de conocimiento sobre cómo enfrentan los estudiantes migrantes los estresores que se presentan durante ese momento exacto del proceso migratorio y un aporte a la profesión.

3.2 Fundamentos del Diseño metodológico

El diseño metodológico de este estudio está basado en la propuesta del autor Sampieri (et.al) (2014). Esta investigación se sustenta desde el enfoque cuantitativo ya que, según el autor, parte de una idea que va delimitándose paulatinamente para terminar derivada en la formulación de objetivos y preguntas de investigación (Sampieri, Fernández, & Baptista, 2014); estas, a su vez, permiten la

revisión de la literatura para formar una perspectiva teórica y la derivación de variables para la formación final de instrumentos de recolección de la información requerida para su análisis y posterior comprensión.

En cuanto al alcance del estudio, se establece un alcance descriptivo ya que, de acuerdo con Sampieri tiene como objetivo “especificar propiedades y características importantes de cualquier fenómeno que se analice” (Sampieri, et.al, pág. 92), especificando los perfiles de personas, grupos, comunidades, procesos, objetos o cualquier otro fenómeno que se someta a un análisis, a partir de la medición y recolección de información de manera conjunta sobre los conceptos y variables, sin necesidad de que éstos se relacionen entre sí.

Se entiende, de este modo, que este estudio es de alcance descriptivo debido a que este permite referir de manera detallada las estrategias de afrontamiento que son utilizadas por los estudiantes de primer y segundo semestre de pregrados de la Unicolmayor, en la etapa de asentamiento durante el proceso migratorio para luego interpretar los resultados, en aras de crear un proyecto de intervención dirigido a los estudiantes que presenten la condición de migrantes.

El diseño presentado es el no experimental transeccional. De acuerdo con Sampieri (et. al), este es definido de esta manera por su dimensión temporal, es decir, porque se realiza la recolección de datos en un único momento. Además, porque este tipo de diseño centra sus objetivos en “analizar cuál es el nivel o modalidad de una o diversas variables en un momento dado” (Sampieri, Fernández, & Baptista, pág. 154) lo que implica que busca observar los fenómenos dentro de su propio contexto, sin la necesidad de manipularlos.

Para la comprensión de fenómenos sociales que se dan a nivel interno en la Universidad Colegio Mayor de Cundinamarca, resulta de mayor aporte reconocer, en primera medida a cuántos de los miembros de la comunidad universitaria afecta y en qué forma los afecta, con el fin de que éstos puedan ser atendidos de manera eficiente y supliendo satisfactoriamente las necesidades de los estudiantes. Es por esto que la investigación se basa en un enfoque cuantitativo.

3.3 Población

De acuerdo con Sampieri, una buena investigación “debe ser transparente, así como estar sujeta a crítica y réplica, y este ejercicio solamente es posible si el investigador delimita con claridad la población estudiada y hace explícito el proceso de selección de su muestra.” (Sampieri,et.al, pág.

170)

Teniendo en cuenta que la cantidad de estudiantes a estudiar, la población es seleccionada basados en el propósito del estudio, por ende, solamente se tomarán estudiantes de primer y segundo semestre de pregrado en la Universidad Colegio Mayor de Cundinamarca, matriculados al primer periodo del 2019, que presentan la característica de migrante a nivel interno, es decir, provenientes de otros departamentos del país. La población estudiantil que actualmente presenta dicha condición es de 324 alumnos.

En este sentido, la muestra que se toma para fines de esta investigación es de tipo probabilística, ya que, de acuerdo con Sampieri, todos los elementos de estudio tienen la misma posibilidad de ser escogidos y se obtienen basados en las características de la población previamente definidas (estudiantes de primer y segundo semestre de pregrado de la Uicolmayor que provengan de otros departamentos del país). La selección de la muestra se realiza tomando en cuenta que la confianza se basa en un 5% y tiene un margen de error del 95% (Sampieri, et.al., pág. 180). Para esta investigación, entonces, se asume una muestra de 97 estudiantes.

3.4 Técnicas e instrumentos de recolección de la información

Para la recolección de la información, se realizó la construcción de un cuestionario de preguntas cerradas, ya que este se centra en una o más variables para su medición. Brace (citado por Sampieri et. al, 2014) define que éste debe ser congruente con el planteamiento del problema. El cuestionario consta de 64 preguntas cerradas, en su mayoría de única respuesta, para su posterior medición, el cuestionario fue realizado por medio de la aplicación Formularios de Google y enviado, con la colaboración de los coordinadores estudiantiles de cada facultad, por medio del correo electrónico institucional.

Una vez se realizó la recolección de los datos, se dio paso al proceso, denominado por Sampieri et. al. (2014) como la codificación del mismo con el fin de asignar a cada dato recolectado un valor numérico que lo represente y, finalmente, proceder a la tabulación de los datos para su posterior análisis y creación de tablas de frecuencia y gráficas.

Para el contacto de la población se realizó un ejercicio de bola de nieve, ya que es de mayor facilidad contactar a los estudiantes por medio de la voz a voz y el cuestionario fue enviado al correo institucional para su respuesta.

3.5 Análisis de la prueba piloto

Para la recolección de datos, Sampieri (et. al.) considera pertinente la construcción de un instrumento de medición. Para la efectividad de este instrumento, es necesario la realización de una prueba piloto, la cual es una fase del proceso que consiste en “administrar al instrumento a una pequeña muestra para probar su pertinencia y eficacia (incluyendo instrucciones), así como las condiciones de la aplicación y los procedimientos involucrados” (Sampieri, et.al., 2014, pág. 210). De la misma forma, el pilotaje pretende calcular la validez del instrumento. Para lo anterior, se tomó una muestra representativa del 10% de la población objeto de investigación.

Tras la aplicación de la prueba piloto, se realizan cambios en la redacción de las preguntas formuladas, se agregan preguntas que representan tres variables no tomadas en cuenta como la negación y la evitación, que no pasan desapercibidas dentro del contexto de asentamiento. Además de esto se encuentra que el tiempo de respuesta promedio es entre 27 y 30 minutos, teniendo en cuenta que no existía un límite establecido de respuesta, pero que no afecta al entrevistado.

3.6 Operacionalización de las variables

Con el fin de realizar la herramienta de recolección de información, se presenta la operacionalización de las variables encontradas desde el marco teórico.

Tabla 1. Operacionalización de las variables.

Variable	Subdimensión	Indicador	Índice
Migración Interna por	Etapa de asentamiento	Edad	Edad de viaje Compañía en el viaje
		Nivel socioeconómico tras la migración	Estrato social del que venía Tipos de ingreso Tipos de gastos Tipo de vivienda
		Aculturación	Habilidades sociales adquiridas y perdidas Cambio de actitudes Normas
		Discriminación	Prejuicios por la procedencia Rechazos por la cultura y las creencias
	Centradas en la regulación emocional	Apoyo emocional	Soporte moral (búsqueda de ayuda, consejo o información)
		Apoyo en la religión	Oración Meditación Formar parte de grupos de crecimiento espiritual Disminuye la tensión Mejora la autoestima Sentido de protección (esperanza)
		Reevaluación positiva	Buscar el lado positivo y favorable del problema Intentar mejorar o crecer a partir de la situación Identificar aspectos positivos del problema
Educación	Estrategias de Afrontamiento		

	Concentración y desahogo emocional	Expresar los sentimientos negativos Aislamiento Euforia
	Evitación	Concentración en otros proyectos Distracción por medio de otras actividades
	Negación	No pensar en el problema
		Ignorar el estresor
	Desahogo en las drogas	Uso de alcohol y drogas como medio de escape
Centradas en la resolución del problema	Afrontamiento asertivo	Expresar lo que se siente Elegir el momento Caracterizar la situación Ser claros y precisos en lo que se expresa y planea. Observar si se cuenta con la disposición de otras personas o si es necesario buscar apoyo para resolver la situación.
	Aceptación de la responsabilidad	Tratar de identificar las situaciones problema cuando aparecen. Inhibir la tentación de responder impulsivamente ante una situación problema. Buscar posibles soluciones adecuadas a la situación. No considerar un problema como insuperable.

Planificación

define y formula el problema

Fuente: elaboración propia.

Capítulo IV

4. Análisis e interpretación de datos

Para el proceso de recolección de datos se tuvo en cuenta una población de 97 estudiantes, de primer y segundo semestre, de la Universidad Colegio Mayor de Cundinamarca, la información fue recolectada efectivamente en un periodo de cuatro semanas. Sin embargo, cabe aclarar que, de dicha población, sólo se obtuvo respuesta por parte de 85 estudiantes, es decir, el 87% de la población; cifra que no afectó los resultados del estudio ya que se observó una tendencia desde el inicio del proceso de recolección de la información.

La población que brindó respuesta al instrumento de recolección de información, era de estudiantes de carreras diurnas en su mayoría, es decir, Trabajo Social, Bacteriología, Economía, Turismo y Tecnología en Delineantes de Arquitectura e Ingeniería. Esto quiere decir que la población faltante para llegar al 100% de la población se trataba de estudiantes de carreras a nocturnas, como Derecho o Administración de empresas comerciales; o a distancia como lo es Asistencia Gerencial, que son estudiadas por personas que cumplen con un horario laboral y de edades mayores a las propuestas dentro de este cuestionario, por lo que su respuesta no resultaba relevante para el proceso de investigación.

4.1 Caracterización de la población

Con el objetivo de conocer aspectos generales de los estudiantes que participaron de la investigación, se presenta a continuación la caracterización de la población estudiantil partiendo del género, edad actual, estado civil actual, lugar de proveniencia, localidad donde reside, ocupación y composición familiar.

Respecto al género, se puede evidenciar que un 76,5% de la población estudiantil migrante es femenina sobre un 22,4% masculina, estadística que se observa constante a lo largo de las carreras de la Uicolmayor, en la que el género femenino predomina sobre el masculino. La edad en la que se encuentran los estudiantes de primer y segundo semestre de pregrado es entre 18 y 25 años en un 88,2% y más de 25 años un 9,4%. El estado civil que prima en los estudiantes es soltero 83,5%, unión libre 12,9% y casado 3,5%.

Referente a la procedencia de los estudiantes de primer y segundo semestre, los departamentos que predominan son Cundinamarca con un 14,1%, teniendo en cuenta que en este se encuentran los municipios más cercanos a la capital; Boyacá con un 9,4%, Valle del Cauca con un 10,6%, Quindío con un 4,7%, Norte de Santander con un 7,1%, Casanare con un 3,5% y Chocó con un 5,9%; procediendo específicamente de ciudades como Armenia, Cali, Neiva, Acacias y Duitama. Más adelante se desarrollará un poco más a fondo esta variable, cotejando también los motivos de cada traslado referente al lugar de procedencia.

Resulta importante resaltar que un 1,4% de la población encuestada es procedente de Venezuela, lo que permite observar que la Unicolmayor cubre a los estudiantes que han experimentado la actual crisis del vecino país, brindando los mismos beneficios que los estudiantes de origen colombiano.

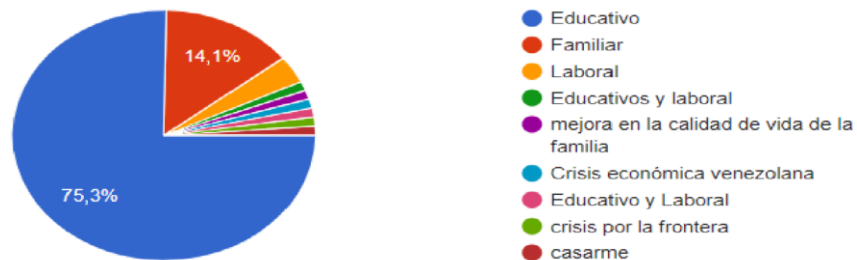
Actualmente, esta población de estudiantes encuestada reside en las localidades de Teusaquillo en un 12,9% y Chapinero un 12,9%, las cuales se ubican cerca de la universidad y brindan posibilidades respecto al servicio de residencias estudiantiles. Ciudad Bolívar un 8,2%, Engativá un 5,9%, Bosa un 10,6%, Kennedy un 9,4%, Santafé un 5,9% y San Cristóbal un 3,5%, que son localidades que presentan un menor costo de vida, es decir que son costeables para los estudiantes frente a arriendos y servicios públicos. El 50% de esta población estudia y trabaja, frente a otro 50% que dedican su estadía en la ciudad para estudiar.

Frente a la composición familiar, los estudiantes de primer y segundo semestre proceden de familias de tipo nuclear un 37,6%, lo cual puede interpretarse como un mayor apoyo tanto emocional como económico para el estudiante por parte de sus dos progenitores. Monoparental un 14,1%, extensa un 16,5% y otro tipo de familia un 12,9%, entre los que se incluyen esposo, hijos, entre otros. De estos el 34,1% manifiesta tener 2 hermanos, el 27,1% tiene uno, un 17,6% tiene tres hermanos, un 5,9% tiene más de 3 hermanos y un 15,3% no tiene hermanos. La posición del grupo que desempeñan los estudiantes de la Unicolmayor con sus hermanos es menor un 45,2%, mayor un 28,8%, del medio un 21,9% y otro un 4,1%.

4.2 Variable de migración interna en la etapa de asentamiento

Esta variable cumple con el objetivo de analizar el proceso migratorio desde la etapa de asentamiento entendiendo los estresores que este proceso acarrea; se tiene en cuenta entonces el motivo de la migración, la edad de llegada a la ciudad, el nivel socioeconómico, la aculturación y la discriminación.

Gráfica 1. Motivo de la migración



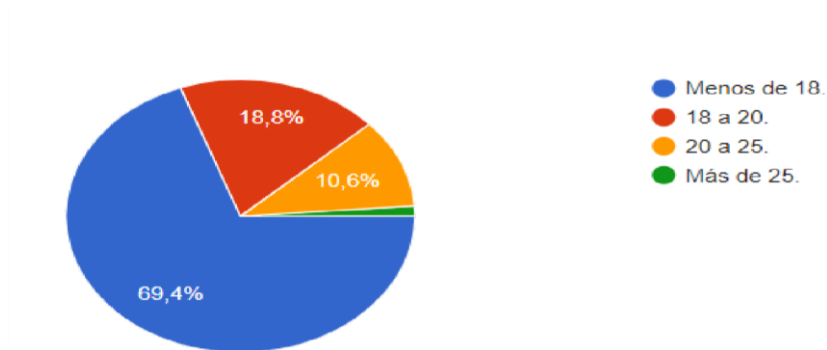
Para iniciar, se identifica que, los estudiantes de la Unicolmayor de primer y segundo semestre migraron a la ciudad de Bogotá principalmente por motivos educativos en un 75,3%, lo cual es consecuente con su condición de estudiantes de la Universidad, no obstante, el 14,1% refiere que la migración se dio por motivos familiares, es decir, que toda la familia se reubicó en la ciudad capital con el objetivo de mejorar sus condiciones de vida; problemáticas de desplazamiento forzoso a causa del conflicto armado en Colombia, laborales o económicas.

Rodríguez (2011) afirma que existe una diferencia entre la migración rural-urbana y la migración entre ciudades, ya que esta segunda requiere de un cotejo frente a factores residenciales, educativos y de calidad de vida, mientras que la migración rural-urbana, que es la más representativa a nivel individual en la encuesta -es decir que son más los estudiantes provenientes de municipios y zonas rurales, que de ciudades- se presenta por cuestiones de mejora en el estilo de vida mientras que la migración entre ciudades se da más por una decisión frente a las oportunidades de la educación existentes en el lugar de origen vida, que pueden resultar ser mínimas, o no coincidir con los intereses de los jóvenes, por lo que es posible

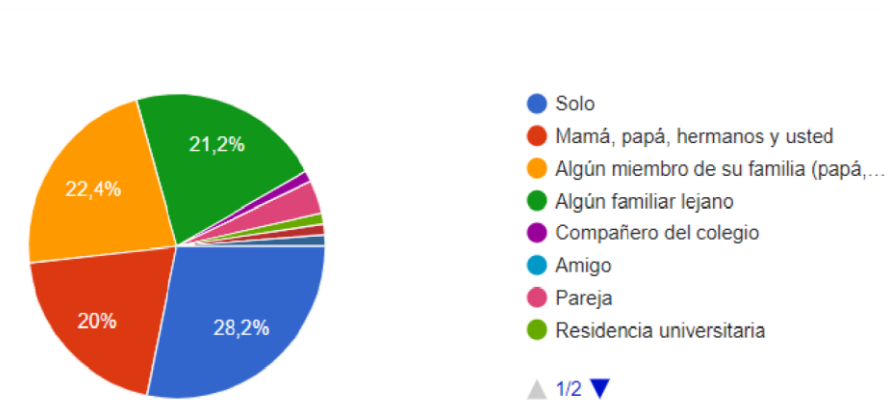
identificar que existe una fuerza mayor entorno a las oportunidades que representa la ciudad tanto a nivel educativo, como de calidad de vida que impulsa la migración de estos jóvenes.

4.2.1 Edad

Gráfica 2. Edad del traslado a la ciudad.



Gráfica 3. Compañía durante la llegada a Bogotá.



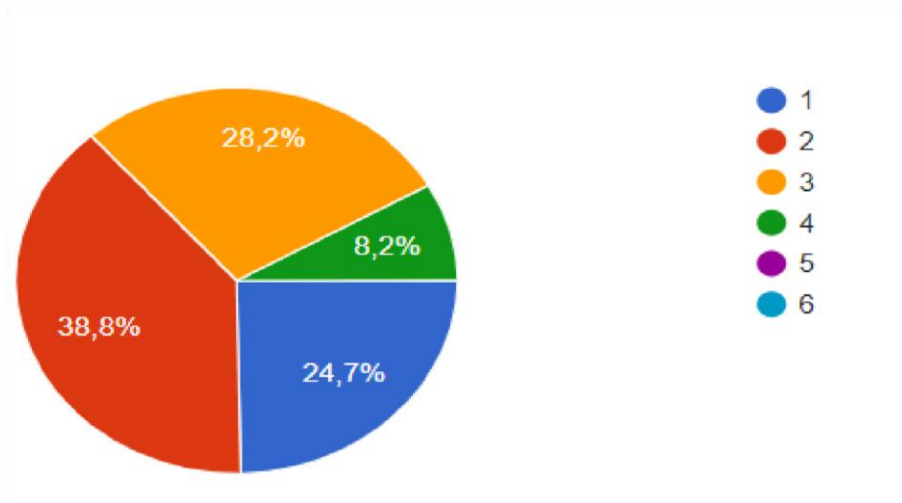
Teniendo en cuenta las anteriores gráficas, se entiende que los estudiantes de primeros semestres de la Unicolmayor viajan mayoritariamente antes de cumplir los 18 años, en búsqueda de educación superior, pero que, tras la migración y durante el asentamiento, no solo cumplen la mayoría de edad, sino que empiezan un proceso de separación de sus modelos a seguir y de las normas paternas a partir de vivir en residencias estudiantiles, solos, o con algún miembro lejano de la familia, con quien no comparten su mayor parte del tiempo.

Frente a esto, Caputo (2000) refiere que la identidad psicosocial del joven se logra a partir del distanciamiento de las figuras infantiles y de las paternas de identificación, la búsqueda de autonomía personal frente a figuras parentales, individuación del mundo en el que viven, la búsqueda del autorreconocimiento (¿quién soy yo?) la elaboración de un proyecto vital de futuro, entre otros en las edades de 18 a 25 años, por lo que resulta común la generación de la migración e independencia del joven en las edades anteriormente dichas. Desde la institución educativa es posible brindar un apoyo a estas situaciones emocionales y conductuales que empieza a cambiar el estudiante a partir de la integración, la escucha y la guía a nivel educativo y emocional.

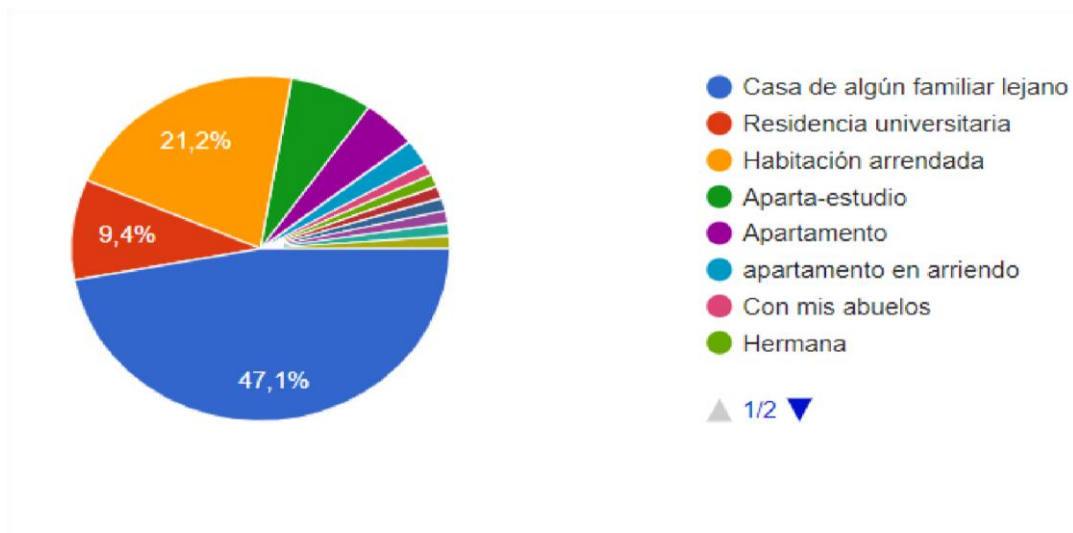
4.2.2 Nivel socioeconómico

A nivel teórico, es posible entender que las características físicas, bien sea, internas o externas de las viviendas, el entorno inmediato y el contexto habitacional y funcional urbano tienen asociaciones significativas con las condiciones socioeconómicas de los usuarios de dichas viviendas (Departamento Administrativo Nacional de Estadística, 2017). Lo que permite entender que el asentamiento de los universitarios migrantes, está condicionado tanto por el lugar que reside, es decir si es una habitación, hogar de un familiar, o aparta-estudio, y la necesidad de un trabajo para la manutención (alimentación medio de transporte, materiales de estudio, higiene, entre otros). El nivel socioeconómico también afecta el proceso de asentamiento del joven migrante teniendo en cuenta ingresos y la ocupación que se le da a dichos ingresos.

Gráfica 4. Nivel socioeconómico antes de migrar.



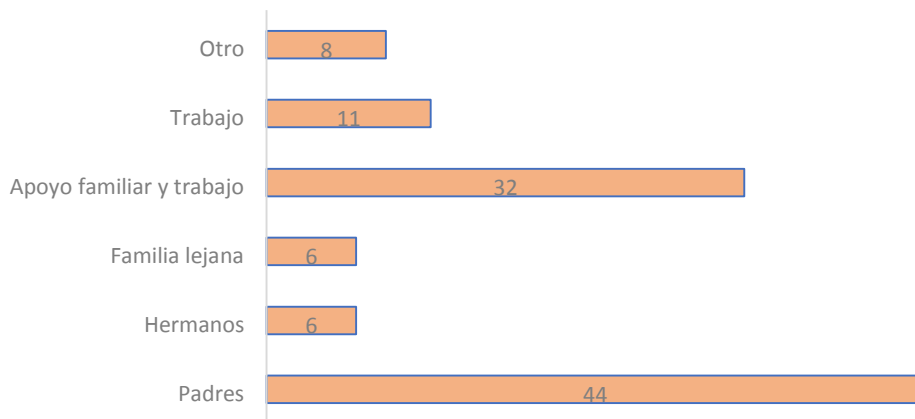
Gráfica 5. Primer lugar de residencia.



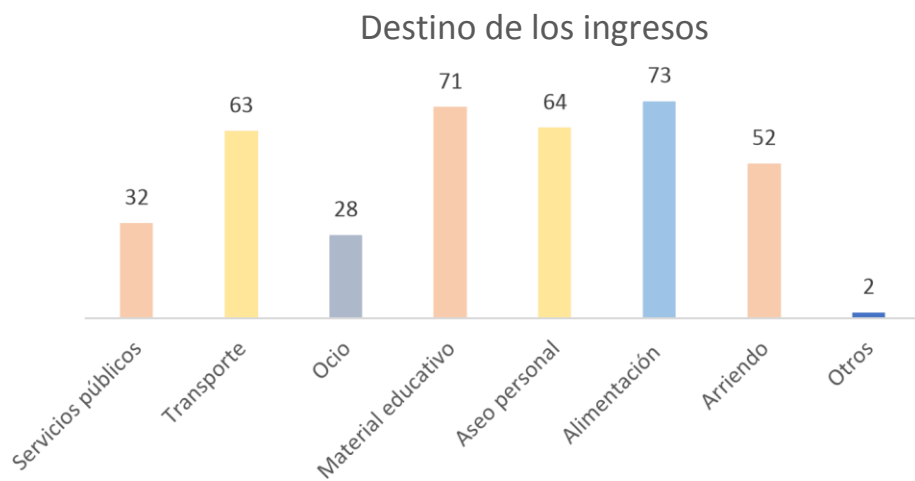
En este sentido, y tras lo visto en las gráficas anteriores, el estrato social va ligado al tipo de vivienda al que llega el joven estudiante; el estrato que prima en el momento de llegada para los estudiantes es el 2, llegando a vivir con familiares lejanos mientras se solventan o mejoran los ingresos de los estudiantes, esto se deduce a partir de las siguientes gráficas en las que se especifica que los ingresos provienen principalmente de apoyo familiar y un trabajo.

Gráfica 6. Principal fuente de ingresos.

Principal fuente de ingresos



Gráfica 7. Destino de los ingresos.



El nivel socioeconómico, entonces, es reconocido como un estresor dentro de la etapa de asentamiento en el proceso migratorio, ya que genera dudas a nivel de subsistencia, cuidado personal, vivienda, transporte, el ingreso a la universidad y el ocio; la razón de este factor estresante se deriva en que el costo de vida en estratos bajos es más accesible para un joven que empieza un proceso de vivir solo y que el apoyo familiar en dicha época facilita el asentamiento.

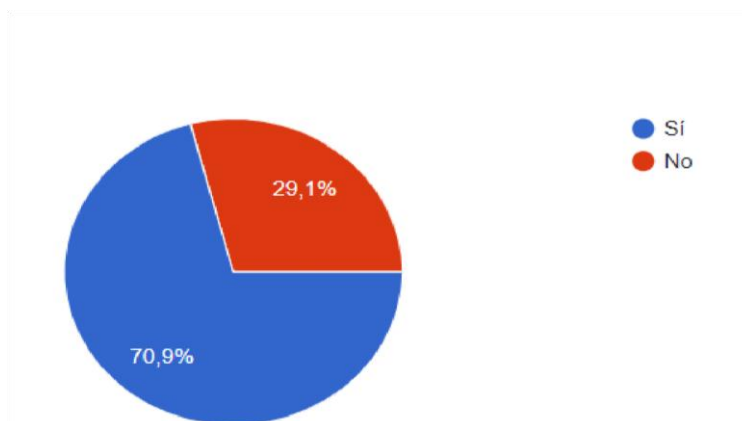
Es importante especificar que la Unicolmayor no solamente puede brindar un aporte al estudiante al ofrecerle una oportunidad laboral, un subsidio de transporte o una ayuda alimentaria, aunque estos apoyos resultan básicos en un inicio para los estudiantes. Sin

embargo, la ayuda a nivel educativo sobre cómo, dónde y en qué medida se debe buscar un trabajo o el control del dinero son aportes que los jóvenes estudiantes requieren en aras de mejorar la calidad de vida durante su asentamiento y finalmente integrarse adecuadamente a la ciudad sin dejar de lado la calidad de estudiante de la Unicolmayor.

4.2.3 Aculturación

Esta dimensión se estudió con el objetivo de entender cuáles son los cambios a nivel cultural que más afectan a los jóvenes estudiantes durante la etapa de asentamiento; la aculturación es entendida como un fenómeno de transformación en la conducta del joven migrante al entrar en contacto con una segunda cultura (Ferrer, et.al, 2013); en esta se cambian actitudes y valores, se adquieren nuevas habilidades sociales y normas y se encuentran con cambios frente a la afiliación a un grupo.

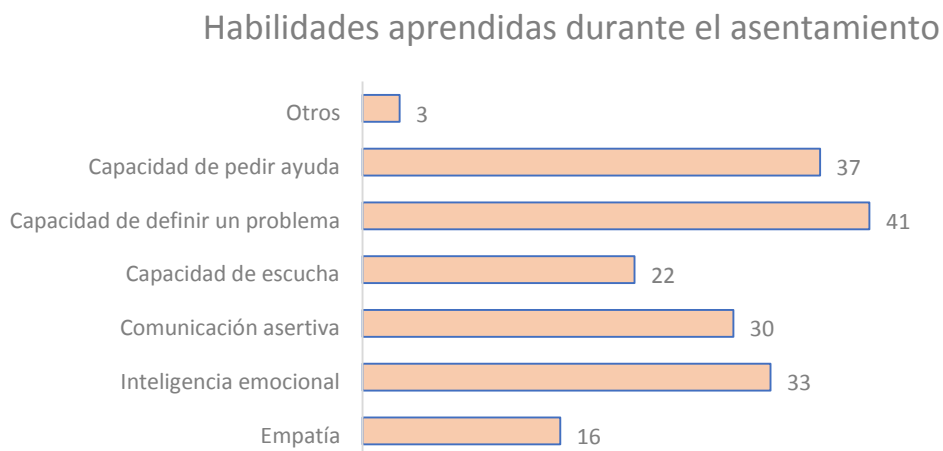
Gráfica 8. Molestia física o emocional por la aculturación.



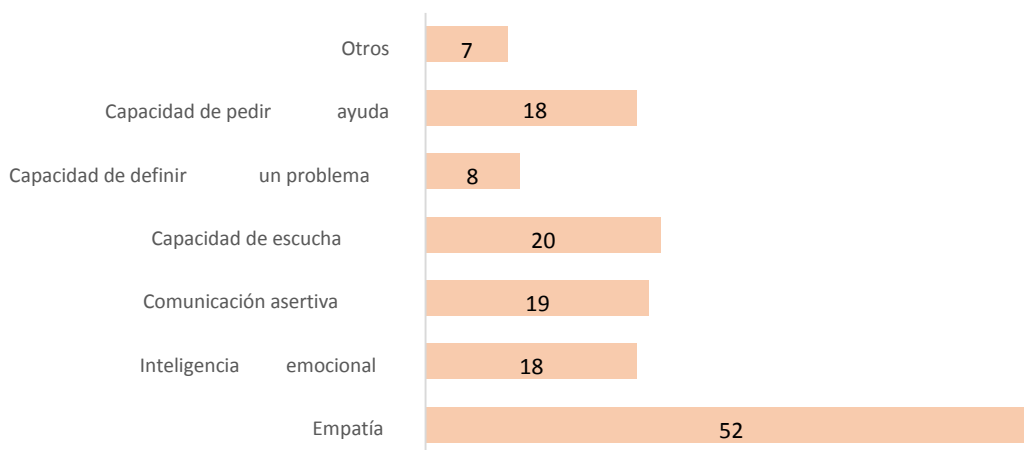
En este caso, se realizaron preguntas cerradas y abiertas que aportaron en la investigación, especificando que, como primera medida, sí se genera molestia física, mental y emocional durante el proceso de asentamiento, ya que se generan modificaciones de gran escala a nivel cultural. Uno de estos se observa en la medida en que la inteligencia emocional, la capacidad para definir un problema y la capacidad para pedir ayuda son las habilidades sociales que más son acogidas por los estudiantes migrantes durante el asentamiento, viendo estas como una cuestión positiva a nivel personal. Contrario a esto, la empatía, la

comunicación asertiva y la capacidad de escucha, son las habilidades sociales que sienten perder más durante esta etapa.

Gráfica 9. Habilidades sociales aprendidas en el proceso de asentamiento.



Gráfica 10. Habilidades sociales perdidas en el proceso de asentamiento



Perder la empatía y la comunicación asertiva son factores de estrés durante esta etapa, ya que son habilidades que vienen arraigadas a las culturas de las que provienen los jóvenes estudiantes, este cambio cultural en el que los estudiantes afirman que asumen normas tales como “Ser odiosos mutuamente”, “Colarse en Transmilenio”, “siempre desconfiar de la otra persona”, “cómo tratar a las personas, ser prevenidos, los bogotanos son groseros en el medio de transporte y en la calle, pero en el barrio son más amigos” y “Adopté el

individualismo que parece norma en Bogotá, el no preocuparme por el bienestar del otro, el ignorar a los indigentes o a cualquiera que se me acerque pidiendo dinero y el andar asustada porque cualquier cosa puede pasarme (atracos, violación o intimidación de cualquier tipo) si camino sola por algún barrio peligroso a altas horas de la noche” “Todos debemos adaptarnos a una forma de vestir (especialmente siendo mujer), eres señalado y juzgado por usar ropa de clima cálido incluso un día de calor, "el vivo vive del bobo" es ley en cualquier ámbito, debes mantener tus objetos personales y lugar de residencia bajo llave, una jerga diferente a la ciudadina es "inferior", "menos decente"...” lo anterior expresa una situación estresante a la que se ven forzados los estudiantes con el fin de comprender y convivir con las personas de la ciudad receptora; resulta importante aclarar que las mujeres estudiantes de la Unicolmayor expresan una molestia adicional referente al machismo silencioso al que se ven expuestas al no poder salir solas a ciertas horas, al no poder vestir de la manera a la que vienen acostumbradas, al sentir un miedo extra a causa del acoso urbano, entre otras medidas que desencadenan una reacción negativa a nivel emocional.

Otro de los cambios que se ven en la aculturación se establece en el proceso que tienen los jóvenes para afiliación o pertenencia a un grupo social. Ante esto, resulta pertinente denotar que los estudiantes lo observan de dos maneras y por dos causas similares; como primera medida lo observan como un proceso complejo a causa de la comunidad receptora, pero, al mismo tiempo, refieren que es también sencillo en el sentido en que es fácil encontrar personas en la misma condición: *“No fue tan difícil porque hay mucha gente de otras partes del país que le facilitan a uno hacer parte de un grupo social. Pocas personas oriundas de Bogotá facilitan ese proceso porque se siente mucho regionalismo e individualismo.” “En principio, socializaba con personas de otras regiones (Santandereanos y gente de la costa) luego fui conociendo amigos de la ciudad en la universidad y por los trabajos en grupo”*. Esto se traduce como un factor estresante de no encontrar un grupo con condiciones similares a las propias que aporten en el crecimiento personal a partir de la experiencia vivida.

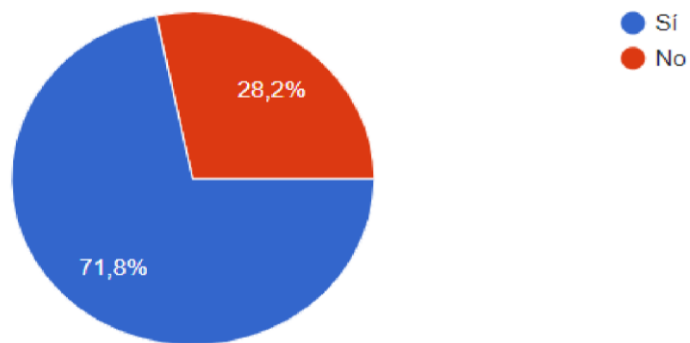
Además, de los estresores anteriormente nombrados, se evidencia que el apoyo universitario es básico en el asentamiento del joven, entendiendo que los estudiantes manifiestan lo siguiente *“Al inicio difícil, porque te sientes solo (aun cuando vives con familia) y sientes que nadie te puede ayudar. Quizá te cierras a ti mismo y puedes llegar a frustrarte, deprimirte y demás. Mis amigos de la universidad me han ayudado a no sentirme tan solo. Pero por el hecho de salir de donde yo soy*

tuve que enfrentarme a la ansiedad, la soledad, y demás sentimientos negativos”. En el anterior fragmento se logra evidenciar la importancia que tiene la compañía, comprensión y respeto de las personas que forman parte de la comunidad universitaria, bien sea estudiantes, docentes o profesionales de Medio Universitario para que el estudiante continúe su proceso de asentamiento, previniendo así la no permanencia del estudiante en la institución educativa a causa del retorno al lugar de origen.

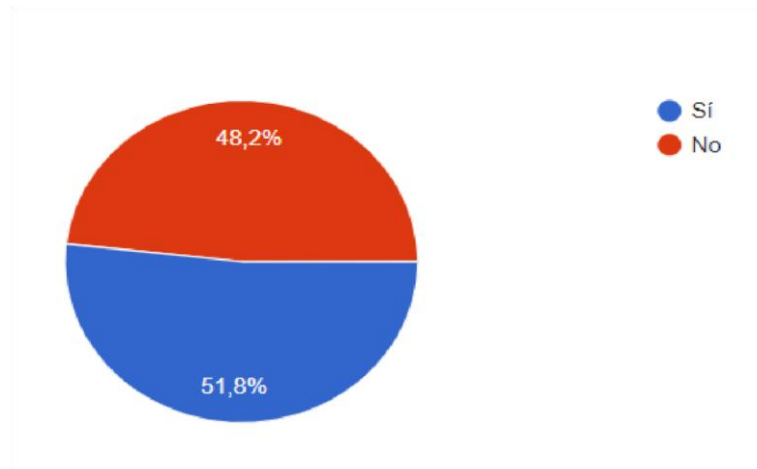
4.2.4 Discriminación

Mannoni (1998) especifica que la discriminación se debe a creencias compartidas concernientes a las características personales, generalmente a los rasgos de la cultura y a los comportamientos de un grupo de personas de una región específica. En este sentido, los jóvenes constantemente pueden verse sometidos a este tipo de eventos y, como consecuencia, lidiar con el estrés que esto genera.

Gráfica 11. Recepción de comentarios discriminatorios.



Gráfica 12. Molestia frente a prejuicios por el lugar de proveniencia



El 51,8% de los estudiantes afirma haber escuchado comentarios discriminatorios o cargados de prejuicios referentes a su procedencia. De acuerdo con la gráfica anterior, sin embargo, solamente el 48,2% de la población terminaba por molestarse o sentir estrés ante esta situación. Aunque el porcentaje de estrés es más bajo que el de rechazo, se observa que sí es un estresor constante con el que los estudiantes deben lidiar de manera constante tras su llegada a la ciudad.

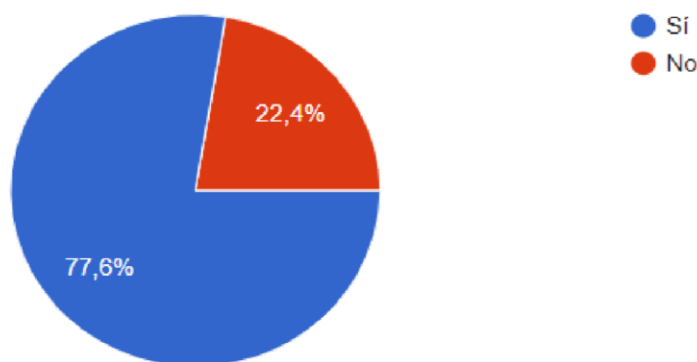
Pese a esto, la mayoría de estudiantes migrantes encuestados no sintieron rechazos o juzgamientos por costumbres, creencias o procedencia. Los que afirman haber sentido algún tipo de discriminación expresa, comentan que se daba por acentos, dialectos, (“jerga”) “*por no tutear, una bobada*” es decir por la forma de comunicarse o dirigirse al otro, “*Sentí rechazo por mi forma de hablar (pastuso) y por mi color de piel.*” Otro de los motivos de rechazo sentido por los estudiantes son las creencias, en estas manifiestan que, por ejemplo, “*la cultura del Pacífico viene de rituales y tradiciones de superstición, la gente poco las conoce y por eso las juzga*” lo que permite entender que el motivo de rechazo es el desconocimiento intercultural que produce, finalmente, estrés para los llegados a la ciudad.

Resulta entonces necesario agregar que el papel que juega la integración entre los estudiantes migrantes y los estudiantes no migrantes con el fin de apoyar, desde la institución educativa, de mejor manera el asentamiento de los jóvenes que ingresan a la UICOL provenientes de otras partes del país se debe llevar a cabo a partir de desmitificar las creencias existentes sobre las diferentes culturas, el apoyo en la ubicación y el aporte a nivel emocional.

4.3 Variable de estrategias de afrontamiento

Esta variable fue estudiada con el fin de comprender cuáles estrategias son las más utilizadas por los estudiantes que viajan hacia Bogotá con fines educativos, durante la etapa de asentamiento para lidiar con los estresores anteriormente analizados. Partiendo de lo anterior, se entiende en la siguiente gráfica que los estudiantes en un 80% sí sienten estrés tras la llegada y asentamiento a la ciudad, lo que genera que reaccionen con diversas estrategias de afrontamiento, como se explicará a continuación.

Gráfica 13. Sentimiento de estrés durante el asentamiento.



4.3.1 Centradas en la regulación emocional

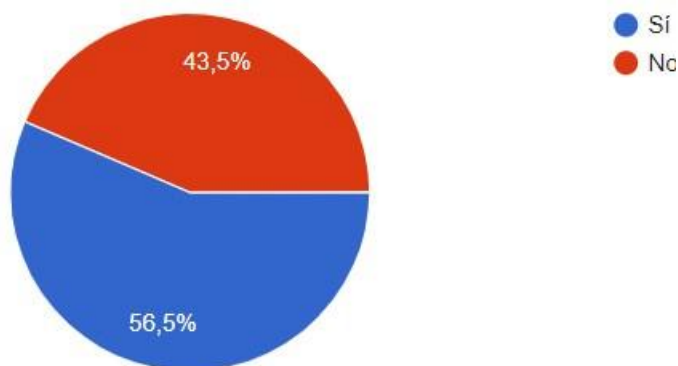
Estas estrategias se estudiaron con el objetivo de reconocer las principales acciones que en estas existen para que el estudiante maneje los acontecimientos estresantes que son producidos durante la etapa de asentamiento tras la llegada a Bogotá.

4.3.1.1 Apoyo emocional

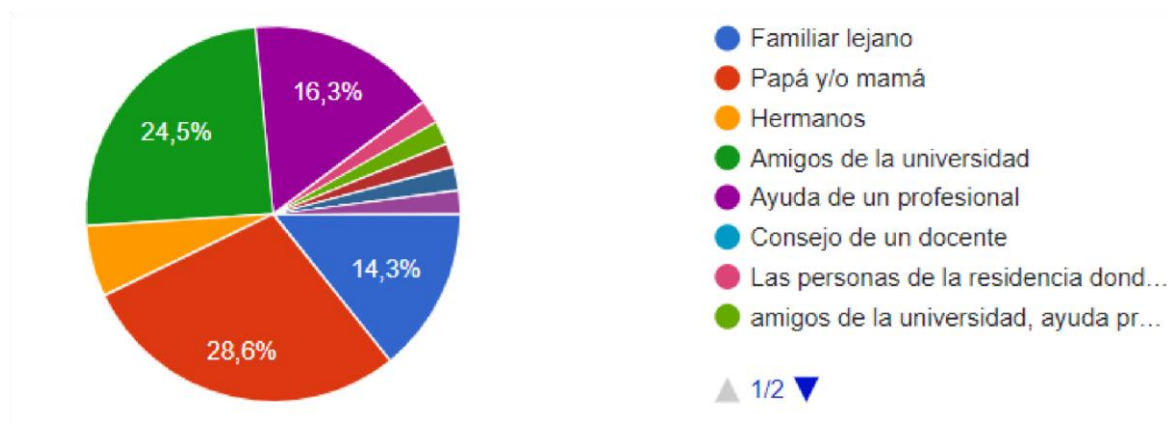
El apoyo emocional es definido por Di-collredo (2007) como la búsqueda de apoyo moral, simpatía y comprensión, en la que el estudiante acepta que se encuentra una situación estresante,

esta búsqueda pueden realizarla por medio de un familiar, consejería profesional, comprensión por parte de amigos, entre otros.

Gráfica 14. Búsqueda de acompañamiento tras la migración.



Gráfica 15. Fuente del apoyo emocional.



El 56,5% de la población estudiantil encuestada manifiesta haber buscado apoyo moral durante el proceso de asentamiento tras llegar a la ciudad de Bogotá. Esta búsqueda la realizaron en un 28,6% a padres de familia, otro 24,5% buscaron ayuda en amigos de la universidad, un 16,3% buscaron soporte emocional con un profesional, un 14,3% se refugió moralmente en un familiar lejano, un 6,1% en los hermanos y un 10,2% extra realizó su búsqueda de apoyo emocional en otra población. Esta estrategia es considerada una de las más asertivas a la hora de presentarse una situación de estrés como la migración (Morgan, 2010); ya que el estudiante reconoce el estresor y es capaz de manifestarlo, intentando así darle solución. Razón por la que es posible deducir que los estudiantes de carácter migrante

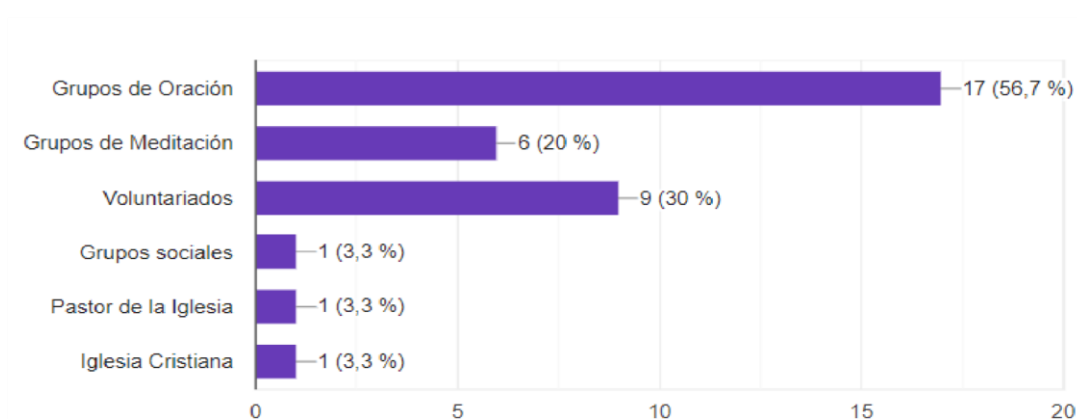
de primeros semestres de la Universidad Colegio Mayor de Cundinamarca utilizan una estrategia asertiva durante este proceso de asentamiento a la ciudad de Bogotá.

La importancia de esta estrategia dentro de lo evidenciado en esta investigación no se basa en invitar a que los estudiantes expresen sus molestias a nivel emocional, sino que radica en el fortalecimiento constante de esta acción para que el estudiante desarrolle además una mayor inteligencia emocional para dar respuesta a cada posible situación que se presente durante el proceso migratorio o el proceso educativo.

4.3.1.2 Apoyo en la religión

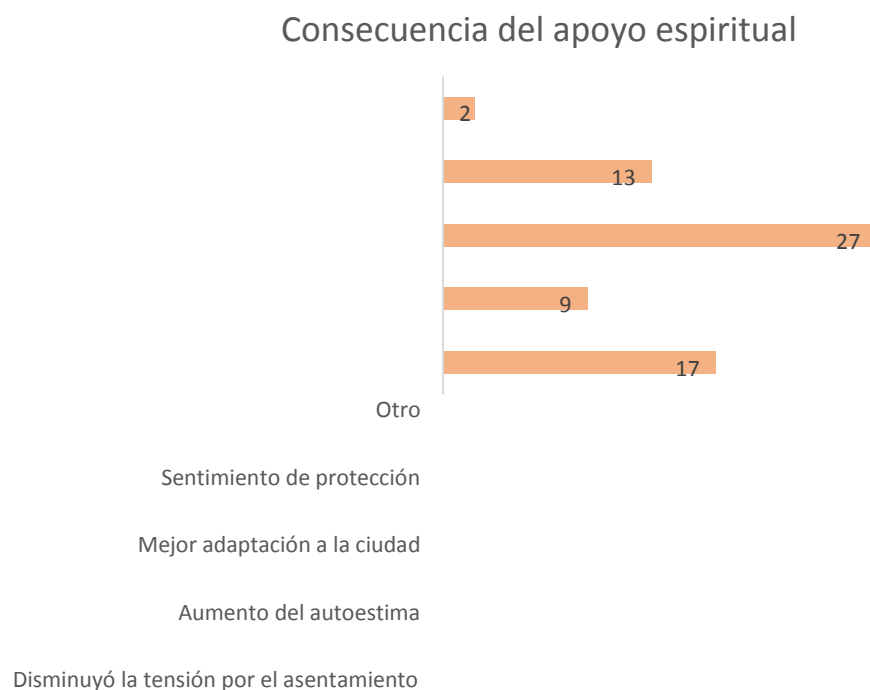
Esta estrategia se suma al apoyo emocional, en la medida en que para muchas personas facilita el logro posterior de una adaptación más asertiva y el uso de estrategias más activas de afrontamiento (Di-collredo, 2007). Esta estrategia es un conjunto de acciones que no solamente permite la expresión de sentimientos adecuada, sino que trae consigo efectos como disminuir la tensión causada por el estresor, mejorar la autoestima del estudiante y genera un sentido de protección y esperanza.

Gráfica 16. Formas de apoyo espiritual.



Un 40% de la población estudiantil afirma haber buscado apoyo desde la espiritualidad, contra un 60% que no, esta búsqueda fue realizada por medio de grupos de oración, grupos de meditación, voluntariados o grupos sociales enfocados hacia la caridad.

Gráfica 17. Consecuencia del apoyo espiritual.



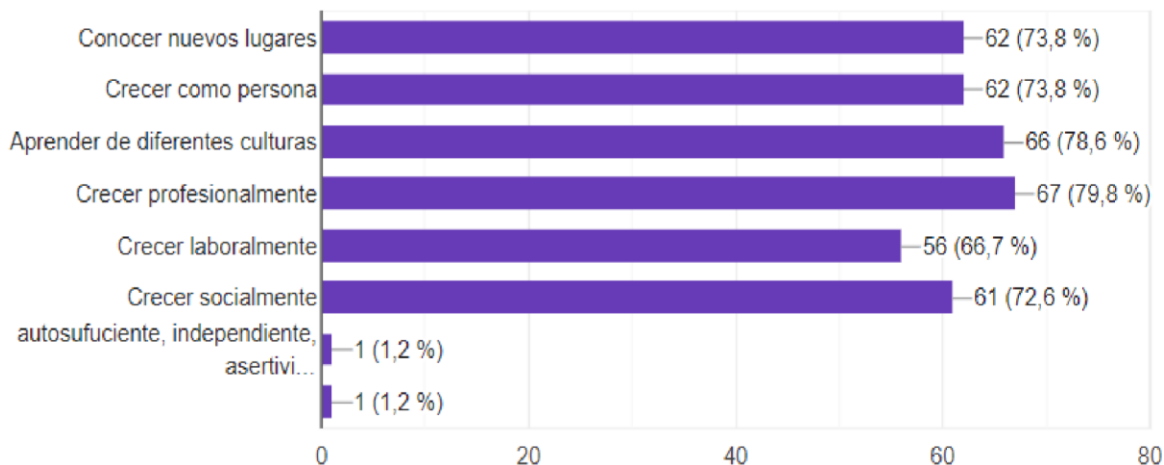
Los efectos causados tras utilizar esta estrategia son manifestados por los estudiantes en la medida en que aportó a mejorar la adaptación a la ciudad, disminuyó la tensión causada por el asentamiento, generó un mayor sentido de protección y aumentó la autoestima de los estudiantes. Otro de los efectos positivos de utilizar estrategia la manifestaron como una manera de mantener la mente ocupada, es decir, que impide que el estrés se convierta en un pensamiento constante.

Esto implica que, desde la institución educativa se puede reforzar este tipo de acciones, si son solicitadas por los estudiantes, en aras de aportar a una mejor adaptación a la ciudad y a la universidad, acción que se puede incrementar desde el grupo de Pastoral existente en la institución educativa.

4.3.1.3 Reevaluación positiva.

Esta estrategia es vista como una introspección en la que el migrante ve la situación estresante como un contexto positivo, controlando lo que piensa sin buscar cambiarla. (Dicollredo, 2007). Es a través de esta estrategia que se busca aprender de las dificultades, identificando los aspectos positivos del problema, para tolerar la problemática y a generar pensamiento dirigido a la acción.

Gráfica 18. Aspectos positivos del proceso migratorio.



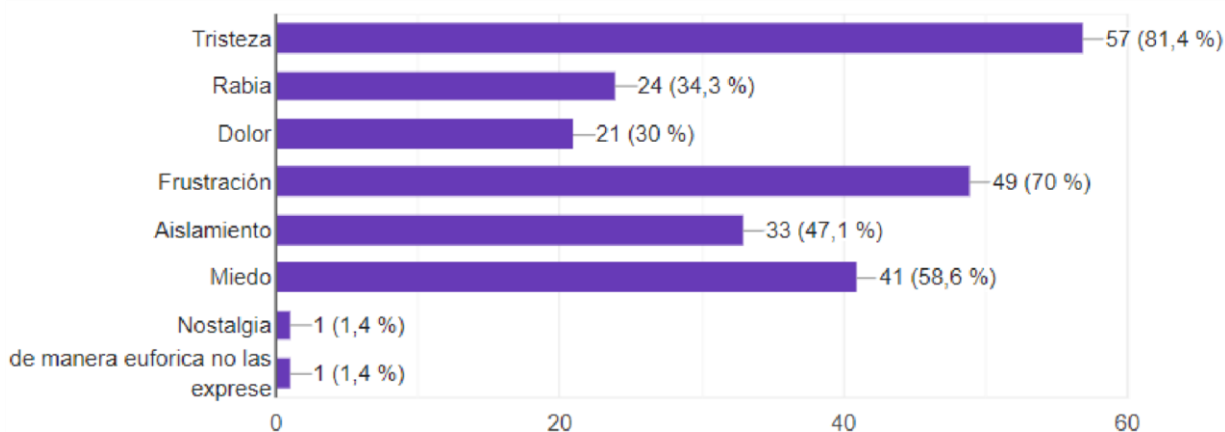
El 96% de la población estudiantil afirma que ve la situación de asentamiento a la nueva ciudad enfocando el hecho de llegar a conocer nuevos lugares, personas, aprender de una cultura nueva, crecer profesional, laboral y socialmente, además de aprender a ser autosuficientes, independientes y ser asertivos.

La reevaluación positiva no genera un cambio mayor frente a la situación, sin embargo, aporta al control de las emociones que se generan a causa del estresor llevando a que el estudiante de carácter migrante permanezca tanto en la ciudad como en la institución educativa.

4.3.1.4 Desahogo en las emociones.

Esta es descrita como la tendencia a centrarse en todas las experiencias negativas y exteriorizar esos sentimientos a partir del aislamiento para dar respuesta a las situaciones que generan el estresor, la respuesta eufórica y el llanto en mayor medida. (Di-collredo, Aparicio, & Moreno, 2007),

Gráfica 19. Emociones de mayor expresión eufórica.



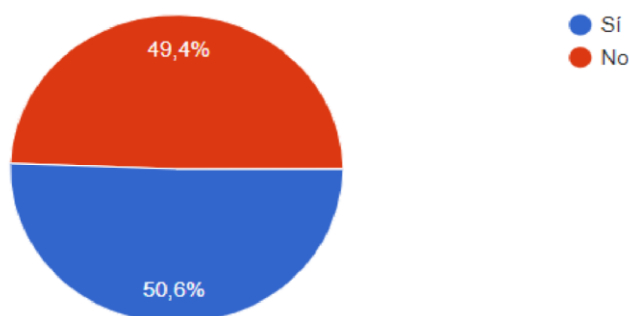
La población estudiantil encuestada para esta investigación, en un 78,8% afirmó haber expresado emociones negativas de manera eufórica; la de mayor tendencia a ser expresada fue la tristeza, seguida del miedo, la frustración el aislamiento y la rabia por las problemáticas generadas a causa del asentamiento. Ante la pregunta frente a experimentar aislamiento para dar respuesta de manera individual al estresor, un 57,6% afirmó haberse aislado.

Esta estrategia de afrontamiento no se encuentra entre las más asertivas para el control de las emociones, ya que impide que el migrante reconozca su estresor y se permita realizar acciones que den solución. Que la mayoría de estudiantes expresen emociones de manera negativa no es algo que se salga de lo común teniendo en cuenta la edad en la que llegan y la situación en la que se encuentran, sin embargo, el aislamiento puede derivar en la no solución adecuada de la situación, lo que a su vez puede traer como consecuencia la no permanencia en la institución educativa y, por consiguiente, el retorno a su lugar de origen, por lo que resulta pertinente enseñar y prevenir este tipo de acciones desde el acompañamiento de la División Medio Universitario a nivel de Trabajo Social, Psicología o Psicopedagogía.

4.3.1.5 Evitación.

Di-collredo (2007) define esta estrategia como la realización de actividades que apuntan a la distracción y a evitar que el estresor genere cambios en la conducta de la persona o intervenga en que sean llevados a cabo distintos objetivos. Se le reconoce también como un escape del problema a partir de la realización de otros proyectos, distracción con otras actividades generando así la movilización de recursos para ocultar o inhibir las emociones propias ya que las consideran algo negativo.

Gráfica 20. Evitación del problema y realización de otras actividades.



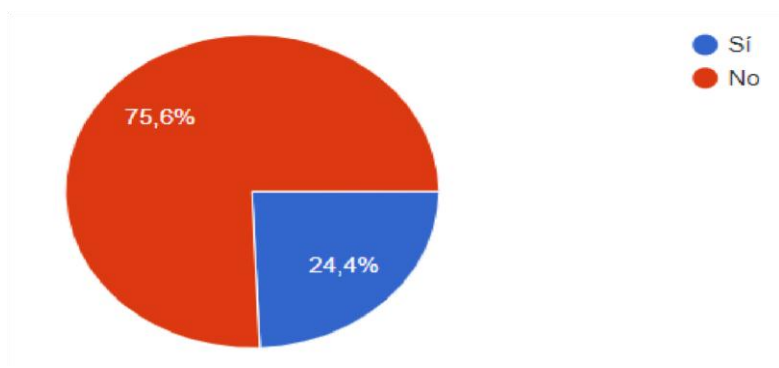
El 50,6% de la población estudiantil afirma realizar otras actividades ante las distintas situaciones de discriminación, diferencias culturales, problemáticas a nivel socio-económico que pudo haber experimentado durante la llegada a Bogotá y el asentamiento. Entre las actividades que más nombran los estudiantes son el deporte: patinaje, baloncesto, fútbol; videojuegos; grupos de música; grupos de estudio; asociación a grupos étnicos; voluntariados en la ciudad; literatura y escritura y el aprendizaje de un nuevo idioma, entre los más asertivos. Sin embargo, algunos otros afirman que su actividad requirió el abandono temporal de la universidad.

Estos resultados denotan que esta estrategia, para los estudiantes de primeros semestres de la Universidad Colegio Mayor de Cundinamarca, no resulta ser una estrategia negativa que impulsa a no pensar en el estresor, sino que inhibe los pensamientos y sentimientos negativos, permitiendo descargarlos de una manera física sin que estos les impidan el cumplimiento de metas y objetivos dentro de la ciudad, como lo son la integración (fase final del proceso migratorio) y el crecimiento educativo, es decir, la continuidad de la carrera que se encuentra cursando, por lo que es necesario reforzar este tipo de acciones, de preferencia a partir de la participación en los grupos de representación de la universidad.

4.3.1.6 Negación.

Esta estrategia es una de las menos asertivas ya que implica ignorar de manera total el estresor, negando que existe; sin embargo, si se mantiene puede impedir una aproximación activa al mismo, es decir que no genera solución y así “tolerar” el estado emocional que es generado por el estresor; se distorsiona el problema, de manera que se pueda hacer como si no existiese, sin permitir la manifestación de algún sentimiento.

Gráfica 21. Negación del problema.

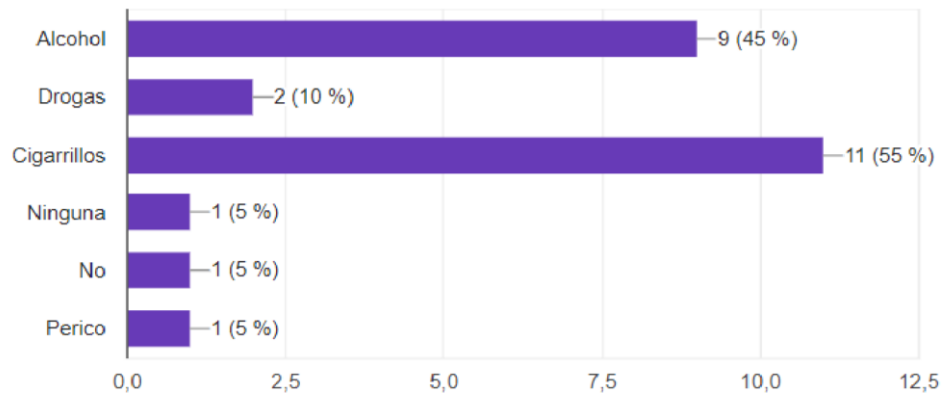


Frente a esta estrategia se preguntó de manera directa a los estudiantes si en algún momento, frente a las posibles situaciones de discriminación o de problemas socioeconómicos, que se pudieron haber presentado durante la etapa de asentamiento al llegar a Bogotá, solamente el 24,4% manifestó haberlo realizado. Esta cifra expresa que los estudiantes de primeros semestres de la Uicolmayor tienen un mayor control emocional frente a las problemáticas que se puedan presentar durante el asentamiento; control que se debe reforzar como medida de prevención para la permanencia de estos en la institución educativa.

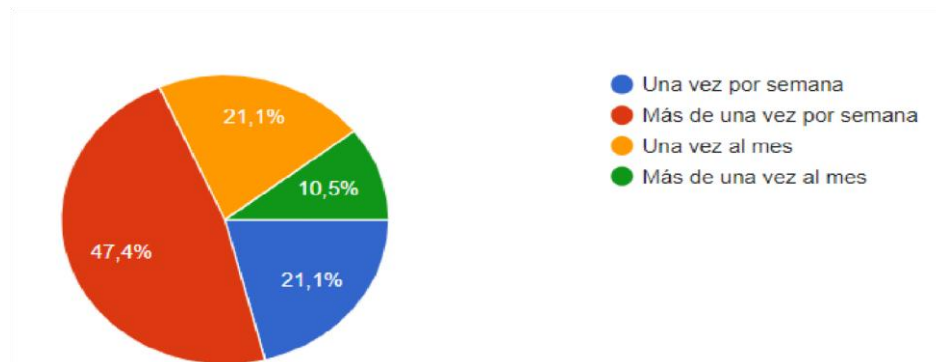
4.3.1.7 Liberación hacia las drogas.

Es la estrategia de afrontamiento menos asertiva de todas, de acuerdo con Dicollredo (2007), ya que, a pesar de su similitud con la negación y la evitación, genera dependencia hacia las mismas y no permite la completa integración del joven a la ciudad, lo que implica la no permanencia en la carrera universitaria.

Gráfica 22. Sustancias psicoactivas consumidas.



Gráfica23. Regulación del consumo.



Ante la pregunta sobre si inició algún tipo de consumo de sustancia psicoactiva tras la llegada a Bogotá y durante el proceso de asentamiento, solamente el 21,2% de la población afirmó haber iniciado algún tipo de consumo. Las sustancias que más manifestaron haber consumido fueron el alcohol y los cigarrillos. Lo preocupante de este consumo es que el 47,4% de esta población que inició consumo afirmó que este lo realizaban más de una vez por semana, generando problemáticas de dependencia al cigarrillo, sustancia de mayor consumo y, por consiguiente, futuros problemas a la salud física de los estudiantes.

4.3.2 Estrategias centradas en la resolución del problema

Como su nombre lo indica, estas estrategias pretenden la solución total del problema, incluyendo la regulación emocional, a partir del reconocimiento del estresor, los recursos con los que se cuenta, bien sean humanos o físicos, las capacidades, entre otros. Para dar respuesta al objetivo de identificar cuáles de estas acciones eran usadas en mayor manera dentro de la

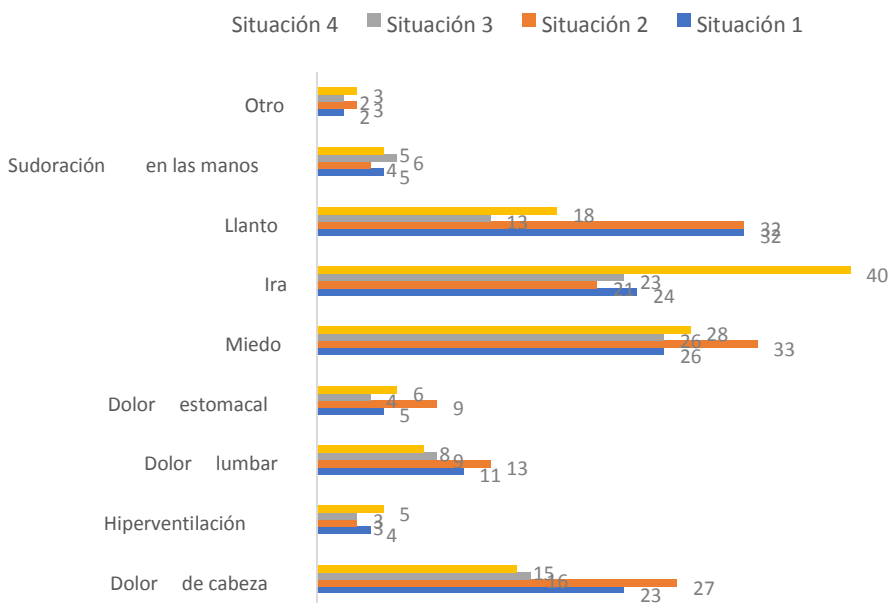
encuesta se plantearon situaciones en las que se vieran involucradas problemáticas por la edad, la situación socioeconómica, la aculturación y la discriminación.

Con el fin de analizar las respuestas, ya que las preguntas son las mismas en los cuatro casos, no se analizará situación por situación, sino que se analizará de manera conjunta cada estrategia incluida en el grupo de resolución del problema.

4.3.2.1 Afrontamiento asertivo.

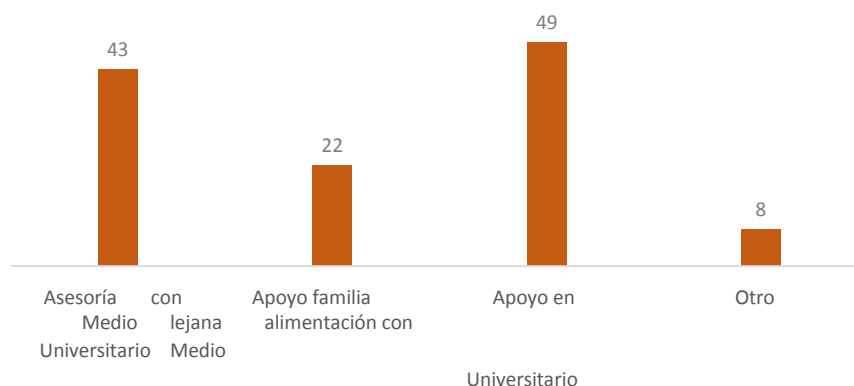
Al hablar de afrontamiento asertivo se hace referencia al inicio de acciones directas para reducir el estresor mediante acciones agresivas o potencialmente arriesgadas (Macías, 2013), entendiendo el sentimiento que genera y la necesidad, especificando el momento para darle solución, describiendo detalladamente el estresor y analizando clara y concisamente lo que se desea obtener y los recursos con los que se cuenta.

En las situaciones presentadas, fue posible observar que los estudiantes reconocían el estrés por medio de respuestas corporales tales como hiperventilación, sudoración en las manos, dolor de cabeza, siendo esta la expresión de mayor frecuencia, dolor lumbar y dolor estomacal; y reconocían que la causa de dichas reacciones corporales se daba por emociones relacionadas al estrés tales como miedo, ira, llanto y angustia. *Gráfica 24.* Forma de expresión del estrés en el estudiante



Además de esto, los estudiantes fueron capaces de brindar soluciones de manera cercana y lejana frente a cada situación; en estas, tuvieron la posibilidad de reconocer tiempos para dar solución y de dar claridad a la necesidad para brindar una mejor respuesta.

Gráfica 25. Soluciones ante las problemáticas.



Las respuestas abiertas que brindaron los estudiantes permitieron, además, especificar las acciones de manera más detallada, ya que los estudiantes afirmaban que es necesario *“Pedir ayuda a los padres, así como intentar estrategias para manejar mejor el dinero y adaptarse a la ciudad”* así como también buscar autonomía a partir de la búsqueda individual y sin apoyo de las soluciones.

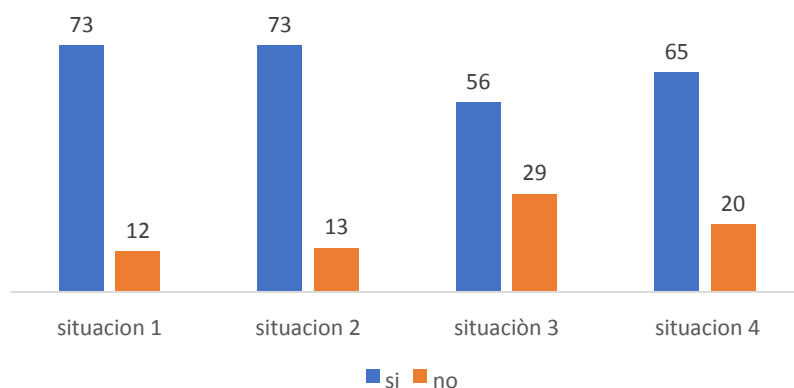
El afrontamiento asertivo requiere de acciones más que de emociones, sin embargo, se deben tener en cuenta para realizar acciones no impulsivas que brinden una solución real frente a la situación que el estudiante reconoce como estresor. A partir de esto, es posible observar que los estudiantes, a pesar de reconocer y delimitar las necesidades, requieren mayor fortalecimiento en el reconocimiento de lo que se desea para prevenir así la impulsividad en el accionar.

4.3.2.2 Aceptación de la responsabilidad.

Di-collredo (2007) se refiere a esta estrategia como el reconocimiento del papel o rol que se ha tenido en el origen del problema, tomando en cuenta que son situaciones que pueden ocurrir y en la que se inicia la búsqueda de respuestas eficaces dando por sentada la regulación

emocional, identificando el momento en que el problema surge y no reaccionando de manera impulsiva

Gráfica 26. Responsabilidad en la problemática



La anterior gráfica manifiesta que, a nivel general, el 78% de la población encuestada reconoció la responsabilidad frente a cada una de las situaciones planteadas. Teniendo en cuenta que en esta ya son reconocidos los roles dentro de cada situación, los estudiantes manifiestan que, una vez se reconoce cuál es la responsabilidad dentro del problema que genera estrés “*son muchas las cosas que uno puede hacer, yo le pedí ayuda a la universidad, pero si uno en serio se pone a mirar, se da cuenta que cuenta son muchas opciones, familia que vive cerca, la universidad, las tiendas de los vecinos, uno pone el tiempo y la disposición, todo depende de qué tanto quiera uno en serio salir adelante en la universidad y en la ciudad, uno puede triunfar si se lo propone y si cuenta con gente que ayude y guie cuando no se sabe qué hacer, porque así se puede salir adelante más rápido*”.

La mayoría de los estudiantes, que respondieron al cuestionario, se reconocen como responsables de dicho estrés, sin embargo, es posible observar mediante las respuestas a las preguntas abiertas, que más allá de reconocer su responsabilidad para la solución, reconocen una culpa en la problemática, es por esto que esta estrategia debe ser reforzada de manera que los estudiantes se identifiquen como un agente importante para la solución de la problemática, más que para generar culpas o mayores miedos durante el proceso de asentamiento a la ciudad; esto se puede realizar a partir del empoderamiento y de la educación en autonomía.

4.3.2.3 Planificación.

La planeación es descrita como una secuencia de acciones orientadas a dar solución al problema, tomando en cuenta los pasos a dar, los tiempos de solución, el impacto de cada acción y las personas que se encuentran implicadas en la problemática.

Los estudiantes, para esta acción brindaron respuestas abiertas expresando las siguientes opiniones, que fueron representativas durante la recolección de la información:

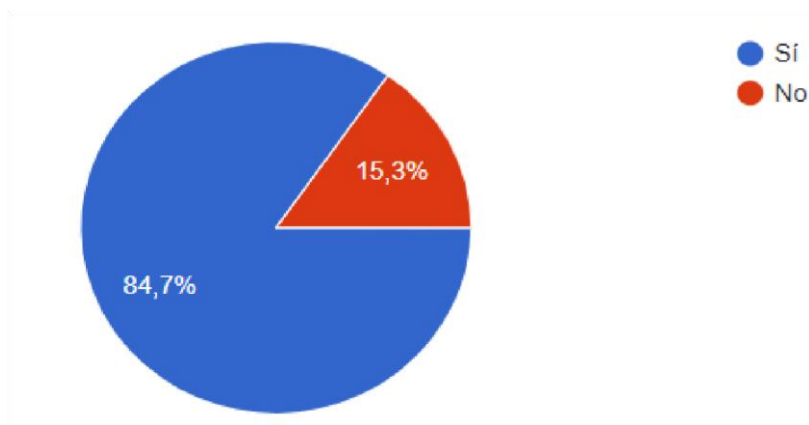
- 1. Recorriendo la ciudad cada vez que tenga la oportunidad para conocerla mejor, descargando la aplicación de movilidad, reconociendo que las personas de aquí hablan así, esto es más introspección que cualquier otra cosa.*
- 2. La ciudad te cambia, no es malo, lo malo es negar que eso va a pasar porque eso implica que te va a costar más, lo importante es fluir con la ciudad, continuar el proceso y tener en cuenta que la meta es el crecimiento en muchos ámbitos, de esa manera, los cambios, los rechazos y demás no van a ser duros, sino que van a ser enseñanzas que te harán más inteligente.*
- 3. Compañeros de la U explicándome como sobrellevar estas cargas y falta de cultura.*
- 4. Hablar con mi núcleo familiar, buscar un lugar para vivir donde la convivencia fuera mejor, tener un trabajo informal, organizar mejor el tiempo y no gastar tanto dinero en cosas secundarias comprando promociones cosas que no son de marca.*

Esta estrategia reconoce tanto los recursos humanos como físicos o materiales que permiten la resolución del problema, tomando en cuenta la regulación emocional y generando acciones puntuales y organizadas. Es por eso que las respuestas anteriormente brindadas resultan pertinentes en el reconocimiento de la planificación durante el asentamiento de los jóvenes estudiantes de carácter migrante ya que establecen acciones referentes a la situación a partir de recorrer la ciudad, buscar apoyo emocional, reconociendo la implicación y teniendo como recurso aplicaciones de movilidad, recursos humanos como compañeros, familiares, entre otros.

4.4 Apoyo por parte de la División Medio Universitario

Para dar cumplimiento al último objetivo de este proceso investigativo, se plantearon dos preguntas dirigidas a la aceptación de un proyecto enfocado en el apoyo a los estudiantes de primer y segundo semestre de pregrado de la Unicolmayor durante la etapa de asentamiento por la migración a la ciudad de Bogotá, en la que la población estudiantil encuestada planteó las necesidades que más requieren de un apoyo por parte de la División Medio Universitario.

Gráfica 27. Necesidad de un proyecto dirigido a población migrante en la Unicolmayor.



Frente a la necesidad de un proyecto enfocado en el apoyo a la población migrante durante el primer año de llegada a la ciudad, el 84,7% de los estudiantes encuestados afirman que resulta pertinente la creación de un proyecto que ayude a resolver las necesidades básicas iniciales con las que ingresan a la Universidad, contra un 15,5% que no lo considera importante.

Referente al apoyo que los estudiantes solicitan, se encuentra que las necesidades de mayor relevancia son la orientación en la ciudad *“Lugares peligrosos, como movilizarme, como es la gente normalmente en Bogotá, todas esas cosas, y la mayoría de estas situaciones que se plantean si me sucedieron, pero hay que seguir adelante para cumplir una meta”*, la escucha tras los problemas emocionales *“El hecho de solo hablar y poder desahogar muchas de las cosas que le puedan pasar a uno. Uno se descuida mucho en la comida, puede ser llevar un control para no entrar en anemia, que ya me pasó (...) Obvio no todos los beneficios al tiempo, porque uno sabe que estos deben ser para todos, pero esto si puede ayudar a*

ampliar la obertura y dar mayor reconocimiento a la UNIVERSIDAD, ya que con estos apoyo soluciona las primeras necesidades de todo estudiante que viva solo.”, formas de adaptación a la ciudad a partir de “Aceptación adaptación & autocuidado”, “Ubicación, residencias estudiantiles, ayuda con mi trabajo”.

Esto implica que existe una necesidad latente en la comunidad estudiantil migrante de primer año de pregrado de la Universidad Colegio Mayor de Cundinamarca de recibir apoyo emocional, laboral, de autocuidado y autorreconocimiento en la ciudad durante esa etapa de asentamiento a la ciudad tras la migración; este apoyo aportará tanto al crecimiento personal como educativo del joven estudiante, ya que permitirá desarrollar habilidades sociales como la inteligencia emocional, la empatía y la comunicación asertiva; educa a la comunidad acerca de los prejuicios culturales; invita al joven a integrarse de mejor manera a la ciudad y, a su vez, disminuye los casos de no permanencia en la institución educativa a partir de un ejercicio preventivo indirecto.

4.5 Consolidación de los resultados

Partiendo del análisis de los resultados, a la luz de lo desarrollado en el marco teórico y de la observación realizada durante el proceso de investigación se procede a realizar una argumentación de las variables y su relación entre sí. Para esto, se desglosará cada variable, tomando elementos pertinentes y realizando un sustento teórico en cumplimiento con los objetivos propuestos.

4.5.1 Caracterización de la población

La caracterización realizada durante el proceso de investigación, permitió observar que los estudiantes de primer y segundo semestre de pregrado en la Unicolmayor de carácter migrante, son en su mayoría población femenina; además, se observa que son jóvenes entre los 18 y los 25 años de edad, provenientes de municipios y zonas rurales del país, que se encuentran viviendo en las localidades de Mártires, Chapinero, Bosa, Kennedy, Ciudad Bolívar y San Cristóbal. Esta población, no solamente estudia, sino que realiza trabajos en ventas, mensajería, trabajos de medio tiempo y/o fines de semana, entre otros. El estado civil que predomina en esta población es soltero, y son provenientes de familias de tipo nuclear en su mayoría.

4.5.2 Variable migración interna por educación

Esta variable pretende dar respuesta al primer objetivo, dirigido a analizar los elementos que generan estrés durante la etapa de asentamiento en el proceso migratorio de los estudiantes de los primeros semestres de pregrado en la Unicolmayor, esto debido a su relevancia como principal momento de cambios personales generados en el joven, tal como dice Tizón (1993), en este se retomaron los siguientes factores: edad, nivel socio-económico al momento de llegada, la aculturación y la discriminación, permitiendo la siguiente interpretación.

Es posible observar que los estudiantes de carácter migrante que cursan primer y segundo semestre de pregrado en la Unicolmayor, reconocen como mayor estresor al momento del asentamiento por la migración a la discriminación desde los prejuicios, ya que afirman que estos se presentan por el desconocimiento intercultural que existe en los bogotanos y, un tanto, por la raza o el color de piel, lo que refuerza el sustento teórico en el que Pervet (2012) afirma que estas son expresiones que reflejan una serie de creencias y de prejuicios generalizados sobre diferentes pertenencias regionales, referente a comportamientos, actitudes, entre otros.

A esto se suma el proceso de aculturación que deben enfrentar los jóvenes al momento de asentarse en la ciudad; si bien es posible entender que la aculturación es un proceso de resocialización e involucra características psicológicas como el cambio de actitudes y valores, además de la adquisición de nuevas habilidades sociales y normas (Fajardo & Patiño, 2008), más allá de perder o no costumbres traídas del lugar de origen, es de mayor estrés el asumir el ritmo de vida que se lleva en la ciudad de Bogotá, ya que este implica que se pierden habilidades sociales como la empatía y la comunicación asertiva; habilidades que se encuentran arraigadas en las costumbres de estos jóvenes generando una reacción negativa, en un principio, al no saber cómo tratar este tipo de problemáticas, especialmente en espacios públicos y, seguido de esto, asumiendo el nuevo rol y ritmo dentro de la ciudad.

En cuanto al nivel socio-económico, es posible observar que, aunque representa un estresor contundente al ser este un condicionamiento desde el lugar en el que reside y la cantidad de ingresos y formas de inversión de los mismos (Coronel, 2013), no genera mayor preocupación, principalmente porque reciben, en ese primer momento, acompañamiento económico y de vivienda por parte de familiares; el estresor se genera al momento de

administrar dichos ingresos, ya que desconocen la forma como deben ser dirigidos para autocuidado, material educativo y ocio.

Por otro lado, la edad representa un estresor en el sentido que la mayoría de la población llega a enfrentar una separación de lo aprendido por las figuras paternas e infantiles, para dar lugar al estudiante autónomo e independiente, tal como es representado en lo dicho por Caputo (2000), quien afirma que es de esta manera que se logra la identidad psicosocial del joven, definiendo aquí éxito vocacional, vida en pareja y reproducción.

4.5.3 Variable Estrategias de afrontamiento

Frente a la variable de estrategias de afrontamiento, da cumplimiento a los dos siguientes objetivos, los cuales tenían como finalidad el reconocer y determinar aquellas estrategias de afrontamiento más utilizadas, tanto para la regulación emocional, como para la resolución del problema.

4.5.3.1 Estrategias centradas en la regulación emocional

Por un lado, desde las estrategias dirigidas a la regulación emocional, los estudiantes de primer y segundo semestre de la Uicolmayor utilizan, en su mayoría, las acciones referidas a la búsqueda de apoyo emocional, el apoyo en la religión, la reevaluación positiva, el desahogo en las emociones, y la evitación, es decir que utilizan las estrategias que mejor permitan la expresión de los sentimientos.

Las estrategias de regulación emocional más utilizadas son, en su mayoría, acciones consideradas por los autores como asertivas, ya que permiten que el joven migrante reconozca cuáles sentimientos y emociones son generados y el porqué de los mismos, de manera que toman el control sobre dichos sentimientos buscando que se minimicen, sin la necesidad de buscar una solución al problema en sí, dando razón a lo planteado por Dicollredo (2007) al momento de afirmar que esto genera una respuesta eficaz del afrontamiento, pues permite aceptar la realidad de la situación estresante con el fin de tratarla.

Esto pudo evidenciarse dentro de las respuestas al cuestionario, en el momento en el que los estudiantes afirmaban que el apoyo emocional, o en la religión minimizaban el estrés, permitiendo una mejor adaptación a la ciudad; también se evidenció en la respuesta respecto

a la reevaluación positiva o la evitación, ya que permitía observar la emoción generada por el estresor y cambiarla para una mejor adaptación.

Esto da respuesta al segundo objetivo específico ya que permitió identificar que la regulación emocional se dirige, específicamente a la expresión y control sobre las emociones, dando reconocimiento a cada una y permitiendo la comprensión de las mismas.

4.5.3.2 Estrategias dirigidas a la resolución del problema

Por otro lado, desde las estrategias enfocadas en la resolución del problema, más utilizadas, son la aceptación y la planificación que buscan dar una solución del problema a partir de reconocer el estresor y realizar una acción contundente.

Al momento de ser analizadas estas estrategias, se encuentra que los estudiantes reconocen los factores estresantes y las formas en que se desarrollan a nivel emocional y físico; identifican, además, los recursos materiales y humanos con los que cuentan, aunque no manifiestan o limitan un tiempo para dar solución a dichas problemáticas. Las acciones que más utilizan son la planificación y la aceptación de la responsabilidad, sin embargo, esta última la ven como una responsabilidad culposa, más allá de ser una responsabilidad frente a la solución. De acuerdo con Di-collredo, esto se realiza, bien sea modificando drásticamente las circunstancias o buscando nuevos recursos que minimicen el estrés.

En cuanto a la problemática observada desde la estrategia de aceptación de la responsabilidad, se da cuenta, entonces, que los estudiantes no pretenden el cambio en la situación que genera estrés durante el asentamiento de manera asertiva en el sentido en que dan cuenta de los recursos y los métodos de cambio ante la situación estresante, realizan un cotejo identificando las situaciones, pero no reprimen impulsos, y considerando que la situación sea insuperable. Macías (2013) define estas acciones de aceptación de la responsabilidad como una forma de hacer frente a los estresores a partir de la búsqueda de respuestas eficaces, lo que requiere ser reforzado en los estudiantes de primeros semestres de carácter migrante en la Unicolmayor.

Respecto a la planificación, que habla de realizar acciones orientadas a solucionar el problema, en el momento oportuno, y que da respuesta a cuestionamientos como ¿quién? ¿qué? ¿dónde? ¿cuándo? y ¿por qué? (Di-collredo, et.al, 2007), se da cuenta que los

estudiantes plantean estas en forma de respuesta y, de esta manera, refuerzan las acciones a realizar ante la problemática. Siendo esta una manera asertiva de afrontar el estrés generado en el proceso de asentamiento y adaptación a Bogotá.

Es importante que, por parte de la institución educativa, se brinden asesorías, acompañamientos y momentos educativos sobre cómo adaptarse a la ciudad, reforzando las estrategias de afrontamiento que aporten a la regulación emocional, y fortaleciendo las estrategias de afrontamiento que permitan la resolución del problema generando así autonomía en los estudiantes, ya que es una solicitud de la comunidad estudiantil migrante de la Uicolmayor. Además de esta necesidad manifestada, ha sido posible observar que el desconocimiento entre culturas implica un prejuicio a nivel de la comunidad estudiantil en general, por lo que la asesoría debe incluir, bien sea a nivel grupal o individual, un espacio que permita la ruptura de esos prejuicios por parte de los estudiantes no migrantes, de manera que se aporte a la adaptación del joven migrante tanto a la universidad, como a la ciudad, previniendo así la no permanencia estudiantil.

Capítulo V

5. Propuesta de intervención

A partir de los resultados obtenidos en la investigación, se estructura un proyecto dirigido a los estudiantes de primer y segundo semestre de la Uicolmayor de carácter migratorio, para dar cumplimiento al último objetivo específico planteado, ya que de este modo será posible prevenir la no permanencia estudiantil, por medio del apoyo durante el asentamiento tras la migración. Dicho proyecto tendrá como denominación:

“Llegando a Bogotá, quedándome en la Uicolmayor”

5.1 Introducción

La migración por educación, se reconoce actualmente como un fenómeno social alrededor del mundo. Este fenómeno se presenta especialmente en jóvenes entre los 16 y los 25 años que pretenden un crecimiento a nivel educativo y, por consiguiente,

laboral a partir de recibir educación superior principalmente en una ciudad central de su país.

La problemática que representa la migración a nivel individual radica, principalmente, en el asentamiento del joven estudiante a la ciudad; satisfacer necesidades básicas desde la economía, asumir comportamientos de la ciudad de llegada, perder costumbres del lugar de origen, los prejuicios y la soledad a la que se enfrentan durante esta etapa de llegada, pueden reconocerse como factores estresores que impiden la integración del joven a la ciudad, especialmente si no se cuenta con estrategias de afrontamiento adecuadas.

En la Universidad Colegio Mayor de Cundinamarca, fue posible evidenciar que esta problemática también afecta la búsqueda de apoyo por parte de los estudiantes que migran, ya que sienten menor apoyo por parte de la institución educativa. Es por este motivo que se torna importante que, desde la Unicolmayor, se fomenten espacios enfocados en atender este momento vital de los estudiantes migrantes que ingresan a realizar sus estudios de pregrado.

Partiendo de lo anterior, se propone un proyecto de intervención, basado en los postulados por Ana María Ortiz Duque (1996), denominado “LLEGANDO A BOGOTÁ, QUEDÁNDOME EN LA UNICOLMAYOR” en el que se presenta una metodología basada en el enfoque sistémico, para trabajar con el joven migrante, partiendo de las necesidades que se observen o manifiesten a partir de entrevistas, seguimiento y construcción de redes para satisfacer las mismas. El documento se estructura bajo las 4 fases planteadas por Gloria Pérez Serrano en su documento “Elaboración de Proyectos Sociales” (2009).

5.2 Fase uno: Diagnóstico

Esta fase, es descrita por la autora como el reconocimiento completo de la situación objeto de estudio (Serrano, 2009), para realizarlo se debe examinar la realidad, las personas, el entorno, las características y circunstancias que inciden en el desarrollo del proyecto buscando formas de darle solución a la problemática objeto de intervención. En este caso, se retoman los resultados de la investigación realizada con

la población migrante de primer y segundo semestre de la Universidad Colegio Mayor de Cundinamarca.

5.2.1 Necesidades

Partiendo de lo observado, se afirma que existen necesidades a nivel emocional y situacional; las implicaciones se generan por el estrés del asentamiento desde la aculturación, la discriminación y el nivel socio-económico, ya que estos son los factores con mayor repercusión emocional; partiendo de miedo, ira y frustración y situacional a no saber cómo dar solución sin afectar de manera permanente la estadía en la ciudad.

De este modo es posible reconocer que, a nivel general, las principales preocupaciones de los estudiantes que migran son las siguientes:

- Autorreconocimiento en la ciudad, autocuidado, control monetario.
- Apoyo en la regulación emocional a partir de la escucha, la consejería y la compañía referente a las problemáticas de discriminación, prejuicios y aculturación.
- Atención enfocada en la ubicación respecto a lugares inseguros, transporte, vías principales y puntos cardinales.
- Apoyo a nivel de solvencia económica a partir de apoyo laboral, vivienda económica y alimentación.

5.2.2 Jerarquización de los problemas

A partir de lo anterior es posible observar que los estudiantes presentan una problemática a nivel general y a nivel individual, por lo que resulta pertinente solventar las necesidades de la misma manera: individual y grupalmente.

A nivel individual se presenta mayor necesidad emocional frente a:

- Autorreconocimiento en la ciudad
- Las problemáticas de discriminación
- La aculturación
- Gestión económica

A nivel grupal, se observa una necesidad mayoritaria de:

- Pedagogía frente a ubicación en la ciudad
- Iniciación en la vida laboral
- Resolución de conflictos por discriminación

5.2.3 Establecer prioridades

El análisis realizado durante el proceso de investigación permite ligar la teoría con la información brindada por la población a intervenir. Teóricamente se expresa que existen algunas necesidades que son de carácter desbordante para los estudiantes de primer año de la Unicolmayor, en especial aquellas que representan una carga emocional mayor en el proceso de darles solución. Lo expresado por los estudiantes, principalmente, se basa la satisfacción de dichas necesidades a partir de aprender sobre autonomía, de manera que, al mismo tiempo, se genere control emocional ocasionado por la problemática.

Partiendo de las necesidades planteadas, tras el análisis de los resultados del proceso de investigación, se orienta esta propuesta de intervención hacia el fortalecimiento del autocuidado, a partir de la solvencia económica y el control del dinero, el apoyo emocional y el reconocimiento de la ciudad para un mejor desplazamiento por la misma.

5.2.4 Fundamentación del proyecto “Llegando a Bogotá, quedándome en la Unicolmayor”

Afrontar la migración y adaptarse a la nueva ciudad implica ciertos cambios a nivel emocional y situacional que deben ser atendidos a nivel individual, de manera que el migrante satisfaga necesidades que le permitan afrontar el proceso de asentamiento de manera asertiva. Para esto, se retoma la metodología “Las fases de intervención social con Inmigrantes” de Ana María Ortiz Duque (1996) .

En esta, la labor de la intervención es la de analizar las distintas connotaciones dadas por las necesidades del migrante, sus demandas, para así trazar un plan de ejecución desde la profesión; las fases las que se enfrenta el migrante son La fase de

acogida, es decir, la llegada; La fase tutelada, es decir, la de adaptación y asentamiento y, por último, La fase autónoma, o sea, de integración (pág. 147).

Según esta guía metodológica, cada fase tiene una duración distinta, que va acorde al proceso del individuo, y que en determinados casos no se termina dado que el migrante decide retornar a su lugar de origen. Es por este motivo que, como profesionales, se debe cumplir con ciertas funciones basadas en unos principios básicos tales como: Respetar la diversidad cultural. Hacer posible que el migrante sea el actor de su propio cambio y desarrollo personal y social. Favorecer el conocimiento de los beneficios que aportan al migrante, en este caso, dentro de la institución educativa.

Es por este motivo que se presenta un proyecto que atienda desde la Uicolmayor estas necesidades, a partir del acompañamiento y asesoría al estudiante que migra a la ciudad con fines educativos.

Partiendo de lo anterior, se procede a planificar las acciones que han de ser ejecutadas.

5.3 Fase dos: Planificación

Esta fase implica conocer dónde se está y cómo se parte para dar inicio al proyecto social, con qué recursos se cuenta y qué procedimientos se van a utilizar para llevar a cabo cada una de las metas propuestas (Serrano, pág. 32), consiste específicamente en darle racionalidad a la acción a realizar, utilizando un conjunto de procedimientos y actividades previstas para alcanzar los objetivos.

5.3.1 Finalidad del proyecto

En esta se tiene en cuenta cuáles son los logros que se quieren alcanzar por medio del planteamiento de los siguientes objetivos:

5.3.1.1 Objetivo general

- Brindar respuesta frente a las necesidades presentadas por los estudiantes de primer y segundo semestre de pregrado de la Universidad

Colegio Mayor de Cundinamarca, durante el proceso de asentamiento, a partir de la metodología “Las fases de intervención social con Inmigrantes”.

5.3.1.2 Objetivos específicos

- Fortalecer el uso asertivo de las estrategias dirigidas a la regulación emocional al momento de enfrentar problemáticas como la discriminación y la aculturación que vivencian los estudiantes migrantes en los primeros semestres de la Universidad Colegio Mayor de Cundinamarca, a partir de la intervención individual.
- Fomentar las estrategias enfocadas en la resolución de problemas frente a problemas de ubicación, solvencia económica y autocuidado durante el proceso de asentamiento de los estudiantes migrantes de los primeros semestres de la Universidad Colegio Mayor de Cundinamarca, desde la intervención grupal.

5.3.2 Metodología

Se establece la metodología de Intervención social con inmigrantes de Ana María Ortiz (1996) en el que se establece, fase por fase, tanto la situación que se presenta, como la labor del profesional a cargo. Esta metodología se retoma debido a que da respuesta a las necesidades planteadas por los estudiantes de primer y segundo semestre de la Uicolmayor de carácter migrante en el momento en el que desarrolla, junto con el individuo, el uso asertivo de las estrategias de afrontamiento durante ese proceso migratorio experimentado por la población a intervenir.

Tabla 2. Fundamentación metodológica

Fase Función y recursos del profesional

Fase de acogida **la** En esta fase, se debe generar un clima de acogida en esa primera entrevista, se debe explicar la confidencialidad de los asuntos tratados, ya que es un momento clave en el proceso de intervención, en las que se procura orientar en las gestiones en las que aún presenta demanda el estudiante migrante, asesorando acerca de los trámites que se deban realizar.

Fase tutelada Para esta fase se debe establecer un contacto periódico con el individuo,

“Conociéndome en la para plantear la intervención basados en el proyecto personal del **ciudad”** estudiante.

En este seguimiento se podrán generar ciertas acciones:

- Información sobre temas relacionados a la vivienda (económica, residencias estudiantiles, etc.)
- Posibilitar la introducción al mercado laboral, si así lo requiere, desde los beneficios que presta la institución.
- Procurar medidas de apoyo desde la universidad, grupos de pares, de representación, entre otros.
- Apoyo desde seguimiento escolar.

Fase Autónoma Para este momento, la autora se refiere a una intervención más esporádica, en la que el trabajo se centra en la aculturación; es decir, en **“Amando mi estadía”** aceptar nuevas costumbres, aprender a convivir en la nueva ciudad y a no perder sus raíces socioculturales en el proceso.

La intervención planteada por Ortiz (1996) expresa que, para dar inicio al proceso de intervención con el estudiante migrante, se requiere conocer tanto a la población como las necesidades que estos presentan, es decir, su realidad social (Ortiz, pág. 149). En muchos casos, los estudiantes manifiestan mayor necesidad a nivel socio-económico que emocional, suplir esta necesidad forma parte del asentamiento del joven a la ciudad lo que genera un momento de estrés que debe ser afrontado de manera asertiva, enfocado en dar solución al problema para dar continuidad al proceso migratorio y, a su vez, al proceso académico del joven.

De igual manera puede ocurrir que, en los primeros encuentros con el estudiante, se manifieste mayor problemática a nivel emocional por la aculturación, lo que representa más un afrontamiento desde el enfoque de regulación emocional. Por este

motivo se sugiere reconocer los distintos focos del problema por el cual acude el estudiante y plantear un proceso de intervención desde allí. Es por este motivo que esta propuesta se plantea de manera individual, ya que a pesar de mostrar que las problemáticas representadas en el proceso de investigación son similares, el contexto varía de persona a persona. El proyecto busca abarcar de la mejor manera los factores estresantes, de manera que, desde lo individual, la adaptación a la ciudad -y de paso la permanencia en la institución educativa- sea afrontado de manera adecuada por los jóvenes migrantes.

Para esto, resulta importante reconocer que, desde la profesión, se debe pretender en cada una de las fases de la intervención la creación de redes interdisciplinarias e interinstitucionales que resulten necesarias para una mejor intervención a la comunidad estudiantil migrante (Ortiz, pág. 152). Al hablar de redes interdisciplinarias, se hace énfasis en aquellas que forman parte del área de Desarrollo Humano desde la División Medio Universitario; bien sea que el estudiante requiera más apoyo espiritual, psicológico o económico, en cuyo caso se debe asesorar para recibir atención desde el Área de Promoción Socio-económica.

Se recomienda, entonces, a la división de Medio Universitario, buscar estrategias de vinculación o convenios con bolsas de trabajo de las cajas de compensación como Colsubsidio, Cafam o Compensar para brindar consejería a los estudiantes que se acerquen al proyecto con el fin de presentar una mejora en sus ingresos. De igual manera se recomienda establecer convenios con residencias estudiantiles, de manera que se pueda brindar una respuesta a dicha necesidad presentada por los estudiantes que se acerquen a la División.

La visión que se debe tener desde Trabajo Social, para esta intervención es la de promover la autonomía del joven migrante y el dominio de su cotidianidad, para prevenir situaciones de crisis emocional, y afrontar de manera más asertiva las problemáticas que han de presentarse durante el asentamiento a la ciudad.

La difusión de la información para brindar apoyo, se realizará por medio audiovisual, a partir de propaganda en las carteleras, además de buscar el apoyo de los docentes de primeros semestres que den a conocer el proyecto a los estudiantes, es decir, por medio de voz a voz.

5.3.3 Localización

El proyecto será llevado a cabo desde la División Medio Universitario, en la sede principal de la Universidad Colegio Mayor de Cundinamarca, la cual se encuentra en el barrio La Macarena, en la Localidad Santa Fe, específicamente en la Calle 28 No. 5B-02; donde se ejecuta el Sistema de Permanencia de Graduación, que busca brindar apoyo a los estudiantes de primeros semestres para la prevención de la no permanencia en la institución, o de la deserción estudiantil en general.

5.3.4 Temporalización

Este proyecto, de acuerdo con su estructura, propone un calendario de actividades para la organización y ejecución de este. Por este motivo, se presenta el siguiente cronograma de actividades: ver anexo 1.

5.3.5 Población a intervenir

La población para intervenir será de estudiantes que ingresen a primer semestre, que cuenten con la calidad de migrante, es decir, que provengan de otros municipios. El proyecto está dirigido a estudiantes que deseen alguna clase de acompañamiento durante su proceso de asentamiento a la ciudad, bien sea a nivel emocional o académico. La División de Medio Universitario realizará una campaña de promoción del proyecto, al inicio del semestre, de manera que todos los estudiantes lo conozcan y tengan clara la ruta para vincularse.

5.3.6 Recursos Materiales

En este se establecen los recursos que han de ser utilizados para la ejecución del proyecto; recursos que serán brindados por la institución educativa Unicolmayor y que se especifican en la siguiente lista:

- Oficinas de la División Medio Universitario.
- Elementos tecnológicos (computadores, teléfonos, etc.).
- Papelería.

5.3.7 Recursos Financieros

Para llevar a cabo el proyecto de intervención, se presenta el siguiente presupuesto, determinando la manera de costear los requerimientos del proyecto. Es necesario aclarar que es la institución educativa la que brindará dichos recursos.

Tabla 3. Presupuesto

Concepto	Detalle	Unidades	Valor	por Valor total
		unidad u hora		
Personal o Talento Humano	Profesional en Trabajo Social (2)	8 horas semanales	\$10.350	\$1.821.600
	Profesional en Psicología (2)	8 horas semanales	\$10.350	\$1.821.600
	Psicopedagogía (1)	8 horas semanales	\$10.350	\$910.800
Subtotal Personal O Talento Humano				\$4.554.000
Materiales, Suministros Y Servicios	Resmas de papel	10 unidades	\$11.500	\$115.000
	Impresora	1 unidad	\$ 2.374.000	\$2.374.000
	Cajas de esferos	10 unidades	\$4990	\$49.900
	Computadores	5 unidades	\$1.259.300	\$6.296.500
	Video beam	1 unidad	\$ 1.679.000	\$ 1.679.000
Subtotal Materiales, Suministros Y Servicios				\$10.514.400
Total, Parcial				\$15.068.400
Total, Con Imprevistos (Total Parcial + 10%)				\$16.575.240

5.3.8 Recurso Humano

Como se ha dicho anteriormente, el proyecto será ejecutado por el área de Desarrollo Humano de la División Medio Universitario de la Universidad Colegio

Mayor de Cundinamarca, desde esta área se trabaja en conjunto con las profesionales de Psicología, Trabajo Social, asesores espirituales, entre otros.

5.4 Fase tres: Ejecución

La etapa de la ejecución aplicación es el momento en el que se pone en práctica el proyecto, teniendo en cuenta la forma en que se desarrolla, su seguimiento y control (Serrano, 2009). Este proyecto de intervención ha de brindar respuesta a un fenómeno observado dentro de la Universidad Colegio Mayor de Cundinamarca que, de no ser abordado, puede traer repercusiones en los estudiantes; requiere ser planteado con base en las necesidades de la población, que fueron anteriormente manifestadas y comprendidas.

A partir de lo anterior, se establece el siguiente plan operativo con los siguientes formatos de ingreso y actividades de la siguiente manera.

Cabe resaltar, que este plan operativo está sujeto a las modificaciones que los profesionales de la División Medio Universitario, de acuerdo con las necesidades que surjan durante los procesos de intervención y la cantidad de población que se acerque a recibir este beneficio.

Tabla 4. Ejecución de las actividades propuestas

Fase	Actividad	Objetivo	Indicador	Meta
Fase de acogida. La llegada.	<p>Grupal: Charla de bienvenida durante la inducción, invitando a participar del proyecto, presentando los objetivos del mismo y la ruta para vincularse.</p> <p>Individual: Entrevista individual con los estudiantes que se acerquen. Tras esta entrevista, el profesional podrá observar las actitudes, problemáticas, expectativas y necesidades que presenta el estudiante, de manera que se pueda generar tanto el diagnóstico de cada caso, como un contrato terapéutico y una metodología pertinente de acuerdo a cada estudiante.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Dar a conocer el proyecto a los estudiantes de primer semestre, provenientes de otras partes del país, motivando a su participación como parte la adaptación tanto a Bogotá como a la vida estudiantil. • Reconocer necesidades, problemáticas y expectativas de los estudiantes que formen parte del proyecto, generando relaciones de confianza entre estudiante y profesional con miras a un proceso de intervención adecuado. 	<p>Número de estudiantes inscritos al proyecto/número de estudiantes de carácter migrante ingresados a primer semestre</p> <p>Número de estudiantes inscritos al proyecto/número de estudiantes ingresados a primer semestre.</p>	<p>70% de los estudiantes de carácter migrante matriculados en primer semestre de pregrado son sensibilizados y muestran interés en el proyecto.</p> <p>El 60% de los estudiantes de carácter migrante matriculados en primer semestre de pregrado.</p>

Fase tutelada. El asentamiento	<p>Grupal:</p> <p>1. Cartografía de la ciudad.</p> <p>En una sesión grupal, se les brindará a los estudiantes que formen parte del proyecto una serie de mapas de Bogotá en los que los estudiantes deberán identificar: puntos cardinales, vías principales, portales de Transmilenio, nombres de los barrios, puntos estratégicos de la ciudad (estadio, bibliotecas, centro histórico, etc.)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Brindar a los estudiantes que forman parte del proyecto estrategias de ubicación en la ciudad, mejorando la movilización de estos. • Sensibilizar tanto a estudiantes bogotanos como a los estudiantes que forman parte del proyecto respecto a la ayuda mutua, la interculturalidad y la ciudad. 	<p>Número de estudiantes asistentes al taller de cartografía/número de estudiantes inscritos al proyecto.</p> <p>Número de estudiantes asistentes al taller de integración/número de estudiantes inscritos al proyecto.</p>	<p>El 80% de los estudiantes inscritos o que forman parte del proyecto asisten al taller de cartografía.</p> <p>El 75% de los estudiantes inscritos o que forman parte del proyecto y sus invitados asisten al taller de integración.</p>
---------------------------------------	---	--	---	---

2. Integración por localidades:

Se realizará una actividad de integración en la que los estudiantes que formen parte del proyecto inviten a compañeros bogotanos que residan en las mismas localidades, de manera que este segundo grupo brinde

especificaciones acerca de la localidad: zonas peligrosas, rutas de buses, entre otras.

3. Charlas con bolsas de empleo:

De realizarse convenio con las bolsas de trabajo de las cajas de compensación, se invitaría a un representante de dicha entidad a brindar una

charla para los estudiantes que formen parte del proyecto, con el fin de dar a conocer tanto el convenio como las opciones de trabajo en las que se

pueden presentar los estudiantes teniendo en cuenta las situaciones que presentan (minoría de edad y estudio diurno). Individual:

Entrevistas de seguimiento acordadas con el contrato terapéutico.	Número de estudiantes asistentes a cada sesión individual/número de estudiantes inscritos al proyecto.	frente a las problemáticas por las que llegaron, puede ser por medio de algo creativo como un video o presentación en Power Point, contando momentos buenos, difíciles, etc., y el desenlace de estos.	<ul style="list-style-type: none"> • Evaluar el proceso llevado a cabo a manera grupal, reconociendo herramientas útiles para el asentamiento adecuado de los estudiantes provenientes de otros departamentos que ingresen a estudiar en la Universidad Colegio Mayor de Cundinamarca. • Establecer acuerdos con cada estudiante que forme parte del proyecto sobre su continuidad en el mismo.
<ul style="list-style-type: none"> • Brindar herramientas de resolución frente a la situación laboral o económica que presentan los estudiantes que forman parte del proyecto, a partir de los convenios con bolsas de empleo de cajas de compensación. • Realizar procesos de seguimiento al proceso de intervención con los estudiantes que forman parte del proyecto, para una óptima 	El 75% de los estudiantes inscritos o que forman parte del proyecto asisten a la charla con la bolsa de empleo.	Individual: Entrevista final para evaluar proceso, recomendar continuidad o finalizar el proyecto.	Número de estudiantes que asistieron continuamente a las sesiones grupales del proyecto/número de estudiantes inscritos al proyecto.
intervención de acuerdo a cada caso individual. Número de estudiantes asistentes a la charla de empleo/número de estudiantes inscritos al proyecto.	Seguimiento estudiantil respecto a notas, asistencia, entre otros.		Número de estudiantes que asistieron a cada sesión individual del proyecto/número de estudiantes inscritos al proyecto. El 75% de los estudiantes inscritos o que forman parte del proyecto asisten al cierre formal del proceso de intervención.
	<p>Fase autónoma. Cierre grupal: Inserción o Integración. Se realizará una sesión en la que los estudiantes mostrarán ante los demás miembros del proyecto el proceso que han presentado</p>		

grupal y presentan un proceso de asentamiento adecuado.

El 75% de los estudiantes inscritos o que forman parte del proyecto no requieren continuidad en el proyecto dados los buenos resultados tanto académicos como de adaptación al nuevo entorno.

5.5 Fase cuatro: Evaluación

Esta fase es la respuesta a qué se ha logrado, a partir de un proceso de reflexión que permite explorar y valorar los resultados de las acciones realizadas durante el proceso de intervención (Serrano, 2009). Esta permite reconocer los errores y aciertos en la práctica para corregir en un futuro. Por este motivo, se recomienda realizar una evaluación cada final de semestre teniendo en cuenta las intervenciones individuales; sus necesidades, formas de respuesta y aspectos por mejorar, además de la cantidad de estudiantes que acudieron al proyecto.

Por este motivo se retoma la metodología de Mario Espinoza (1988), el cual menciona la evaluación interna, como el tipo de evaluación apropiada para un proyecto de intervención individual. En este, las personas que se ven involucradas en la ejecución del proyecto son quienes proceden a evaluar el proyecto.

Para ejecutar la evaluación, Espinoza sugiere que sea realizada una actividad de cierre tras cada sesión, bien sea grupal o individual, de manera que el seguimiento permita recoger información que ayude a fortalecer el proyecto en los semestres siguientes. Este proceso debe ser llevado a cabo por las profesionales que se encarguen de ejecutar el proyecto (Espinoza, 1988) y deberá tener en cuenta tres aspectos fundamentales:

- **Idoneidad del proyecto:** en este se refiere a la confiabilidad existente entre las acciones propuestas y ejecutadas con el fin de alcanzar los objetivos y metas propuestos. Debe dar respuesta a si las acciones fueron las más adecuadas, si la metodología utilizada dio los resultados pretendidos, cuáles modificaciones se realizarían tanto en las acciones como en la metodología para alcanzar las metas propuestas y qué bloqueos y facilidades se encontraron durante el proceso a nivel usuarios y ejecutores.
- **Efectividad del proyecto:** es la medición del grado en que los objetivos y metas fueron alcanzados, y cómo esto fue logrado a través de las acciones ejecutadas en el proceso. Se tienen en cuenta la evaluación de las metas a nivel cuantitativo, a nivel de

calidad, a nivel de tiempo y la evaluación de los objetivos, observando si estos fueron logrados.

- Eficiencia del proyecto: que es la relación entre los recursos naturales, materiales, humanos y financieros y el producto alcanzado tras la ejecución del proyecto.

Finalmente, se recomienda a la División Medio Universitario incluir la presente propuesta de intervención dentro del Sistema de permanencia de graduación con el fin de contribuir en la adaptación de los estudiantes provenientes de otras partes del país, de manera que aporte a la solución de no permanencia en los programas de pregrado de la Universidad Colegio Mayor de Cundinamarca.

Conclusiones

- La etapa de asentamiento durante el proceso migratorio, para jóvenes universitarios de la Universidad Colegio Mayor de Cundinamarca, genera estrés y éste tiende a afectar las relaciones sociales y el rendimiento académico de los estudiantes conduciendo a la no permanencia en la institución educativa.
- La aculturación y la discriminación son los estresores que más afectan la permanencia de los estudiantes en la institución educativa y en la ciudad a causa del desconocimiento intercultural.
- Las estrategias de afrontamiento enfocadas en regulación emocional permiten la expresión adecuada de los sentimientos generados por la aculturación y la discriminación vivenciada por los estudiantes migrantes durante la etapa de asentamiento, aportando a la permanencia dentro de la institución educativa.
- Las estrategias de afrontamiento dirigidas a la resolución del problema son utilizadas por los estudiantes migrantes de la institución educativa durante el asentamiento, especialmente en momentos en que la situación es desbordante y requiere acción inmediata.
- Un proyecto de intervención dirigido a la población migrante de la Universidad Colegio Mayor de Cundinamarca aportará en beneficio a la adecuada adaptación del joven a la ciudad y la permanencia del mismo dentro de la institución.

Recomendaciones

A la comunidad universitaria, especialmente a la División Medio Universitario, se sugiere implementar la propuesta planteada en este documento, ya que se presenta como un aporte significativo y solicitado por la comunidad estudiantil para una mejora en la calidad de vida de los estudiantes que ingresan a la Unicolmayor provenientes de otras partes del país.

Al programa de Trabajo Social, se recomienda indagar y ampliar el conocimiento relacionado con las estrategias de afrontamiento y la migración interna, tomando estas como temáticas de complementación para ampliar el espectro en la intervención tanto individual como grupal de los futuros profesionales.

A la profesión se sugiere continuar generando estrategias de intervención con personas de carácter migrante, como la acogida en la propuesta de intervención, de manera que la población intervenida reciba cada vez mejores aportes para su proceso de asentamiento e integración a la ciudad receptora. Además, se recomienda realizar mayor indagación acerca de las estrategias de afrontamiento, con el fin de generar procesos de intervención destinados al fortalecimiento de estas desde el enfoque sistémico.

Referencias

- CONSTITUCIÓN POLÍTICA DE COLOMBIA. (1991). *CONSTITUCIÓN POLÍTICA DE COLOMBIA*. Bogotá: Rama Judicial de Colombia.
- Abello, M., & Gallego, J. (2007). LO PSICOSOCIAL EN RELACION AL TRABAJO SOCIAL. . *Boletín Electrónico SURÁ Escuela de Trabajo Social. Uniersidad de Costa Rica*, 18-30.
- Bienestar Universidad Nacional. (07 de 2018). *Bienestar Unal*. Obtenido de Bienestar Unal: <http://www.bienestar.unal.edu.co/estudiantes/inclusion-educativa/>
- Bienestar Universitario. (24 de enero de 2018). *Bienestar Universitario*. Obtenido de Bienestar Universitario: <http://www.unicolmayor.edu.co/nuevo/index.php?idcategoria=8897>
- Blanco, R., & Avillarraga, C. (2017). Estrategias de afrontamiento en estudiantes ingresantes del interior del país a la Licenciatura en Psicología. *Jornadas de Investigación en Educación Superior*.
- Caputo, L. (2000). Intenciones juveniles y heterogeneidad de los patrones migratorios como estrategias de vida de la juventud rural argentina. *VI Congreso de la Asociación Latinoamericana de Sociología Rural Y Red Latinoamericana de Juventudes Rurales* , (pág. 16). Buenos Aires, Argentina.
- CEPAL. (08 de mayo de 2018). *Comisión Económica para América Latina y El Caribe*. Obtenido de Comisión Económica para América Latina y El Caribe Acerca de Migración Interna: <https://www.cepal.org/es/temas/migracion-interna>
- Congreso de Colombia. (1992). *Ley 30* . Bogotá.
- Congreso de Colombia. (2013). *Ley 1616 de Salud Mental*. Bogotá.
- Consejo Nacional de Trabajo Social. (2015). *Código de Ética de Los Trabajadores Sociales en Colombia*. Bogotá.
- Coronel, F. (2013). Efectos de la migración en el proceso de aprendizaje-enseñanza y su tratamiento desde la escuela. . *Revista Integra Educativa*, 57-77.
- Departamento Administrativo Nacional de Estadística. (2017). *Preguntas Frecuentes*. Bogotá.
- Departamento de Planeación. (2018). *Estudiantes matriculados 2018-1 según origen geográfico*. Bogotá: Universidad Colegio Mayor de Cundinamarca.
- Di-colloredo, c., Aparicio, D., & Moreno, J. (2007). Descripción de los estilos de afrontamiento en hombres y mujeres ante la situación de desplazamiento. *Psychologia. Avances de la disciplina, vol. 1*, 125-156.
- Di-colloredo, C., Aparicio, D., & Moreno, J. (2007). Descripción de los estilos de afrontamiento en hombres y mujeres ante la situación de desplazamiento. *Psychologia. Avances de la disciplina, vol. 1, núm. 2*, 125-156.
- Espinoza, M. (1988). *Evaluación de proyectos sociales*. Ediciones Humanitas.

- Fajardo , M., & Patiño, J. (2008). Estudios actuales sobre aculturación y salud mental en inmigrantes: revisión y perspectivas. *Revista Iberoamericana de Psicología: Ciencia y tecnología*, 30-45.
- Ferrer, R., Palacio, J., & Madarriaga, C. (2013). Proceso de aculturación y adaptación del inmigrante: características individuales y redes sociales. *Psicología desde el Caribe Universidad del Norte Vol. 13*, 13-24.
- Fierro, A. (2000). Estrés, Afrontamiento y Adaptación. *Estrés y salud*, 15-47.
- Gantiva, C., Luna, A., Dávila, a., & Salgado, M. (2009). Estrategias de Afrontamiento en personas con Ansiedad. *Psychologia: avances de la disciplina. Vol. 4. N.º 1. Universidad Católica de Colombia*, 55-78.
- Grupo de Investigación Nuevas Perspectivas En Salud Mental. (2018). *PORTAFOLIO GRUPO DE INVESTIGACIÓN Nuevas Perspectivas En Salud Mental*. Bogotá: Universidad Colegio Mayor de Cundinamarca.
- Instituto Colombiano del Bienestar Familiar. (2008). *Migración Interna de Niños, Niñas y Adolescentes en Colombia*. Bogotá: Observatorio del Bienestar de la Niñez.
- Lazarus, R., & Folkman. (1984). *El concepto de afrontamiento en estrés*. Barcelon: Martínez Roca.
- Macías , M., Madariaga, C., Valle, M., & Zambrano, J. (2013). Estrategias de afrontamiento individual y familiar frente a situaciones de estrés psicológico. *Psicología desde el Caribe. Universidad del Norte, Barranquilla*, 112-130.
- Mannoni, P. (1998). Les représentations sociales. *Collection ¿Que sais-je?*
- Mendieta, E. (06 de febrero de 2013). *Periodos y etapas del ciclo vital del ser humano*. Obtenido de Periodos y etapas del ciclo vital del ser humano: <http://elsita2013.blogspot.com/2013/02/periodos-y-etapas-del-ciclo-de-vida-del.html>
- Meza, L. (2016). El paradigma positivista y la concepción dialéctica del conocimiento. *Instituto Tecnológico de Costa Rica*, 25-29.
- Micolta, A. (2005). Teorías y conceptos relacionados al estudio de las migraciones internacionales. *Revista del Departamento de Trabajo Social*, 58-73.
- Micolta, A. (2005). Teorías y conceptos relacionados al estudio de las migraciones internacionales. *Revista del Departamento de Trabajo Social*, 58-73.
- Migración Colombia. (2017). *Flujos Migratorios*. Ministerio de Relaciones Exteriores.
- Miranda, P., & Vásquez, A. (2016). Ansiedad y Afrontamiento en Universitarios Inmigrantes y No Inmigrantes. *Universidad Católica de Santa María. Escuela Profesional de Psicología*, 12-24.
- Mogran, C., Landero, R., & González, M. (2010). COPE-28: Un análisis psicométrico de la versión en español del Brief COPEq. *Universitas Psychologica, Bogotá.*, 32-44.
- Organización de las Naciones Unidas . (1948). *Declaración Universal de los Derechos Humanos*.

- Ortiz, A. M. (1996). Fases de la intervención social con inmigrante. *Alternativas. Cuadernos de Trabajo Social. N. 4*, 147-154.
- Ospina Londoño, M., Canavire, G., Bohóquez, S., & Cuartas, D. (2015). Expansión de la educación superior y sus efectos en matriculación y migración: evidencia de Colombia. *Revista Desarrollo y Sociedad*, 317-348.
- Patiño, C., & Kirchner, T. (2008). Estrés y Coping en Inmigrantes Latinoamericanos Residentes en Barcelona. *Revista Iberoamericana de Psicología: Ciencia y Tecnología*, 29-38.
- Pervet, A., Navarro, O., & Bogalska, E. (2012). La discriminación social desde una perspectiva psicosociológica. *Revista de Psicología Universidad de Antioquia*, 34-52.
- Rama Judicial de Colombia. (1991). *Constitución Política de Colombia*. Bogotá.
- Rodríguez, J. (2008). Migración Interna de la Población Juvenil: El Caso de América Latina. *Revista Latinoamericana de Población*, 9-26.
- Rodríguez, J. (2011). *Migración Interna y Sistema de Ciudades en América Latina: Intensidades, Patrones, Efectos y Potenciales Determinantes, Censos de la década de 2000*. Santiago de Chile: CEPAL - Serie Población y desarrollo.
- Rodríguez, J. (2011). *Migración Interna y Sistema de Ciudades en América Latina: Intensidades, Patrones, Efectos y Potenciales Determinantes, Censos de la década de 2000*. Santiago de Chile: CEPAL - Serie Población y desarrollo.
- Sampieri, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2014). *Metodología de la Investigación. Sexta edición*. Ciudad de México: Mc Graw Hill Education.
- Serrano, G. (2009). *Elaboración de Proyectos Sociales: Casos Prácticos*. Narcea.
- Sosa, F., & Zubuleta, E. (2015). La experiencia de migración y adaptación sociocultural: Identidad, contacto y apoyo social en estudiantes universitarios migrantes. *Psicogente*, 34-55.
- Tizón, J. (1993). Migraciones y Salud Mental. *Promociones y Publicaciones PPU*, 29-36.
- Torrejón, C. (2011). Ansiedad y Afrontamiento en Universitarios Migrantes. *Revista de la Pontificia Universidad Católica del Perú*, 1-88.
- Unidad Administrativa Especial de Migración Colombia. (2014). *Garantías de los Derechos Humanos en el Marco de la Gestión de Control y Verificación Migratoria*. Bogotá: Grupo de Estudios Institucionales sobre Migración.
- Universidad Colegio Mayor de Cundinamarca. (04 de abril de 2017). *La universidad*. Obtenido de La universidad: <http://www.unicolmayor.edu.co/nuevo/index.php?idcategoria=3846>
- Vélez, O. L. (2003). *Reconfigurando el Trabajo Social. Perspectivas y Tendencias Contemporáneas*. Medellín, Colombia: Espacio.

Vélez, O. L. (2003). *Reconfigurando el Trabajo Social. Perspectivas y Tendencias Contemporáneas*. Medellín, Colombia: Espacio.

Anexos

Anexo 1. Cronograma de propuesta de actividades

Fases y actividades/Mes a realizarse	Julio	Agosto	Septiembre	Octubre	Febrero	Marzo	Abril	Mayo	Junio	Julio	Agosto
Fase 1: Diagnóstico											
Detectar necesidades	x										
Jerarquizar problemas	x										
Establecer prioridades		x									
Fundamentar el proyecto		x									
Fase 2: Planificación											
Determinar objetivos		x									
Elaborar metodología			x								
Establecer un cronograma de actividades			x								
Establecer la población a intervenir				x							
Definir los recursos humanos, materiales y financieros					x						
Establecer equipo de dirección, control y supervisión					x						
Fase 3: Aplicación y ejecución											
Elaboración del plan operativo						x					
Ejecución del plan operativo						x	x	x	x	x	
Fase 4: Evaluación											
Evalualuación final o sumativa											x

Fuente: elaboración propia basada en los planteamientos de Gloria Pérez Serrano (2009)

Anexo N.º 2. Formato de recepción de caso

Formato de Recepción del caso

Proyecto “Llegando a Bogotá, quedándome en la Unicolmayor”



Fecha: Día ___ Mes ___ Año ___

Nombres Y Apellidos

Motivo De Consulta:

--

Remitido Para

Asesoría

Psicología: _____ Psicopedagogía: _____

Trabajo Social: _____ Otro. ¿Cuál?: _____

Remitido Por

Docente: _____ Estudiante: _____ Otro ¿Cuál?: _____

Observaciones

--

Firma del profesional

Profesional receptora del caso

Anexo N.º 3. Formato de seguimiento del caso

Formato seguimiento del caso

Proyecto “Llegando a Bogotá, quedándome en la Unicolmayor”



Fecha: Día ____ Mes ____ Año ____

Datos del usuario:

Nombre	
Edad	
Ocupación	
Estado civil	
Ocupaciones	
Dirección	
Teléfonos de contacto	
Correo electrónico	

Datos contacto de emergencia

Nombre	
Parentesco	
Ocupación	
Dirección	
Teléfonos de contacto	

Composición familiar:

Nombre	Parentesco	Edad	Estado civil	Nivel educativo	Ocupación

Motivo De Consulta:

--

Estudio

--

Diagnóstico

[Empty rectangular box]

Plan de tratamiento

[Empty rectangular box]

Firma del profesional

Profesional receptor del caso