

PROGRAMA DE ACOMPAÑAMIENTO PSICOSOCIAL Y PROMOCIÓN DE LA JUSTICIA SOCIAL PARA PERSONAS REFUGIADAS EN LA CIUDAD DE MÉXICO

ELSA SÁNCHEZ-CORRAL FERNÁNDEZ⁴²

INTRODUCCIÓN

Este capítulo aborda la intersección de tres ejes temáticos: la justicia social, la migración y el acompañamiento psicosocial. Nos referimos por Justicia Social:

La Justicia social involucra la promoción del acceso y la equidad para asegurar una completa participación de los individuos en la vida social, particularmente para aquellos que han sido sistemáticamente excluidos con base en su raza/etnicidad, sexo, edad, discapacidad física o mental, educación, orientación sexual, estatus socioeconómico, u otras características de antecedentes o afiliación a grupos. La Justicia Social se basa en la creencia de que todas las personas tienen derecho a un trato equitativo, a apoyo para defender sus derechos humanos y a una distribución justa de recursos sociales (Lee, 2007).

Los psicólogos comprometidos con la justicia social se esfuerzan por promover al mismo tiempo el desarrollo humano y el bien común con un enfoque en las necesidades culturales, contextuales e individuales; se involucran en la confrontación activa de la injusticia y la desigualdad en la sociedad; y dirigen la atención a la promoción de cuatro principios fundamentales que guían su trabajo: equidad, acceso, participación y armonía (ACA's division for Social Justice CSJ, 2015).

Murillo y Hernández (2011) señalan que hay tres grandes concepciones de Justicia social que conviven en la actualidad: la justicia social como la correcta distribución de bienes, recursos materiales y culturales, capaci-

dades; como reconocimiento, es decir, el respeto a la diversidad cultural y las relaciones armoniosas de esta dentro de la sociedad; y como participación en decisiones que afectan sus propias vidas, es decir, asegurar que las personas son capaces de tener una activa y equitativa participación en la sociedad.

La justicia social para Peñaranda (2015) es un proceso histórico en relación con la garantía de las condiciones de índole socio-cultural e individual que les permitan a todos los sujetos llevar una vida digna, en la cual se les asegure las oportunidades para desplegar sus potencialidades, lo cual precisa la realización de sus necesidades, aspiraciones e intereses. Es decir, la justicia social garantiza los bienes y condiciones de orden socio-cultural que aseguran la oportunidad que tienen las personas para ejecutar su plan de vida con dignidad y reconocimiento.

El concepto de justicia social en este capítulo tiene que ver con la promoción tanto de la distribución, el reconocimiento, como de la participación justa para todos los individuos, en específico, para las personas refugiadas.

Por otro lado, la *International Organization for Migration, IOM* (Organización Internacional para los Migrantes, 2019), que forma parte de la ONU y que funciona como una organización intergubernamental, define la migración como el movimiento de individuos lejos de su lugar usual de residencia, ya sea de forma internacional al cruzar entre países, o dentro de estados; cabe destacar que conforme ha crecido el fenómeno migratorio, han crecido las definiciones legales de los tipos de migración, por lo cual dicha organización diferencia entre migrantes en situaciones regulares e irregulares, refugiados, buscadores de asilo, tráfico de personas. Este capítulo se enfoca en personas que solicitan el reconocimiento de la condición de refugiado. El derecho al refugio consiste en la protección, el amparo y la asistencia que da un Estado a aquellas personas que huyen de su país de origen por diferentes razones, por lo general, relacionadas con la violación de Derechos Humanos (ACNUR, 2017). Las personas refugiadas se encuentran fuera de su país de origen por temor a la persecución, al conflicto, la violencia generalizada, u otras circunstancias que hayan perturbado gravemente el orden público y, en consecuencia, requieren protección internacional. La definición oficial de refugiado se puede encontrar en la Convención de 1951 y en los instrumentos regionales relativos a los refugiados, así como en el Estatuto del ACNUR. (ACNUR, 2020, sección de definiciones).

Por acompañamiento psicosocial nos referimos a los esfuerzos sistematizados que los profesionales de la salud mental y áreas afines realizan, para coadyuvar en la sana integración y adaptación al país, de las personas refugiadas. El acompañamiento psi-

cosocial involucra un proceso, donde se conjugan dos componentes básicos: un componente psicológico que aborda creencias, emociones y conductas; y un componente social que atiende las relaciones a nivel comunitario y los determinantes del entorno. El acompañamiento psicosocial comprende un conjunto de acciones orientadas a fortalecer habilidades, destrezas y competencias de alguna población socialmente vulnerable. El acompañamiento psicosocial implica una intervención socioeducativa que motiva y apoya para la reorganización de los recursos y prioridades en relación con instituciones y redes de apoyo, facilitando la transición hacia procesos de integración social. También tiene otros objetivos como: promover la autonomía, desarrollar capacidades para la autogestión, mejorar la participación en la estructura de oportunidades y generar procesos de empoderamiento (Fundación SES, 2020, p. 5-6).

Particularmente con la población migrante, el acompañamiento psicosocial busca además aliviar o controlar los efectos traumáticos de acontecimientos, colaborando en activar la capacidad de afrontamiento y apoyando los procesos de recuperación, a la vez que facilitando la generación de redes de apoyo social y la conexión con otros recursos sociales que les permitan el acceso a derechos en el nuevo país donde están formando su hogar.

Este capítulo presenta un Programa de Acompañamiento Psicosocial que se realiza en la Ciudad de México con personas refugiadas o que han solicitado la condición de refugiado a las autoridades migratorias del país y están en espera de resolución. Entre ellos se encuentran también migrantes con visa humanitaria. La mayoría de estas personas han sido víctimas de violencia y/o persecución por razones políticas, religiosas, de intolerancia étnica, o por orientación sexual.

A través de este programa, que hemos bautizado coloquialmente *Taller de Bienestar*, las personas en movilidad reciben atención en las principales temáticas de interés con el objetivo de lograr una integración a la vida mexicana. Mediante ejercicios y dinámicas interactivas se abordan los temas: reacomodo de recursos y habilidades personales para la adaptación a la cultura y forma de vida mexicanas; lazos de etnicidad en el país de origen versus el país de arribo; metas y proyectos migratorios; salud física; estrategias de afrontamiento emocionales; exploración de salud mental; testimonios de integración positiva; retos de aculturación; vida laboral, capacitación y acceso a la educación; vivienda y transporte en su nuevo hogar. Estos temas trabajan seis dimensiones:

1. FÍSICA (clima, enfermedades, somatización, ciclos de sueño, agotamiento crónico, adicción, discapacidad).
2. PSICOLÓGICA (duelo, estrés, estrategias de afrontamiento, ansiedad, manejo de la incertidumbre, identidad).

3. EDUCATIVA (lengua, cultura mexicana, estudios, manejo y disposición cuerpo, desesperanza aprendida).
4. SOCIAL (construcción de redes de apoyo, pautas de interacción, grupos identitarios, formación de vínculos).
5. POLÍTICA (acceso y ejercicio de los derechos como residente en México, como refugiado o refugiada, como persona con visa humanitaria).
6. ECONÓMICA (inserción laboral, acceso a vivienda digna, capacitación, proyectos de vida, manejo de gastos).

El sustento teórico y metodológico del Taller de Bienestar se fundamenta bajo las principales premisas de:

- a. Maritza Montero: la identificación y jerarquización de necesidades y los recursos para satisfacerlas (Montero, 2006, p. 91).
- b. Isaac Prilleltensky: el modelo de necesidades personales, relacionales y colectivas (Prilleltensky, 2004, p. 15; Prilleltensky, 2012, p.21).
- c. Modelo psicosocial Gestión de Casos con perspectiva de justicia social y competencias multiculturales (Viscarret, 2007).
- d. Modelo de Estrés Psicosocial de Bárbara Dohrenwend (1978). En Buelga, Musitu, Vera, Ávila, y Arango (2009).
- e. Modelo de Bienestar de Lin y Ensel (1989) contextos social, psicológico, fisiológico. En Buelga *et al.* (2009).
- f. Modelo de reducción de riesgos psicosociales de Marcelo Pakman (2012, p.151).
- g. Intervención social comunitaria en el ámbito de la migración de Martínez, Calzado y Martínez (2011, p. 245).
- h. Programa de acompañamiento integral de Sin Fronteras (2017, p. 51)
- i. Programa de atención psicológica, integración y empleabilidad de Casa Refugiados (2020)

- j. Modelo de intervención en crisis: Servicio Jesuita a Migrantes y Refugiados (2018)
- k. Manual de buenas prácticas en la atención de grupos en situación de vulnerabilidad en tránsito migratorio (Ibero-FICSAC 2015).

DESARROLLO

La migración es un fenómeno complejo en el que intervienen muchos factores. Uno de los factores principales es el económico, el cual a nivel mundial especializa a algunos países como productores de capital, mientras que a otros como productores de materias primas y fuerza de trabajo. Algunas de las razones por las que la migración se da, es por ejemplo el cambio de países con salarios bajos a países con salarios altos; por causas políticas; por razones climáticas; por conflictos bélicos, represión y persecución interna dentro de algunos países; así como por causas sociales y culturales. Además, muchas personas abandonan sus territorios de origen por causa de la discriminación racial, religiosa, sexual y cultural, que podrían tener consecuencias persecución y muerte. Aunque cada vez más vemos flujos migratorios mixtos, es decir, que las personas migran por más de un motivo, por ejemplo, por la violencia y además para escapar de la pobreza.

A las personas que se les concede el refugio, están en calidad de refugiadas en un país que no es el suyo; la calidad de refugiado solo puede obtenerse para los migrantes que comprueban que su vida corre peligro en su lugar de origen, por lo que les es imposible regresar. Los requisitos en México para ser candidato al refugio son: a) que la persona no se encuentre en su país de origen; b) que la causa de la salida del país de origen atienda a temores fundados de persecución; c) que los motivos de la persecución sean raciales, religiosos, derivados de la nacionalidad, de la pertenencia a un grupo social o de sus opiniones políticas; o derivados de la violencia generalizada, agresión, conflictos internos, violación masiva de derechos humanos u otras circunstancias que hayan perturbado gravemente el orden público, y d) que la persona no pueda o no quiera acogerse a la protección de su país de origen a causa de los temores fundados (SRE, 2016).

Según el ACNUR y la convención de Ginebra de 1951, los refugiados son aquellos individuos que salieron de su país por un temor de persecución por motivos como raza, religión, nacionalidad, pertenencia a un grupo social particular, u opinión política. Dichas personas, buscan protección en otro país por temor a su integridad y a su vida (Oficina del Alto Comisionado para los Derechos Humanos OHCHR, 2020). Fue hasta 1984, con la Declaración de Cartagena (ACNUR, 2001), que se reconocieron otras causales para

solicitar refugio, las cuales tienen que ver con violencia generalizada, la agresión extranjera, los conflictos internos, y la violación masiva de los derechos humanos.

De acuerdo con cifras del ACNUR, cada dos segundos una persona se ve obligada a desplazarse debido a los conflictos, violencia y persecución que se viven en su país. Esto corresponde a 44,400 personas obligadas a huir al día; a nivel mundial encontramos que el 85% de los países de acogida son del tercer mundo y las regiones con mayor número de personas refugiadas son África y Europa con 3.1 millones de migrantes solicitando refugio (ACNUR, 2018b). El 75% de los refugiados a nivel mundial provienen de solamente 11 países, entre ellos Siria, Yemen, Nigeria e Irak. Al igual que los migrantes, la mayoría de los refugiados tiene como país de destino un país del primer mundo (ONU, 2016).

Por otro lado, Estados Unidos es el mayor receptor de nuevas solicitudes individuales en el mundo con 3331.700, mientras que Alemania tuvo 198.300, Italia 126.500 y Turquía 126.100 (ACNUR, 2018a). De las personas que han solicitado asilo, 173.800 son menores no acompañados y separados, representando un 52%.

El fenómeno migratorio vivido en la República Mexicana se va complejizando y el número de personas en movilidad que llegan a México, va en ascenso. Según los últimos datos publicados por la ONU, México recibe 1,224,169 migrantes, de los cuales el 50.67% son hombres y el 49.32% mujeres (ACNUR, 2018a). El reporte de la Red de Documentación de las Organizaciones Defensoras de Migrantes (REDODEM) indica que, en el territorio nacional durante el 2017, 2,724 personas fueron registradas como víctimas de algún delito o violación de derechos humanos. La REDODEM, tiene como una de sus tareas, el denunciar delitos y violaciones de derechos humanos cometidos contra personas migrantes que ingresan a México de manera irregular. De estos 2,724 migrantes en territorio mexicano, los principales delitos de los que fueron víctima son: robo, lesiones, extorsión, secuestro y abuso de autoridad. Asimismo, los estados que fueron reportados con mayor número de crímenes perpetrados hacia las personas extranjeras en territorio mexicano fueron Veracruz, Chiapas y Oaxaca (REDODEM, 2018).

Según datos de la REDODEM, 69% del total anual de las personas migrantes son de Honduras, seguidos por 10.3% de personas de El Salvador, luego viene Guatemala con un 9.96% y por último México con un 8.26% (REDODEM, 2018). Tradicionalmente México ha fungido como país de tránsito, sin embargo, observamos en los últimos años un incremento de personas que solicitan refugio y buscan que México sea su país de acogida, debido a, entre otros factores, el aumento de la violencia en Centroamérica y los altos niveles de inmigración a nivel mundial (Lorenzen, Frausto y Orozco, 2018).

El porcentaje de extranjeros residentes en México es de 0.9% de la población total (INEGI, 2015), sin embargo, en el 2016 se registró en México un aumento de más del 150% en las solicitudes de asilo. La gran mayoría de las solicitudes vienen de personas huyendo de Honduras, El Salvador y Venezuela (Reviejo, 2017). En el 2018 según la Comisión Mexicana de Ayuda a Refugiados (COMAR) aproximadamente 14,544 personas solicitaron la condición de refugiado (COMAR, 2018). Es importante mencionar que según datos de la Secretaría de Gobernación (SEGOB, 2018), en el 2017 se emitieron 7,187 Tarjetas de Visitante por Razones Humanitarias (TVRH) y en el 2018 se emitieron 9,814. Así mismo, los extranjeros reconocidos como refugiados en el 2018 sumaban un total de 2,484 personas, de los cuales 1,766 son venezolanos, 414 salvadoreños, 222 hondureños y 82 de otros países.

De acuerdo con el representante del ACNUR, Mark Manley (Becerra, 2018), en los últimos cuatro años aumentó 580% el número de personas procedentes de Honduras, El Salvador y Venezuela que solicitaron refugio en México. Solo en 2017, en México solicitaron 14 mil 500 personas la condición de refugiado; las solicitudes aumentaron un 66% respecto al año anterior.

A pesar de que México es referido por sus autoridades gubernamentales, como un país de puertas abiertas para personas solicitantes de asilo, Sin Fronteras (2017) refiere que el crimen organizado y políticas migratorias restrictivas nos alejan de ser un buen país de acogida. Y como factor adicional, otro de los problemas a los que se suelen enfrentar los migrantes que tienen a México como país de acogida es la violación de sus derechos humanos. No son pocos los casos de migrantes que sufren discriminación en México, y que están sujetos a su constante criminalización.

Las leyes mexicanas sobre migración, aunque en teoría velan por los derechos de las personas en movilidad (por ejemplo, acceso a servicios de salud), sigue supeditando la defensa irrestricta de los derechos humanos de los migrantes en el país, al objetivo último de la soberanía y seguridad nacionales (Gall, 2018). Es una realidad que, en territorio mexicano, los migrantes sufren extorsión, secuestro, esclavitud y muerte de manos del crimen organizado. Además de despojarlos de sus recursos, los secuestran para extorsionar a sus familiares pidiéndoles pagos por su rescate; también los esclavizan obligándoles a ser peones en el tráfico de drogas o en el comercio sexual. Una vez secuestrados, si se rebelan, tratan de huir, o no son útiles para los miembros del crimen organizado, simplemente los matan (Armijo Canto, 2011).

En respuesta a este clima de violencia e inseguridad contra las personas en movilidad, las organizaciones de la sociedad civil se han dedicado a apoyar a las personas migrantes mediante la instalación de comedores, albergues y actividades para la defensa de los derechos humanos de los migrantes. Por ejemplo, desde hace más de 60

años, Casa de los Amigos, A.C. (Casa de los Amigos, 2020) ha ofrecido hospitalidad, servicio y trabajo de paz a personas de todas las nacionalidades. Es el centro cuáquero de paz y entendimiento internacional de la ciudad de México, que se encarga de promover la paz con justicia, la reconciliación, fomenta el entendimiento entre grupos e individuos, el desarrollo sustentable y afirma la dignidad humana de cada persona. Es una "casa de huéspedes" que combina la hospitalidad, la construcción de comunidad y el trabajo de la justicia social. Entre varios programas que ofrece, destaca su programa de movilidad humana, que constituye un referente de análisis global de los flujos migratorios y que, en alianza con Casa Refugiados, Sin Fronteras y el Alto Comisionado de las Naciones Unidas (ACNUR), ofrece hospedaje, desayuno y clases gratuitas de español para migrantes, solicitantes de asilo y refugiados.

Por otra parte, Casa Tochan ("Nuestra casa" en náhuatl) también está en la Ciudad de México y ofrece alojamiento seguro y cálido para migrantes, solicitantes de refugio y víctimas de delito. Abrió sus puertas en 2011 y está coordinada por el Comité de Solidaridad y Derechos Humanos Monseñor Óscar Romero (Casa Tochan, 2020). Realizan actividades culturales con diversas escuelas como pintura y teatro, tienen en activo una bolsa de trabajo y fomentan el autoempleo por medio de venta de comida y artesanías. Los servicios que ofrece son alojamiento con alimentos incluidos, consulta médica general dos veces al mes, psicología, talleres de inglés, pintura y artesanías (REDODEM, 2020).

El presente trabajo busca dar a conocer el *Programa de Acompañamiento Psicosocial* para migrantes y refugiados que se realiza en Casa de los Amigos y en Casa Tochan, por parte de estudiantes universitarios de Psicología de la Ibero CDMX. Este programa tiene como finalidad última el promover la justicia social para con los migrantes, que les permitan una sana integración a la vida en nuestro país.

La salud mental y el bienestar integral están directamente determinadas y pueden ser altamente vulnerables de sufrir deterioro, cuando las condiciones de justicia social desaparecen. Es decir, en una sociedad donde la desigualdad, la inequidad, la discriminación o la marginación obstaculizan el acceso a las oportunidades, a los beneficios y a los recursos para una vida digna en algunos ciudadanos, y en especial de los migrantes, los niveles de frustración, insatisfacción psicológica y patología mental aumentan significativamente (Sánchez-Corral, 2018).

Como hemos planteado anteriormente, el objetivo de este taller se centra en acompañar a los migrantes a la plena adaptación biopsicosocial al país y es impartido por los estudiantes de Psicología de quinto semestre dentro de su Práctica de Psicología Comunitaria. Mediante las sesiones promovemos la empatía, la escucha activa y la

aceptación incondicional que facilita que las personas entren en confianza para contar sus experiencias tanto en su país de origen como en el país de acogida: México. Los migrantes no tienen presente como necesidad de primer orden, la atención psicológica, ya que hay otro tipo de necesidades prioritarias que resolver que se relacionan directamente con la supervivencia, tal es el caso de contar con comida, zapatos, un techo, seguridad; sin embargo, a medida que va avanzando el taller, va creciendo su necesidad de trabajar el impacto psicológico de sus experiencias migratorias; no es extraño que puedan presentar el Síndrome de Ulises, que es un cuadro reactivo de estrés ante situaciones límite que no pueden ser elaboradas, no es el duelo migratorio clásico, sino una variante extrema de este duelo (Achótegui, 2017). Los estresores más importantes que generan esta serie de síntomas son: la separación forzada de los seres queridos que supone una ruptura del instinto del apego, el sentimiento de desesperanza por el fracaso del proyecto migratorio y la ausencia de oportunidades, la lucha por la supervivencia (dónde alimentarse, dónde encontrar un techo para dormir), y en cuarto lugar el miedo, el terror que viven en los viajes migratorios (pateras, ir escondidos en camiones), las amenazas de las mafias o de la detención y expulsión, la indefensión por carecer de derechos, entre otros (Achótegui, 2017).

Los procesos burocráticos que tienen que enfrentar los migrantes en México son largos; necesitan apoyo para integrarse a la vida del país y recuperarse de las vivencias traumáticas en el recorrido realizado. Los alumnos vienen desarrollando este programa desde el 2016 atendiendo ya a más de 200 migrantes, refugiados y solicitantes de asilo de diversos países en diferentes continentes. Los principales de América son Honduras, Venezuela, Haití, Guatemala y El Salvador. De África son Ghana, el Congo, Camerún, Somalia y Nigeria. De Medio Oriente son Irán, Yemen. De Eurasia son Uzbekistán, Ucrania. Estas personas están en un amplio rango de edad, de los tres a los 60 años. Hombres, mujeres y personas de la comunidad trans.

Su objetivo es colaborar a la adaptación e integración plena de estas personas a la vida mexicana, apuntalando herramientas de índole emocional, psicosocial, cultural y de acceso para cubrir necesidades básicas como empleo y vivienda.

OBJETIVOS

1. Restablecimiento del sentido de pertenencia e identidad
2. Optimización de los recursos psicosociales de las personas para la reducción del estrés psicosocial.

3. Plantear iniciativas que generen cambios en el entorno, en la conducta individual o en la calidad y frecuencia de las interacciones sociales.
4. Creación de redes de apoyo para enriquecer entorno social, principalmente cuando se presentan problemas en la pérdida, ausencia o disfunción de relaciones sociales
5. Promoción de hábitos de salud
6. Aprendizaje de habilidades adaptativas y de reestructuración cognitiva
7. Favorecer el acceso y el desempeño en roles socialmente valorados y estables
8. Detectar y prevenir situaciones de riesgo o de exclusión social
9. Tramitar y dar seguimiento de procesos con la autoridad, o de servicios médicos, educativos, laborales o psicológicos.
10. Restablecimiento o mantenimiento de las dimensiones del bienestar humano en el nuevo país.

La intervención comunitaria se realiza bajo un modelo inspirado en:

1. Programa de acompañamiento psicosocial de *Sin Fronteras*, que conjuga tres elementos: la integración al país, la vida emocional y la salud mental. Esto desde un paradigma de intervención que incluye la atención integral, la visión de derechos humanos, la promoción de la autosuficiencia del usuario, la no discriminación, toma de decisión informada, enfoque de género, calidad, calidez y lenguaje sencillo (Sin Fronteras, 2017, p. 51).
2. Modelo de reducción de riesgos de Marcelo Pakman (2012, p.151), que enfatiza la promoción de la justicia social en acciones concretas que mejoran la salud y la situación general de vida de las personas. Dicho modelo trabaja doce rubros: salud general, salud mental, adicciones, educación, trabajo, vivienda y transporte, asuntos legales, violencia, etnicidad, pobreza, redes de apoyo y asistencia social.
3. Estrategia de intervención social y comunitaria de Martínez, Calzado y Martínez (2011, p.245). Estos psicólogos comunitarios españoles argumentan que los factores psicosociales que se presentan en la integración de los migrantes presentan retos en tres niveles: individual, organizacional y comunitario. No solo hay

que acompañar el proceso de aculturación de las personas en movilidad, sino también de la población receptora.

4. Modelo psicosocial Case management (boundary-spanning) con perspectiva de justicia social y competencias multiculturales (Viscarret, 2007). Este modelo de intervención tiene por objetivo que las personas atendidas reciban asistencia integral, facilitándoles todos los servicios necesarios en el tiempo y calidad adecuadas, esto implica las tareas de enlace entre el refugiado y la red de servicios existentes para su defensa, apoyo, y acceso a servicios de salud, vivienda.
5. Modelo de Estrés Psicosocial de Bárbara Dohrenwend (Buelga, Musitu, Vera, Ávila, y Arango, 2009). Su objetivo es proporcionar todos aquellos recursos psicológicos y situacionales que pueden ser necesarios para afrontar en un futuro el estrés psicosocial. El proceso de estrés psicosocial comienza con la aparición de sucesos vitales estresantes que dan lugar a una reacción de estrés, la cual depende de las características psicológicas del sujeto y de los elementos ambientales circundantes. La interacción de los “mediadores psicológicos” y de los “mediadores situacionales” determinan el tipo de respuesta al estrés. La respuesta puede ser adaptativa o disfuncional. Las actuaciones preventivas dirigidas a potenciar los mediadores psicológicos (proporcionan competencias y estrategias de resolución de conflictos) y los mediadores situacionales (proporcionan recursos materiales y sociales para afrontar problemas), ambos desempeñan un papel central como factores protectores del estrés psicosocial.
6. Modelo de Bienestar de Lin y Ensel (Buelga *et al.*, 2009). Que señala que el estrés se presenta en tres entornos: social, psicológico y fisiológico que incluyen a su vez dos tipos de fuerzas que pueden amenazar (estresores) o potenciar (recursos) el bienestar psicosocial de las personas.
 - a. Contexto social: Estresores - violencia, abuso, pobreza; y recursos- educación, protección, seguridad, apoyo social
 - b. Contexto psicológico: Estresores - depresión, ansiedad, problemas de sueño, somatizaciones; Recursos - autoestima, competencia personal, resiliencia
 - c. Contexto Fisiológico: Estresores- enfermedades, accidentes, adicciones; Recursos-dieta, ejercicio, hábitos de salud.
7. Modelo de bienestar comunitario de Isaac Prilleltensky, quien señala que el bienestar emocional deriva de la interacción de factores personales, relacionales y colectivos que trabajan en sinergia para satisfacer las necesidades humanas

(Prilleltensky, 2004, p. 15; Prilleltensky, 2012, p.21). La psicología en general se ha centrado en atender las necesidades personales (autoestima, autocontrol, seguridad, confianza), y las relacionales (cuidado, compasión, apoyo social), pero se ha olvidado de las necesidades colectivas (acceso a atención médica, educación, igualdad, trabajo y vivienda dignos). El bienestar integral del ser humano no se logra a plenitud si estas últimas necesidades no son cubiertas; se requiere de condiciones sociales y políticas saludables, estar libres de explotación económica y no ser víctimas de abusos de derechos humanos para verdaderamente experimentar salud mental (Prilleltensky, Dokecki, Frieden y Wang, 2012).

7. Modelo de identificación y jerarquización de necesidades de Maritza Montero (2006, p. 91) quien sostiene que la identificación de necesidades de una comunidad se hace junto con la comunidad, al mismo tiempo que es importante identificar tanto las capacidades y recursos con los que ya cuentan, como aquellos que necesitan desarrollar, tanto a nivel individual como comunitario, para satisfacer esas necesidades detectadas. Los recursos no son solo de carácter material, sino también intelectual, espiritual e histórico-cultural.

A la luz de la teoría de estos modelos, se diseñaron las diez sesiones del *Programa de Acompañamiento psicosocial*. Como fuente de apoyo e inspiración adicional, se revisaron las propuestas de atención psicológica, integración y empleabilidad de Casa Refugiados (2020); el modelo CASIC de Karl Slaikeu, trabajado en el *Manual de intervención en crisis* del Servicio Jesuita a Migrantes y Refugiados (2018); y el *Manual de buenas prácticas en la atención de grupos en situación de vulnerabilidad en tránsito migratorio* de Ibero-FICSAC (Urbano, 2015).

Se trata de una intervención trilingüe (español, inglés y francés), con énfasis en la promoción del bienestar, la reducción del estrés psicosocial y la integración plena a la vida del país. La población atendida incluye migrantes con visa humanitaria víctimas de violencia y/o persecución por razones políticas, religiosas, de intolerancia étnica, o por orientación sexual; y refugiados extracontinentales de países de África, Medio Oriente y/o Asia.

PROGRAMA DE ACOMPAÑAMIENTO PSICOSOCIAL

Sesión 1: De México para el mundo.

Objetivos:

- Dar a conocer el Taller de Bienestar a todos los participantes.
- Introducir la cultura mexicana a los beneficiarios.

- Acompañar en las necesidades y expectativas personales como extranjeros en un nuevo país.

Temas guía:

- Información práctica del país: geografía, habitantes, cultura, arte, clima, comida, lengua.
- Exigencia en el reacomodo de recursos y habilidades personales.
- Cómo cubrir necesidades de subsistencia y acceso a derechos básicos.
- Estrategias para el cuidado y protección en el país de acogida.

Método:

Mediante lluvia de ideas, dinámicas grupales, presentación de Powerpoint, videos, cuestionarios Kahoot o trivia Jeopardy, de la mano con herramientas de escucha activa y retroalimentación positiva, los facilitadores del taller acompañan a los participantes a conocer México, el país donde quieren construir su nuevo hogar. La información que se revisa no solo brinda conocimientos útiles y prácticos para adaptarse mejor, sino que pretende hacer una revisión personal de los propios recursos, competencias, necesidades y expectativas almacenadas que requieren un espacio y atención en el nuevo país.

SESIÓN 2: ORGULLO CULTURAL: MIS RAÍCES.

Objetivos:

- Recuperar cultura, tradiciones y recuerdos del país de origen.
- Celebrar la diversidad cultural que enriquece las naciones.
- Descubrir semejanzas entre países que faciliten los lazos de hermandad.

Temas guía:

- Mi país: mi cultura, tradiciones, comida, gente, lugares.
- Mi religión: mis creencias, mis rituales, mi fe, mis pasatiempos.
- Estrategias para recuperar mis raíces dentro del nuevo país.
- Lazos de etnicidad en el país de origen vs. País de arribo.
- Duelo por las pérdidas en el país de origen.

Método:

Mediante lluvia de ideas, dinámicas grupales, presentación de Powerpoint, videos, cuestionarios Kahoot o trivia Jeopardy, de la mano con herramientas de escucha activa y retroalimentación positiva, los facilitadores del taller acompañan a los participantes a recuperar elementos de su identidad cultural, enfatizar la importancia de preservar sus raíces y tradiciones, a la vez que señalar lo crucial de aprender y adaptar los nuevos elementos culturales del país de acogida, que los ayudará a integrarse mejor. Recaltar la riqueza de la diversidad cultural de cada país y la posibilidad de la convivencia multicultural. Validar los sentimientos de nostalgia o añoranza por lo perdido que no puede ser recuperado.

SESIÓN 3: METAS Y PROYECTOS MIGRATORIOS

¿A DÓNDE VOY, EN DÓNDE ESTOY?

Objetivos:

- Recapitular motivos y factores que incitaron a migrar.
- Detectar aprendizajes de la experiencia migratoria hasta el momento.
- Visualizar metas y objetivos que respondan a sus necesidades actuales.
- Identificar desde una perspectiva interseccional sus fortalezas y áreas de oportunidad.

Temas guía:

- Eventos exitosos vs. Frustrantes (ruta de atención -recepción, acogida, adaptación, integración; proceso migratorio: solicitud de asilo; planes tránsito-viaje-regreso).
- Pérdidas y duelos en la movilidad.
- Estrés pasados y presentes.
- Experiencias previas de migración.
- Analizar categorías (pobreza, violencia, fortalezas, áreas de oportunidad, capacidades).

Método:

Mediante lluvia de ideas, dinámicas grupales, presentación de Powerpoint, videos, cuestionarios Kahoot o trivia Jeopardy, de la mano con herramientas de escucha activa y retroalimentación positiva, los facilitadores del taller acompañan a los participantes a hacer un recorrido mental sobre su situación en el país de origen, sus experiencias en el camino, sus metas y necesidades al momento de estar en México. Se pretende alentarlos a crear estrategias que los ayuden a alcanzar esas metas revisadas y actualizadas, considerando las fortalezas y capacidades con las que cuentan, y las vicisitudes que arroja su contexto social, cultural, económico y político.

SESIÓN 4: SALUD FÍSICA: TÚ EN UN NUEVO LUGAR.

Objetivos:

- Conocer los retos de salud durante el tránsito migratorio.
- Identificar el estado de salud física personal y su impacto en nuestro desempeño integral.
- Descubrir la relación directa entre salud física y salud mental.
- Proveer a los huéspedes estrategias para mantener una buena salud física que redunde en bienestar integral.

Temas guía:

- Adaptación al clima, comida, altitud, y demás variables sensibles para la salud física.
- Estrategias de combate para el agotamiento crónico y los trastornos del sueño.
- Posibles problemas de salud/discapacidad enfrentados en la migración.
- Disposición del cuerpo en el espacio público (contacto-ocultamiento).

Método:

Mediante lluvia de ideas, dinámicas grupales, presentación de Powerpoint, videos, cuestionarios Kahoot o trivia Jeopardy, de la mano con herramientas de escucha activa y retroalimentación positiva, los facilitadores del taller acompañan a los participantes a explorar su estado de salud física y la relación que esta juega en su bienestar, en su salud emocional y en la consecución de metas o proyectos; en un segundo mo-

mento se ofrecen estrategias para mejorar o mantener una buena salud física, desde cuestiones de alimentación, hasta higiene del sueño.

SESIÓN 5: BOTIQUÍN EMOCIONAL.

Objetivos:

- Identificación de las propias emociones y la expresión sana de las mismas.
- Reconocimiento y confrontación de los sentimientos negativos que impactan en su salud emocional.
- Conocer los diferentes tipos de estrategias para lidiar con el estrés, la depresión y síntomas de ansiedad para mejorar la calidad de vida y generar mayor bienestar.

Temas guía:

- Exploración de salud mental.
- Estrategias de afrontamiento ante emociones y sentimientos generados a partir de la realidad migratoria.
- Manejo del estrés, depresión y ansiedad.
- Fortalecimiento de la resiliencia.

Método:

Mediante lluvia de ideas, dinámicas grupales, presentación de Powerpoint, videos, cuestionarios Kahoot o trivia Jeopardy, de la mano con herramientas de escucha activa y retroalimentación positiva, los facilitadores del taller acompañan a los participantes a distinguir entre un sentimiento y una emoción, a reconocer sus propios sentimientos y emociones y el impacto que tienen en su calidad de vida y bienestar. Por otro lado, se brindan una serie de herramientas y estrategias para manejar problemáticas comunes de salud mental en la migración como lo son el estrés, la depresión y la ansiedad. Y por último se enfatiza en la importancia de la resiliencia como factor protector ante el embate de las dificultades.

SESIÓN 6: CAJA DE EMOCIONES.

Objetivo:

- Promover estilos de vida saludable que generen emociones sanas y sentimientos positivos.
- Identificar acciones que abonen al manejo sano de situaciones comunes para los migrantes como la espera y la incertidumbre ante su futuro próximo.
- Canalizar la atención psicológica o psiquiátrica especializada a aquellas personas que lo requieran.

Temas guía:

- Estilos de vida saludable.
- Estrategias de combate al aplanamiento afectivo.
- Vivencia y manejo de la incertidumbre y de la espera.
- Detección y canalización para atención clínica especializada.

Método:

Mediante lluvia de ideas, dinámicas grupales, presentación de Powerpoint, videos, cuestionarios Kahoot o trivia Jeopardy, de la mano con herramientas de escucha activa y retroalimentación positiva, los facilitadores del taller acompañan a los participantes a descubrir estilos de vida saludables que les permitan mejor control de sus emociones y de sus sentimientos; aprender herramientas para sobrellevar la incertidumbre de su proceso migratorio y la frustración que puede conllevar la espera; y solicitar ayuda especializada para tratamiento en caso necesario.

SESIÓN 7: HISTORIAS DE ÉXITO.

Objetivos:

- Conocer historias de casos exitosos de refugio en México.
- Apuntalar la motivación y la esperanza para resolver con éxito su integración legal y social al país.

- Identificar herramientas útiles para solventar las dificultades en el proceso de adaptación.

Temas guía:

- Testimonios de integración positiva: refugiados en México.
- Retos y estrategias de solución para la inserción psicosocial en un país extranjero.
- Combate a la desesperanza aprendida.

Método:

Mediante lluvia de ideas, dinámicas grupales, presentación de Powerpoint, videos, cuestionarios Kahoot o trivia Jeopardy, de la mano con herramientas de escucha activa y retroalimentación positiva, los facilitadores del taller acompañan a los participantes a escuchar como connacionales suyos han vivido el proceso de solicitud de la condición de refugiado, las dificultades y decepciones vividas, pero también los logros y satisfacciones recibidas. Se les presentan casos de éxito en donde se muestra como la paciencia, la tenacidad y la persistencia fueron elementos clave para lograr una resolución positiva de COMAR. Aunado a esto, también se trabaja cómo el proceso de adaptación psicosocial a la vida mexicana se puede lograr satisfactoriamente.

SESIÓN 8: RETOS DE LA INTEGRACIÓN: ACULTURACIÓN.

Objetivos:

- Fomentar la integración como la mejor estrategia de aculturación (Berry, 2013).
- Promover el equilibrio entre las tradiciones e identidad del país de origen y la nueva cultura del país destino.
- Potenciar redes de apoyo para la integración al nuevo país.
- Identificar usos y costumbres en el país de acogida.

Temas guía:

- Estilos de aculturación (Berry, 2013).
- Capital social: construcción de redes de apoyo.
- Lenguaje como herramienta social: uso y sentido de las palabras, frases.

- Búsqueda de lazos comunitarios con grupos de pertenencia y formación de vínculos.
- Herramientas prácticas y socioafectivas para la integración al país.

Método:

Mediante lluvia de ideas, dinámicas grupales, presentación de Powerpoint, videos, cuestionarios Kahoot o trivia Jeopardy, de la mano con herramientas de escucha activa y retroalimentación positiva, los facilitadores del taller acompañan a los participantes a conocer la cultura mexicana y las formas de convivencia más significativas que generan vínculos y cercanía, y que a su vez fomenta la creación de redes de apoyo. En un segundo momento se presentan los estilos de aculturación propuestos por Berry (2013) con casos prácticos y lenguaje coloquial, con la intención de mostrar cómo la integración es la más beneficiosa de las cuatro estrategias para adaptarse al nuevo país.

SESIÓN 9: VIDA LABORAL, CAPACITACIÓN Y ACCESO A LA EDUCACIÓN.

Objetivos:

- Revisión de las propias aptitudes y formación laboral para la búsqueda de empleo.
- Motivar para el aprovechamiento de oportunidades de capacitación y/o educación que redunden en mejores opciones laborales.
- Apuntalar áreas de oportunidad en el manejo de los recursos y en la búsqueda de apoyos económicos para las personas en movilidad.

Temas guía:

- Habilidades, destrezas, capacitación laboral.
- Nivel educativo y oportunidades de capacitación.
- Dominio del idioma y oportunidades de potenciar la propia lengua como herramienta de trabajo (anglo y franco parlantes).
- Oportunidades de movilidad socioeconómica.
- Apoyos gubernamentales y por parte de Organizaciones de la Sociedad Civil (OSC)
- Administración del dinero (educación financiera, manejo de gastos)

Método:

Mediante lluvia de ideas, dinámicas grupales, presentación de Powerpoint, videos, cuestionarios Kahoot o trivia Jeopardy, de la mano con herramientas de escucha activa y retroalimentación positiva, los facilitadores del taller acompañan a los participantes a revisar sus habilidades, competencias y experiencia laboral con el objetivo de prepararse lo mejor posible para la búsqueda de empleo en el nuevo país. Aunado a esto, se presentan oportunidades educativas para seguir estudiando tanto para adultos como para los niños, quienes tienen la opción de integrarse al sistema educativo nacional. También se les prepara con estrategias dinámicas y sencillas, para administrar mejor sus ingresos y para buscar posibilidades de apoyos monetarios desde diversas instancias públicas y privadas que brindan fondos a las personas en movilidad.

SESIÓN 10: VIVIENDA Y TRANSPORTE

Objetivos:

- Aprender a hacer búsqueda de vivienda económica en México, tanto en la ciudad como en provincia.
- Identificar zonas de asentamiento de comunidades de connacionales.
- Adquirir destreza para la movilidad en la ciudad y los recorridos por el país.

Temas guía:

- Ubicación espacial del entorno urbano.
- Detección de zonas convenientes para asentarse.
- Conocimiento y manejo de sistemas de transporte colectivo.
- Conocimiento de sistemas de transporte foráneo.

Método:

Mediante lluvia de ideas, dinámicas grupales, presentación de Powerpoint, videos, cuestionarios Kahoot o trivia Jeopardy, de la mano con herramientas de escucha activa y retroalimentación positiva, los facilitadores del taller acompañan a los participantes en el aprendizaje de la búsqueda de opciones de vivienda conveniente y asequible para las personas refugiadas. Adicionalmente, brindan información sobre la compleja

red de transporte público de la ciudad de México y zona metropolitana, y las opciones económicas para viajar por el país de una manera segura.

RESULTADOS, ALCANCES Y LIMITACIONES

El taller de acompañamiento psicosocial se ha impartido diez veces desde el año 2016; más de 100 estudiantes han cursado la asignatura de Práctica de Psicología Comunitaria a lo largo de estos años, teniendo como sede de trabajo estos albergues. Hemos recibido en nuestros talleres alrededor de 200 personas refugiadas: mujeres, hombres, adolescentes y niños que han tenido como objetivo hacer de México su hogar. Nos llena de orgullo observar cómo algunas de estas personas han logrado integrarse satisfactoriamente al país, desde el concepto de integración de Berry (2013), es decir, han optado por la estrategia de aculturación más saludable que implica conservar su identidad cultural pero además adquirir las pautas culturales del nuevo país.

Los estudiantes han tenido que enfrentar una serie de retos personales y profesionales al participar en este trabajo de intervención comunitaria, el primero de ellos consiste en descubrir y confrontar sus sistemas de creencias erróneas sobre la migración; estereotipos, mitos y prejuicios sobre los migrantes en general que han ido asimilando de los patrones culturales e institucionales en los que conviven. De igual forma, han tenido que cuestionar su percepción sobre la justicia social, la violencia, la opresión y las jerarquías sociales hegemónicas que marginan, discriminan o segregan a la población migrante.

Otro desafío enfrentado por el estudiantado ha sido la convivencia con la multiculturalidad; lenguaje, tradiciones y costumbres en distintos países en un solo espacio puede generar miedos o conflictos. Así mismo, en la práctica se puso a prueba constantemente la tolerancia a la frustración, las habilidades de traducción simultánea para los anglo y francófonos, la empatía, la escucha activa y el manejo inteligente de la diversidad cultural.

Las limitaciones encontradas en este trabajo continuo por casi seis años son en primer término la dificultad de poder dar seguimiento a todas las personas que han participado en los talleres para intentar hacer una evaluación de la intervención en el mediano plazo; otra limitación son las barreras institucionales reales que no permiten la integración y el acceso a derechos de los refugiados, y que desaniman tanto a estudiantes como a participantes.

CONCLUSIONES

El trabajo en esta práctica de Psicología Comunitaria tiene la labor constante de atender las necesidades y los retos de la movilidad humana; y a la vez formar a los futuros psicólogos comunitarios, poniendo en práctica herramientas de intervención y mejorando sus competencias y habilidades para el apoyo y orientación desde una perspectiva comunitaria y de satisfacción de necesidades colectivas, como argumenta Prilleltensky (2004, p.15). Los estudiantes ponen a prueba su capacidad de generar y sostener vínculos de apoyo a partir de la empatía, el apoyo afectivo, la orientación y el desarrollo de habilidades. Ellos tienen el objetivo de crear y promover condiciones que faciliten el desarrollo de los propios recursos de los refugiados para detectar y satisfacer sus necesidades, tal como lo plantea Montero (2006, p. 91); se busca potenciar el desarrollo de las competencias emocionales, como elemento esencial del desarrollo integral de la persona, con objeto de capacitarse para afrontar mejor los retos que se le plantean en su nuevo país de residencia. Adicionalmente se promueven competencias y capacidades para la superación de problemáticas, la movilización de recursos personales y comunitarios, la reducción de riesgos psicosociales (planteados por Pakman, 20212, p. 151), así como el aprovechamiento de las oportunidades existentes.

Este programa de acompañamiento psicosocial tiene la intención de mejorar los procesos de inclusión social y productiva de las personas refugiadas, enfocado al desarrollo y fortalecimiento de competencias, con la mira última de que logren la sana integración al país (Sin Fronteras, 2017, p. 51)

La complejidad de las problemáticas sociales actuales, requieren de estrategias de mayor proximidad y acercamiento a los beneficiarios, en este caso refugiados, para impactar de manera simultánea en distintos ámbitos de la vida y así apuntalar los esfuerzos por reducir la desigual distribución de oportunidades en las poblaciones más desfavorecidas. A la par se debería acompañar a la población receptora, como lo sugieren Martínez, Calzado y Martínez (2011, p.245); este tema plantea nuevos retos ya que, al día de hoy, un sector grande de la sociedad mexicana no está preparada para la convivencia multicultural; esto se ve reflejado en la representación social negativa que tiene gran parte de la población respecto de las personas en movilidad, que es proyectada en las redes sociales y en los medios de comunicación masiva.

Tanto las organizaciones de la sociedad civil que se preocupan de velar por el bienestar de las personas en movilidad, como el organismo gubernamental que atiende específicamente a la población solicitante de refugio -la COMAR-, se enfrentan a retos

complejos en el acompañamiento y la protección de los derechos humanos de esta población. Las políticas públicas que orientan los sistemas de acogida en México necesitan ser repensadas para apuntalar esfuerzos compartidos con la sociedad civil, para acompañar a los refugiados en el arduo proceso de integración a la vida plena en el país.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

American Counseling Association [ACA]. (2015). *Multicultural and Social Justice Counseling Competencies MSJCC*. <https://www.counseling.org/knowledge-center/competencies>

Achótegui, J. (2017). *El síndrome de Ulises. El síndrome del inmigrante con estrés crónico y múltiple*. Recuperado el 2 febrero de 2018 desde: <http://www.pensamientocritico.org/josach0407.html>

Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Refugiados [ACNUR]. (2001). *Declaración de Cartagena sobre refugiados*. <https://www.acnur.org/cartagena30/declaracion-de-cartagena-sobre-los-refugiados/>

Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Refugiados [ACNUR]. (2017). *Anuarios Estadísticos*. <http://www.acnur.org/es/datos-basicos.html>

Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Refugiados [ACNUR]. (2018a). *Datos Básicos sobre la migración mundial*. <https://www.acnur.org/es/datos-basicos.html>

Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Refugiados [ACNUR]. (2018b). *Tendencias Globales: Desplazamientos Forzados en 2017*. <https://www.acnur.org/stats/globaltrends/5b2956a04/tendencias-globales-desplazamiento-forzado-en-2017.html>

Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Refugiados [ACNUR]. (2020). *Refugiados y Migrantes*. <https://refugeesmigrants.un.org/es/definitions>

Armijo Canto, N. (2011). Frontera sur de México: los retos múltiples de la diversidad. In N. Armijo Canto (Ed.), *Migración y seguridad: Nuevo desafío en México* (pp. 35–51). CDMX, CASEDE. https://www.inegi.org.mx/inegi/spc/doc/internet/1-GeografiaDeMexico/man_refgeog_ext-

Becerra, B. (2018). *Crece 580% migración a México*. El Sol de México. <https://www.elsoldemexico.com.mx/mexico/crece-580-migracion-a-mexico-1534027.html>

Berry, J. W. (2013). Achieving a Global Psychology. *Canadian Psychology/Psychologie Canadienne*, 54 (1), pp. 55-61.

Buelga, S., Musitu, G., Vera, A., Ávila ME., y Arango, C. (2009). *Psicología social comunitaria*. Trillas.

Casa de los Amigos (2020). *Centro Cuáquero de Paz y Entendimiento Internacional*. <https://www.facebook.com/casadelosamigosdf>

Casa Refugiados (2020). *¿Eres persona refugiada?* <http://casarefugiados.org/nuestra-accion/ruta-humanitaria-e-integracion/>

Casa Tochan (2020). *Casa Tochan. Nuestra Casa*. <https://www.facebook.com/tochannuestracasa/>

Comisión Mexicana de Ayuda a Refugiados [COMAR]. (2018). *Boletín Estadístico COMAR*. https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/413017/COMAR_2018.pdf

Fundación SES. (2020). *Acompañamiento psicosocial individual, familiar y comunitario*. DIALOGAS

Gall, O. (2018). Racismos y xenofobias mexicanos frente a los migrantes: 1910-2018. *Revista Interdisciplinaria Da Mobilidade Humana*, 26(53), 115–134. <https://doi.org/https://doi.org/10.1590/1980-85852503880005308>

Instituto Nacional de Estadística y Geografía [INEGI]. (2015). *Porcentaje de la población nacida en otro país residente en México*. <https://www.inegi.org.mx/temas/migracion/>

International Organization for Migration [IOM]. (2019). Glossary on Migration. International Migration Law N° 34. Génova, Suecia. Recuperado el 30 de abril de 2020 desde: https://publications.iom.int/system/files/pdf/iml_34_glossary.pdf

Lee, C. C. (2007). *Social Justice: A Moral Imperative for Counselors* (ACAPCD-07). American Counseling Association.

Lorenzen, M.J., Frausto, O., y Orozco, Z.Y. (2018). Neoliberalismo, violencia y migración de Centroamérica a Estados Unidos: el caso de las niñas, niños y adolescentes mi-

grantes no acompañados visto desde el enfoque de las migraciones mixtas. N. López Castellanos (Ed.) *Procesos Migratorios en la Centroamérica del siglo XX* (pp. 77-105). Universidad Nacional Autónoma de México.

Martínez, M., Calzado, V., y Martínez, J. (2011). Intervención social y comunitaria en el ámbito de la migración. I. Fernández, J.F. Morales y F. Molero (Comps.). *Psicología de la Intervención Comunitaria* (pp. 245 - 288). Desclée De Brouwer.

Montero, M. (2006). *Hacer para transformar. El método en la psicología comunitaria*. Paidós

Murillo, F. J. y Hernández, C. R. (2011). Hacia un concepto de justicia social. *REICE: Revista Iberoamericana sobre Calidad, Eficacia y Cambio en Educación*, vol. 9 (4), pp. 7-23.

Oficina del Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Derechos Humanos [OHCHR]. (2020). *La Convención de las Naciones Unidas sobre los Derechos de los Migrantes*. París, Francia. https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000143557_spa

Organización de las Naciones Unidas [ONU]. (2016). *Proyecto de resolución remitido a la reunión plenaria de alto nivel de la Asamblea General sobre la respuesta a los grandes desplazamientos de refugiados y migrantes en su septuagésimo período de sesiones (A/71/L*1)*. <https://undocs.org/es/A/71/L.1>

Pakman, M. (2012). Risk reduction and the micropolitics of social justice in mental health care. E. Aldarondo (Ed.). *Advancing social justice through clinical practice* (pp. 151 – 173). Routledge.

Peñaranda, F. (2015). Sujeto, justicia social y salud pública. *Ciência & Saúde Coletiva*, 20 (4), pp. 987-996.

Prilleltensky, I. (2004). Validez sociopolítica: el próximo reto para la psicología comunitaria, en M. Montero, *Introducción a la psicología comunitaria* (pp. 13 – 40). Paidós

Prilleltensky, I., Dokecki, P., Frieden, G., Ota Wang, V. (2012). Counseling for wellness and justice: foundations and ethical dilemmas. In E. Aldarondo (Ed.), *Advancing social justice through clinical practice* (pp. 19-42). Routledge.

Red de Documentación de las Organizaciones Defensoras de Migrantes [REDO-DEM]. (2020). *Casa Tochan*. <https://redodem.org/casa-tochan/>

Red de Documentación de las Organizaciones Defensoras de Migrantes [REDO-DEM]. (2018). Informe -El Estado Indolente: recuento de la violencia en las rutas migratorias y perfiles de movilidad en México-. Sjmexico.org.mx. <http://www.sjmexico.org.mx/presentacion-del-informe-redodem-el-estado-indolent/>

Reviejo, I. (2017). Agencia EFE: México, de país de tránsito a país de acogida para los refugiados. <https://www.efe.com/efe/america/especiales/mexico-de-pais-transito-a-acogida-para-los-refugiados/50000567-3197798>

Sánchez-Corral, E. (2018). *Hacia una práctica comprometida con la justicia social. Manual de entrenamiento para profesionales de la salud mental*. Universidad Iberoamericana Ciudad de México.

Secretaría de Gobernación [SEGOB]. (2018). *Estadísticas Migratorias Síntesis 2018*. Politicamigratoria.gob.mx. http://www.policamigratoria.gob.mx/work/models/SEGOB/CEM/PDF/Estadisticas/Sintesis_Graficas/Sintesis_2018.pdf manchas

Secretaría de Relaciones Exteriores [SRE] (2016). Lineamientos para atender solicitudes de asilo y refugio. <https://extranet.sre.gob.mx/images/stories/asilo/asilo2016.pdf>

Servicio Jesuita a Refugiados [SJR]. (2018). *Manual de intervención en crisis para personas solicitantes de asilo en México*. Servicio Jesuita a Migrantes y Refugiados.

Sin Fronteras IAP. (2017). *Salud mental y movilidad humana: 20 años de experiencia, reflexiones desde sin fronteras IAP*. Sin Fronteras IAP.

Urbano, J. (coord.) (2015). *Manual de buenas prácticas en la atención a grupos en situación de vulnerabilidad en tránsito migratorio por México*. Universidad Iberoamericana Ciudad de México-FICSAC.

Viscarret, J. (2007). *Modelos y métodos de intervención en Trabajo Social*. Alianza Editorial.