



El estrés familiar:  
Protegiendo el  
bienestar de los  
más pequeños

Espacio para  
la infancia

Una estrategia para fortalecer la resiliencia en comunidades con alto índice de migración

## “Yo quiero, yo puedo... aprender y divertirme en preescolar”

Martha Givaudan, Marco Barriga y Fernando Gaál, Instituto Mexicano de Investigación de Familia y Población (IMIFAP<sup>1</sup>), México

**Con el apoyo de la Fundación Bernard van Leer, IMIFAP desarrolló, instrumentó y evaluó una estrategia integral para promover el desarrollo de factores protectores en la primera infancia. Se trata del programa “Yo quiero, yo puedo... aprender y divertirme en preescolar”, desarrollado en comunidades con alto índice de migración en el estado de Hidalgo, que cuenta con la participación de niñas, niños, docentes de preescolar, así como madres y/o cuidadores. Los resultados cualitativos de la evaluación mostraron un efecto favorable en el desarrollo de factores protectores internos, dando elementos para formar niños resilientes que sean capaces de enfrentar de manera sana las situaciones adversas asociadas a la migración.**

A través de la historia, las personas han abandonado sus países de origen y migrado a otros en busca de trabajo con la esperanza de una mejor calidad de vida. Según estadísticas del Pew Hispanic Center (2008), alrededor de 12 millones de mexicanos viven en Estados Unidos. El fenómeno migratorio, principalmente hacia este país, se incrementó en un promedio de 30.000 personas anuales durante el periodo 1961-1970 y de 390.000 entre 2001 y 2003 (CONAPO, 2004). La principal motivación es económica, ya que los salarios medios son diez veces mayores en Estados Unidos que en México (Alba, 2002).

Mientras que los migrantes envían remesas que aumentan drásticamente los ingresos de los hogares (en 2005 los migrantes mexicanos enviaron más de 20 mil millones de dólares en remesas (Banco de México, 2008)), muchas poblaciones han perdido a sus ciudadanos más activos y algunos pueblos han sido abandonados tan drásticamente que se han convertido en pueblos fantasmas. Además, la

migración ha separado a familias, parejas y padres jóvenes que no participan en la crianza de sus hijos y hasta hermanos que tienen que vivir separados y al cuidado de otros parientes.

Poco se ha investigado respecto a los efectos de la migración en el desarrollo de los niños que se quedan a cargo de cuidadores, ni en la manera en que éstos favorecen o no factores protectores para enfrentar esta situación, frecuentemente asociada con abandono o desamparo. Según UNICEF (2008), los menores sin cuidado parental presentan un riesgo mayor de discriminación, falta de atención, abuso y explotación, más el hecho de que su bienestar físico no está suficientemente controlado. Una encuesta entre maestros de escuelas públicas en México mostró un incremento en los problemas emocionales de los niños abandonados en las poblaciones migrantes, junto con malas calificaciones causantes de deserción escolar (The corner project, 2004). Si bien estas situaciones no son privativas de familias migrantes, la

Tabla 1. Contenidos del programa "Yo quiero yo puedo...aprender y divertirme en preescolar"

Habilidades para la vida	Educación para la salud	Formación cívica y ética
Me conozco y me quiero	Mi sexualidad	Pertenezco a una comunidad
Soy responsable	Me cuido	Mi familia y mis amigos
Me organizo y soy productivo	Cuido mi ambiente	¿En qué nos parecemos y en qué somos diferentes hombres y mujeres?
Observo, escucho y me comunico	Me alimento sanamente Prevengo adicciones	Crezco y dejo crecer Aprendiendo a participar
Me divierto y aprendo	Pienso, siento y decido	Mi país y mi mundo
Expreso mis sentimientos	Tengo el control de mi salud	Los valores de la convivencia

percepción de abandono físico por parte de los niños se suma al riesgo psicosocial de carencia de cuidado y afecto.

#### El papel de la resiliencia

Se ha demostrado que las personas resilientes son capaces de enfrentar estresores y adversidades, independientemente de su nivel socioeconómico y de su inteligencia (Elder y Conger, 2000; Hiew, Shimizu y Tominaga, 2000; Vaillant y Davis, 2000). La resiliencia ha sido definida como la capacidad universal que permite a una persona, grupo o comunidad minimizar o sobreponerse a los efectos de las situaciones adversas (Grotberg, 1995). Aún cuando se sabe que existen factores genéticos y de temperamento, que tienen un efecto en el desarrollo de la resiliencia, se han identificado habilidades que pueden favorecerse y que constituyen herramientas personales para enfrentar diferentes riesgos, actuando como factores protectores internos, los cuales a su vez contribuyen al bienestar y a la salud mental. Entre éstos se encuentran el autoconocimiento, la capacidad para comunicarse y establecer relaciones interpersonales, la autonomía, la responsabilidad, la expresión de sentimientos y de necesidades afectivas y la capacidad para buscar ayuda.

#### Programa "Yo quiero, yo puedo... aprender y divertirme en preescolar"

El programa –que incluye el diagnóstico, el diseño de los contenidos y materiales, la formación de docentes, padres/

cuidadores, la réplica con niños y la evaluación– se llevó a cabo en los municipios de Ixmiquilpan y Zimapán, en el Estado de Hidalgo, en México. En Ixmiquilpan, el 30% de la población no ha terminado la escuela primaria; el 8% de los hogares no tiene agua entubada y el 62% gana menos del salario mínimo (113,38 dólares americanos/mes), con el que además se debe sostener a una familia extensa (INAFED, 2005).

Zimapán es una comunidad muy marginada. Más del 37% de la población no ha terminado la primaria, el 38% no tiene agua corriente y más del 65% gana menos del salario mínimo. Una tercera parte de los niños vive sin uno o ambos padres debido a la migración.

Un total de 78 docentes, 1,530 alumnos de preescolar y 400 padres de familia y/o cuidadores procedentes de estos municipios fueron los beneficiarios del programa.

#### Diagnóstico de la situación

A través de grupos focales, se habló y debatió sobre las experiencias de migración y en particular los efectos de ésta en los niños que se quedan al cuidado de otras personas. Madres, cuidadores y maestros mencionan que los niños extrañan a quienes migran y a menudo se sienten abandonados. Se encuentran tristes o enojados y no saben cómo manejar estas emociones, lo que les lleva a un comportamiento rebelde, o al contrario, a timidez y aislamiento.

Los participantes perciben que el efecto de la migración en la niñez depende de la comprensión que se tiene

del fenómeno migratorio. En la mayoría de los casos, los niños reciben una breve explicación de sus familiares sobre la migración y las razones para dejar a la familia. Para los niños mayores, quienes entienden mejor las razones económicas, el ejemplo de la migración dentro de la familia tiene consecuencias negativas en su rendimiento escolar, ya que no creen que la educación pueda mejorar sus condiciones y desean abandonar la escuela para unirse a la fuerza de trabajo fuera del país.

En resumen, el diagnóstico reveló que los niños migrantes sufren problemas emocionales, falta de recursos necesarios para regular y expresar sus emociones, tienen diferentes concepciones del fenómeno migratorio y a menudo carecen de la motivación en el rendimiento académico.

#### La estrategia de intervención

Basándose en el diagnóstico y en la experiencia previa de IMIFAB, se desarrollaron contenidos para cada uno de los tres grados escolares del nivel preescolar (de 3 a 5 años de edad), lo que constituyó el programa “Yo quiero, yo puedo... *aprender y divertirme en preescolar*”, cuyo objetivo es fortalecer los factores protectores internos en los niños de nivel preescolar y en las personas que los cuidan. Los contenidos abordan 3 ejes: Habilidades para la vida, Educación para la salud y Formación cívica y ética (Tabla 1). Como materiales de apoyo, se publicó un libro de texto y se desarrollaron juegos didácticos para

cada grado, así como un manual para los docentes.

Las autoridades educativas del Estado de Hidalgo encontraron útil el programa, y éste se aplicó durante el ciclo escolar (2007-2008), de forma integrada al currículo regular, en un promedio de una hora a la semana. Las actividades se centraron en el fortalecimiento del primer eje, que incluía habilidades sociales, cognitivas y emocionales como base para el desarrollo de factores protectores internos y resiliencia. Los contenidos de los otros dos ejes presentan situaciones donde se aplican estas habilidades en la vida cotidiana.

Se adaptaron y desarrollaron contenidos adicionales para los cuidadores<sup>2</sup>. Además, se sumaron contenidos específicos sobre nutrición, respondiendo a las necesidades del diagnóstico. Los docentes participaron en un taller de 40 horas previo, después del cual iniciaron el trabajo en el salón de clases con niños y niñas, donde utilizaron los diferentes materiales de apoyo, mientras que los cuidadores recibieron un taller de 16 horas.

#### Efectos en el desarrollo y fortalecimiento de factores protectores

Al finalizar el ciclo escolar se realizó análisis de contenido, de testimonios, opiniones y percepciones de docentes, madres y cuidadores en relación con la adquisición o mejora de factores protectores. El análisis cualitativo sobre las habilidades para la vida, desglosado en sociales, cognitivas y emocionales

(Mangrulkar, Whitman y Posner, 2001), arrojó los siguientes resultados:

#### Habilidades sociales

Los participantes informaron sobre una mejora en las habilidades sociales, que son las más reportadas. Mencionan un incremento en la confianza en sí mismos, así como en el proceso de socialización y respeto hacia sus compañeros. Refieren incrementos en la capacidad de comunicación y participación en las actividades de la escuela. Describen una mejor adaptación al ambiente escolar y una mayor capacidad para identificar situaciones de conflicto y manejo de la presión de los pares. Y de acuerdo con testimonios de los maestros, se incrementó el respeto a las normas: “parece que han se aceptado más, se han aceptado a sí mismos como son”. “Hacen las cosas, no porque tengan que hacerlas, o porque es una obligación, sino porque quieren hacerlo”.

#### Habilidades cognitivas

Los participantes refirieron avances en este ámbito. Comentan que los niños mejoraron sus habilidades para tomar decisiones y analizar alternativas. Asimismo, aprendieron a prever y aceptar las consecuencias de su comportamiento. Una maestra explicó que, al finalizar el ciclo escolar, los niños parecían ser más autónomos: “resuelven los propios problemas que van surgiendo”. En el ambiente familiar los testimonios confirman dichos avances: “Cuando elijo la ropa para vestir a mi

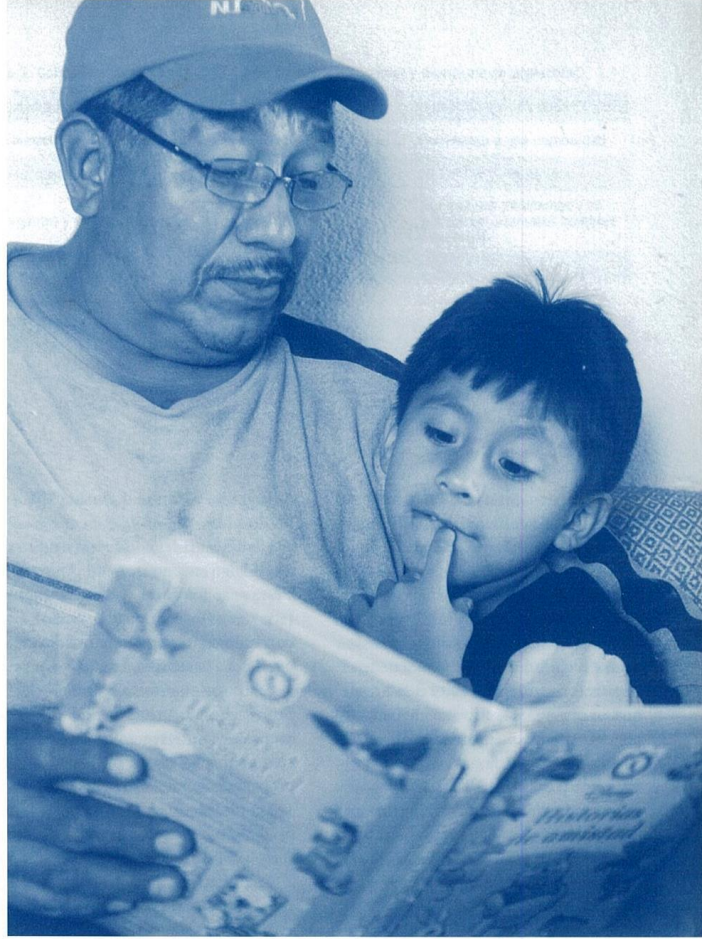
hija, y ella no le gusta, ahora me lo dice, y sugiere lo que quiere ponerse”.

#### Habilidades emocionales

Los docentes indicaron que después de participar en las actividades del programa, los niños expresaban con mayor frecuencia y facilidad sus emociones, y que habían aprendido a pedir ayuda. Asimismo podían responder a las emociones de otras personas y explicar las propias. Una madre expresó que su hija era muy tímida desde que su papá se fue a Estados Unidos y que a raíz de su participación en el programa podía expresar el motivo de su tristeza: “extraño a mi papá y me gustaría hablar con él” (...) “Han adquirido mayor conocimiento de sí mismos, y se expresan más, hablan de sus experiencias, sus emociones y sólo acerca de cómo se sienten” (...) “Mi hijo me dijo: “Cuando me gritas, me pongo a llorar, y yo empiezo a gritar”. Y además me dijo: “si me hablas quedito y con calma, yo también me calmo.”;Eso es lo que me dijo!”.

Otros resultados del análisis cualitativo muestran que:

- No sólo los niños se beneficiaron con el programa, sino que docentes, madres y cuidadores también reconocieron que sus habilidades de enseñanza y crianza, respectivamente, mejoraron. También comentaron haber incrementado el tiempo que dedican a niños y niñas (facilitando oportunidades de juego y comunicación).



- Indican que cambió la forma de expresar afecto por parte de los adultos a los niños: se describen más cariñosos, tanto física como verbalmente. Expresan emociones negativas de una manera más constructiva (por ejemplo, evitan gritar a los niños). Además, son capaces de aceptar sus propios errores y admitirlos ante los niños.
- Utilizan un lenguaje más positivo y estimulante al hablar a los niños y evitan comentarios negativos que pueden afectar la motivación.
- Maestros y/o padres/cuidadores generan una mayor libertad para los niños. Estimulan la toma de decisiones y sus habilidades para resolver problemas ofreciéndoles

una gama más amplia de opciones para elegir. Por ejemplo, en el aula les permiten elegir a sus propias tareas, actividades, materiales, etc. En casa, les permiten elegir la ropa que usan o los juegos a los que quieren jugar.

- Los maestros se sienten más cómodos al hacer preguntas concretas a los niños cuando se sienten tristes para invitarlos a reflexionar y manejar sus emociones. Los padres, por su parte, invitan a sus hijos a reflexionar sobre su comportamiento cuando se portan mal y los motivan para pensar en las consecuencias.
- Padres, cuidadores y profesores concluyeron que era más fácil para ellos mantener las normas y que los

"Hacen las cosas, no porque tengan que hacerlas, o porque es una obligación, sino porque quieren hacerlo."

Foto: Jon Spaul

niños las respetaran después de la participación de éstos en el programa.

### Conclusiones

El diagnóstico mostró que la estructura familiar cambia radicalmente debido a la migración de uno o ambos padres y que las familias no siempre poseen los conocimientos o recursos necesarios para hacer frente a esta nueva situación, tanto desde el punto de vista de las personas adultas como desde la perspectiva de los niños.

Las familias no dan tanta importancia ni reconocimiento al hecho de que los niños también enfrentan un proceso de crisis. La mayoría de los cuidadores carece de alternativas para ayudarlos a superar esta situación adversa y de estrategias para guiar el desarrollo de factores protectores que lleven a la formación de niños resilientes, capaces de enfrentar de manera sana y efectiva las situaciones estresantes o de riesgo a las que se enfrentan ante la ausencia de uno o ambos padres.

El programa "Yo quiero, yo puedo... aprender y divertirme en preescolar", aplicado como una estrategia integral para niños, personal docente y padres o cuidadores, tiene un efecto positivo en la comunidad. Los resultados cualitativos muestran que esta estrategia tiene efecto en el desarrollo de habilidades para la vida que funcionan como factores de protección internos: habilidades sociales, toma de decisiones y manejo de emociones. A pesar del riesgo psicosocial que implica la migración, los niños logran comunicar sus estados

de ánimo, reconocerlos, pedir ayuda, optar por alternativas para solucionar los desafíos del desarrollo, establecer relaciones positivas entre iguales y cada vez más desarrollar conductas pro-sociales (de apoyo y cooperación).

La participación y apoyo de las autoridades escolares, mediante la provisión de un ambiente estructurado donde acuden los niños, así como la participación de los miembros de la comunidad, permitió la formación de recursos humanos locales, lo que a su vez facilitó un desarrollo desde los niveles personal y familiar. Este modelo garantiza además la sustentabilidad y el desarrollo y el fortalecimiento comunitario que, en última instancia, constituye uno de los factores clave para que los niños sean capaces de enfrentar de manera sana las situaciones adversas asociadas a la migración.

### Notas

1 El Instituto Mexicano de Investigación de Familia y Población (IMIFAP) es una organización no gubernamental fundada en 1985 en la Ciudad de México, por investigadores en psicología social de la Universidad Nacional Autónoma de México. IMIFAP desarrolla, implementa y evalúa programas que fortalecen las habilidades y competencias psicosociales de las personas a través de conocimientos y de la reducción de barreras psicológicas, que se reflejan en cambios de conductas y mejoras en el desarrollo humano y comunitario.

2 Basado en el programa "Yo Quiero, Yo Puedo... aprender a ser papá y mamá", desarrollado previamente por IMIFAP.

### Bibliografía

- Alba, F. (2002). "Mexico: A Crucial Crossroads". *Migration Information source, MPI*.
- Banco de México: Las Remesas Familiares en 2008. Consultado el 25/11/2008 en: <http://www.banxico.org.mx/documents/lb7cbcfaf-ab7d-be65-f78f-6827d524c4181.pdf>.
- CONAPO (2000): *Índices de marginación por municipio. XII Censo General de población y vivienda*. INEGI.
- CONAPO (2004): *La nueva era de migraciones: Características de la migración internacional en México*.
- Hiew, C., T. Mori, M. Shimizu y M. Tominaga (2000): "Measurement of Resilience Development: Preliminary Results with a State-Trait Resilience Inventory". *Journal of Learning and Curriculum Development*, 1, pp. 111-117.
- Vaillant G. y T. Davis (2000): "Social/Emocional Inteligente and Midlife Resilience in Schoolboys with Low tested Intelligence". *American Journal of Orthopsychiatry*, 70 (2), pp. 215-222.
- H. Elder G. y R. D. Conger (2000): "Chicago: The University of Chicago Press". *The John D. & Catherine T. MacArthur Foundation Series on Mental Health and Development*.
- Givaudan, M. y S. Pick (2007): "Yo quiero, yo puedo... aprender y divertirme en preescolar". México: IDEAME.
- Henderson G. E. (2004): "Unas Notas sobre la Resiliencia". *I have, I can I am*, 8 year old girl from Portugal.
- Statistical Portrait of the Foreign-Born Population in the United States (2007): *Pew Hispanic Center*. Consultado el 25/11/2008 en: <http://pewhispanic.org/files/factsheets/foreignborn2007/Table%205.pdf>.
- Instituto Nacional para el Federalismo y el Desarrollo Municipal. INAFED (2005): Datos socioeconómicos de municipios. Consultado el 25/11/2008 en: <http://www.INAFED.gob.mx/work/resources/LocalContent/23102/2/2.2.5.1.xls>.
- Proyecto El Rincón (The Corner Project) (2004): *The Corner for Migrants' Children: A new initiative by the Corner Project of Malinalco, Mexico*. Malinalco: Mexico. [www.elrincon.org](http://www.elrincon.org).
- Mangrulkar, L., C. V. Whitman y M. Posner (2001): "Enfoque de habilidades para la vida para un desarrollo saludable de niños y adolescentes". *Organización Panamericana de la Salud. Programas de Salud y Desarrollo Humano (SDH)*, una división de Education Development Center, Inc. (EDC).
- UNICEF: *Child Protection Factsheet*. Consultado el 25/11/2008 en: [http://www.UNICEF.org/publications/files/Child\\_Protection\\_Information\\_Sheets.pdf](http://www.UNICEF.org/publications/files/Child_Protection_Information_Sheets.pdf).