

MATERIAL 1



Uso de un lenguaje sensible y centrado en madres y padres

El lenguaje que usan las y los profesionales de la salud mental, las trabajadoras y los trabajadores sociales, el personal de apoyo familiar y otras personas que trabajan con madres y padres inmigrantes es importante. Términos como “separación” o “separados” pueden tener una carga emocional y no siempre reflejan cómo las madres y los padres entienden sus propias experiencias.

En este estudio, las madres y los padres que iniciaron su migración o migraron por etapas planificadas* a menudo vivieron el término “separación” de forma negativa, mientras que quienes vivieron una separación impuesta por el gobierno sí lo usaron para describir sus circunstancias. Muchas madres y padres se describieron como “siempre ahí” para sus hijos e hijas, manteniendo una conexión emocional y psicológica a pesar de la distancia física.

Se recomienda a las y los profesionales escuchar con apertura los relatos de las madres y los padres, respetar sus propias palabras y evitar suposiciones. Una pregunta útil para comenzar es: “¿Me puede contar sobre las circunstancias que llevaron a que usted y su hijo o hija vivieran separados?”. Este tipo de preguntas abiertas puede favorecer conversaciones significativas y, al mismo tiempo, reducir el riesgo de malestar emocional o retraumatización.

**Aunque algunas madres y padres iniciaron o planificaron su migración, estas decisiones a menudo se tomaron en medio de importantes limitaciones económicas, sociales, políticas y estructurales. Por lo tanto, la migración iniciada por madres y padres no debe entenderse como totalmente voluntaria ni libre de circunstancias coercitivas.*

Preguntas de evaluación y exploración, informadas por madres y padres, sobre la separación y reunificación familiar relacionadas con la migración

ÁREA	PREGUNTA
Circunstancias de la migración y la separación	• ¿Me puede contar sobre las circunstancias que llevaron a que usted y su hijo o hija vivieran separados? • ¿Cuánta decisión o control sintió que tenía sobre lo que pasó? • ¿Cómo fue para usted, como madre o padre, no poder estar físicamente con su hijo o hija?
Conexión entre madres, padres e hijos	• ¿Me puede contar sobre el tiempo en que usted vivía aquí mientras su hijo o hija vivía en [país] después de la migración? • ¿Qué le ayudó a mantenerse conectado con su hijo o hija durante ese tiempo? • ¿Qué es lo que más recuerda de ese tiempo como madre o padre? • ¿De qué maneras se sintió cerca de su hijo o hija durante ese tiempo? • ¿Cómo fue cuando usted y su hijo o hija volvieron a estar juntos? • ¿Qué le ayudó a mantener la conexión con su hijo o hija, sobre todo cuando las circunstancias dificultaban la comunicación?
Esfuerzos e intencionalidad de madres y padres	• ¿Qué recuerda haber hecho para mantenerse conectado e involucrado mientras su hijo o hija vivía en [país] y usted aquí? • [Si la madre o el padre y su hijo o hijos no están juntos] ¿Ha encontrado maneras de ayudar a su hijo o hija a sentirse conectado con usted cuando no están juntos físicamente? • ¿Puede compartir un momento en que sintió el amor o el apoyo de su hijo o hija después de algo que usted hizo, o por iniciativa propia de él o ella? • ¿Qué significan para usted como madre o padre sus propios esfuerzos (antes, durante y después de la migración, y al volver a estar juntos)? • ¿Qué cosas hacía regularmente para estar presente en la vida de su hijo o hija? • ¿Puede describir tradiciones, rutinas o mensajes que mantuvo durante ese tiempo? • ¿Había afirmaciones o palabras específicas que se repetía a sí mismo o a su hijo o hija?

ÁREA	PREGUNTA
Redes de apoyo	• ¿Quién le apoyó más durante el tiempo en que usted y su hijo o hija vivieron separados? ¿O quién le apoya ahora mientras vive separado de su hijo o hija? • ¿Hubo [o hay] amistades, familiares o miembros de la comunidad que le ayudaron a sentirse conectado con su hijo o hija? • ¿La fe, la espiritualidad o alguna práctica cultural o tradicional influyó en cómo se sintió durante el tiempo que vivieron separados? ¿O influye ahora?
Sentido y reflexión	• ¿Qué fortalezas ha descubierto en usted al vivir separados y al volver a vivir juntos? • ¿De qué maneras encontró fuerza, esperanza o motivación mientras estaban separados [o la sigue encontrando hoy]? • ¿Cómo ha influido esta experiencia en la manera en que ve hoy su papel como madre o padre?
Reunificación	• ¿Qué le sorprendió más de su relación cuando volvieron a vivir juntos? • ¿Cómo se adaptaron usted y su hijo o hija a vivir juntos otra vez? • ¿Qué partes de su conexión se sintieron iguales y cuáles tuvieron que reconstruirse? • ¿Cómo fue volver a conectar con su hijo o hija después de vivir separados, y qué retos o fortalezas surgieron durante esa transición?

Basado en el estudio *¿Y qué pasa con los padres?* de la Dra. Cheryl Aguilar, LICSW, PhD. Lee la disertación: [ProQuest](#). Más recursos en [siempreahi.org](#).