

5 ASPECTOS CLAVE SOBRE LA ADAPTACIÓN DE UNA FAMILIA EXPATRIADA

Por Claudia Issa



intercultures

working better globally

5 aspectos clave sobre la adaptación de una familia expatriada

Por Claudia Issa - Consultora especializada en Diversidad e Inclusión, Interculturalidad y Bienestar Emocional

Traslado internacional y adaptación

Trasladarse a trabajar y vivir a un país distinto al propio puede ser una oportunidad potente de disfrute y crecimiento. Sin embargo, un gran porcentaje de las personas expatriadas (entre 20% y 40%) fracasa en completar exitosamente su misión o se repatría prematuramente, lo que conlleva altísimos costes económicos, corporativos, profesionales, personales y familiares.

Los estudios apuntan a que la **principal razón es la dificultad de adaptación de la pareja que acompaña a la persona expatriada y del grupo familiar en general**. Vale la pena dedicarse a pensarlo, ya que alrededor de 80% de se traslada en pareja. La buena noticia es que es un **riesgo mitigable**, pues la adaptación personal, familiar e intercultural se puede entrenar y acompañar efectivamente.

Lo sorprendente es que, a pesar de que las organizaciones ofrecen un extenso apoyo económico e instrumental para el traslado de sus empleado/as, continúan relegando las dimensiones psicoafectiva e intercultural. Con un pequeño porcentaje de lo invertido, podrían ofrecer formación intercultural y acompañamiento psicoafectivo de calidad, protegiendo así la inversión corporativa y evitando las secuelas profesionales, psicológicas y familiares del fracaso.

Claves para un traslado internacional exitoso

Con la intención de arrojar mayor luz sobre las vivencias, recursos y necesidades de las parejas de personas expatriadas en España, realicé entrevistas a profundidad a numerosas personas en situación de acompañante. La mayoría, por razones que no resultan poco familiares, mujeres. Comparto aquí algunas conclusiones sobre qué se puede hacer para facilitar el proceso de adaptación.

1. Hacer partícipes a todas las personas

Facilitar que todas las personas del núcleo familiar se sientan partícipes del proceso de expatriación. Si no se sienten parte del proceso de decisión, tampoco se involucrarán activamente en la adaptación a su nueva situación. La persona expatriada se convierte entonces en blanco de reproches frente a cualquier contrariedad, como cobro psicológico por haber forzado el traslado. Esta es una de las principales razones de la alta tasa de divorcio en la población expatriada.

2. Elaboración mental del proyecto

Ofrecer un espacio previo a la expatriación para acompañar en la elaboración mental del proyecto.

Es esencial trabajar las motivaciones manifiestas y latentes asociadas al traslado, ajustar las expectativas a la realidad, fortalecer estrategias de afrontamiento y promover la apertura intercultural. Puede ejercer una doble función de ayuda a la autoselección de la familia.

3. Apoyo psicoafectivo

Ofrecer apoyo psicoafectivo a ambas personas de la pareja durante el período inicial del traslado.

Tomemos en cuenta que mientras la persona expatriada cuenta desde el primer día con un rol profesional, una estructura laboral y acceso a una red de apoyo social, la persona acompañante no. De hecho, quizás lo tenía antes del traslado, y de pronto lo ha perdido. Es una asimetría que debe elaborarse. Sin confirmación de su identidad profesional, sin acceso a redes orgánicas de apoyo social, sin independencia económica, sin estructura laboral, y más expuesta a los roces con la cultura local por tener que hacer frente a las cotidianidades... es normal sentirse perdido/a y necesitar un espacio de contención emocional que calme sus ansiedades. Por eso, el apoyo a la persona acompañante es esencial:

- Podemos **apoyar ofreciendo escucha, apoyando en la comprensión de lo que ocurre, brindando orientación, y fomentando los esfuerzos de adaptación y cambio.** Mitigamos así la vivencia de desamparo y acompañamos a **hacer frente a los retos** múltiples que implica el traslado, que tienen la dificultad añadida de que deben resolverse en ausencia de los recursos o apoyos habituales.
- Favorecemos así la **reparación del self herido**, el reencuentro con el disfrute de la vida, el acceso a los recursos de los que sí disponen, la **sensación de propósito vital** y la contribución a las esferas creativas y productivas.
- Este apoyo sirve de eje al fortalecimiento del sistema familiar para la construcción de un nuevo hogar fuera del hogar, conservando su orden interno en forma de roles y rituales.

4. Red de apoyo social

Ayuda para encontrar o construir un vínculo de apoyo social. Las redes de apoyo ofrecen información, soporte funcional, apoyo emocional, sensación de pertenencia a una comunidad y fuente de valoración de uno/a mismo/a. Se consideran uno de los **factores protectores fundamentales** en un traslado internacional.

5. Formación intercultural

Ofrecer formación intercultural: información y formación acerca de cómo funciona la cultura local, y de cómo interactuar con ella de forma efectiva y apropiada. Es fuertemente empoderadora y ha mostrado mitigar significativamente el riesgo de fracaso de la expatriación. Disminuyendo la tendencia a sentirse agredido/a o rechazado/a, disminuye también la tendencia a rechazar. Se puede trabajar, entre otros factores:

- La comprensión de las diferencias en valores y estilos culturales
- La competencia para adaptarse a distintos estilos de comunicación y negociación
- La apertura actitudinal
- La adaptación comportamental

A raíz de los resultados de este estudio, una extensa revisión de la bibliografía y la reflexión sobre nuestra experiencia personal y profesional, mi colega [Anna Zelno](#) y yo hemos sido co-autoras de un juego justamente pensado para entrenar la competencia intercultural de las personas trasladadas a España y específicamente a Barcelona. Se llama *diversophy Barcelona* y lo usamos para complementar nuestras formaciones en un entorno lúdico que facilita conversaciones significativas entre sus participantes y favorece la reflexión sin resistencias.

Para concluir, añadir que tener una experiencia de **éxito en un traslado internacional aumenta la resiliencia, la sensación de autovalía y la confianza en las propias capacidades, así como también la cohesión y sensación de eficacia del núcleo familiar**. Con el apoyo adecuado, es una apuesta en la que todas las partes (la persona expatriada, su pareja y la organización) salen beneficiadas.



Claudia Issa - Consultora especializada en Diversidad e Inclusión, Interculturalidad y Bienestar Emocional

Formadora y Consultora en Competencia Intercultural, Inteligencia Emocional (Psicología Positiva) y Diversidad e Inclusión. Tengo más de 15 años de experiencia trabajando con individuos y organizaciones corporativas para ayudarles a manejar de manera efectiva sus desafíos personales, profesionales e interculturales.

Psicóloga y psicoterapeuta certificada a nivel europeo (Federación Europea de Asociaciones de Psicólogos), dirijo una práctica especializada en las necesidades de la comunidad expatriada.

Profesora de Psicología, Comunicación Intercultural y Gestión Transcultural. He enseñado cursos experienciales exitosos durante más de 12 años, con estudiantes de más de 20 nacionalidades.

Mi formación académica incluye Maestrías en (1) Psicología Clínica y Comunitaria, (2) Psicoterapia y (3) Análisis de Grupo, además de un (4) Postgrado en Intervenciones Psicológicas Interculturales con Migrantes. He sido reconocida como Líder Internacional por el Departamento de Estado de EE. UU. Soy Coordinadora Regional en Barcelona de SIETAR España (Society for Intercultural Education, Training and Research), y Coordinadora del Grupo de Trabajo en Castellano del World Council on Intercultural and Global Competence.

Nacida en Venezuela con abuelos libaneses, esposo italiano e hijos españoles, tengo la suerte de vivir en Barcelona, ciudad que me recibió hace 10 años.

Contacto: claudia.issa@intercultures.de