

**Intervenciones psicológicas para *third culture*  
*kids* y familias en tránsito:  
una revisión sistemática**

**Trabajo final de Máster**

Máster Universitario en Psicología General Sanitaria

2022/2023

Realizado por Nadia Tortosa

Tutorizado por Dra. Meritxell Pacheco

Facultad de Psicología, Ciencias de la Educación y el Deporte

Universidad Ramón Llull

## Resumen

Los niños y adolescentes que acompañan a sus padres expatriados por motivos profesionales o de formación, llamados *third culture kids*, pueden desarrollar problemas de identidad, baja estabilidad emocional y dificultades en establecer relaciones significativas debido a la alta movilidad geográfica que implica una vida internacional, ya que este estilo de vida implica para estos jóvenes un desarraigo de su cultura de origen y muchas pérdidas en el camino. El presente trabajo tiene como finalidad recopilar las posibles intervenciones psicológicas para ayudar a esta población con herramientas que les puedan ayudar a vivir esta fase de tránsito de la mejor manera posible. Se ha llevado a cabo una revisión sistemática de los artículos científicos publicados en las bases de datos *PsycINFO*, *Pubmed* y *PubPSYCH* desde el año 2000 hasta 2022. Se han seleccionado 10 artículos que exponen diferentes programas de prevención y/o intervención para *third culture kids*, así como factores que afectan a la adaptación de estos jóvenes en el contexto internacional. Los factores que influyen positivamente en la adaptación son la cohesión familiar y la estabilidad emocional y negativamente influye un apego ambivalente. Los programas de prevención para esta población son muy escasos y necesarios.

*Palabras clave:* *third culture kids*, familias en tránsito, expatriados, prevención, identidad

### **Abstract**

Children and adolescents who accompany their expatriate parents for professional or training reasons, are called third culture kids. They may develop identity problems, low emotional stability, and difficulties in establishing meaningful relationships due to the high geographical mobility that international life implies. This lifestyle implies an uprooting from their culture of origin and many losses along the way for these young people. The purpose of this work is to compile the possible psychological interventions for this population with tools that can help them live this transit phase in the best possible way. A systematic review of the scientific articles published in the PsycINFO, Pubmed and PubPSYCH databases from the year 2000 to 2022 has been carried out. 10 articles have been selected that expose different prevention programs for third culture kids, as well as factors that affect the adaptation of these young people in the international context. The factors that positively influence adaptation are family cohesion and emotional stability, while ambivalent attachment influences negatively. Prevention programs for this population are very scarce and required.

Keywords: third culture kids, families in transit, expatriates, prevention, identity

## Introducción

La Real Academia Española define a un emigrante como *aquella persona que abandona su propio país para establecerse en otro extranjero*. En el momento que una persona emigra de un país, se convierte en inmigrante de otro lugar.

La Organización Internacional para las Migraciones ha publicado el "Informe sobre las migraciones en el mundo 2022" (McAuliffe & Triandafyllidou, 2021), en el cual hemos alcanzado el mayor número de la historia de personas que vive en un país distinto al de nacimiento, cifrando su estimación en 281 millones en todo el mundo (3,6% de la población mundial), siendo casi dos tercios de los 281 millones por motivos laborales y siendo la proporción estimada de niños de un 14,6%. También en España, según el instituto nacional de estadística con fecha de 16 de marzo de 2023 (INE, 2023), hay en el mundo 2.790.319 ciudadanos españoles residiendo fuera de España, de los cuales 566.009 tienen entre 0 y 19 años, lo que equivale a que uno de cada cinco residentes españoles en el extranjero es menor de 19 años. Si retrocedemos diez años atrás, estas cifras en el año 2012 se sitúan en 1.816.835 residentes en el extranjero (973.484 más en 2022), de los cuales 341.293 tenían entre 0 y 19 años (224.716 más en 2022).

Vivimos en un mundo donde la movilidad geográfica en las últimas décadas ha crecido de forma exponencial. Esto ha conllevado que haya incrementado el número de personas que crece en un contexto multicultural, diferente a una situación monocultural. La movilidad geográfica puede ser causada por distintos motivos: económicos, laborales, formativos, políticos, medioambientales, reagrupación familiar, etc.

La socióloga Dr. Useem fue la que introdujo el concepto tercera cultura para referirse al resultado de la mezcla que surge de una primera cultura, que sería la originaria del hogar, refiriéndose a la cultura referente al país de procedencia de los padres, con la segunda cultura, que sería la del país en el que se reside, surgiendo así el resultado de una tercera cultura, que sería propia de aquellos que viven o han vivido un estilo de vida con

movilidad internacional (Useem et al., 1963). Ruth Useem describió a los niños de tercera cultura como acompañantes de sus padres hacia otra cultura (Pollock et al., 2017).

Pollock introdujo el concepto *third culture kids (TCK)*, niños de tercera cultura, para referirse a aquellas personas que han pasado una parte significativa de su etapa de desarrollo alejados de la cultura de la que son originarios sus progenitores. Este concepto ha ido evolucionando y la última definición es la siguiente: “*Un niño de la tercera cultura tradicional (TCK) es una persona que pasa una parte significativa de sus primeros 18 años de vida acompañando a sus padres a un país que es diferente de al menos uno de los países del pasaporte de los padres debido a la elección de trabajo o formación avanzada de los padres*” (Pollock et al., 2017). Un TCK tiene facilidad para construir relaciones con muchas culturas, sin sentirse vinculado a ninguna en concreto (Pollock et al., 2017).

Los TCK son individuos que a) se han desplazado internacionalmente al menos una vez a un país diferente al de origen de sus padres o su país de pasaporte, b) tienen por lo menos un traslado internacional durante la fase de desarrollo (hasta los 18 años), y c) el motivo de traslado es por el trabajo o formación avanzada de uno de los progenitores por un tiempo limitado (Tan et al., 2021). Suelen ser hijos de militares, misioneros, diplomáticos o empleados de empresas internacionales y forman parte de un grupo más extenso, los *cross-culture kids*. Este concepto fue introducido por Van Reken y engloba a los hijos de progenitores de diferentes culturas, a los hijos de inmigrantes e hijos procedentes de adopción internacional.

Una vida de alta movilidad geográfica conlleva para los jóvenes que acompañan a sus padres diversas ventajas como una comprensión global del mundo y una gran capacidad de adaptarse a nuevas situaciones (Hervey, 2009). Sin embargo, el crecimiento en un entorno multicultural y de continuada movilidad internacional puede suponer un reto importante para las familias que deciden dejar su país de origen, ya que sus vidas están marcadas por la temporalidad. La pregunta “¿de dónde eres?” puede ser para un TCK difícil de responder. El sentido de pertenencia de los TCK parece más relacionado con la pregunta de “¿quién soy?” que “¿de dónde soy?” (de Waal & Born, 2021). Según Hervey

(2009), los TCK se sienten más conectados con la cultura del país donde residen que con la cultura de su país de pasaporte. La construcción de una definición de hogar puede ser complejo para un TCK debido a las múltiples transiciones y constantes cambios (Limberg & Lambie, 2011). Distintos estudios sugieren que las principales dificultades para los niños y adolescentes en transición están relacionadas con el duelo por las pérdidas de su red de apoyo social, su hogar, su colegio, el aprendizaje de un nuevo idioma, la necesidad de hacer nuevos amigos, la incertidumbre sobre el futuro, la falta de identidad y pertenencia a una cultura (Lazarova et al., 2015; McLachlan, 2008; Moore & Barker, 2012; Pollari & Bullock, 1988; Rosenbusch & Cseh, 2012). Adicionalmente en la etapa de la adolescencia se puede sumar la vergüenza por la sensación de no encajar en su entorno. Sin duda, es importante poner el foco en la prevención de las dificultades que pueden surgir en el transcurso de la transición.

Según Koteskey (2008), la ansiedad y la depresión son diagnósticos prevalentes en las personas que transitan a una nueva cultura. En la quinta edición del *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (Diagnostic and statistical manual of mental disorders: DSM-5™, 5th ed, 2013)* se describe el trastorno de adaptación como uno de los trastornos relacionados con el estrés y se caracteriza por "la presencia de síntomas emocionales o comportamentales en respuesta a un factor estresante identificable que suceden dentro de los tres meses posteriores siguientes al inicio del factor considerado como estresante". Se distinguen seis tipos diferentes de trastornos de adaptación: 1) con estado de ánimo deprimido, 2) con ansiedad, 3) con ansiedad mixta y estado de ánimo deprimido, 4) con alteración de la conducta, 5) con alteración mixta de las emociones o la conducta y 6) sin especificar.

Algunos de los factores estresantes más comunes identificados en el trastorno de adaptación son ruptura de una relación, cambio de colegio, mudanza a un nuevo hogar e inmigración, entre otros (Alvarado, 2021). Con el traslado a un país extranjero se dan simultáneamente estos factores estresantes. Con un traslado a otro país los niños y adolescentes se ven alejados de parte de lo que era su entorno seguro, como su hogar,

colegio, sus compañeros, en ocasiones sus mascotas, otros miembros de la familia extensa, o ciertos lugares. Esta etapa de transición puede resultar muy estresante para los niños, además teniendo en cuenta que generalmente va acompañado del reto de comunicarse en un nuevo idioma. Aunque no hay un diagnóstico concreto en la mayoría de los TCK, estas dificultades pueden derivar en una adaptación subóptima.

En el caso de los TCK, el estresor y sus consecuencias persisten con el cambio de país. La constante en la vida de estos jóvenes es el cambio. Durante la fase de transición, dejar a los amigos y hacer nuevas amistades es una preocupación significativa para los TCK (Dixon & Hayden, 2008). Los TCK mantienen un constante estado de incertidumbre sobre seguridad y confianza, identidad, pertenencia, y lo que significa hogar (Gilbert, 2008). Cuando esta etapa coincide con el inicio de la adolescencia, en la que las relaciones entre iguales adquieren mayor relevancia, podemos pensar que estos cambios y sus consecuencias pueden llevar a estos jóvenes a ser adolescentes en riesgo, sin pertenencia a un lugar específico, saliendo de su zona de confort a una edad temprana, una o varias veces, y viéndose forzados a adaptarse a nuevas situaciones y aceptar que ciertas personas a las que quieren están lejos.

Una buena prevención y acompañamiento parecen indispensables para estos niños y adolescentes para que las dificultades emocionales y sociales que puedan surgir en esta etapa de tránsito se puedan comprender y aceptar.

### **Objetivos**

En esta revisión se busca hacer un análisis sistemático y actualizado para ver si existen programas de intervención para acompañar a los TCK en el proceso de transición que sucede en el cambio de un lugar de residencia a otro. Los objetivos específicos de la revisión incluyen:

- a) Recopilar, sintetizar y analizar hasta la fecha los estudios que incluyen intervención
- b) recoger qué factores influyen en la adaptación de esta población durante la transición

- c) tipos de programas de intervención que se han aplicado
- d) proponer elementos clave para una intervención que ayude a estos niños a transitar durante los traslados

### **Método**

La búsqueda bibliográfica se llevó a cabo a través de las bases de datos *PsycINFO*, *Pubmed* y *PubPSYCH*. Se acotó la búsqueda a artículos científicos publicados desde el año 2000 hasta 2022 y en lengua inglesa. Las palabras que se incluyeron en la búsqueda fueron: “*third culture kid*” OR “*expatriate kid*”.

#### **Criterios de inclusión y exclusión**

Los criterios de inclusión para la selección se caracterizan por ser: 1) artículos publicados en lengua inglesa; 2) que incluyan programas de intervención para acompañar a las familias expatriadas; 3) que esté enfocado especialmente a los niños y adolescentes, los llamados *third culture kids*.

En referencia a los criterios de exclusión, se eliminaron de la selección: 1) aquellos artículos que hicieran referencia a *cross-culture kids*, sin ser *third culture kids*; 2) artículos que no estuvieran vinculados a la psicología.

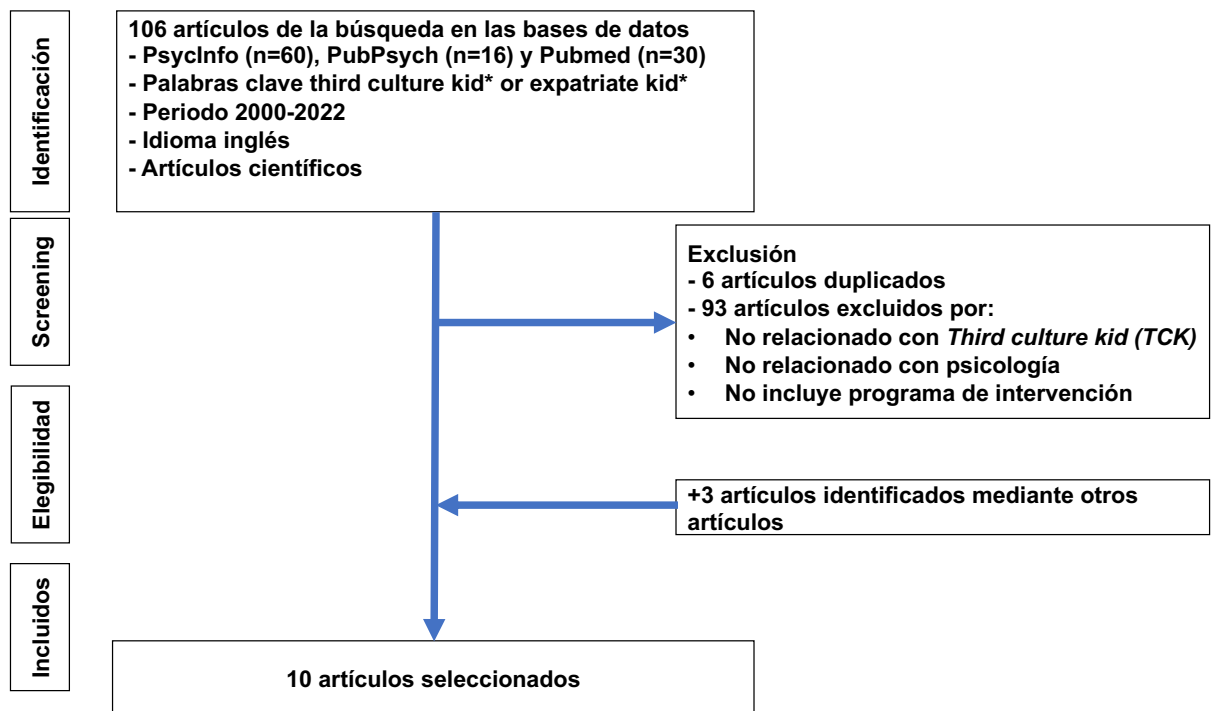


## Resultados

A través de una búsqueda de literatura científica publicada en las bases de datos electrónicas se realizó la identificación de los artículos, que se resume en la Figura 1.

### Figura 1

Diagrama del proceso de selección de artículos incluidos y excluidos en la revisión



Inicialmente se identificaron 106 artículos en las bases de datos PsycInfo, Pubpsych y Pubmed, de los cuales seis artículos estaban duplicados, y 93 artículos fueron excluidos de la revisión por no estar relacionados con *TCK*, no estar relacionados con el ámbito de la psicología y no incluir programas de intervención.

Tres artículos fueron incluidos por estar relacionados y no haber aparecido en la búsqueda.

Los diez artículos resultantes estaban relacionados con intervención especialmente destinada a los niños y adolescentes *TCK* (Tabla 1).

**Tabla 1**

*Resumen de los 10 estudios sobre la prevención en TCK*

Autores	Revista	N	Características participantes	Programa de prevención	Objetivos	Resultados
<b>Bates, J. (2013)</b>	Journal of Research in International Education	11	colegios internacionales Administradores de los centros internacionales	Programas de orientación, de partida y de transición	Aportar información sobre la presencia o ausencia de programas de apoyo durante la fase de tránsito en colegios internacionales	Falta de conciencia sobre la necesidad de programas para la transición, mayor apoyo en la llegada que a la salida, falta de recursos y necesidad de involucrar a los padres
<b>Davis et al. (2013)</b>	Journal of Psychology & Theology	186	Hijos de misionarios	13 day MK Transition Seminar	Medir el nivel de estrés, ansiedad, depresión y bienestar psicológico antes y después del seminario	Reducciones estadísticamente significativas en todas las variables dependientes después de la asistencia al programa, lo que sugiere que la participación en un programa de reintegro de MK se correlacionó con un mejor bienestar psicológico para esta muestra
<b>Davis et al.(2010)</b>	Journal of Psychology & Theology	35	Graduados de secundaria que regresan a EEUU	13 day MK Transition Seminar	Medir el nivel de estrés, ansiedad, depresión y bienestar psicológico antes y después del seminario	Reducción significativa en los niveles de depresión, ansiedad y estrés, así como una mejora significativa en el bienestar psicológico general al finalizar el seminario
<b>Lee, Y. J., Bain, S. K., &amp; McCallum, R. S. (2007)</b>	School Psychology International	15+	grupo control Alumnos colegio coreano en EEUU	Tratamiento de la creatividad	A través de instrucciones fomentar la originalidad y fluidez	El grupo experimental mostró mejores resultados que el grupo control
<b>Limberg, D., &amp; Lambie, G. W. (2011)</b>	Professional School Counselor Association	1	TCK origen peruano que reside en EEUU	Programa de transición desde el colegio	Abordar las necesidades educativas únicas de los TCK, que requieren el apoyo de sus consejeros escolares	No hay resultados, solo descripción de cómo se aplicó el programa
<b>Long, K. (2020)</b>	Journal of infant, child, and adolescent psychotherapy	3	TCK	Arteterapia	A través de la creatividad fomentar una narrativa del yo más cohesiva en los TCK	Expresión de los sentimientos sobre multiculturalismo y tener distintos lentes para entender su identidad
<b>Lucier-Greer et al.(2015)</b>	Interdisciplinary Journal of Applied Family Studies	1036	Adolescentes de familias militares	Descriptivo a través de un cuestionario	Factores de riesgos y relaciones como factores protectores	Relaciones significativas ayudan a reducir los riesgos en los estresores de los TCK mejorando su bienestar
<b>Mizutani &amp; Waalkes (2022)</b>	International Journal for the Advancement of Counselling	Propuesta. Caso ficticio	Asiático confuciano ATCKs	Círculo de las relaciones modificado	Desarrollar sentido de pertenencia y búsqueda de soporte de las redes sociales, disminuir confusión identidad	Los resultados esperados serían ganar conciencia de las conexiones con otros y desarrollar sentido de pertenencia
<b>Purnell, L., &amp; Hoban, E. (2014)</b>	International Journal of Intercultural Relations	12	TCK que regresan a Australia para ingresar en la Universidad	TCK Transition into University Model	Desarrollar un modelo de transición para TCK australianos en base a información recogida en entrevistas a 12 TCK	Adaptación y bienestar TCK se ve afectado por la preparación que reciben del colegio y de la familia de la implicación a la llegada y de la integración social en redes sociales y universidades
<b>van der Zee et al. (2007)</b>	Anxiety, Stress, and Coping	104	Niños expatriados	Descriptivo a través de un cuestionario	Factores familiares y laborales, la personalidad y el apego en la adaptación intercultural de los niños y adolescentes expatriados	Existe una relación entre las características familiares y el ajuste intercultural de los TCK

De los artículos seleccionados, dos artículos hacen referencia a los factores que facilitan y/o dificultan la adaptación, dos artículos se centran en la prevención en las escuelas internacionales, cuatro artículos estudian el período de inicio universitario y otros dos exponen el uso de la creatividad y el arte como instrumentos para la intervención en los TCK.

### **Factores facilitadores en el proceso de la transición**

El marco teórico sobre el que se basan los artículos seleccionados que tratan sobre los factores de riesgo y protectores durante la transición es la teoría del estrés familiar, desarrollada por McCubbin y Patterson (1983). El estrés puede generar tensiones en la familia. Pero las familias disponen de recursos, externos e internos, que les pueden ayudar a hacer frente a esas tensiones.

El estudio de Lucier-Greer et al. (2015) proporciona información relevante sobre los factores que influyen en la adaptación de los adolescentes de familias militares. Aunque no es un programa de intervención, este estudio aporta importante información para tener en cuenta en el desarrollo de intervenciones dirigidas a mejorar el bienestar de estas familias. Se identifican los factores de riesgo normativos y específicos del contexto y a través de unos cuestionarios se investiga la influencia de éstos entre adolescentes de familias militares (N=1036) sobre su bienestar y el papel de las relaciones sociales como factores de protección. Los participantes eran adolescentes de entre 11 y 18 años, estaban localizados en instalaciones militares, y tenían por lo menos uno de los progenitores como militar en servicio.

Los factores de riesgo incluidos en este estudio fueron minoría racial/ étnica, estado civil progenitores, percepción aislamiento, despliegue padres, múltiples cambios de escuela, rango de los padres, número de padres militares, residencia actual en el extranjero y distancia de la residencia a la instalación militar.

Los factores protectores incluidos como mediadores y medidos en el estudio fueron:

- El apoyo familiar (medido a través de una adaptación de *Child and Adolescent Social Support Scale* de Malecki y Demaray (2002)) que persigue medir si los adolescentes se sienten cuidados y comprendidos dentro de la familia.
- Las conexiones sociales (medido a través de *Social Provisions Scale*) para medir el nivel de apoyo informal percibido por los adolescentes para explorar si sienten la presencia de alguien en quien confiar.
- Participación en programas para adolescentes relacionados con deportes, arte, formación académica, programas promocionados por los militares y actividades religiosas.

Se midió la sintomatología depresiva en la última semana a través del cuestionario *Studies-Depression Scale for Children*, el rendimiento académico, y la persistencia a través de la subescala *General Self-Efficacy Scale*. Los resultados muestran que los jóvenes que reportaron niveles más altos de riesgo experimentaron más síntomas depresivos, menor rendimiento académico y menor persistencia. Al tomar en cuenta el apoyo familiar y la presencia de redes informales, los síntomas depresivos fueron menores, el rendimiento académico fue mayor y la persistencia fue mayor.

Este estudio encontró que un entorno de apoyo familiar sirve como un amortiguador en medio de la adversidad, de modo que los jóvenes que informaron conexiones familiares más positivas también informaron menos síntomas depresivos, mejores calificaciones y niveles más altos de persistencia. Esto destaca la importancia de incorporar la participación de la familia, especialmente cuando hay presencia de factores de riesgo. Además, este estudio sugiere no solo que sentirse cerca y apoyado por la familia es importante para mitigar la influencia del riesgo, sino también que estar conectado con otras personas fuera de la familia es igualmente importante. Los resultados mostraron que los chicos que tenían conexiones sociales significativas mostraban menor sintomatología depresiva, así como mejores resultados académicos y mayor nivel de persistencia. En términos del tercer factor de protección, el compromiso con programas, los resultados encuentran una relación positiva entre formar parte de un programa y los resultados académicos. Este estudio

sugiere que la presencia de apoyo familiar y relaciones sociales minimizan los riesgos que pueden provocar los estresores presentes en el contexto de los *TCK* de familias militares. Es importante evaluar el entorno social de estos adolescentes para poder detectar recursos que puedan ayudar en la intervención para incrementar la resiliencia y el bienestar de estos jóvenes.

El estudio de Van Der Zee et al. (2007) estudió la influencia de los factores familiares y laborales, la personalidad y el apego en la adaptación intercultural de los niños y adolescentes expatriados. Los participantes eran 104 niños expatriados entre 8 y 18 años, procedentes de 21 países diferentes, siendo la gran mayoría holandeses (64%). Los instrumentos que se usaron fueron cuestionarios para medir el funcionamiento familiar (adaptabilidad familiar, cohesión familiar y estilo comunicativo en la familia), características del trabajo del expatriado, la personalidad y el tipo de apego, así como información demográfica.

Los resultados fueron interesantes y en línea con los descritos anteriormente. Existe una relación entre las características familiares y el ajuste intercultural de los *TCK*. Entre las características relacionadas con el funcionamiento familiar, la cohesión familiar aparece como el mayor predictor para un buen ajuste, tanto para la calidad de vida como para el ajuste sociocultural. La cohesión familiar se entiende como el vínculo emocional entre los miembros de la familia. Los niños de familias con alta cohesión exhibieron niveles más altos de ajuste que los niños de familias con baja cohesión.

En relación con la satisfacción laboral de los expatriados se relacionó significativamente con la adaptación de los niños. No se encontró una relación significativa entre el apoyo por parte de la compañía/empresa y la adaptación de los *TCK*. La personalidad y el tipo de apego son los predictores más fuertes para la adaptación intercultural de los jóvenes. En relación con la personalidad, la estabilidad emocional es importante en la adaptación de los niños. En relación con el apego, el apego ambivalente resultó ser un fuerte predictor negativo del ajuste intercultural del niño.

Las familias expatriadas que estén teniendo problemas de adaptación se podrían beneficiar de una terapia familiar que les ayudara a incrementar la cohesión entre los miembros de la familia. Los adolescentes con inestabilidad emocional y apego ambivalente presentan riesgos importantes para una adaptación exitosa.

### **Programas de prevención en escuelas internacionales**

Bates (2013) llevó a cabo una investigación para ver si en las escuelas secundarias internacionales se ofrecen programas de apoyo durante el proceso de transición que promuevan actividades y eventos para ayudar y ofrecer estrategias a los estudiantes y a las familias a transitar entre distintos lugares.

El foco de este estudio está en ver si los colegios internacionales hacen uso de los siguientes componentes en sus programas: desarrollo profesional, programas de orientación y salida para alumnos que acaban de llegar, así como para los que se van y finalmente equipos de apoyo para la transición, formados por voluntarios (profesores, padres, estudiantes, administradores) que colaboran para ayudar a los estudiantes que se van y a los que llegan.

Se realizó una encuesta en la que fueron contactados 41 colegios internacionales, de los cuales sólo 11 respondieron a la encuesta, siendo Asia el continente más representativo. La encuesta consistía en un cuestionario de 30 ítems que se podía cumplimentar online y se distribuía por correo electrónico. Los resultados mostraron que de los cuatro componentes descritos en la encuesta (desarrollo profesional, programas de orientación, programas de partida y equipos de apoyo de transición), sólo dos escuelas informaron que ofrecen los cuatro, tres escuelas ofrecen tres de los cuatro y seis escuelas informaron que ofrecen uno o ningún componente. Los resultados mostraron que, de las 11 escuelas, el programa que más presente está es el de orientación a la llegada con ocho colegios de los 11.

Los principales problemas de estos programas eran que la mayoría no eran ayudas prácticas para los niños, sino conferencias y talleres para aumentar conjuntamente el conocimiento sobre los problemas potenciales derivados de la transición. Además, la

mayoría de estos programas se centraron en el apoyo de orientación y utilizaron compañeros y no profesionales para ayudar a los estudiantes a adaptarse al sistema escolar. Es de destacar que las familias no parecen estar involucradas en estos programas, a pesar de ser una parte crucial para una transición exitosa.

A raíz de estos resultados parece que los equipos de transición están infrutilizados en las escuelas internacionales. Los programas de transición en las escuelas ofrecen la oportunidad para un entorno de socialización multicultural y un puente entre la identidad cultural del TCK y la cultura de la comunidad escolar y del país anfitrión (Bates, 2013).

Limberg y Lambie (2011) presentan la descripción de un caso único de intervención con un niño de siete años en una escuela con un programa que abarca distintas fases de la transición. Este programa busca abordar las necesidades educativas únicas de los TCK, que requieren el apoyo de sus consejeros escolares. Estos autores distinguen tres fases: la primera, “transición”, que sería la llegada al inicio al nuevo colegio en el nuevo destino; la segunda, “entrando”, que sería la etapa de ajuste y vivencias en la nueva cultura; la tercera “partida”, que sería cuando se van del colegio para ir a otro destino.

En el caso presentado en la fase de transición, primero se hizo un encuentro con el niño y su familia. Se contrató un traductor, ya que es conveniente no dejar este rol al alumno. Se le explicó a la familia las opciones educativas del centro y los recursos disponibles. Se rellenó una breve nota informativa sobre el nuevo alumno, con información sobre lo que le gusta o le disgusta, su horario, temas académicos y sociales, y aquella información que la familia quisiera añadir. La hoja fue consensuada con la familia, para ser entregada a los profesores y a la administración antes del inicio de clases.

En la fase de entrada, se asignó al alumno un compañero como punto de conexión entre estudiantes. Se realizan excursiones, participación en grupos de TCK para hablar de sus experiencias, se organiza un día internacional en el que se presenta algo relacionado con su cultura de origen, como comida o música, y asambleas culturales para fomentar la conciencia sobre la diversidad cultural.

En la fase de partida, se facilita conseguir un espacio en el que el niño pueda despedirse de las personas más significativas. Se contacta a los padres para despedirse y se les solicita que estén atentos por si el niño muestra signos de malestar relacionados con el duelo por las pérdidas que ocasiona el traslado.

Tanto Bates (2013) como Limberg y Lambie (2011) coinciden en la necesidad de que desde los colegios el personal tenga conocimiento y formación sobre las características y necesidades únicas de los TCK. Comparten que es importante ofrecer apoyo a esta población durante las fases de la transición.

### **Programas de intervención en la etapa de inicio universitario**

Davis et al. han realizado dos estudios en los que investigan el papel de los seminarios de transición para los hijos de misioneros sobre la depresión, la ansiedad, el estrés y el bienestar.

Davis et. al (2010) tienen como objetivo investigar el impacto de un programa que fue diseñado para los hijos de misioneros (*missionary kids, MK*) que regresan a los Estados Unidos después de vivir en el extranjero. El objetivo es medir la evolución en los niveles de depresión, ansiedad y estrés que experimentan los adolescentes hijos de misioneros antes y después del programa. Las pérdidas que sufren estos jóvenes con cada transición les pueden generar altos niveles de estrés, llevándolos a sentir pérdida de control sobre las situación y sensación de vulnerabilidad.

El programa está formado por un retiro de 13 días durante el verano y está diseñado para ayudar a los jóvenes a adaptarse a la vida en su país de origen después de regresar de una misión en el extranjero. El programa consiste en seis unidades de psicoeducación, dos de ellas individuales y cuatro grupales. En las sesiones individuales se realiza una evaluación de la personalidad del individuo, se ofrece retroalimentación y asesoramiento. Las sesiones grupales se llevan a cabo en formato grande para ofrecer psicoeducación, en formato más pequeño cuando son dirigidas por un consejero, actividades grupales nocturnas dirigidas por un compañero, y actividades sociales para mejorar habilidades en el nuevo contexto cultural. Con ello se quiere ayudar a los jóvenes a entender y procesar su



experiencia, proporcionándoles herramientas y habilidades para adaptarse a la vida en los Estados Unidos y fortaleciendo la comprensión de su propia identidad personal y de sus valores, así como fomentar la construcción de relaciones y el manejo de las emociones.

El programa está dirigido por voluntarios incluyendo psicólogos, consejeros, estudiantes y *MK* que han participado en el programa anteriormente. La terapia narrativa se usa como herramienta para que los jóvenes narren su historia. Los participantes tenían una edad media de 18,11 años ( $n= 35$ ) y eran graduados recientes de secundaria que asistieron a programas de reingreso de *MK* realizados en dos lugares diferentes en los Estados Unidos.

A los participantes se les administró un cuestionario para recopilar información demográfica, el *Depression Anxiety and Stress Scales-21 (DASS-21)* y el *Psychological General Well-being Index (PGWBI)*, así como un cuestionario de evaluación sobre el *MK Transition Seminar*.

Los resultados indican que al inicio del *MK Transition Seminar* el 43% de los estudiantes reportaron niveles elevados de ansiedad y depresión frente a un 20% en el post-test. Un 66% reportó niveles elevados de estrés en pre-test frente a un 14% en el post-test. El nivel positivo de bienestar pasó de un 57% en pre-test a un 83% en post-test. Las puntuaciones previas y posteriores a la prueba de los participantes en *DASS-21* y el *PGWBI* indicaron una reducción significativa en los niveles de depresión, ansiedad y estrés, así como una mejora significativa en el bienestar psicológico general. Basándonos en estos resultados, por lo tanto, podríamos suponer que participar en un programa de transición ayuda a facilitar un ajuste positivo a la cultura de origen.

Davis et al. en 2013 se proponen ampliar el estudio exploratorio inicial que habían realizado en 2010, ya que tenía la limitación de ser una muestra pequeña. Los participantes de este segundo estudio fueron 186 *MK* que habían vivido en 86 países y representaban a 68 agencias de envío de misioneros. Los participantes debían tener por lo menos 17 años y el inicio del seminario tenía que coincidir con el proceso de repatriación. El programa al que

asistieron fue el mismo que en el anterior estudio, el *13 day Seminar Transition Programm*, así como los instrumentos aplicados.

Los resultados muestran nuevamente reducciones estadísticamente significativas en todas las variables dependientes después de la asistencia al programa, lo que sugiere que la participación en un programa de reingreso de *MK* se correlacionó con un mejor bienestar psicológico para esta muestra. Para aquellos que brindan atención y apoyo a los *MK*, incluidos los padres, las agencias misioneras, las escuelas internacionales y las iglesias patrocinadoras, una implicación importante de esta investigación es que se debe dar mayor énfasis a la asistencia a los programas de ayuda a la repatriación de los *MK*.

En un proyecto de investigación cualitativa se realizaron 12 entrevistas a *TCK* australianos de 18 a 27 años que habían pasado una buena parte de su etapa de desarrollo viviendo en África, Europa y Asia y actualmente residían en Australia. Después de analizar los datos de estas entrevistas, se desarrolló un modelo de programa para ayudar a los *TCK* en su transición a su país de origen en el inicio universitario. Este modelo incluye cuatro etapas; (a) preparación antes de la transición, (b) experiencia inicial durante la transición, (c) ajuste durante la transición y (d) estabilización. Cada una de las cuatro etapas proporciona información sobre la experiencia práctica, social y emocional de los participantes en la transición a la vida universitaria en Australia (Purnell & Hoban, 2014).

Otra intervención que se ha encontrado en la búsqueda realizada es la propuesta por Mizutani y Waalkes (2022), que analizaron a jóvenes asiáticos confucianos de tercera cultura. Según estos investigadores, estos países se caracterizan por unas normas culturales, como son un sentido de rango de edad, una cohesión social y un sentido de pertenencia. Cuando estos jóvenes regresan a sus países de origen, experimentan varios desafíos en el inicio de la universidad, incluida la confusión de identidad y las dificultades para establecer vínculos sociales debido a sus estilos de vida de tránsito internacional. Se enfrentan a desafíos y dificultades al navegar en climas sociales universitarios que a menudo ignoran sus antecedentes únicos. Según un estudio cualitativo realizado por Mizutani (2020), los participantes asiáticos *TCK* reportaron sentir confusión respecto a su

identidad y falta de conexión con el resto de sus compañeros del país de origen, a pesar de su deseo de pertenencia y conexión.

Los autores de este artículo presentan como herramienta para los terapeutas una modificación de la intervención *Circle of Relationship*, para esta población, con el fin de ayudarlos con su confusión de identidad y la falta de pertenencia, consideradas como las dificultades más comunes entre los TCK. El objetivo de esta intervención es ayudar a estos jóvenes a integrar sus diferentes experiencias culturales, buscando una identidad más cohesiva. Se busca la identificación de relaciones significativas, explorando las creencias y sentimientos de los jóvenes sobre éstas.

La limitación de este artículo es que no presenta ningún caso real, pero se ha incluido una propuesta de intervención y una descripción detallada de cómo llevar a cabo la intervención en base a un caso ficticio. Esta intervención asume que las personas deben construir las relaciones activamente, escogiendo con quién quieren interactuar y cómo quieren comunicar. El objetivo es disponer de una herramienta que ayude a los TCK a incrementar la autoconfianza y a clarificar el sistema de apoyo del que dispone.

El círculo de relaciones que nos proponen en este estudio está estructurado de la siguiente manera. El cliente se sitúa en el centro del diagrama, en el círculo del centro, como en una diana. Los círculos más cercanos al cliente son relaciones más íntimas que los círculos más alejados en la diana y se definen de la siguiente manera: intimidad, amistad, participación e intercambio.

El círculo de intimidad incluye a las personas más cercanas al paciente, por ejemplo, familiares, mejores amigos y otras personas importantes. El círculo de la amistad incluye personas con las que los clientes se sienten cercanos, pero no tanto como su familia o sus seres queridos en el círculo más íntimo. Las personas en este círculo podrían ser sus amigos que conocen y pueden simpatizar con sus historias y antecedentes. El siguiente círculo se llama el círculo de participación que reúne a las personas que conocen al paciente, pero no son particularmente cercanas. Estas personas están relacionadas con alguna organización de la escuela. El círculo más exterior se llama el círculo de intercambio.

Este círculo incluye a las personas con las que el paciente tiene relaciones más superficiales y orientadas a tareas (por ejemplo, oficina de estudios internacionales, decano de estudiantes, médicos, profesores).

Antes de entregarle la hoja al paciente, el terapeuta le explica al paciente el objetivo de la tarea que se va a realizar, que sería entender y clarificar las relaciones sociales y la red de apoyo del paciente. El terapeuta le pide al paciente que escriba su nombre en el centro de la diana, en el primer círculo. A continuación, se le pide que complete el siguiente círculo de las relaciones, poniendo los nombres de las personas en ese círculo, así hasta llegar al último círculo. Es importante recordar al paciente que no hay una forma correcta o incorrecta de poner un nombre en un sitio u otro. Si quieren pueden renombrar el círculo, por ejemplo, "mis amigos TCK". Una vez la diana se ha completado, se explora con el paciente cómo es su relación con cada uno de los nombres que aparecen en la hoja. Es importante que el terapeuta muestre empatía y que no juzgue. Se explorará qué círculos están menos y más desarrollados.

A continuación, se completa la diana una segunda vez, pidiéndole al paciente que ponga en cada círculo los nombres que le gustaría que estuvieran allí, es decir, su círculo ideal. Una vez finalizado, el terapeuta pregunta por el desplazamiento de ciertos nombres. Este proceso ayuda al paciente a darse cuenta de las personas que quiere sentir cerca, de la necesidad de conectar y de ser aceptado. Este proceso puede ayudar al paciente a expresar sus frustraciones y conflictos al relacionarse, e identificar fortalezas para poder fortalecer su implicación social. Adicionalmente les puede ayudar a expresar el dolor por las pérdidas relacionales, consecuencia de la vida con alta movilidad. Si se procesan las pérdidas del pasado, se puede poner el foco en desarrollar relaciones más profundas en el futuro.

### **Creatividad y arteterapia como herramientas para los TCK**

Lee et al. (2007) hicieron un estudio para probar los efectos del entrenamiento del pensamiento divergente con instrucción explícita en tareas de resolución de problemas, para ver si la originalidad y la fluidez de los niños para responder aumentan después de la

instrucción. La idea es ver si a través de la instrucción explícita es posible mejorar las habilidades de resolución de problemas en un grupo de niños TCK.

Los participantes eran niños de un colegio coreano en EE. UU. La edad era de 5 a 11 años y todos eran bilingües y formaron parte del grupo de tratamiento de la creatividad. El grupo control estaba formado también por 15 niños. Los instrumentos que se usaron para hacer las mediciones pre- y post-test fueron por un lado la parte de figuras del *Torrance Tests of Creative Thinking, TTCT* (Torrance, 1966) y el *Realistic Story Telling Problems, RSTP* (Okuda et al., 1991), que consiste en identificar problemas y encontrar soluciones.

El grupo de tratamiento de 15 niños recibió instrucción para la creatividad durante 10 semanas, una sesión a la semana de 45 minutos de duración. Los resultados proporcionaron evidencia de que el entrenamiento explícito en originalidad y fluidez puede generalizarse no solo a una prueba estandarizada de resolución creativa de problemas (*TTCT*), sino también a las actividades de resolución de problemas del día a día representadas por las tareas *RSTP*. Los resultados del estudio, aunque se trata de una muestra pequeña, implican que las instrucciones explícitas relativamente simples que se centran en la originalidad o la fluidez pueden ayudar a los TCK a adoptar posturas efectivas para resolver los problemas que pueden surgir en su nuevo entorno cultural.

El uso de las artes expresivas se ha usado como herramienta para ayudar a crear una narrativa de identidad más cohesiva. Long (2020) nos describe tres casos de TCK a los que a través del juego, el arte y la imaginación consiguen construir una identidad propia más cohesiva que les ayude a comprender esa variedad cultural. En un caso se ha usado la realización de un autorretrato que realiza el paciente y que después debe describir. Con otro paciente se realizó la creación de un libro alterado, buscando que de forma creativa refleje su propia experiencia narrativa. El terapeuta le ofrece al paciente una serie de libros publicados que servirán de material para que el paciente los modifique y cree su propio libro como parte del proceso terapéutico. El libro alterado puede expresar aquello que el paciente quiera, consiguiendo la expresión de las emociones de forma creativa y el autodescubrimiento. En el tercer paciente descrito se trabajó de forma conjunta con el hijo y

los padres y se le pidió a cada miembro de la familia que realizara con una muñeca un avatar para el resto de la familia. Una vez finalizadas sus obras, cada miembro presentaba su avatar al resto de la familia.

Las historias y las narrativas son formas de dar sentido al mundo y, finalmente, al sentido de uno mismo. Ofrecer al paciente varias formas creativas de expresar sus conflictos internos les puede ayudar a que sus experiencias no verbalizadas sean más accesibles a sus familiares, amigos, y a sí mismos.

Los programas de intervención expuestos anteriormente señalan que el apoyo familiar, la existencia de conexiones sociales significativas, una alta cohesión familiar y la estabilidad emocional son factores protectores claves en la adaptación. La existencia de un apego ambivalente dificulta el ajuste de los jóvenes al nuevo entorno. Las escuelas son indispensables para facilitar la fase de tránsito de estos jóvenes, haciendo de puente entre el TCK, la cultura de la comunidad escolar y el país anfitrión. Aunque existen programas desde las escuelas, estos son llevados a cabo generalmente en la fase de llegada y por voluntarios. Parece que para la fase de cierre y despedida se han destinado escasos recursos. Los estudios sobre los programas de prevención en las escuelas internacionales coinciden en la necesidad de que el personal tenga conocimientos sobre las características de los TCK. La participación en seminarios para ayudar en la fase de regreso al país de origen por motivos formativos como el ingreso universitario han demostrado mejorar la sintomatología depresiva, ansiedad y estrés, así como en el bienestar general. Los programas de entrenamiento en pensamiento divergente mejoran la habilidad de resolución de problemas, facilitando la adaptación de los TCK en su entorno cambiante. La confusión de identidad suele darse en los TCK y a través del juego, el arte, y la imaginación puede crearse una identidad más cohesiva.

De la revisión de la literatura se observa que falta investigación sobre la formación de identidad en los jóvenes que llevan una vida de movilidad geográfica, así como recursos que se puedan aplicar en este contexto. También falta una visión más sistémica, que incluya la influencia recíproca de todos los miembros de la familia.

A pesar de que el número de familias en tránsito ha incrementado considerablemente en los últimos años, la investigación sobre esta población es muy limitada. No abunda la investigación sobre el impacto que la transición ocasiona en los niños y adolescentes y sobre los programas de intervención que pueden ser aplicables para las dificultades que surgen en el proceso. Faltan programas estructurados que aporten ayuda en el ámbito social y emocional en el proceso de la transición.

### **Discusión**

La presente revisión ha perseguido hacer una recopilación de las distintas publicaciones relacionadas con la intervención en niños expatriados por motivos laborales de los padres, también conocidos como *third culture kids*.

La revisión realizada pone de manifiesto que existen una serie de factores que facilitan o dificultan la adaptación de estos niños y adolescentes en el proceso de cambio, conocido como período de transición, que se caracteriza por una etapa caótica, en la que abunda el estrés y la ansiedad. La ansiedad y la depresión son las emociones más características en los individuos que transitan de una cultura a otra (Koteskey, 2008). De los estudios de Lucier-Greer et al. (2015) y Van der Zee et al. (2007) se desprende que existe una serie de factores que condicionan la adaptación de estos niños y adolescentes a su nuevo entorno: la percepción de apoyo familiar, la implicación social, la cohesión familiar, la estabilidad emocional y el estilo de apego.

La presencia de apoyo familiar y la implicación activa en relaciones sociales significativas mejoran los rendimientos académicos, mejoran la persistencia ante posibles dificultades y reducen la sintomatología depresiva. Un buen vínculo emocional entre los miembros de la familia, es decir, una alta cohesión familiar, es un factor que facilita el ajuste del niño a un nuevo entorno. La estabilidad emocional es un predictor importante en la adaptación intercultural. Un apego ambivalente presenta riesgos para una adaptación exitosa en el nuevo entorno. En el estudio de Van der Zee (2007) se deja abierta la pregunta sobre la posibilidad de si un estilo de vida de movilidad internacional influencia el

estilo de apego de estos jóvenes. Sería interesante en investigaciones futuras, observar con estudios longitudinales si la expatriación afecta al tipo de apego de esta población.

De estos resultados se hace evidente la importancia de la familia en esta fase de cambios y la necesidad de incorporar a la familia en la participación de los programas de prevención, especialmente cuando se detectan factores de riesgo, como inestabilidad emocional y un apego ambivalente.

En relación con la presencia de programas de prevención en las escuelas internacionales, los dos artículos incluidos coinciden en la importancia de que el personal de los colegios reciba formación sobre las necesidades específicas de los TCK y en la importancia de ofrecer apoyo a esta población en la fase de transición.

Bates (2013) concluye que el apoyo a los estudiantes durante la fase de transición está poco presente, los equipos de apoyo en la transición están infrautilizados y que las familias están poco involucradas en estos programas. A pesar de que este estudio tiene una muestra muy pequeña y no puede generalizarse por ser un estudio pequeño de corte transversal, se hace evidente que faltan más estudios que profundicen en el acompañamiento a los TCK durante la transición. Así mismo remarcar la necesidad de estudios con niños expatriados que visiten colegios nacionales. No se han encontrado estudios que miren si hay diferencias entre los TCK que visitan colegios nacionales respecto a los TCK que visitan colegios internacionales.

En relación con la presencia de programas de prevención en la etapa de inicio universitario en el país de origen, los resultados del estudio Davis et. al. (2010,2013) demuestran que participar en un programa de transición facilita la adaptación a la cultura de origen. Los resultados de estos estudios indican una reducción significativa en los niveles de depresión, ansiedad y estrés, así como una mejora significativa del bienestar psicológico general.

Uno de los mayores retos a los que se enfrentan los TCK al llegar a la adultez es la confusión de identidad y la falta de pertenencia. La propuesta de intervención *Circle of Relationship* que proponen Mizutani y Waalkes (2022), a pesar de estar muy bien descrita y



poner el foco en la participación del paciente en la construcción de las relaciones, no ofrece evidencia empírica, ya que no ha sido probada en pacientes. Hacen falta estudios que incluyan en su intervención el círculo de las relaciones en la población *TCK*, acompañada de acciones que fomenten las habilidades sociales con la finalidad de conseguir que el círculo de relaciones deseado acabe siendo el real. Las relaciones significativas del *TCK* incrementan la sensación de pertenencia y ayudan a la definición de identidad. El artículo de Lee et al.(2007) nos muestra que el entrenamiento en originalidad y fluidez para estimular la creatividad en la búsqueda de soluciones ante los problemas ayuda a los *TCK* en la resolución de problemas ante el cambio cultural. El estilo de vida con movilidad geográfica demanda una alta capacidad de adaptabilidad y flexibilidad ante los cambios y desafíos. La capacidad de encontrar ideas y soluciones innovadoras ante nuevos retos puede facilitar el abordaje de los retos de una vida llena de cambios. La originalidad se desvía de los caminos convencionales, y precisamente parte de las características de los *TCK* es que salen de lo convencional. A través de las artes expresivas se facilita al paciente dar sentido a su propia historia de vida (Long, 2020).

Existe una fuerte necesidad en el desarrollo de programas de intervención que puedan atender a los niños y adolescentes junto a sus progenitores como sistema familiar para afrontar conjuntamente las dificultades que puedan surgir en el proceso migratorio en todos los miembros de la familia. Las intervenciones preventivas son indispensables para que la integración al nuevo lugar sea un camino agradable de transitar. Es necesario dotar a las familias con herramientas para transitar las dificultades que puedan surgir en esta etapa. Desarrollar un ambiente familiar donde esté presente la comunicación fluida y la escucha parece imprescindible para que los miembros del sistema familiar se sientan apoyados. En estos casos parece muy indicado un acompañamiento a la familia, ya que todos los miembros de la familia están involucrados en este proceso, cada uno con sus dificultades. Los roles familiares y las relaciones entre los miembros de la familia pueden verse transformadas por el nuevo contexto en la nueva cultura. Dando la posibilidad de narrar conjuntamente la historia familiar puede dar un sentido e identidad a lo vivido. Podemos

pensar que los niños *TCK* pueden no compartir la identidad cultural de sus padres, y es importante que la familia pueda integrar esta diversidad dentro de su sistema familiar. El tránsito puede verse como una oportunidad en los procesos psicológicos de la familia en la forma de afrontar situaciones de estrés, cómo ayudarse y complementarse ante las dificultades. Es importante que la familia fomente y apoye activamente la socialización en el nuevo destino, ya sea como familia, implicándose en actividades con otras familias, o facilitando a su hijo la integración en el nuevo entorno. En la revisión realizada, no se ha encontrado estudios que investiguen cómo afecta la emigración a las relaciones con el resto de los miembros de la familia extensa que permanecen en el país de origen. Sería de interés recoger esta información en futuras investigaciones.

Hay que añadir que sería interesante incluir cuestionarios que fueran dirigidos a todos los miembros de la unidad familiar, así como realizar estudios longitudinales para ver las consecuencias de la internacionalización a medio y largo plazo.

Así mismo, resulta imprescindible incorporar en la intervención el proceso del dolor por las pérdidas acumuladas para poder seguir forjando relaciones profundas. Aunque separarse de la gente que uno quiere siempre es un proceso doloroso, es importante mantener una vida en la que se creen vínculos. La tecnología actualmente nos permite más fácilmente mantener vínculos con personas que apreciamos en distintos sitios del planeta. Internet ha cambiado la forma de comunicarnos en todo el mundo y ha influenciado el desarrollo de los *TCK*, ya que para esta población es una herramienta esencial para mantener el contacto con su círculo de amistades y con el resto de la familia extensa. El mundo digital se convierte para esta población como un lugar donde mantener, desarrollar y explorar sus relaciones sociales y el sentido de uno mismo, un lugar de pertenencia y continuidad dentro del cambio (Hannaford, 2016). Pasar muchas horas conectados a redes sociales es la expresión de intentar minimizar los cambios y mantenerse en el pasado, como parte del proceso del duelo, pero que en la mayoría de los casos no dura más de unas semanas o meses (Crossman, 2016). El mundo digital se convierte en un soporte

emocional para estos jóvenes. Sin embargo, es importante que se creen vínculos nuevos con personas locales en el nuevo destino.

En la literatura encontramos que estos niños tienen su sentido de pertenencia relacionada con otras personas que han vivido situaciones similares (Pollock et al., 2017). Parece que estos niños encuentran su identidad en la tercera cultura. Esta característica de los TCK vendría a confirmar la Teoría de la incertidumbre-identidad de Hogg (2007), según la cual las personas tienen una necesidad de establecer una identidad coherente. Cuando sienten incertidumbre acerca de su identidad, buscan su sentido de pertenencia en los grupos sociales a los que sienten que pertenecen. Los TCK encuentran en las personas que han vivido situaciones similares a las suyas, los otros TCK, su sentido de pertenencia e identidad. Es importante validar el multiculturalismo como una forma de identidad.

A modo de conclusión, los resultados reflejan que a pesar de existir una necesidad de acompañamiento en esta población en la que la constante en su vida ha sido el cambio y las pérdidas, existen escasos artículos relacionados con la prevención e intervención. Los artículos encontrados están basados en pequeñas muestras y en estudios transversales, lo que limita mucho las conclusiones y nos da a entender que hay poca investigación sobre el impacto de la transición en los jóvenes que acompañan a sus padres. A pesar de la información que se ha recogido a través de la observación en numerosos estudios, no ha sido aplicada suficientemente a nivel de intervención para ayudar a los TCK en el complicado proceso de transición.

Si bien es cierto que muchas familias expatriadas transitan esta etapa sin dificultades y sin ayuda, es necesario que los profesionales de la salud mental estemos alerta de los riesgos que puede acarrear una alta movilización geográfica durante la infancia y la adolescencia, poniendo el foco en el desarrollo de la identidad intrapersonal y en el desarrollo de relaciones sociales significativas. Una implicación de los colegios y de la familia, un buen acompañamiento durante la fase de retorno al país de origen, fomentar la creatividad, potenciar una narrativa coherente con la experiencia vivida, fomentar la multiculturalidad como una forma de identidad, procesar las pérdidas para poder incluirlas

en la narrativa de vida y construir un *self* que pueda mantenerse a pesar de los cambios, destacan como elementos clave para un desarrollo positivo de estos jóvenes para los que paradójicamente la constante en sus primeras etapas del ciclo vital es el cambio.

Para finalizar, me gustaría dejar abierta la posibilidad de usar la herramienta del árbol de la vida de Ncube (2006) para ayudar a los TCK a tener una comprensión de sí mismos, ayudándoles a identificar sus características específicas y sus fortalezas.

### Referencias

- Alvarado, G. L. (2021). Adjustment disorder in the pediatric population. *Pediatric Medicine*, 5. <https://doi.org/10.21037/pm-20-76>
- Bates, J. (2013). Administrator perceptions of transition programs in international secondary schools. *Journal of Research in International Education*, 12(1), 85-102. <https://doi.org/10.1177/1475240913478078>
- Crossman, T. (2016). *Misunderstood: The impact of growing up overseas in the 21st century*. Smashwords Edition
- Davis, P. S., Headley, K. W., Bazemore, T. W., Cervo, J., Sickinger, P. H., Windham, M. H., & Reh fuss, M. C. (2010). Evaluating Impact of Transition Seminars on Missionary Kids' Depression, Anxiety, Stress, and Well-Being. *Journal of Psychology and Theology*, 38, 186 - 194. <https://doi.org/10.1177/009164711003800303>
- Davis, P. S., Suárez, E. C., Crawford, N. A., & Reh fuss, M. C. (2013). Reentry Program Impact on Missionary Kid Depression, Anxiety, and Stress: A Three-Year Study. *Journal of Psychology and Theology*, 41, 128 - 140. <https://doi.org/10.1177/009164711304100203>
- de Waal, M. F., & Born, M. P. (2021). Where I'm from? Third Culture Kids about their cultural identity shifts and belonging. *International Journal of Intercultural Relations*, 83, 67-83. <https://doi.org/10.1016/j.ijintrel.2021.04.004>
- Diagnostic and statistical manual of mental disorders: DSM-5™, 5th ed.* (2013). [doi:10.1176/appi.books.9780890425596]. American Psychiatric Publishing, Inc. <https://doi.org/10.1176/appi.books.9780890425596>
- Dixon, P., & Hayden, M. (2008). 'On the move': primary age children in transition. *Cambridge Journal of Education*, 38(4), 483-496. <https://doi.org/10.1080/03057640802489418>
- Gilbert, K. R. (2008). Loss and Grief between and Among Cultures: The Experience of Third Culture Kids. *Illness, Crisis & Loss*, 16(2), 93-109. <https://doi.org/10.2190/IL.16.2.a>
- Hannaford, J. (2016). Digital worlds as sites of belonging for Third Culture Kids : A new literacies perspective. *Journal of Research in International Education*, 15(3), 253–265. <https://doi.org/10.1177/1475240916677442>
- Hervey, E. (2009). Cultural Transitions during Childhood and Adjustment to College. *Journal of Psychology and Christianity*, 28, 3.
- Hogg, M. A. (2007). Uncertainty–identity theory. *Advances in experimental social psychology*, 39, 69-126. [https://doi.org/10.1016/S0065-2601\(06\)39002-8](https://doi.org/10.1016/S0065-2601(06)39002-8)
- INE. (2023). *Población de españoles en el extranjero, en datos y gráficos*.

- Koteskey, R. L. (2008). *Before You Get "Home": Preparing for Reentry*. New Hope International Ministries.
- Lazarova, M., McNulty, Y., & Semeniuk, M. (2015). Expatriate Family Narratives on International Mobility: Key Characteristics of the Successful Moveable Family. In L. Mäkelä & V. Suutari (Eds.), *Work and Family Interface in the International Career Context* (pp. 29-51). Springer International Publishing. [https://doi.org/10.1007/978-3-319-17647-5\\_3](https://doi.org/10.1007/978-3-319-17647-5_3)
- Lee, Y. J., Bain, S. K., & McCallum, R. S. (2007). Improving creative problem-solving in a sample of third culture kids. *School Psychology International*, 28, 449-463. <https://doi.org/10.1177/0143034307084135>
- Limberg, D., & Lambie, G. W. (2011). Third culture kids: Implications for professional school counseling. *Professional School Counseling*, 15(1), 45-54. <https://doi.org/10.1177/2156759X1101500102>
- Long, K. (2020). Fractured Stories: Self-Experiences of Third Culture Kids. *Journal of Infant, Child, and Adolescent Psychotherapy*, 19(2), 134-147. <https://doi.org/10.1080/15289168.2020.1756030>
- Lucier-Greer, M., Arnold, A. L., Mancini, J. A., Ford, J. L., & Bryant, C. M. (2015). Influences of cumulative risk and protective factors on the adjustment of adolescents in military families. *Family Relations: An Interdisciplinary Journal of Applied Family Studies*, 64, 363-377. <https://doi.org/10.1111/fare.12123>
- Malecki, C. K., & Demaray, M. K. (2002). Measuring perceived social support: Development of the child and adolescent social support scale (CASSS). *Psychology in the Schools*, 39(1), 1-18. <https://doi.org/10.1002/pits.10004>
- McAuliffe, M. & A. Triandafyllidou (2021). *Informe sobre las Migraciones en el Mundo 2022*. Organización Internacional para las Migraciones (OIM)
- McCubbin, H. I., & Patterson, J. M. (1983). The Family Stress Process: The Double ABCX Model of adjustment and adaptation. *Marriage & Family Review*, 6, 7-37. [https://doi.org/10.1300/J002v06n01\\_02](https://doi.org/10.1300/J002v06n01_02)
- McLachlan, D. A. (2008). Family involvement in PSE: international schools easing the transition of mobile families. *Pastoral Care in Education*, 26(2), 91-101. <https://doi.org/10.1080/02643940802062634>
- Mizutani, Y. (2020). *Searching for a "Home": Examining the Experiences of Confucian Asian College Students with Third Culture Kid Backgrounds* (Doctoral dissertation, University of Missouri-Saint Louis).
- Mizutani, Y., & Waalkes, P. L. (2022). Circle of Relationship: a counseling intervention for confucian-asian adult Third Culture Kids. *International Journal for the Advancement of Counselling*, 44(4), 646-659. <https://doi.org/10.1007/s10447-022-09479-9>

- Moore, A. M., & Barker, G. G. (2012). Confused or multicultural: Third culture individuals' cultural identity. *International Journal of Intercultural Relations*, 36, 553-562.  
<https://doi.org/10.1016/j.ijintrel.2011.11.002>
- Ncube, N. (2006). The tree of life project: Using narrative ideas in work with vulnerable children in Southern Africa. *The International Journal of Narrative Therapy & Community Work*, 1, 3–16.
- Okuda, S. M., Runco, M. A., & Berger, D. E. (1991). Creativity and the finding and solving of real-world problems. *Journal of Psychoeducational assessment*, 9(1), 45-53.  
<https://doi.org/10.1177/073428299100900104>
- Pollari, J., & Bullock, J. R. (1988). When children move: some stresses and coping strategies. *Early Child Development and Care*, 41(1), 113-121.  
<https://doi.org/10.1080/0300443880410110>
- Pollock, D. C., Van Reken, R. E., & Pollock, M. V. (2017). *Third culture kids : growing up among worlds* (3rd edition ed.). Nicholas Brealey Publ.
- Purnell, L., & Hoban, E. (2014). The lived experiences of Third Culture Kids transitioning into university life in Australia. *International Journal of Intercultural Relations*, 41, 80-90.  
<https://doi.org/10.1016/j.ijintrel.2014.05.002>
- Rosenbusch, K., & Cseh, M. (2012). The cross-cultural adjustment process of expatriate families in a multinational organization: a family system theory perspective. *Human Resource Development International*, 15(1), 61-77.  
<https://doi.org/10.1080/13678868.2011.646895>
- Tan, E. C., Wang, K. T., & Cottrell, A. B. (2021). A systematic review of third culture kids empirical research. *International Journal of Intercultural Relations*, 82, 81-98.  
<https://doi.org/10.1016/j.ijintrel.2021.03.002>
- Torrance, E. P. (1966). Torrance tests of creative thinking. *Educational and Psychological Measurement*. <https://doi.org/10.1177/0013164488482021>
- Useem, J., Useem, R. H., & Donoghue, J. (1963). Men in the Middle of the Third Culture: The Roles of American and Non-Western People in Cross-Cultural Administration. *Human Organization*, 22, 169-179.
- Van Der Zee, K. I., Ali, A. J., & Haaksma, I. (2007). Determinants of effective coping with cultural transition among expatriate children and adolescents. *Anxiety, Stress, & Coping*, 20(1), 25-45. <https://doi.org/10.1080/10615800601032781>