



Funded by
the European Union

Citizens, Equality, Rights
and Values programme

VOC: VOICES OF CHANGE



Voices of Change (VOC):
Enhancing girls with migration background to cooperate in women policies in
the European Consultative Body for Migrant Girls Civic Engagement

Abrazar una nueva cultura: La adaptación de las jóvenes a una nueva sociedad

La sociedad actual cambia rápidamente y representa un desafío para muchas personas. Estas deben adaptarse a numerosos cambios y abrazar un nuevo estilo de vida. Para algunas personas, esto puede ser fácil, pero para otras, la situación resulta muy difícil. ¿Pero qué ocurre con aquellas personas que se mudan a una nueva sociedad como consecuencia de guerras, segregación o regímenes totalitarios? Existen muchos países en el mundo donde los ciudadanos no están seguros debido a los conflictos o al tipo de régimen, países que no pueden ofrecer los recursos necesarios o que presentan una gran segregación basada en el género. En estos casos, las personas se ven obligadas a huir y adaptarse a sociedades y culturas completamente diferentes.

Adaptarse a una nueva cultura y sociedad puede ser un proceso difícil para algunas personas, aunque no para todas. Requiere aprender un nuevo idioma, adaptarse a nuevas costumbres, buscar empleo y seguir normas diferentes. En definitiva, el proceso de adaptación es complejo y depende también de las habilidades y recursos personales de cada individuo.

Jóvenes en una nueva cultura

En un mundo cada vez más interconectado, muchas jóvenes dejan sus países de origen para buscar oportunidades educativas, profesionales o de crecimiento personal. Aunque estas experiencias pueden ser enriquecedoras, el camino hacia la adaptación cultural conlleva desafíos, desde barreras lingüísticas hasta la integración social y el mantenimiento de la identidad en un entorno desconocido.

Los desafíos de la adaptación cultural

Al llegar a una nueva sociedad, las jóvenes suelen experimentar una mezcla de entusiasmo y ansiedad. Las primeras etapas de adaptación cultural pueden ser abrumadoras debido a las diferencias en el idioma, las tradiciones y las normas sociales. Muchas enfrentan lo que se conoce como **choque cultural**, que incluye sentimientos de confusión, soledad o incluso frustración al encontrarse con una forma de vida completamente diferente.

Además, los roles de género pueden variar mucho entre culturas. En algunas sociedades, las mujeres gozan de mayor libertad y oportunidades, mientras que en otras, las expectativas culturales pueden ser más restrictivas. Navegar por estas diferencias requiere resiliencia y una mente abierta, mientras las jóvenes buscan un equilibrio entre respetar su nuevo entorno y mantenerse fieles a sus valores.

Encontrar un sentido de pertenencia

Uno de los factores clave para adaptarse con éxito es **construir un sentido de pertenencia**. Esto puede lograrse a través de:

- **Aprender el idioma local** – El idioma es el puente hacia la comunicación y una comprensión cultural más profunda. Inscribirse en cursos de idiomas o practicar con hablantes nativos ayuda a romper barreras y fomenta conexiones significativas.
- **Participar en la comunidad** – Unirse a grupos locales, hacer voluntariado o asistir a eventos culturales brinda oportunidades para conocer gente nueva y formar amistades.
- **Buscar mentoría y redes de apoyo** – Conectarse con otras mujeres que han pasado por transiciones similares puede ofrecer orientación y apoyo emocional. Existen muchas organizaciones y comunidades en línea dedicadas a ayudar a quienes llegan a un nuevo entorno.

Abrazar el cambio sin perder la identidad

Si bien la adaptación es necesaria, **también es importante preservar las raíces culturales**. Muchas jóvenes encuentran fortaleza en su herencia, utilizándola como base para su desarrollo personal. En lugar de ver la adaptación como un abandono de su origen, puede entenderse como una expansión de su identidad: abrazar nuevas costumbres sin dejar de mantener vivas sus tradiciones.

Además, el intercambio cultural es un camino de doble sentido. A medida que las jóvenes se adaptan, también aportan perspectivas únicas, tradiciones e ideas a sus nuevas comunidades, enriqueciendo el tejido social y fomentando una mayor apreciación de la diversidad cultural.

Un viaje de crecimiento y empoderamiento

Adaptarse a una nueva sociedad no se trata solo de sobrevivir, sino de **florecer**. Es un proceso de aprendizaje, evolución y empoderamiento a través de nuevas experiencias. Para las jóvenes, este viaje puede ser transformador, permitiéndoles desarrollar independencia, confianza y una comprensión más profunda de sí mismas y del mundo que las rodea.

A medida que más mujeres emprenden estos viajes interculturales, las sociedades también deben volverse más **inclusivas**, asegurando que existan el apoyo y las oportunidades necesarias para que ellas tengan éxito. Al abrazar la diversidad y fomentar la aceptación, creamos un mundo donde las jóvenes puedan integrarse en nuevas culturas con confianza, al mismo tiempo que construyen sus propios caminos.

El proyecto VOC: construyendo puentes

El proyecto **Voices of Change (VOC)** representa un esfuerzo conjunto entre chicas migrantes y chicas locales, que trabajan juntas para visibilizar los desafíos culturales en una nueva sociedad. Lo hacen a través de **webinarios participativos y otras actividades de intercambio**, creando espacios de comprensión, crecimiento y transformación compartida.

**Artículo escrito por LAG Napoca Porolissum*