

PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATÓLICA DEL PERÚ

FACULTAD DE PSICOLOGÍA



Junno no chosen o El desafío de la adaptación:
Estrategias de aculturación y estrés por aculturación en peruanos y peruanas
dekasegi que migran a Japón por motivos laborales

Tesis para obtener el título profesional de Licenciada en Psicología

presentado por:

Dayana Kaori Kina Arakaki

Asesor:

Henry Raúl Guillén Zambrano


Lima, 2025

INFORME DE SIMILITUD

Yo, Henry Raúl Guillén Zambrano, docente de la Facultad de Psicología, de la Pontificia Universidad Católica del Perú, asesor de la Tesis titulada: “Junno no chosen o El desafío de la adaptación: Estrategias de aculturación y estrés por aculturación en peruanos y peruanas *dekasegi* que migran a Japón por motivos laborales”, de la autora Dayana Kaori Kina Arakaki, dejo constancia de lo siguiente:

- El mencionado documento tiene un índice de puntuación de similitud de 6%. Así lo consigna el reporte de similitud emitido por el software *Turnitin* el 18/12/2025.
- He revisado con detalle dicho reporte y confirmo que cada una de las coincidencias detectadas no constituyen plagio alguno.
- Las citas a otros autores y sus respectivas referencias cumplen con las pautas académicas.

Lugar y fecha: Lima 18 de diciembre de 2025.

Apellidos y nombres del asesor / de la asesora: Guillén Zambrano, Henry Raúl	
DNI: 47180603	Firma 
ORCID: https://orcid.org/0000-0001-6574-8077	

El título de esta investigación se inspira en la expresión japonesa 順応の挑戦, que refleja el tránsito hacia la adaptación. Mi sincero agradecimiento a quienes participaron en este estudio. Sus experiencias de vida como *dekasegi* dieron sentido y profundidad a esta investigación.



A mi familia, por su amor, esfuerzo y apoyo incondicional en cada etapa de mi vida, por guiar mi camino y enseñarme a superarme cada día.

A mi asesor, por su paciencia, disposición y orientación a lo largo de este arduo proceso.

A mis amistades, tanto de la facultad como fuera de ella, por su apoyo, ánimo y compañía, y por hacer de estos años un recuerdo inolvidable.

Resumen

La presente investigación tuvo por objetivo analizar el rol de las estrategias de aculturación y del estrés por aculturación en el proceso migratorio de peruanos y peruanas *dekasegi* que migraron a Japón por motivos laborales. Para ello, se llevó a cabo una investigación cualitativa con un diseño fenomenológico, que permitió explorar las vivencias de los procesos de aculturación de los peruanos *dekasegi*. Se contó con un total de cinco participantes - cuatro *nikkei* y un peruano -. Las narrativas de los participantes fueron clasificadas en cuatro ejes temáticos: Estrategias de aculturación, Estrés por aculturación, Papel de las estrategias de aculturación y las dimensiones del estrés por aculturación, y Ruptura de expectativas. Los resultados señalan que, las estrategias de aculturación no son elementos lineales ni transversales; sino por el contrario, dependen de diversas características tanto individuales como contextuales. Se encontró que, los factores más estresantes para este grupo social fueron: distancia del lugar de origen y las diferencias con el exogrupo. Finalmente, se concluye que, pese al bagaje étnico cultural compartido, los *nikkei dekasegi* atraviesan por un complejo proceso aculturativo al igual o de mayor intensidad que otros grupos migrantes.

Palabras clave: Proceso de aculturación, Estrategias, Estrés por aculturación, *dekasegi*, *nikkei*.

Abstract

The objective of this research was to analyze the role of acculturation strategies and acculturative stress among peruvians *dekasegi* who migrated to Japan for work reasons. To this end, qualitative research with a phenomenological design was conducted, allowing for an in-depth exploration of the acculturation experiences of peruvians *dekasegi*. The sample consisted of five participants – four *nikkei* and one peruvian -. Their narratives were classified into four thematic areas: acculturation strategies, acculturative stress, the role of acculturation strategies and the dimensions of acculturative stress, and disruption of expectations. The findings suggest that acculturation strategies are not linear or cross cutting elements, but rather depend on both individual and contextual characteristics. Furthermore, it was found out that the most stressful factors for this social group were distance from their place of origin and the differences with the outgroup. Finally, it was concluded that although they share an ethnic cultural origin with the Japanese, the *nikkei dekasegi* undergo a complex acculturation process that is equal to, or even more intense than that of other immigrants.

Key words: Acculturation process, strategies, acculturative stress, *dekasegi*, *nikkei*.

Índice

Introducción	1
Aculturación	2
Aculturación y Estrés por aculturación	5
Aculturación y Estrés por aculturación en los <i>Dekasegi</i>	8
Método	11
Participantes	11
Técnicas de recolección de información	13
Procedimiento	13
Análisis de la información	15
Resultados y Discusión	16
Estrategias de aculturación	16
Estrés por aculturación	21
Papel de las estrategias de aculturación y las dimensiones del estrés por aculturación	33
Ruptura de expectativas	34
Conclusiones	40
Referencias	43
Apéndices	52
Apéndice A. Consentimiento Informado	52
Apéndice B. Ficha de datos sociodemográficos	53
Apéndice C. Guía de Entrevista	54
Apéndice D. Anexos de derivación	56

Introducción

Perú es el segundo país de Sudamérica que alberga la mayor cantidad de descendientes japoneses en Latinoamérica, concentrando así una gran diversidad étnica en su territorio. La comunidad *Nikkei* representa uno de los grupos etnoculturales más numerosos, conformado por aproximadamente 300 mil ciudadanos con ascendencia japonesa que residen actualmente en el país (Registro Nacional de Identificación y Estado Civil [Reniec], 2022; Asociación Peruano Japonesa [APJ], 2023).

Este año la comunidad *Nikkei* en el Perú celebró 126 años de inmigración japonesa, que se conmemoró con la llegada de la primera embarcación “*Sakura Maru*” a las costas del Callao en 1899. La inmigración estuvo impulsada inicialmente por acuerdos entre ambos países, marcado, por un lado, por el auge económico en el Perú; y, por otro lado, la crisis y el desempleo que se vivía en Japón. A través de contratos de trabajo que prometían “prosperidad”, miles de japoneses arribaron al Perú con el sueño de trabajar, ahorrar y retornar a su país natal. Los primeros migrantes se dedicaron principalmente a la actividad agrícola en las diferentes haciendas azucareras del Perú y más tarde, empezaron a consolidarse en diversos rubros económicos (Nakasone, 2023).

Si bien la gran mayoría de japoneses migraron con la finalidad de trabajar y volver a su país de origen, hoy en día más de seis generaciones de *nikkeijin* o descendientes japoneses permanecen en el Perú, difundiendo y preservando una identidad cultural que combina los matices de ambos países. Perú y Japón son países con semejanzas, pero también con diferencias muy marcadas desde el aspecto cultural hasta la organización del estado y su sociedad. Por un lado, el Perú destaca por ser un país multicultural en el que coexisten diversos grupos étnicos. De acuerdo con Hofstede (2011), el Perú se caracteriza por ser una sociedad con tendencia hacia la indulgencia y el colectivismo, es decir, basada en la expresión del afecto y la unión grupal. Se muestra como una sociedad que apuesta por la búsqueda del bienestar y apoyo mutuo. Es flexible y demuestra tolerancia ante la incertidumbre, adaptándose a las distintas situaciones con soluciones pensadas en el presente y a corto plazo. Por otro lado, en Japón, rige una sociedad jerárquica centrada en el orden, la obediencia y la disciplina. Es un país donde se valora el cumplimiento de las normas y leyes que les permiten trazar y alcanzar con éxito sus objetivos. Se orientan hacia el futuro y valoran la lealtad y el bienestar común. En contraste con el Perú, muestra restricción en cuanto a la expresión de ideas y emociones, evitando así el juicio social. Tal como se observa, ambas culturas presentan particularidades, y es dentro de este marco que surge la comunidad *Nikkei*.

A lo largo de los años, cerca de 30 mil *nikkeijin* han formado parte de lo que se conoce como fenómeno *dekasegi* (Asociación Peruano Japonesa [APJ], s.f.). *Dekasegi* es una denominación que se traduce como “trabajar lejos de casa”, y es un término japonés que, en la literatura, se le atribuye a toda persona que migra con la finalidad de trabajar temporalmente y mejorar su calidad de vida (Komisarof & Chan, 2016). Esta etiqueta fue inicialmente atribuida a pobladores rurales del interior de Japón, que migraban temporalmente a trabajar a zonas industriales; sin embargo, su uso empezó a extenderse a otros tipos de migrantes (Fonseca, 2010). Específicamente en Latinoamérica, el fenómeno *dekasegi* se popularizó en los años 80, periodo en el cual muchos países de América Latina enfrentaban grandes crisis económicas y especialmente en países como el Perú, una gran crisis social y política también (Takenaka, 2020). Dentro de esta coyuntura, una gran cantidad de *nikkeijin*, valiéndose del origen de sus ancestros, encontraron en Japón una alternativa para mejorar sus oportunidades de vida (Takenaka, 2020). Es así que, los peruanos *dekasegi* atraviesan por una “migración de retorno étnico”, en tanto migran al país de origen de sus ancestros bajo la misma condición, *dekasegi*.

Los *dekasegi* son un grupo social que incluye a diversos grupos étnicos, siendo los más numerosos: coreanos *zainichis*, chinos, *nikkeijin* latinos, etc. (Komisarof & Chan, 2016). Este grupo suele caracterizarse por pertenecer a la clase obrera en el país asiático, siendo principalmente empleados en los sectores industriales, automotriz, electrónico y alimentario. Es por ello, que suelen establecerse y concentrarse en la región de *Kanto* - zona industrial - (Komisarof & Chan, 2016). Si bien existe una amplia oferta laboral en este país, las barreras idiomáticas influyen en que los *dekasegi* sean relegados en su mayoría a trabajos que requieren de pocas habilidades especializadas y de corta duración, con pocos beneficios y limitadas condiciones laborales (Fonseca, 2010). A pesar de las políticas migratorias restrictivas de parte del gobierno japonés, es importante destacar que los *nikkeijin* poseen una ventaja sobre otros grupos migrantes, ya que cuentan con *Koseki* [documento de registro familiar], que les permite acceder no solo al visado de forma más accesible, sino también la residencia (Komisarof & Chan, 2016; Takenaka, 1999). Tal como se ha mencionado, los *dekasegi* poseen ciertas características compartidas; sin embargo, es necesario señalar que sus experiencias resultan ser diferenciales debido a factores como la edad, origen, género, formación académica, clase social, y demás aspectos, que construyen experiencias únicas y particulares que facilitan o dificultan sus procesos de aculturación.

Aculturación

La aculturación es un proceso en el que, personas o grupos culturalmente distintos entran en contacto y se influyen bidireccionalmente. Los cambios que se generan durante este proceso se clasifican de acuerdo a dos directrices: cultural/grupal y psicológica/individual (Berry, 2017; am & Van de Vijver, 2014). Por un lado, a nivel grupal, comprende los cambios globales gestionados desde las instituciones sociales (Berry, 2017). De este modo, se contemplan características particulares que tanto grupos dominantes como minoritarios traen consigo como parte de su identidad cultural, y que, representan factores claves para comprender el intercambio cultural (Ferrer et al., 2014).

Por otro lado, a nivel individual, cada experiencia de aculturación se vive de manera única y particular; por lo que el impacto psicológico resulta un elemento diferencial en cada persona. Los cambios psicológicos (cognitivo, conductual y afectivo) reflejan los patrones culturales adquiridos durante el proceso, los cuales guían finalmente la adaptación del grupo (Berry, 2003; Celenk & Van de Vijver, 2014). Estos resultados conforman el proceso de aculturación, el cual puede entenderse bajo dos enfoques: “estar bien”, que refiere al sentido de competencia y funcionalidad para la adaptación sociocultural; y, “sentirse bien”, vinculado a la sensación de bienestar emocional para la adaptación psicológica. Así, el éxito en el proceso de aculturación implica alcanzar un estado de bienestar (psicológico) y funcionamiento óptimo (sociocultural) en la sociedad receptora (Berry, 2017; Sam & Berry, 2010).

Uno de los elementos centrales en todo proceso de aculturación son las estrategias, actitudes u orientaciones que forman parte de las implicancias psicológicas del contacto intergrupal. Estos funcionan como factores mediadores entre el proceso y la adaptación, y configuran el modo en que los grupos deciden transitar sobre dicho proceso. Estas estrategias están compuestas por la actitud – entendida como el deseo o interés particular del sujeto –; y el comportamiento - entendido como aquellas conductas y decisiones que el sujeto efectúa dentro del contexto real - (Berry, 2017; Ferrer et al., 2014). La literatura destaca cuatro estrategias principales.

En primer lugar, la integración - considerada la más adaptativa - consiste en el equilibrio entre el mantenimiento de la cultura étnica y el contacto con la cultura receptora. Para lograr la integración no solo se requiere la voluntad del individuo, sino también la cooperación institucional del país receptor que facilite la aculturación de los migrantes (Berry, 2017). Por ejemplo, una investigación realizada con 7000 adolescentes de distintas ciudades demostró que las políticas de inmigración y la historia migratoria de los países influyen en la forma y el éxito de la aculturación (Benet, 2012). Países como Estados Unidos y Canadá presentaron

correlaciones positivas entre las estrategias de aculturación del grupo dominante y étnico debido a la apertura que estos países presentan respecto a los procesos migratorios. No obstante, en países europeos como Finlandia y Noruega donde la movilización es escasa, y las políticas migratorias son más restrictivas, la correlación fue negativa (Benet, 2012; Phinney et al., 2006). De este modo, se evidencia que las características y particularidades de cada grupo inciden sobre las actitudes en torno a la aculturación.

En segundo lugar, la asimilación consiste en la adherencia a la cultura dominante y el desplazamiento de la cultura de origen. En tercer lugar, la separación surge por el arraigo hacia la cultura de origen y la decisión de tomar distancia de la cultura mayoritaria. Por último y, en cuarto lugar, la marginación, contraria a las demás estrategias, resulta ser la menos adaptativa en tanto se da un distanciamiento o rechazo frente a ambas culturas. Esta última estrategia, además de involucrar el desinterés de los individuos, demuestra que la actitud de rechazo o segregación ejercida por el país de acogida cumple un rol central en la respuesta de los grupos migrantes (Celenk & Van de Vijver, 2014). En la literatura, estas tres últimas estrategias están asociadas con conductas más desadaptativas y, por ende, con menores resultados de bienestar (Berry et al., 1987).

Un estudio realizado con 181 sur coreanos residentes en Japón, encontró que aquellos participantes que tenían una orientación aculturativa de integración presentaban niveles más altos de adaptación tanto a nivel psicológico como sociocultural; mientras que, las demás estrategias se asociaron de manera negativa con la misma. El estudio destacó que, si bien la asimilación podía ser una estrategia “positiva” dentro de una sociedad étnicamente homogénea como Japón (Mahmud, & Masuchi, 2013), esta no era la estrategia ideal para la adaptación plena de los coreanos (Park et al., 2023).

Las estrategias de aculturación, por tanto, son formas en las que los individuos se aproximan y se adaptan al nuevo contexto social (Berry & Sabatier, 2010). Si bien el modelo tipológico de Berry planteaba en un inicio que la elección de estas estrategias reflejaba la tendencia o el patrón con el que cada persona decidía transitar sobre el proceso de aculturación; estas estrategias no son fijas ni producto de una decisión plenamente autónoma o deliberada (Arenas & Urzúa, 2016). Por el contrario, su uso está condicionado por factores tanto internos como externos. Por un lado, las características individuales son elementos inherentes y partícipes del proceso de aculturación, que influyen sobre las decisiones y actitudes que se adopta en la sociedad de acogida. Existen múltiples variables como la autoestima, locus de control, motivación, estrategias de afrontamiento, automonitoreo, y demás aspectos, que

forman parte del individuo y lo hacen único y particular (Sam & Berry, 2006). Una de estas características es sin duda la personalidad que, de acuerdo con algunos estudios, se ha evidenciado que rasgos como la extraversión se asocian de manera positiva y favorable con estrategias más adaptativas; mientras que, el neuroticismo se vinculó con la estrategia de la marginación. De esta manera, se dilucida una correlación entre determinados rasgos y estrategias, que pueden influir en el tránsito sobre el proceso de aculturación (Ferrer et al., 2014; Sam & Berry, 2006; Schmitz, 1994).

Por otro lado, el factor estructural también repercute en el despliegue de las estrategias de aculturación. De acuerdo con el modelo contextual, resulta imprescindible considerar el dominio de vida (privado o público) en el que el individuo esté situado, ya que este es un factor que predispone la elección de estrategias (Celenk & Van de Vijver, 2014; Van de Vijver & Phalet, 2004). Algunas variables asociadas a estas condiciones estructurales son las políticas y leyes migratorias, la actitud de la sociedad mayoritaria, las diferencias culturales, tipo de sociedad, y otros denominadores que influyen durante el proceso de aculturación (Ferrer et al., 2014).

Aculturación y Estrés por aculturación

El proceso de aculturación puede resultar en el éxito y la adaptación del individuo; o en su contraparte, en el estrés aculturativo (Berry, 2006). El estrés por aculturación es el estado de tensión que experimenta una persona a partir de la evaluación del contacto intergrupal como un evento estresante y que, a su vez, sobrepasa los propios recursos y límites personales para afrontar dichas demandas (Nina, 2018). En ese sentido, el estrés aculturativo implica ciertas dificultades para adaptarse e integrarse al nuevo entorno social, por lo que se basa en la evaluación que realiza el individuo sobre las situaciones, los recursos y el control percibido de los mismos (Liem et al., 2021).

Si bien existen diversos modelos que organizan los factores que influyen el estrés aculturativo, la presente investigación seguirá la ruta planteada por Hernández y colaboradores (2011), quienes han focalizado sus estudios con migrantes latinoamericanos y en esa medida, han podido identificar seis fuentes de estrés.

En primer lugar, la discriminación y el rechazo percibido, destaca el nivel de segregación que viven las personas por su condición de migrantes. En segundo lugar, las diferencias con el exogrupo, refiere a las diferencias culturales y sociales - comida, idioma, religión, educación - entre el grupo de origen y el de acogida. En tercer lugar, los problemas

de ciudadanía y legalidad, se centran en la situación migratoria de los individuos y los problemas derivados de la misma, tales como vivienda y trabajo. En cuarto lugar, las relaciones sociales con otros inmigrantes, involucra la presencia y/o ausencia de relaciones conflictivas con compatriotas y otros grupos migrantes. En quinto lugar, la distancia del lugar de origen, el cual abarca la nostalgia por la pérdida del contacto con personas del país de origen. En sexto y último lugar, la ruptura familiar comprende los problemas y dificultades familiares derivados de la migración (Hernández et al., 2011). De este modo, existen diversas fuentes de estrés durante el proceso de aculturación que pueden impactar en el bienestar de los migrantes y finalmente, dificultar su adaptación (Barbati et al., 2022).

Un estudio realizado con 110 vietnamitas residentes en Japón, dio cuenta de la asociación de determinadas estrategias de aculturación con distintos niveles de estrés aculturativo. Se encontró que la integración fue la estrategia más salutogénica, es decir, las personas que emplearon esta estrategia presentaban mejores indicativos de salud física y psicológica (Berry & Sabatier, 2010; Duong, 2022). Por el contrario, la marginación al estar asociada a conductas de aislamiento y falta de soporte social debido a situaciones de discriminación y exclusión social, se asoció de manera inversa con el estado de bienestar (Miller et al., 2019). Además de ello, se evidenció que la estrategia de separación predijo menores niveles de estrés aculturativo en comparación a la estrategia de integración (Duong, 2022). Ello podría deberse a que la separación es una estrategia caracterizada por el rechazo al contacto intergrupar, y en ese sentido, hay una menor exposición a los cambios y pérdidas que forman parte de la aculturación, lo que implica menores niveles de estrés percibido (Berry, 2006).

Berry (2001) menciona que la integración es únicamente posible en tanto el país de acogida sea una sociedad multicultural. Una sociedad multicultural alude a la actitud positiva que tiene una nación sobre la coexistencia de diferentes grupos étnicos en su territorio, y a su vez, es una sociedad que muestra una actitud más negativa en torno a la exclusión y discriminación de estos grupos. Por tanto, una sociedad multicultural apuesta por una convivencia pacífica, donde se valora la diversidad cultural (Berry, 2001). En el caso del estudio en cuestión, Japón posee una cultura dominante que promueve y valora más la asimilación de los foráneos. Por lo tanto, el contacto intergrupar con este país resulta ser un proceso con mayores barreras (Gonzalez et al., 2015). Así, si bien la integración teóricamente es considerada la estrategia más adecuada, sus resultados se encuentran condicionados por las bases estructurales de cada país y cómo éste permite o restringe el proceso de aculturación.

Una investigación realizada con 109 mujeres chinas en Japón demostró que el estrés por aculturación estaba asociado a diversos factores: años de residencia, situación laboral, ingresos salariales, manejo del idioma y la nacionalidad del cónyuge (Luo & Sato, 2021). Si bien en este estudio se obtuvo que las participantes presentaron altos niveles de estrés por aculturación, estos fueron significativamente inferiores a sus connacionales que decidieron emigrar a otros países como Estados Unidos. Esto posiblemente se debe a la brecha social y cultural que existe entre el país de origen y el de acogida (Luo & Sato, 2021). De acuerdo con Berry (1997), a mayor diferencia cultural mayor es el estrés aculturativo, por lo que es necesario valorar la brecha cultural como un factor influyente en el desarrollo del estrés por aculturación.

Tal como se ha ido mencionando, el concepto de estrés por aculturación se encuentra estrechamente vinculado con la salud y bienestar de los migrantes. Así, algunos problemas de salud mental que se reportan con frecuencia son: ansiedad, depresión, síntomas somáticos, agotamiento, nerviosismo y síntomas depresivos como dificultad para dormir, fatiga, retraimiento social y suicidio (Asakura, 2004). Asimismo, se evidencia que el estrés aculturativo afecta la calidad de vida y el desempeño laboral de los migrantes (Dineva & Choi, 2019).

La literatura destaca que existen determinadas variables que influyen sobre el estrés por aculturación. Por ejemplo, un menor periodo de tiempo en Japón y un bajo dominio del idioma se correlacionan de manera inversa con la prevalencia de trastornos mentales (Sakiara et al., 2007). Sin embargo, este hallazgo no parece ser totalmente consistente, pues otros estudios declaran lo contrario al señalar que estos podrían verse expuestos a mayores situaciones de exclusión tanto por la estancia como por la comprensión del idioma. En referencia a este último aspecto, el dominio del idioma no siempre resulta ser un factor contribuyente a la adaptación, ya que una mejor comprensión también puede conllevar a una mayor conciencia acerca de la discriminación (Asakura & Murata, 2006; Qu & Li, 2013). Asimismo, el tema de la edad sería un factor predictivo del estrés. Los migrantes más jóvenes suelen experimentar mayores niveles de estrés debido a la poca experiencia laboral y las limitadas habilidades para desempeñarse de manera óptima en el ámbito laboral. Es preciso señalar que, muchos de ellos deben pagar deudas y/o ser el sustento económico de sus familiares, siendo esta una de las razones principales que guían el proceso de aculturación en algunos migrantes. Si bien se pueden enumerar diversas fuentes de estrés durante el proceso de aculturación, la literatura es poco consistente al respecto, evidenciando que los factores percibidos como estresantes pueden variar

significativamente de acuerdo a las características particulares del individuo y al contexto sociocultural en el que se presenten (Ferrer et al., 2014; Nguyen et al., 2019)

Aculturación y Estrés por aculturación en los *Dekasegi*

En una investigación realizada con 321 *dekasegi* de origen brasileño-japoneses, se identificó que las estrategias más utilizadas fueron la integración y separación (Maywalt & Hitoshi, 2010). Aquellos *dekasegi* que reportaron haber utilizado dichas estrategias presentaron mayores niveles de bienestar psicológico en comparación con quienes optaron por la asimilación y la marginación. Los autores destacan que la separación podría ser una alternativa a la integración, dado que resulta ser igualmente adaptativa y funcional para los migrantes dentro del contexto legal e institucional en Japón. Como se mencionó, Japón es un país con una cultura dominante caracterizada por su tendencia hacia la homogeneidad. Ello, genera que los brasileños *dekasegi* se enfrenten a una sociedad poco abierta en donde muchas veces terminan siendo víctimas de discriminación y rechazo. Es dentro de este contexto, que los *dekasegi* encontraron en la separación una forma adaptativa de transitar y vivir el proceso de aculturación en Japón. Pese a ello, los participantes que siguieron esta estrategia, presentaron altos niveles de estrés aculturativo debido, probablemente, a que hallaron mayores dificultades en su vida diaria.

Estos hallazgos son respaldados por otra investigación realizada con un grupo de *dekasegi* de origen peruano-japoneses donde identificaron que la adopción de la estrategia de separación en los *dekasegi* está influenciada por el despliegue de una actitud de segregación del país de acogida (Kanegusuku, 2023). De acuerdo con Komisarof y Chan (2016), el grado de compatibilidad de las actitudes frente al contacto intergrupal entre la cultura de los migrantes con la cultura de los nativos, influye en la adaptación futura de los migrantes. En ese sentido, si bien los *nikkeijin* cuentan con un bagaje cultural y étnico compartido con los *nipponjin* [japoneses], y se infiere que habría atracción y preferencia por dichas similitudes (Sam & Berry, 2010), los primeros siguen siendo considerados *gaijin* [extranjeros] por la sociedad japonesa, lo que refleja notablemente la estrategia de aculturación empleada por la sociedad dominante.

Al respecto, además de lo señalado, la adopción de la estrategia de separación por parte de los *dekasegi* se encuentra vinculada con la doble ruptura de expectativas. Por un lado, Japón es un país que espera que los migrantes se asimilen completamente a su cultura, normas y reglas (Bridget, 2012; Komisarof y Chan, 2016). Esto no solo implica el aprendizaje de un nuevo idioma, sino también la valoración de sus costumbres y

tradiciones. De este modo, el país receptor espera que los *nikkeijin* “hablen” y “se comporten” como un japonés, y que, por consecuencia, se asimilen de manera más efectiva que otros grupos migrantes en Japón (Kingsberg, 2015; Morgan et al., 2023).

Por otro lado, las expectativas de los propios migrantes igualmente se ven desestabilizadas por una serie de factores. Los *nikkeijin* suelen crecer dentro de ambientes en donde se practican y valoran costumbres y tradiciones del país de sus ancestros. No obstante, pese a esta aproximación cultural, la realidad que enfrentan al llegar al país asiático difiere significativamente de sus concepciones y expectativas iniciales (Kanegusuku, 2023). Esto podría deberse a que gran parte de los *nikkeijin* en el Perú provienen de Okinawa y no de la isla central de Japón. Por ende, los elementos culturales adquiridos por sus antepasados resultan ser, en muchos casos, distintos a la cultura predominante en *Honshu* - isla central de Japón -. Un claro ejemplo de ello es el vocabulario que los *nikkeijin* aprenden a lo largo de su infancia, que proviene del *uchinaguchi* – lengua originaria de Okinawa -, que dista del japonés propiamente dicho (Shintani, 2007).

Cabe precisar, que los habitantes de Okinawa tampoco son bien valorados por la propia sociedad japonesa, por lo que los peruanos *dekasegi* terminan insertándose a una sociedad foránea, nueva y poco conocida para ellos. En esa medida, los peruanos *dekasegi* no solo son percibidos como foráneos, sino que, además, pertenecen a un grupo étnico que se distancia y diferencia de la cultura japonesa como tal. En esa línea, como minoría enfrentan una ruptura mutua de expectativas (Kingsberg, 2015), provocando distintas fuentes de estrés entre los migrantes, tales como: choque cultural (distancia social), barrera idiomática, discriminación, cultura laboral, conflicto con otros grupos, entre otros. De este modo, el quiebre de expectativas influye en la experiencia del proceso aculturativo tanto de los migrantes como de la sociedad receptora. Por lo tanto, las actitudes y el estrés derivado en los *dekasegi*, se encuentra condicionada por factores que influyen las dinámicas del contacto intergrupal.

A pesar de la complejidad y magnitud que representan las experiencias de aculturación en los *dekasegi*, en la literatura existen pocos estudios e investigaciones respecto a peruanos *dekasegi* y las implicancias que se derivan de sus procesos de aculturación. Esta falta de evidencia resulta aún más crítica respecto a estudios empíricos; por lo que se advierte una dificultad para contemplar y comprender de manera integral el panorama de sus experiencias durante la migración. Dada esta escasez bibliográfica y el vacío de información, resulta pertinente profundizar sobre las experiencias subjetivas

durante el proceso de aculturación, a fin de ampliar la comprensión del marco teórico existente aplicado a una ola de migración externa que, además, puede ser entendida como un fenómeno de migración por retorno.

Sumado a ello, a nivel práctico, se evidencia que los procesos de aculturación en países con políticas migratorias más rígidas y restrictivas como las de Japón conlleva desafíos tanto a nivel interpersonal, intergrupales como institucional. Así, los *dekasegi* se enfrentan a múltiples estresores que impactan sobre su adaptación psicológica y sociocultural en el nuevo contexto. Debido a ello, es imprescindible generar mayor evidencia y conciencia acerca de las implicancias del proceso de aculturación. Esto permitirá contribuir y generar propuestas de intervención en diversos sectores y organizaciones sociales con el objetivo de prevenir y atender los potenciales impactos del proceso de aculturación en la población de estudio.

Finalmente, a nivel social, el presente estudio contribuye a visibilizar y difundir la realidad que atraviesan los compatriotas peruanos en su calidad como *dekasegi*. De esta manera, se busca contribuir a la sensibilización y reevaluación sobre las políticas y estrategias que viene adoptando cada país en torno a la migración *dekasegi*, con especial énfasis en Japón, país que actualmente alberga a este grupo social. Tal como se ha mencionado, si bien Japón tiende a preservar la homogeneidad cultural, es necesario promover actitudes y prácticas más inclusivas y abiertas hacia la multiculturalidad, a fin de generar entornos más tolerantes y saludables para todos.

A partir de lo anteriormente descrito, la presente investigación plantea analizar el rol de las estrategias de aculturación y del estrés por aculturación en el proceso migratorio de peruanos y peruanas *dekasegi* que migraron a Japón por motivos laborales. Como objetivos específicos se busca en primer lugar, identificar las estrategias de aculturación que desarrollan peruanos/as *dekasegi* al migrar a Japón por motivos laborales. En segundo lugar, identificar las principales fuentes de estrés por aculturación durante el proceso de aculturación en peruanos/as *dekasegi* que migran a Japón por motivos laborales. En tercer y último lugar, analizar el papel que cumplieron las estrategias de aculturación desplegadas y las dimensiones del estrés por aculturación experimentados por peruanos/as *dekasegi* que migran a Japón por motivos laborales.

Método

A partir de los objetivos trazados, la presente investigación de tipo cualitativa se desarrolló bajo las bases y los parámetros de un diseño fenomenológico. Esto, debido a que el enfoque de este estudio busca ahondar las vivencias subjetivas del participante, en este caso, las experiencias y los retos del proceso de aculturación de peruanos *dekasegi*. Asimismo, al valorar las vivencias desde las propias voces de los participantes, se consideró que el diseño seleccionado contribuiría a estudiar la esencia del fenómeno compartido, por lo que resultaba pertinente y alineado a los objetivos del estudio en cuestión (Fuster, 2019).

Participantes

La muestra del estudio estuvo compuesta por cuatro varones y una mujer, con edades que oscilaron entre los 42 a 64 años, quienes emigraron a Japón por motivos laborales, y que actualmente siguen residiendo en dicho país. Cabe destacar que, cuatro de los participantes fueron *nikkei*, y uno de ellos fue netamente peruano. La inclusión de este último participante estuvo motivada por el interés de explorar posibles semejanzas y/o diferencias en las vivencias y perspectivas entre los *nikkei* y no *nikkei*. De esta manera, el tamaño de la muestra fue considerado a partir del alcance que el investigador tuvo para acceder a la población, y considerando, además, el criterio de saturación, el cual establece el cierre del recojo de información una vez que ya no se hallen datos particulares y diferenciales a lo recopilado por las entrevistas realizadas (Ortega, 2020).

En cuanto al primer contacto con el país de acogida, todos los participantes emigraron durante el periodo de la adultez temprana, es decir, entre los 20 y 30 años. En este mismo proceso, dos de los participantes mencionaron que la primera vez que llegaron al país asiático se establecieron en la prefectura de Kanagawa; mientras que los demás, en las prefecturas de Aichi, Ibaraki y Saitama respectivamente (Ver Tabla 1).

Tabla 1*Datos Sociodemográficos*

Seudónimo	Edad actual	Edad de migración	Año de migración	Sexo	Origen	Tiempo en Japón	Ciudad de llegada
Julio	53	20	1991	M	<i>Nikkei</i>	33	Kanagawa
Francisco	64	33	1988	M	<i>Nikkei</i>	31	Nagoya
Manuel	56	24	1992	M	Peruano	32	Saitama
Pablo	42	22	2005	M	<i>Nikkei</i>	20	Ibaraki
Victoria	60	25	1989	F	<i>Nikkei</i>	35	Kanagawa

Asimismo, se consideraron algunos criterios de inclusión y exclusión. Primero, que el motivo principal de la migración haya sido por razones laborales y una búsqueda de alcanzar la estabilidad económica, en tanto estos son criterios claves para ser considerado *dekasegi*. Segundo, se priorizó que los participantes se encuentren residiendo actualmente en Japón por un periodo no menor a 6 meses, ya que se condice que el tiempo es un elemento importante de valorar en la adaptación cultural. Tercero, se contempló que todos los participantes sean mayores de edad de modo que se pueda explorar vivencias y retos propios de la vida adulta. El contacto inicial con los participantes se realizó a través de una convocatoria interna mediante redes sociales como *Facebook* y *Messenger* por un criterio de conveniencia.

Respecto a los aspectos éticos, únicamente participaron aquellos que, voluntariamente aceptaron formar parte de la investigación mediante el consentimiento informado, el cual fue dado de manera oral. En ella, se les informó que la entrevista sería anónima y confidencial, destacando que contaban con plena libertad para detener y/o desistir de participar del estudio en cualquier momento, sin que esto representara ningún daño para ellos. Asimismo, se les solicitó su permiso para grabar las entrevistas a través de la plataforma *Messenger*, con la finalidad de recoger y analizar toda la información brindada dentro del marco de la investigación. En esa misma línea, se resaltó que dichas grabaciones serían posteriormente eliminadas al término de la transcripción de las entrevistas, garantizando así el derecho a la privacidad y confidencialidad de sus identidades. Dentro de este documento, también se explicitaron los beneficios y riesgos de

la entrevista. En relación a los beneficios, se mencionó que las entrevistas representarían una oportunidad para reflexionar sobre sus vivencias; y entre los riesgos, se hizo hincapié en que existía la posibilidad de que experimenten algunas reacciones emocionales al revivir dichas experiencias. Por ello, se contó con un protocolo de contención adaptado a la virtualidad ante una posible crisis emocional durante las entrevistas, y se contó con anexos de derivación en caso sea requerido.

Técnicas de recolección de información

Para el recojo de información, se elaboró una guía de entrevista semiestructurada dado que facilita la obtención de información detallada y a profundidad acerca de las experiencias de aculturación de los participantes (Díaz et al., 2013). La entrevista semiestructurada permite plantear preguntas abiertas previamente establecidas sobre una determinada temática, las cuales orientan y guían la entrevista. A su vez, esta guía es flexible por lo que es posible plantear preguntas adicionales a fin de indagar con mayor profundidad sobre la experiencia reportada por cada uno de los participantes (Díaz et al., 2013).

A partir de la revisión bibliográfica y la técnica seleccionada, inicialmente se plantearon 24 preguntas que tuvieron por finalidad explorar 3 ejes temáticos. Primero, estrategias de aculturación en la adaptación al nuevo contexto, el cual buscó identificar las estrategias de aculturación empleadas por los *dekasegi* en los diferentes ámbitos de su vida. Segundo, fuentes de estrés durante el proceso de aculturación, se centró en lograr identificar las dimensiones del estrés aculturativo en el contexto *dekasegi*. Tercero, vínculo de la estrategia de aculturación y las fuentes de estrés experimentadas, retrató el análisis de la relación entre ambos constructos en la realidad que atraviesan los peruanos *dekasegi*.

La guía de entrevista fue sometida a una evaluación de criterio de dos jueces, quienes calificaron las preguntas de acuerdo a tres criterios: pertinencia, coherencia, y redacción. A partir de este análisis cualitativo, los jueces brindaron sus apreciaciones sobre cada una de las preguntas y un comentario general acerca de toda la guía. Tras esta evaluación, se realizaron las modificaciones correspondientes, con lo cual la guía fue reducida finalmente a 22 preguntas.

Procedimiento

Para iniciar con la familiarización del tema, se realizó una revisión bibliográfica sobre las variables de estudio y las particularidades de la población objetivo. Posteriormente, se elaboraron los insumos que se emplearían para el proceso de recolección de información. Para ello, se elaboró una ficha de datos sociodemográficos, una guía de entrevista individual y los protocolos correspondientes. La guía fue revisada por dos expertos, lo que permitió realizar cambios para optimizar y mejorar la guía propuesta. A partir de estas modificaciones, se llevó a cabo una prueba piloto con un participante que cumplía con los criterios de inclusión y exclusión del estudio, con el objetivo de valorar la comprensión y el entendimiento de la guía. Con respecto al contacto con los participantes, mediante la técnica por conveniencia se realizó una convocatoria cerrada a través de *Facebook* y *Messenger*. Para ello, se elaboró un mensaje de invitación, incluyendo el objetivo y requisitos para la participación. De cumplir con los criterios, se procedió a coordinar la fecha y el horario para llevar a cabo la entrevista, señalando que esta tendría una duración de aproximadamente una hora mediante la plataforma *Messenger*.

Durante las entrevistas, se solicitó de manera oral el consentimiento informado de los participantes, en el cual se especificó la voluntariedad, la duración de la entrevista y se pidió la autorización para grabar la entrevista con fines estrictamente académicos. Asimismo, se mencionó que la información recopilada y el tratamiento de la misma sería de carácter confidencial. En adición, se tomó en cuenta el protocolo de contención adaptado al contexto de la virtualidad. Una vez culminada las entrevistas, se inició con la transcripción preliminar a través del programa *PinPoint*. Esto fue complementado con una revisión general del investigador para garantizar que las transcripciones reflejen de manera fidedigna la narración de cada entrevista. Tras culminar este proceso, se procedió a la eliminación de las grabaciones. Además, finalizada la etapa de análisis y de la investigación en general, se volvió a contactar con los participantes para realizar la devolución de los resultados de manera individual.

Cabe señalar la importancia de considerar el posicionamiento que tuvo el investigador hacia la problemática, ya que pertenece a la comunidad *Nikkei* y ha crecido en un entorno rodeado por personas *dekasegi*; por lo tanto, ha tenido una aproximación personal previa con la realidad que atraviesa esta población. En ese sentido, se tuvo una mirada empática y comprensiva al explorar los procesos de aculturación en esta población, abordando la temática con especial cuidado para evitar la reproducción de posibles sesgos que podrían poner en riesgo e interferir los lineamientos y objetivos de la presente investigación.

Análisis de la información

Tras haber finalizado el proceso de entrevistas, la información fue analizada a través del programa *Excel*, utilizando un enfoque fenomenológico y la técnica de análisis temático. Esto, permitió la identificación, organización y análisis de la información, que luego fue sistematizada para reportar aspectos que contribuirían a comprender la experiencia de los participantes (Braun & Clarke, 2006). El análisis temático se realizó de acuerdo a los pasos propuestos por Braun y Clarke (2006), que involucran en primera instancia, la organización y preparación de los datos de la transcripción. A partir de la familiarización con la data, bajo un enfoque inductivo, se hizo uso de la codificación abierta para generar categorías emergentes desde la narrativa de los propios participantes. Asimismo, mediante un enfoque de tipo deductivo, se interpretaron los hallazgos realizando una comparación con las categorías prefijadas teóricamente sobre las variables del estudio.

Además de ello, a lo largo de la investigación se consideraron algunos criterios de rigurosidad para asegurar la calidad del estudio (Pistrang & Berker, 2012). Para ello, se emplearon los criterios de credibilidad, coherencia, confirmabilidad y transparencia (Castillo & Vásquez, 2003; Pistrang & Berker, 2012). Respecto a la credibilidad, esta refiere a la fidelidad de la información; es decir, que la interpretación hecha por el investigador haya sido coherente con lo señalado por los participantes (Castillo & Vásquez, 2003; Salgado, 2007). Para lograr ello, se procuró hacer uso de transcripciones literales, para mantener el mensaje y significado propio que le dieron los entrevistados a sus discursos.

En cuanto a la coherencia, esta alude a la congruencia entre el marco teórico, las interpretaciones y el análisis de la información recolectada (Pistrang & Berker, 2012). Sobre la confirmabilidad, se estableció la posibilidad de que otros investigadores logren obtener resultados similares siguiendo los lineamientos del presente estudio (Castillo & Vásquez, 2003). Finalmente, respecto a la transferibilidad, esta comprende la posibilidad de aplicar los resultados a otras poblaciones y contextos (Castillo & Vásquez, 2003). Para ello, se procuró proporcionar una descripción detallada de la población y sus particularidades.

Resultados y Discusión

A continuación, se presentan los principales resultados del estudio, los cuales se organizan de acuerdo a los siguientes ejes temáticos: Estrategias de aculturación, Estrés por aculturación, Papel de las estrategias de aculturación y las dimensiones del estrés por aculturación, y Ruptura de expectativas.

Estrategias de aculturación

El primer eje, abarca las estrategias utilizadas por los *dekasegi* frente al proceso de aculturación en diversos contextos y ámbitos sociales. Tomando como punto de referencia la clasificación planteada en el modelo categórico de Berry (2003; 2017), se establece la existencia de cuatro actitudes o estrategias de aculturación que surgen a partir de la disposición del migrante para entrar en contacto con la cultura dominante, y su deseo por mantener aspectos de la cultura de origen. Dadas las narrativas de los participantes, el presente acápite se divide únicamente en tres, siendo 1) *Integración*, 2) *Asimilación* y 3) *Separación*.

Integración

De acuerdo con Berry (2017), la integración es considerada la estrategia más adaptativa en tanto prevé el equilibrio entre la inserción a un nuevo contexto social, y el sostenimiento de la propia herencia cultural. En un estudio realizado con surcoreanos migrantes o “*Zainichis*” en Japón se reveló que, la integración es la estrategia predictora de mayor bienestar y adaptación frente a las demás actitudes de aculturación (Park et al, 2023). La integración en términos generales, configuraría la clave del éxito para alcanzar una vida ecuánime en el país receptor (Barbati et al., 2022). De acuerdo a las narrativas de los participantes se evidencia que, en principio, existen algunos factores como el dominio del idioma japonés y la incorporación de costumbres y/o valores de la cultura de acogida a la propia identidad cultural, que favorecen el proceso de aculturación y adaptación a Japón. Por ejemplo, uno de los participantes afirmó lo siguiente, “bueno sí, fue bien difícil, pero poco a poco con el paso de los años me fui adaptando y aprendiendo la cultura actual de *Nihon* ¿no? más es el respeto, la puntualidad, ¿no?” (Francisco). De la misma manera, otro de los participantes destacó la importancia de la adquisición de estos factores para lograr la integración en el país.

Esa es la ventaja que te da no solamente el idioma, sino también las costumbres de

acá ¿no? O sea, de respeto, hay varias cosas que a nosotros nos parece normal y no es normal para ellos, entonces si uno cumple con todos esos requisitos, qué te digo de respeto, de las costumbres y las normas que ellos tengan, uno tiene esa facilidad ¿no? (Manuel)

Como se aprecia, el *dekasegi* entonces, debe ser capaz de moldear sus esquemas para incorporar tanto el idioma como las nuevas costumbres, valores y hábitos de la cultura dominante para así, lograr la satisfacción de sus necesidades dentro del nuevo contexto social. Así pues, la disposición hacia la integración no solo influye en el camino hacia la adaptación psicológica, sino que, además, facilita la adaptación sociocultural del *dekasegi* en Japón (Ferrer et al., 2014).

El uso de esta estrategia incluye también la apertura y disposición del *dekasegi* para vincularse y construir relaciones significativas tanto con los nativos como con otros grupos migrantes. Por lo tanto, los *dekasegi* que despliegan esta estrategia de aculturación poseen mayor predisposición ante el contacto intergrupar.

Tengo amigos peruanos, amigos japoneses, brasileros, o sea, no discrimino podemos ir todos juntos. Por ejemplo, si tengo un amigo peruano y un japonés, o sea también trato que todos estemos todos juntos, o sea, no separo los grupos, no, no me gusta eso que solo peruano solo eso ¿no? Como te digo yo soy un poco más plural en ese sentido. (Manuel)

El contacto intergrupar resulta fundamental en el proceso de aculturación, ya que, por un lado, provee de recursos, herramientas, y conocimientos que favorecen la adaptación e integración en el país receptor. Por otro lado, el contacto intergrupar permite la construcción de vínculos basados en una conexión genuina, de apoyo emocional y compromiso mutuo. Estas redes de soporte impactan de manera favorable en la salud y bienestar de los recién llegados. De esta manera, la red de soporte contribuye en dos aspectos principales: afrontar las pérdidas asociadas al proceso migratorio, y a la adaptación a un nuevo entorno sociocultural (Ferrer et al., 2014; Putnam, 2007).

Asimilación

Japón es un país con políticas migratorias restrictivas, pese a que en la década de los ochenta y noventa impulsaron una ola migratoria para atraer mano de obra extranjera a su país (Park et al., 2023). Por un lado, al ser una sociedad culturalmente más homogénea, persiste el deseo de que la otra parte - *dekasegi* - opte por la asimilación (Berry, 1989; Park et al., 2023; Retortillo & Rodríguez, 2008). Esta estrategia de aculturación adoptada por el migrante, por tanto, no es el resultado exclusivo de una elección deliberada, sino que, se encuentra influenciada por factores externos como la imposición y las expectativas del país dominante (Berry, 1989; Ferrer et al., 2014).

Por otro lado, dado el origen étnico compartido, se esperaría que los *nikkei* opten por adoptar y absorber los elementos culturales de Japón como propios (Bridget, 2002; Kingsberg, 2015). En otras palabras, se esperaría que los *nikkeijin* naturalmente se asimilen a la cultura de sus ancestros. No obstante, se identificó que esta estrategia no se presenta de manera transversal y suele emplearse en mayor medida dentro del entorno laboral.

Bueno algo que no me gusta es que los japoneses quieren que siempre se haga a su manera de ellos. Pero es que dicen que los extranjeros no pueden hacer las cosas a su manera [...]. Pero bueno le digo iio [está bien], voy a cambiar entonces, voy a hacer a su manera de ellos. (Julio)

Retortillo y Rodríguez (2008) señalan que, existen dos tipos de valores laborales: valores extrínsecos - condiciones de trabajo -, y valores intrínsecos - calidad del trabajo -. Para estos autores, de manera independiente a la estrategia de aculturación que se adopte, los migrantes presentan una valoración extrínseca del trabajo, ya que esta es una fuente para la satisfacción de las necesidades básicas. En el caso específico de los *dekasegi*, la valoración laboral extrínseca podría influir y hacer necesario que adopten una actitud asimilacionista y absorban los lineamientos laborales impuestos, pese a la existencia de posibles diferencias con la otra parte. En este contexto, la adaptación a las formas y mecanismos laborales propios de Japón se vuelve fundamental para conservar el empleo y alcanzar la estabilidad económica. Por lo tanto, las estrategias adoptadas en el ámbito laboral constituyen una respuesta a las demandas y exigencias del contexto específico (Ferrer et al, 2014). De esta manera, las condiciones estructurales y la noción de

homogeneidad sientan las bases de las políticas y actitudes preferentemente asimilacionistas de Japón, lo que conduce a que los migrantes se vean condicionados a adoptar la asimilación para adaptarse en el país asiático (Park et al., 2023). Si bien la apertura de Japón hacia la multiculturalidad aún carece de estrategias sólidas, es importante señalar que en los últimos años se han observado esfuerzos de parte de los gobiernos locales por implementar programas que favorezcan una mejor adaptación de la población migrante en el país del sol naciente (Rodríguez, 2025; Tablero, 2013).

Ahora bien, es preciso mencionar que la participante con mayor tiempo residiendo en Japón (35 años) evidenció un amplio uso de esta estrategia frente a los demás *dekasegi*. La participante menciona que, por un lado, conserva mínimamente aspectos culturales del país de origen; y, por otro lado, considera que se ha adaptado casi en su totalidad a las costumbres y tradiciones japonesas.

Mmmh, aquí casi que nada (sobre costumbres peruanas que se mantienen). Incluso la comida todo eso también ni sé cómo se prepara ¿no? si preparó es así a la champa como dicen, ¿no? o tengo que estar buscando en el Internet o si voy a algún sitio me invitan y como, pregunto cómo lo ha preparado y ya lo preparo ¿no?, pero no todo porque mis hijos no comen tampoco, solo algunas. También porque cuando estaba con mi oba tampoco no preparaba así comidas criollas.
(Victoria)

En este caso particular, la participante relata haber tenido una crianza inmersa en la cultura *okinawense*, en tanto fue criada por su abuela quien era parte de la generación *issei* [primera generación de inmigrantes japoneses]. De acuerdo al modelo Interactivo de Aculturación (Bourhis et al., 2010), se plantea que el origen étnico del migrante y/o el grado de afinidad e identificación con la cultura dominante son elementos predictores de la estrategia desplegada por el migrante en el proceso de aculturación. Así, el nivel de similitud o diferencia étnica, así como la vinculación preexistente y la familiaridad con el país de acogida son algunos de los factores que influyen en la predisposición hacia elementos de la cultura receptora. En otras palabras, cuando existe cierto grado de pertenencia y/o familiarización previa con dichos elementos, hay una mayor tendencia y

probabilidad de adoptar con mayor facilidad prácticas sociales y culturales del país de acogida. Por ende, la elección de una estrategia de aculturación se ve influenciada por el sentido y significado que los migrantes atribuyen a los elementos culturales a los que se ven expuestos. La asimilación, por tanto, se encuentra condicionada no solo por las condiciones estructurales del país, sino también por los antecedentes que acarrea el propio migrante.

Separación

La última estrategia identificada es la separación, la cual consiste en el rechazo o distanciamiento de la cultura mayoritaria y en su lugar, un mayor apego hacia la cultura de origen (Park et al., 2023). Por un lado, se evidencia que esta estrategia suele emplearse frente a la presencia de diferencias culturales entre los *dekasegi* y los *nipponjin* – japoneses –, tales como costumbres y creencias de la vida cotidiana. Estas prácticas en su mayoría, están vinculadas al dominio privado de la vida y corresponden a aquellas dimensiones que se encuentran lejos del juicio o valoración social del exogrupo.

...no comparto con los japoneses la separación de la familia. Por decirte yo soy de la idea que no, yo quiero que vengan mis hijos a la casa, que nos estén visitando, ya no viven conmigo ninguno, ¿no? pero quiero que mi hijo venga y venga su hermana y soy muy jodido en ese sentido. Los japoneses no, no comparten eso, para ellos la separación de los hijos y todo es algo normal que se tiene que dar y entonces no se pueden ver tiempo y no, no hay problema, ¿no? Yo sí. (Manuel)

En la cultura latinoamericana, la familia cumple un rol fundamental puesto que se valora la unión y el contacto familiar (Astigueta, s.f.). De acuerdo a las dimensiones culturales planteadas por Hofstede (2011), se estima que el Perú es una sociedad con una tendencia hacia el colectivismo. Este tipo de sociedades se caracteriza por la valoración del grupo o familia como un núcleo social; que no solo brinda protección, sino también sentido de pertenencia. En las sociedades colectivistas, la interdependencia y la búsqueda activa del bienestar común son algunos de los elementos claves que guían su particularidad. En esa línea, es posible presenciar que el arraigo y valor que tiene la familia en la cultura peruana lleva a que los *dekasegi* decidan adoptar la separación.

Por otro lado, esta estrategia suele desplegarse principalmente dentro del ámbito privado como el hogar y/o en eventos compartidos con compatriotas, espacios propicios en donde se preservan y practican elementos culturales del país de origen.

Dentro de la casa, yo creo que todavía vivimos como en Perú. Aparte de lo que te comentaba que uno respeta todas sus costumbres y trata de vivir, pero dentro de mi casa no, o sea vivimos como en Perú. Vemos televisión de Perú, comemos comida de Perú, nos juntamos a veces si viene mi familia o alguien nos juntamos, dentro de la casa estamos en Perú. (Manuel)

La separación, por tanto, refleja la actitud de aculturación en un plano ideal o deseable de los *dekasegi*, demostrando una preferencia por aspectos culturales del Perú que son llevados a cabo en sus esferas familiares, sus creencias, costumbres e incluso en el plano de la religión (Navas et al., 2003).

Tal como se ha descrito, la elección de las estrategias de aculturación varía de acuerdo a diversos factores que median el proceso de aculturación. De este modo, se ha podido evidenciar que, en mayor medida, la integración y asimilación son estrategias puestas en práctica en el contacto intercultural con los japoneses; mientras que, la separación es empleada en entornos más privados donde el contacto con los nativos es menor.

Estrés por aculturación

El segundo eje temático integra las principales fuentes de estrés que experimentan los peruanos *dekasegi* durante el proceso de aculturación. Para ello, se tomó como referencia inicial la clasificación de estrés por aculturación propuesta por Ruíz Hernández y colaboradores (2011). No obstante, dada la particularidad de las experiencias recabadas, las categorías se han configurado y ajustado de acuerdo a los estresores identificados. En esa línea, a continuación, se abordan las siguientes categorías: a) *Ciudadanía, derechos y economía*, b) *Diferencias con el exogrupo*, c) *Contacto con personas del país de acogida*, d) *Relaciones sociales con otros inmigrantes*, e) *Distancia del lugar de origen* y f) *Relaciones sociales en el país de origen*.

Ciudadanía, derechos y economía

Esta categoría comprende la situación migratoria de los *dekasegi*, los derechos y obligaciones que se asumen en el nuevo país, así como las dificultades financieras que se atraviesan durante el proceso. La mayoría de los participantes de este estudio forman parte de la colectividad *Nikkei*, por tanto, cuentan con *koseki* [registro familiar japonés] documentación necesaria para acceder a un visado específico como descendiente japonés. Esto representa una ventaja sobre otros migrantes, ya que les permite acceder directamente a una visa de hasta tres años con posibilidad de renovación y sin restricciones para trabajar en Japón (Morita & Halsall, 2016). Estos aspectos favorecieron la regularización del estado migratorio y el establecimiento legal de los participantes en Japón (Sales, 2024).

Mi oji [abuelo] y mi oba [abuela] son japoneses netos, ellos inscribieron a mi papá en el *koseki* [registro familiar japonés] de él. Luego mi papá sacó su *koseki* de él y ahí él sale como japonés, como nacido de acá. Antes de los 20 años tiene que inscribirse, si mi papá me hubiese inscrito yo hubiese tenido *koseki*. Entonces, por eso fue más fácil en esa época también. (Julio)

Yo no soy descendiente, yo vine por mi cuenta entonces yo al comienzo estuve sin documentos como dos tres años, ne. Pero igual como te digo, no tuve ningún problema y cuando regresé al Perú en el 96 ya recién me casé y nos volvimos a regresar ¿no?, pero en la temporada que estuve así sin documentos como ya había aprendido el idioma, inclusive yo iba a sacarle la visa a mi esposa, o sea, ya hacía la de traductor sin documentos acá. (Manuel)

Japón es uno de los pocos países que se caracteriza por contar con políticas de restricción migratoria impulsada por la búsqueda de preservar la “japonización” u homogeneización cultural (Calvillo, 2006). Sin embargo, en 1990 con la reforma de la Ley de control de Inmigración y Reconocimiento de Refugiados, se aprobó la entrada de miles de descendientes japoneses con la finalidad de cubrir la escasez de mano de obra en el país (Dall’Ava, 2021; Fujino, 2021). Dentro de este proceso, el gobierno japonés pasó por

inadvertido el ingreso de ciudadanos extranjeros, quienes lograron asentarse en Japón aún en condición de ilegalidad (Kondo, 1995). Así, las estrategias políticas tomadas por el gobierno *nippon* [japonés] para mantener al auge y desarrollo socioeconómico en Japón podrían explicar la ausencia de dificultades legales entre los primeros *dekasegi* - ya sean *nikkei* o no - que se asentaron en el país del sol naciente (Calvillo, 2006; Kondo, 1995).

Seguido del estatus legal, se debe contemplar también los derechos y obligaciones que los migrantes deben de conocer y adquirir para desempeñarse de manera óptima dentro del nuevo contexto social. De acuerdo con las narrativas, este aspecto se encontraría influenciado por el dominio del idioma y el tiempo en el país de acogida.

[...] ahora es diferente porque sé más o menos hablar algo, sé mis derechos [...]. Ahorita si me accidento tengo el respaldo del Ministerio de Trabajo. Ahorita sé todas las reglas, yo le hubiese denunciado a la contratista y a la fábrica porque ellos tenían que pagarme todo el tiempo que yo estuve parado [...] los cuatro meses que estuve parado. Cuando es un accidente te tienen que pagar los días que no trabajas. (Julio)

Tal como se expone, la falta de conocimiento sobre los derechos y obligaciones legales genera un estado de mayor vulnerabilidad frente a posibles abusos o injusticias (Sarpí et al., 2023). Sumado a ello, al estar desprovistos de recursos necesarios - conocimientos, idioma y preparación ante el arribo al nuevo país -, los *dekasegi* se ven notablemente afectados durante los primeros años (Astigueta, s.f.).

Ahora bien, es preciso mencionar el aspecto económico dentro de este proceso. Si bien Japón es un país desarrollado e industrializado, el costo de vida es bastante elevado en comparación con otros países como el Perú. Además, gran parte de los *dekasegi* desempeñan labores que no requieren de conocimientos técnicos y/o especializados, siendo relegados a empleos que demandan mayores esfuerzos y de menor remuneración económica en la cadena de valor del país (Asakura & Murata, 2006; Calvillo, 2006).

Yo no sabía cómo hacer porque un tiempo estaba mal, no tenía nada, no me alcanzaba. Inclusive en donde vivía también me decían te tienes que salir porque

no has pagado esto, que no has pagado el otro. Les decía no, esperen un ratito, que ya voy a tener. (Victoria)

De acuerdo con Asakura y Murata (2006), independientemente del país de acogida, el aspecto económico constituye un estresor principal en la vida cotidiana de los *dekasegi* dado que además de tener que solventar gastos personales; muchas veces deben proveer y sostener económicamente a los familiares que dejan atrás en el país de origen. Además, muchos de ellos llegan a Japón con una meta económica para poder retornar al Perú, o en su defecto, se reunifican y se establecen con sus familias en el país de acogida. Ambos proyectos de vida involucran altos costes y, por ende, el aspecto económico se convierte en un estresor presente en la vida de los *dekasegi* (Sueyoshi, 2017). Es preciso destacar que, esta preocupación se puede ver intensificada frente a circunstancias particulares como ser madre soltera, que fue el caso de una de las participantes. Más allá del estrés experimentado por el proceso de aculturación, en este caso particular se suman otros estresores como el cuidado de los hijos, la falta de soporte social, entre otros aspectos que impactan el bienestar de las mujeres migrantes (Luo & Sato, 2021).

Diferencias con el exogrupo

Todo contacto intergrupal reluce las semejanzas, pero sobre todo las diferencias que existen entre los grupos culturales. En esta categoría, se engloban las diferencias por el idioma, y las formas laborales que modifican los esquemas preestablecidos de los *dekasegi* tras el proceso de aculturación. Uno de los mayores retos o dificultades que los *dekasegi* enfrentan al migrar a Japón es sin duda el idioma. La mayoría llega a Japón con poco o nulo conocimiento del idioma, siendo esta una gran barrera para la comunicación y el desempeño óptimo en los distintos espacios sociales.

Ahh sí, por ejemplo, me hablaban y yo decía hai hai hai [sí, sí, sí] y hacía otra cosa. No hacía lo que ellos decían. Yo no entendía lo que ellos me decían, el idioma ¿no? ah yaya hai hai hai nomás para que me reciban en el trabajo. Después “damedayo” [así no], me decían cómo era, me enseñaban y ya sabía. (Julio)

El limitado uso y dominio del idioma configura uno de los mayores retos para cualquier migrante que se moviliza hacia un país con una lengua totalmente distinta

(Ferrer et al., 2014). Miller y colaboradores (2019), señalan que la barrera idiomática es una importante fuente de estrés en el proceso de aculturación, ya que dificulta la capacidad de relacionarse socialmente, y de manejar o lidiar situaciones de la vida diaria. En el contexto laboral, la deficiencia en el idioma se asocia con pocas o limitadas oportunidades laborales, así como dificultades para aprender y comprender indicaciones dadas en el espacio de trabajo (Asakura & Murata, 2006).

Pese a que algunos *dekasegi* contaban con cierto dominio del *uchinaguchi* – lengua originaria de Okinawa – al arribar a Japón; esto no representó una ventaja para la comunicación de los migrantes, ya que, al diferir del idioma principal empleado en *Honshu* - isla principal de Japón -, la barrera idiomática persistió en sus inicios (Munetaka, 2017). Además de ello, es preciso destacar que al interior del país existen diferencias y tensiones intergrupales entre Japón y Okinawa. El pueblo Okinawense se identifica como *uchinanchu* – originarios o nativos de Okinawa -, separándose culturalmente de los japoneses de *Honshu* [isla principal de Japón]. Esta separación se aúna al desinterés del gobierno por atender las necesidades de la población isleña y de la historia de opresión y discriminación al pueblo Okinawense quienes históricamente han sido percibidos como “ciudadanos de segunda categoría” (Calvillo, 2006; Sales, 2024). De este modo, las diferencias, así como las tensiones intergrupales que existen en el país receptor constituyen barreras que dificultan el proceso adaptativo de los peruanos *dekasegi*, tal como lo describe una de las participantes: “[...] decía por qué me miran si estoy hablando bien el nihongo que hablaba con mi oba, pero después conociendo así a la gente algunos se daban cuenta por el apellido me decían ahh tú eres de okinawa ¿no?” (Victoria).

Pese al estrés asociado a la barrera lingüística, esto resulta ser una fuente de motivación para aprender el idioma y lograr así, una mayor integración en el país de acogida. Así lo señala uno de los participantes: “Y bueno, el idioma al comienzo fue un poco chocante y me dije a mí mismo, si no aprendo el idioma acá la voy a pasar mal, así que tuve bastante facilidad para aprender el idioma.” (Manuel).

Rudmin (2009) destaca que, la motivación para aculturarse conduce al aprendizaje de nuevas formas, costumbres, tradiciones, comportamientos, creencias, valores y demás, que producen un impacto en la vida del migrante. Así, el aprendizaje de un nuevo idioma promueve cambios significativos al favorecer la capacidad de comunicación, y con ello, generar mayores espacios de contacto intergrupales entre los miembros de los diferentes grupos culturales. De acuerdo con la teoría del contacto

intergrupales (Christ & Kauff, 2019), la interacción entre el endogrupo y exogrupo no solo disminuye el prejuicio y las tensiones intergrupales que puedan existir; sino que, además, incrementa las actitudes y los afectos positivos entre los mismos. Sumado a ello, existen variables como el conocimiento, que favorece el entendimiento mutuo entre grupos culturalmente distintos. Este factor, a su vez, promueve la empatía logrando que las personas puedan posicionarse en el lugar de los demás comprendiendo sus dificultades como propias. Todo ello conduce a una mayor tolerancia, apertura, así como a la reducción de los niveles de hostilidad y ansiedad intergrupales hacia grupos socioculturalmente distintos (Pettigrew & Tropp, 2008).

Otra de las diferencias intergrupales halladas fue en el ámbito laboral. Estas conforman las desavenencias y/o discrepancias suscitadas por las formas y los métodos utilizados en el trabajo.

No, a veces bueno palabra fuerte ¿no? pequeña discusión ¿no?, pero de ahí un par de horas ya viene él o tanto yo a disculparse ¿no? son cosas relacionadas al trabajo, lo que es trabajo, fuera ya es otro tipo de conversación, temas, trato y así.
(Pablo)

El exclusivismo japonés, es decir, la noción de un nacionalismo mono étnico es una posible variable que mediaría los desacuerdos que se generan dentro del ámbito laboral. La imposición de realizar las labores al “modo o estilo japonés” sería una manifestación de esta particularidad de la sociedad japonesa (Morita & Halsall, 2016).

Contacto con personas del país de acogida

La movilización humana involucra el contacto intergrupales entre dos o más personas de culturas diferentes (Berry, 2017). En esa línea, el contacto con personas del país de acogida puede seguir dos direcciones: vínculo positivo y de apoyo, o discriminación y rechazo percibido. Por un lado, la construcción de vínculos positivos y de apoyo con personas del país de acogida resulta crucial no sólo en términos de soporte social, sino también por razones instrumentales.

...ha habido japoneses que me han dado la mano en el sentido que te ayudan, tú te portas bien con ellos y te ayudan ¿no? te ayudan a aprender el idioma, qué sé yo,

te hacen favores. No, no era una cuestión de una oficina legal ni nada, sino que fueron las mismas amistades que fui haciendo en el camino ¿no? (Manuel)

De esta manera, los vínculos interpersonales entre los nativos y los *dekasegi* constituyen relaciones valiosas en tanto además de una amistad, es una fuente de información que favorece la integración y adaptación de los *dekasegi* al nuevo entorno social (Ferrer et al., 2014).

Por otro lado, es innegable que ante cualquier contacto intergrupar también surjan situaciones de discriminación y rechazo percibido. En este punto, es preciso señalar que, si bien existe cierta afinidad cultural entre los descendientes japoneses y los nativos, este vínculo étnico no garantiza la apertura y aceptación de estos últimos.

Tuve un accidente automovilístico y como a mí me llevaron a la ambulancia, la policía vino a saber quién era, quién fue, todo esto y le mostraron mis documentos ¿no? y dijeron “ah, extranjero”. En ese entonces, mi ex suegro me ayudó porque cuando me dijeron él es extranjero y como que él escuchó en un tono de voz no muy agradable, como decir “ay extranjero otra vez” algo así y él le dijo “¿qué tiene que ver que sea extranjero?, japoneses también tienen accidentes y somos la misma persona” también él le respondió un tono feo por lo que el policía se quedó callado ¿no? y bueno. (Pablo)

Por el contrario, los japoneses perciben a los *nikkei* como personas externas y ajenas a su endogrupo, es decir, son vistos meramente como extranjeros (Bridget, 2012; Maywalt & Hitoshi, 2010; Sales, 2024). Esto sucede principalmente por la deficiencia en el lenguaje y las diferencias culturales, aspectos que rompen con las expectativas de los japoneses respecto a los *nikkeijin*. Por lo tanto, los *nikkeijin* son considerados “*gaijin*” [extranjero], término con una connotación que puede ser percibida como ofensiva para muchos (Matsuyama, 2010; Sales, 2024). A esta denominación se le añaden ciertas implicancias negativas, ya que son percibidos como una amenaza al orden social, vinculados con la presencia de criminalidad y conflictos sociales en Japón, generando así

una imagen estigmatizada que afecta el bienestar del *dekasegi* (Morita & Halsall, 2016; Sainz et al., 2023).

Relaciones sociales con otros inmigrantes

El contacto intergrupar en el país de acogida no solo involucra la interacción con japoneses, sino también con inmigrantes de diversas nacionalidades que en su mayoría forman parte del fenómeno *dekasegi*. Como se ha mencionado, esta población particular migra a Japón por un tema laboral y económico, por ende, confluyen e interactúan principalmente dentro de entornos de trabajo.

Claro, convivir con otras personas, no solamente peruanos, argentinos, brasileños todo entreverado en un departamento de la fábrica. De la fábrica te alquilaba un departamento donde vivíamos todos ¿no? puede ser brasileño, argentino, boliviano, Pakistán, de todo. En el cuarto también dormía con otra persona y así ¿no? No vivías solo, vivían tres personas más o menos puede ser. (Julio)

Los primeros *dekasegi* que emigraron durante la década de los ochenta y noventa solían alojarse en viviendas compartidas, lo que daba lugar a una mayor convivencia entre extranjeros (Astigueta, s.f.; Calvillo, 2006). Asimismo, muchos *dekasegi* emigraron junto a sus pares, o en su defecto, tenían familiares y amigos que ya se encontraban establecidos en Japón. De esta manera, la construcción de vínculos y redes de soporte con connacionales u otros inmigrantes constituye un factor de común denominador entre la comunidad *dekasegi*.

sí, ahí trabajo con varios nikkei, trabajo con 2 personas que son 3 o 4 años mayores que yo, que son de la colectividad nikkei. No son de mi promoción, son dos años mayores, a veces los veo ¿no? por aquí cuando voy a un restaurante a veces me los encuentro, ahí un poco de conversación, cuánto tiempo. No es tan seguido, pero nos llevamos bien, porque acá varios extranjeros viven aquí en Gunma ¿no? (Pablo)

La presencia de una red de soporte social es fundamental en el proceso de aculturación, ya que facilita el acceso a determinadas metas y recursos, brindando sentido de pertenencia y orientación a aquellos inmigrantes que arriban al país de recepción por primera vez. En esa medida, les permite afrontar con mayores recursos las vicisitudes de la vida diaria en el nuevo país (Calvillo, 2006; Ferrer et al., 2014; Mahmud & Masuchi, 2013).

Distancia del lugar de origen

Uno de los estresores más visibles además del idioma es sin duda la distancia del lugar de origen. Esta categoría integra los sentimientos de añoranza, nostalgia y melancolía frente a la separación familiar y del país de origen. Los participantes de este estudio coinciden en que estos sentimientos se presentan con mayor intensidad al inicio del proceso, siendo este uno de los retos más complejos que deben afrontar; tal como lo describe uno de los participantes: “Bueno, a veces no podía dormir tranquilo ¿no? siempre pensando en la familia, ¿no? Al principio es difícil no solamente para mí, sino para muchos.” (Francisco).

Vale mencionar que estos sentimientos se encuentran más visibles en un participante que no cuenta con la presencia de su núcleo familiar en el país de acogida, quien reporta una mayor añoranza y deseos de retornar al país de origen. Uno de los elementos centrales en países como Latinoamérica es la familia. El vínculo, contacto y apoyo percibido del componente familiar influyen en la percepción del bienestar subjetivo y, en general de la satisfacción con la vida (Millán & Esteinou, 2021).

Es bien difícil porque mi familia está allá y yo estoy acá casi solo ¿no?, o sea yo vivo solo, acá es bien difícil, aunque tenga familia como primos no es igual que estar con tu esposa, con tus hijos acá en Japón ¿no? es bien difícil. (Julio)

Este aspecto da cuenta de la importancia del rol que cumple una red inmediata de soporte social en el ámbito o vida emocional del *dekasegi*, quien no solo moviliza sus esfuerzos para lograr la adaptación al nuevo entorno social; sino que, además, sacrifica la convivencia familiar en favor de alcanzar la estabilidad y el éxito económico. La red de soporte resulta imprescindible, ya que es considerada uno de los determinantes de la salud

mental, siendo este un factor protector o de riesgo de acuerdo a la calidad y proximidad de los vínculos (Miller et al., 2019). Cabe destacar que, los sentimientos de añoranza también pueden estar ligados al estilo o ritmo de vida que se tenía en el país de origen, tal como se presenta a continuación:

A veces uno extraña Perú, salir con tus amigos todo ahí, puedes ir a trabajar al día siguiente en cambio acá si sales con tus amigos y si tomas al día siguiente es difícil porque el trabajo es un poco pesado. (Pablo)

Relaciones sociales en el país de origen

Además de los sentimientos de melancolía y nostalgia por la separación y el distanciamiento, es preciso mencionar a las personas y los vínculos que se dejan atrás en el país de procedencia. Esta categoría está compuesta por: el contacto con familiares, y el contacto con vínculos amicales.

Por un lado, las principales vías de comunicación de los primeros *dekasegi* que llegaron a Japón fueron mediante cartas o tarjetas telefónicas de uso internacional. A través de estos canales, lograban comunicarse con su círculo social más cercano en el Perú. Tal es el caso de una participante, quien reportó lo siguiente: “No sabía a quién contarle, porque llamar por teléfono me salía un ojo de la cara, antes no había *messenger*, *line* y esas cosas, para no gastar escribía.” (Victoria).

No obstante, de acuerdo a las narrativas, el alto costo de las tarjetas telefónicas dificultaba la posibilidad de mantener una comunicación recurrente con personas del país de origen. Tal como se ha mencionado, para la comunidad latina la familia cumple un rol fundamental en la vida de las personas (Hillyer, 2021; Pérez & Aarón, 2020), por lo que la barrera en el contacto representó un reto durante el proceso de aculturación.

Sí, eso es lo que más dolía, ¿no? siempre extrañaba, ¿no? y en ese entonces no había todavía celular ni para mensaje, así que yo me ponía a escribir, escribía y se me salían las lágrimas, ¿no? Y escribía a todos y a mí me decían que yo no escribía cartas sino testamentos. Escribía y escribía 4, 5, 6, 7 hasta 10, 12 hojas para cada uno y a cada uno le escribía diferentes cosas, no le sacaba copias ni

escribía igual nada. Me ponía a escribir y escribir y así me desahogaba, inclusive lo que me pasaba todo escribía yo, lo que me pasaba en el trabajo, los problemas que tuve con mi ex pareja, cuántas cosas que también que pasé. (Victoria)

Por otro lado, al igual que el punto anterior, las relaciones amicales también se ven afectadas tras la partida del *dekasegi* a Japón. Aquellos que migraron durante los primeros años, señalaron que el contacto se vio resquebrajado debido a que los medios de comunicación durante esos años eran bastante limitados y ello, dificultaba el mantenimiento del contacto. Una de las participantes describe la pérdida progresiva del contacto con sus vínculos amicales: “De las amistades no tanto, más de la familia, ¿no? bueno a mis amistades a veces les escribía, pero ya es menos, con la familia, es más.” (Victoria). No obstante, es posible destacar que uno de los participantes que emigró a mediados de los 2000 logró mantener un mayor contacto con sus vínculos amicales.

Un tiempo nos dejamos de comunicar, pero de ahí en los ratos libres. Ya en aquel tiempo en tu computadora, en tu casa ya ahí te podías comunicar un poco ¿no?, pero siempre y hasta el día de hoy también tenemos comunicación con los amigos de mi colegio, amistades cercanas, ¿no? (Pablo)

Tal como se expone, los avances tecnológicos constituyeron una reconfiguración de las posibles vías o canales de comunicación existentes. Así, tanto el periodo de migración como los recursos con los que se contaron en su momento fueron factores que influyeron en la presencia o ausencia del contacto con las redes de soporte (Hillyer, 2021). Si bien la migración trae consigo oportunidades de mejora en la calidad de vida de muchas personas, este tránsito está también acompañado por un proceso de desvinculación cultural y familiar, que puede influir en la adaptación psicosocial y sociocultural del migrante (Bobowik et al., 2015).

Este proceso de distanciamiento y ruptura que atraviesan los *dekasegi* se le conoce como duelo migratorio, el cual integra sentimientos de añoranza y tristeza ante el distanciamiento del lugar de origen, de la familia y el círculo social por la movilización. Si bien, los participantes del presente estudio no narraron de forma explícita y concreta

sus procesos de duelo, se ha podido identificar algunas manifestaciones de cómo se vivió esta pérdida, tal como se muestra a continuación.

[...] cuando me sentía solo yo tenía la costumbre de agarrar las llaves de mi auto y salía a despejarme solo ¿no?, porque a veces es feo estar con algún tipo de depresión, te quedes en la casa y es peor, ¿no? Aunque no tengas auto salir a caminar, a pasear, hay densa [tren], salir, a veces el idioma se te hace difícil, pero tienes que salir a despejarte. (Pablo)

El duelo migratorio, es un proceso natural que se experimenta durante el proceso migratorio, pues se experimentan múltiples pérdidas ante la separación del lugar de origen. Este proceso es vivido de forma única por cada persona, e implica alta resiliencia por parte del migrante quien deja su vida atrás para movilizarse hacia otro país. El duelo migratorio se caracteriza por sentimientos de profunda tristeza, añoranza, melancolía, estrés, ansiedad, sentimientos de soledad y depresión. Si bien estos sentimientos afloran con mayor intensidad al inicio del proceso migratorio, es importante destacar que de manera progresiva van disminuyendo hasta que el migrante logra reajustarse al nuevo entorno, y a encontrar estrategias para afrontar los desafíos en su contexto (Gomes dos santos-dantas et al., 2024).

Tal como se evidenció a lo largo de este eje temático, los estresores por aculturación surgen principalmente durante los inicios o primeros años de la emigración. El contacto con nuevos contextos y/o escenarios sociales, genera diversas fuentes de estrés que pueden perjudicar o limitar el pleno desarrollo y desempeño de los *dekasegi* (Ferrer et al., 2014). No obstante, los participantes del presente estudio actualmente llevan viviendo en Japón más de 20 o 30 años, por lo que la mirada actual que presentan sobre los estresores y el proceso de aculturación vivido es de carácter retrospectivo. Asimismo, resulta necesario destacar que, las edades actuales de los participantes oscilan entre los 42 a los 64 años, etapa de la adultez media que se caracteriza por la capacidad de introspección (Alpizar, 2006). En esta etapa del desarrollo, por lo general las personas han logrado consolidar sus metas a nivel personal y/o profesional, por lo que hay espacio para la reevaluación y reflexión sobre los acontecimientos vividos. Esta etapa, además, se caracteriza por el conflicto entre la generatividad y el estancamiento, centrado en la

necesidad de contribuir y generar un aporte para la sociedad. De esta manera, se espera que los adultos medios sean capaces de afrontar y resignificar los desafíos de la vida, favoreciendo la resiliencia, el crecimiento personal y la satisfacción con la vida (Papalia et al., 2010). Resulta necesario resaltar la etapa de desarrollo en la que se encuentran los participantes, así como los años que llevan residiendo en Japón puesto que son elementos que contribuyen al entendimiento de la construcción actual de sus narrativas.

Papel de las estrategias de aculturación y las dimensiones del estrés por aculturación

El tercer eje aborda el papel de las estrategias de aculturación y los estresores por aculturación. Para ello, de acuerdo a las narrativas recabadas, se presenta un cuadro resumen que refleja de manera sucinta la vinculación entre los constructos desarrollados y el ámbito de la vida del *dekasegi* en el que se activan o ponen de manifiesto (Ver tabla 2).

En primer lugar, la estrategia de integración estaría particularmente vinculada a los estresores: relaciones sociales con otros inmigrantes, y el contacto con personas del país de acogida. La apertura hacia la sociedad y cultura japonesa puede representar un estresor significativo para el *dekasegi*, quien se inserta a un contexto social nuevo e incierto. No obstante, la predisposición a participar e interactuar en espacios compartidos conduce a un estado de equilibrio y bienestar. De este modo, la relación entre la integración y los estresores mencionados refleja un mayor alcance dentro del ámbito de la vida social.

En segundo lugar, la estrategia de asimilación se encontraría relacionada a los estresores ciudadanía, derechos y economía, y diferencias con el exogrupo. Tal como se ha podido observar, la adaptación al país de acogida involucra el compromiso y apertura de los migrantes para captar elementos que rigen las normativas del país receptor, ya que facilita una adecuada convivencia no solo con los miembros del país de acogida; sino también con otros migrantes que residen en ella. De esta manera, la inmersión en aspectos culturales del país de acogida estaría direccionada principalmente al ámbito laboral y legal. Navas y colaboradores (2003) mencionan que, generalmente los migrantes suelen utilizar las estrategias de integración y/o asimilación en ámbitos políticos, tecnológicos y económicos.

En tercer lugar, la separación se encuentra asociada a los estresores distancia del lugar de origen, y relaciones sociales en el país de origen. A medida que el migrante se adentra a espacios más internos y personales como lo es el círculo familiar, la religión, los

pensamientos, valores, etc., el migrante tiende a separarse de la cultura de acogida (Navas et al., 2003). En efecto, el vínculo hallado entre la actitud aculturativa y las dimensiones del estrés afloran principalmente en el ámbito más privado de la vida del *dekasegi*. Así, esta actitud aculturativa se despliega dentro de espacios físicos cerrados como la intimidad del hogar y/o en espacios de esparcimiento con compatriotas peruanos.

Tal como se ha descrito, la aculturación no es un proceso lineal, por el contrario, la actitud y predisposición respecto a las culturas se encuentra influenciada tanto por variables individuales (edad, género, autoestima, rasgos de la personalidad, estrategias de afrontamiento, etc.); así como estructurales (actitud y expectativas de la cultura dominante, grado de multiculturalidad, diferencia cultural, etc.), que influyen en la elección de una u otra estrategia en particular (Sam & Berry, 2006). Por lo tanto, no existe una tendencia única de aculturación, este proceso es dinámico y se adapta a las demandas y necesidades que se presenten.

Tabla 2

Resumen del Papel de las estrategias de aculturación y las dimensiones del estrés por aculturación

Estrategia de aculturación	Estrés por aculturación	Ámbito
Integración	Relaciones sociales con otros inmigrantes Contacto con personas del país de acogida	Vida social
Asimilación	Ciudadanía, derechos y economía Diferencias con el exogrupo	Vida laboral y legal
Separación	Distancia del lugar de origen Relaciones sociales en el país de origen	Vida privada

Ruptura de expectativas

El cuarto y último eje temático, ruptura de expectativas, engloba aquellas concepciones construidas por los *dekasegi* frente a dos momentos distintos del proceso aculturativo: a) visión previa al proceso de aculturación, y b) visión posterior al proceso de aculturación. Este eje surge como un área emergente, ya que inicialmente no fue contemplado como parte de los objetivos del estudio. No obstante, se espera que futuras investigaciones puedan abordar este tema de manera más exhaustiva.

Visión previa al proceso de aculturación

Uno de los momentos más álgidos en el proceso es la etapa previa a la migración y el contacto intergrupales. Esta categoría, recoge motivaciones y pensamientos que surgieron de manera previa al proceso de aculturación. En primer lugar, una de las principales motivaciones para emigrar a Japón fue la búsqueda de oportunidades laborales. Como el mismo término lo indica, *dekasegi* proviene de las palabras “*de*”, que significa “ir”; y “*kasegi*”, “hacer dinero”, por lo tanto, se traduce como “ir/salir para hacer dinero” (Asakura & Murata, 2006).

La mayoría de las personas llegan por dos años, un año a juntar plata y luego irse a su país. Pero lamentablemente uno se queda acá ¿no? Ese es el problema. Yo me quedé porque en Perú qué iba a hacer. Casi mi juventud la he pasado acá, en Perú yo nunca he trabajado, solamente en la chacra con mi papá, qué voy a hacer allá.

(Julio)

De la misma manera, otro de los participantes manifestó que dentro de sus planes iniciales incluía el retorno al Perú, tal como se observa a continuación: “Tenía una meta, bueno trabajar un tiempo y después regresar ¿no? pero bueno, ya pasó mucho tiempo. Nunca imaginé que ya tendría 20 años aquí” (Pablo).

En segundo lugar, otra de las visiones previas al proceso aculturativo fue la concepción de la migración como medio de escape a la situación sociopolítica que estaba atravesando el Perú, principalmente durante las décadas de los 80 y 90, donde no solo se vivía una crisis política sino también económica y social. Estas circunstancias impulsaron a miles de latinoamericanos a emigrar como parte del fenómeno *dekasegi*, buscando no solo la seguridad; sino, sobre todo, mejores oportunidades laborales y una mejor calidad de vida. Este contexto coincidió con la crisis de mano obrera en Japón y la apertura de las políticas migratorias para los descendientes japoneses (Calvillo, 2006). Respecto a ello, uno de los participantes mencionó que: “No fue una decisión tan personal, yo creo que más se debió por la situación que estaba pasando el país en ese momento, justo había una crisis, una inestabilidad política. Más que nada por la situación política y económica.” (Manuel).

En tercer lugar, contar con conocimientos de aspectos culturales del país de acogida es otro elemento importante que favorece la predisposición y la construcción de determinadas expectativas ante el proceso de aculturación.

yo decía dentro de mí ¿no?, si yo sé bastante ¿no?, o sea, como yo he estado viviendo con mi oba, entonces la abuela y la bisabuela ¿no? siempre hablaban en Uchinaguchi que es el idioma de Okinawa entonces yo decía: “Ay, yo sé bastante, ¿no? entonces puedo irme, así que me vine con mis hijos cuando todavía estaban chiquitos [...] pero cuando llegué pues no, no era el 100% como hablaba ¿no?” (Victoria)

Ya tenía noción de cómo era porque algunos amigos del colegio tenían papás que estaban aquí ¿no? trabajando también que sí era duro, ¿no? me comentaban un poco ¿no? mi papá también estuvo aquí y era duro el trabajo aquí ¿no? (Pablo)

Al respecto, se debe realizar una diferenciación entre la afinidad hacia la cultura okinawense, y la cultura japonesa. Tal como se observa en las citas expuestas, en la primera se construyeron expectativas idealizadas debido al aparente dominio del idioma japonés. En la segunda por su parte, se contempla una construcción de expectativas ligadas a la realidad misma del país de acogida y sus implicancias. Esto, se origina probablemente por la exposición de los participantes a dos culturas distintas. En ese sentido, se refuerza la diferenciación cultural entre las islas *Ryūkyū* u Okinawense y el resto del país (Asato & Shiga, 2024).

Visión posterior al proceso de aculturación

Tras el proceso de aculturación, no sólo se da una reconfiguración de las propias costumbres o hábitos; sino también un cambio de visión o panorama respecto al país de acogida. Por un lado, la percepción realista del país y el proceso de aculturación comprende las visiones actuales de los *dekasegi* tras la acumulación de vivencias en el país de acogida. Uno de los hallazgos más particulares de este estudio se circunscribe precisamente en las expectativas diferenciadas entre los participantes, las mismas que fueron contraintuitivas a lo que se podría haber previsto. Los participantes *nikkei* coincidieron en la existencia de una ruptura y un choque de las expectativas que

inicialmente habían forjado respecto a Japón y la recepción de los mismos.

Cuando vine pues era otra cosa, estábamos en Nihon pero era otro idioma o sea, no era el mismo Nihongo que se habla acá con el de Okinawa ¿no? y yo hablando acá el uchinaguchi y la gente me quedaba mirando, decía esta que estará hablando.
(Victoria)

Tal como se presenta, el contacto intercultural supone un golpe de realidad para todos aquellos que mantuvieron cierto vínculo o afinidad con la cultura de sus antepasados. Las diferencias de costumbres, lengua, estilo de vida, etc., entre los originarios de la península de Japón y los descendientes de los habitantes de Okinawa se hace más visible con la emigración de estos últimos al país del sol naciente. En esa línea, se produce una crisis de identidad, en tanto los *nikkeijin* empiezan a cuestionar la homogeneidad entre lo japonés y lo *nikkei* (Fujino, 2021). La crisis identitaria emerge precisamente en contextos donde la identidad étnica se pone en contacto con otras, y vislumbran diferencias que antes no habían sido percibidas (Valtolina, 2019). Sumado a esta auto evaluación, el sentido de pertenencia e identificación se ve igualmente influenciada por variables externas como la percepción de la sociedad receptora respecto al migrante (Ferrer et al., 2014). De este modo, el cambio de perspectiva en la identificación étnico cultural constituiría un factor clave en el quiebre de expectativas para un *nikkei dekasegi*.

No obstante, el único participante no *nikkei* demostró una superación de expectativas, contemplando las diferencias culturales entre Perú y Japón con una visión distinta a la comunidad *Nikkei*. El participante mencionó: “Bueno, venía con la idea de la modernidad y todo eso, después me di cuenta que el país era mucho mejor, más que eso. País con bastante historia, que ha pasado bastantes cosas y siempre ha salido adelante.” (Manuel).

Para este participante, sus expectativas han sido gratamente satisfechas y superadas a lo largo de estos años, puesto que Japón no solo le ha permitido mejorar su calidad de vida; sino también, ha logrado adquirir múltiples aprendizajes en el camino. Si bien este hallazgo no fue previsto conforme a los objetivos del estudio, resulta plausible considerar que las expectativas juegan un rol fundamental en esta comparativa. En este caso, las expectativas superadas podrían haber sido influenciadas por la ausencia de interés y/o

motivación inicial respecto a la movilización, lo que habría reducido la brecha entre las expectativas y la realidad percibida sobre el país de acogida. De acuerdo con Geeraert y colaboradores (2022), el nivel de congruencia entre las expectativas y las experiencias da lugar a diferentes resultados de adaptación. Cuando las expectativas coinciden con las experiencias, el migrante experimenta mayor bienestar y satisfacción con la vida; lo mismo sucede cuando la experiencia supera las expectativas iniciales. Por el contrario, la discrepancia negativa entre las mismas – altas expectativas, baja experiencia - estaría vinculado con mayores índices de estrés y afectación del bienestar.

Asimismo, las expectativas de la sociedad mayoritaria que se vislumbran en la postura sociopolítica japonesa frente a la inmigración, basada en la idea de “japonizar”, refiere a la adopción de una actitud asimilacionista por parte de los migrantes. Esto implica adoptar la lengua, las normas, la cultura y el respeto por las tradiciones japonesas, y a su vez, separarse de su cultura originaria para así lograr la adaptación (Calvillo, 2006). Esta noción de nacionalismo cultural, trastoca y complejiza el proceso de aculturación de los peruanos *dekasegi*, debido a que, pese al origen étnico compartido, son extranjeros y cuentan con un bagaje cultural distinto a los nativos. En el imaginario social, se espera pues que los *nikkei* o descendientes japoneses se integren con mayor facilidad por el grado de similitud y la herencia étnica compartida (Takenaka, 2009); no obstante, parece ser que la ausencia de expectativas mutuas entre los no *nikkei* y la sociedad japonesa daría lugar a una mayor libertad y flexibilidad con relación a la adaptación de este grupo social.

Por otro lado, esta categoría también incluye la percepción de cambios en el país de acogida. Los participantes señalan que Japón ha atravesado por muchos cambios a lo largo de los años, tanto a nivel estructural - seguridad, economía, etc. - como a nivel de apertura y recepción frente a la presencia de los *dekasegi* en su territorio.

Sí, bastante ha cambiado. Bueno, me refiero a que la atención para los extranjeros ha mejorado bastante ¿no? tanto en las municipalidades, bancos, otras instituciones ¿no? Hay más facilidad, letrado así en Romaji ¿no? más fácil para poder buscar qué es lo que necesita. Hasta los afiches para poder pedir cualquier documento ya en varios idiomas está así. (Francisco)

A pesar de los retos y desafíos iniciales que los *dekasegi* atravesaron al llegar al país

de sus ancestros; a lo largo de los años, la sociedad japonesa ha ido incorporando políticas de inclusión y de mayor apertura hacia los migrantes, brindándoles herramientas que facilitan su acceso a condiciones de vida más justas e igualitarias, y a la satisfacción de sus necesidades básicas. Es así, que poco a poco los gobiernos locales y centrales están apostando y desarrollando lo que se conocería como la tercera etapa de internacionalización, con la finalidad de promover espacios de respeto y tolerancia hacia los extranjeros, transformándose así en una sociedad más diversa (Calvillo, 2006).



Conclusiones

La aculturación es un proceso dinámico que surge a partir de la movilización y del contacto intergrupales entre más de dos grupos sociales. En el caso de los peruanos *dekasegi*, se configura un proceso particular debido a que involucra el retorno de los descendientes japoneses a la tierra de sus ancestros. Por ello, la presente investigación tuvo como objetivo analizar el rol de las estrategias de aculturación y del estrés por aculturación en el proceso migratorio de peruanos *dekasegi* que migraron a Japón por motivos laborales. El análisis realizado guía cuatro ejes temáticos que reflejan las vivencias de los participantes.

En primer lugar, el eje de estrategias de aculturación responde al primer objetivo específico de este estudio. En él se destaca la presencia de tres actitudes predominantes que los *dekasegi* utilizan en el proceso de aculturación: integración, asimilación y separación. Se plantea que, estas estrategias no son únicamente el resultado de una elección deliberada; sino que, existen elementos como las expectativas de la cultura dominante, la valoración laboral, y otros aspectos, que influyen en la predisposición del *dekasegi* a aculturarse de una u otra forma. En segundo lugar, el estrés por aculturación corresponde al segundo objetivo específico. Este eje abarca los diferentes estresores que los *dekasegi* atravesaron durante el proceso, el cual involucra tanto retos como dificultades que afrontaron tras el distanciamiento del país de origen y el establecimiento en un país particularmente distinto al Perú. Entre los estresores con mayor implicancia se encuentran la distancia del lugar de origen y las diferencias con el exogrupo. En preciso resaltar que, las narrativas tuvieron un carácter retrospectivo debido a que los participantes actualmente se encuentran en la etapa de la adultez media y reportan vivencias que han atravesado hace más de 20 años. La etapa de desarrollo humano configura una mirada y visión particular sobre las vivencias atravesadas a lo largo de la vida.

En tercer lugar, respecto al papel que cumplen las estrategias de aculturación y los estresores responde al último objetivo específico del estudio. En este acápite, se realizó una clasificación de los ámbitos en los que se pone de manifiesto cada una de las estrategias y estresores asociados. Así, se pudo identificar que la integración tiene una mayor presencia en el ámbito social, la asimilación en el ámbito laboral y legal, y la separación, en el ámbito privado de la vida. Las estrategias de aculturación, por lo tanto, no son elementos fijos ni transversales, sino que varían con el tiempo y el dominio de

vida (privado y público) en el que se presente.

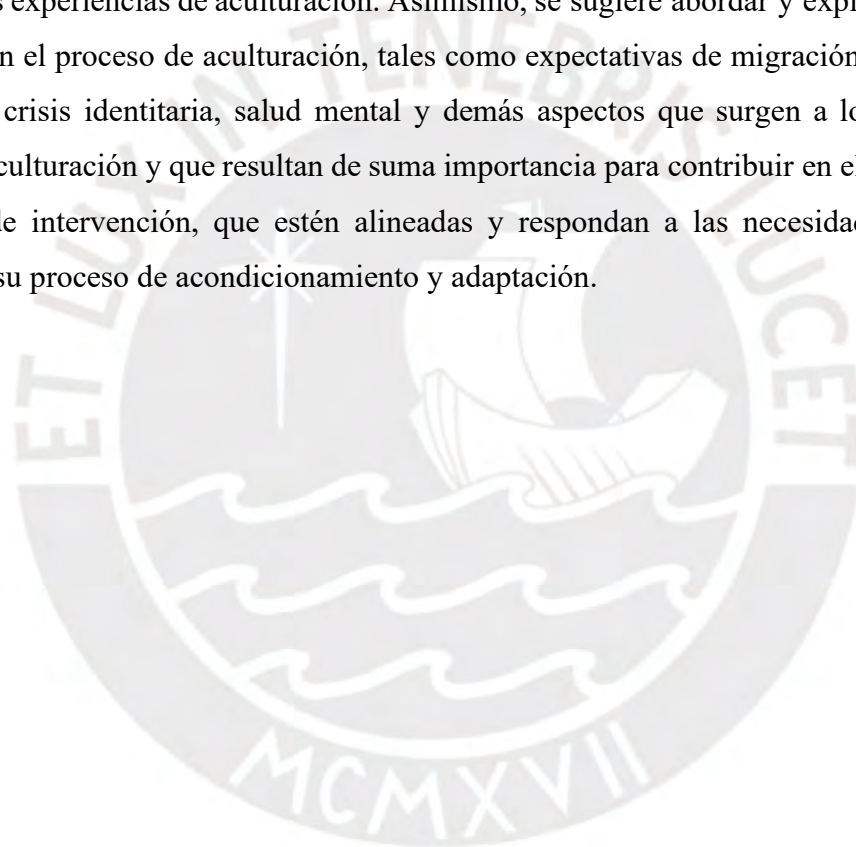
En cuarto y último lugar, el eje de ruptura de expectativas recoge las visiones de los *dekasegi* antes y después del proceso de aculturación. En esa línea, se exponen las motivaciones iniciales que impulsaron la migración en la condición de *dekasegi*, así como los cambios y las percepciones actuales que los mismos tienen sobre el país que los acoge. Las expectativas se orientaron de forma contraintuitiva a lo que inicialmente se había concebido, dejando así una pregunta abierta para futuras investigaciones.

De esta manera, los hallazgos evidencian que la migración de las y los peruanos *dekasegi* sigue una continuo transgeneracional del proceso migratorio vivido por sus antepasados, adquiriendo un rol con dinámicas y motivaciones similares. Respecto a los alcances, la presente investigación amplía y aporta a la línea de estudios sobre los procesos de aculturación, reforzando la noción de que este proceso no es lineal ni transversal; sino por el contrario, es un proceso dinámico en el que la elección de las estrategias se encuentra supeditado por factores individuales como estructurales, que predisponen la manera en la que los migrantes optan por aculturarse en determinado ámbito de su vida. Se destaca que, los peruanos *dekasegi* compartieron ideales similares a sus ancestros que llegaron al Perú por primera vez. Asimismo, se ha trabajado con una población poco explorada por lo que este estudio permite la visibilización y comprensión profunda sobre la realidad que atraviesan los compatriotas peruanos japoneses que deciden emigrar a Japón. En esa línea, la propuesta del estudio amplía el panorama sobre la migración en una población particular, que atraviesa por un proceso de aculturación acompañado por una crisis identitaria en el transcurso.

En cuanto a las limitaciones, se advierte una escasez de estudios sobre la aculturación en población *dekasegi*, y en específico sobre peruanos *dekasegi*; así como investigaciones empíricas que aborden la relación entre los constructos estudiados, aspecto que limitó el recojo de información inicial. Asimismo, una limitación importante de esta investigación fue la ausencia de un enfoque de interseccionalidad considerando que, existen diversas categorías sociales que influyen y median las experiencias del proceso de aculturación y el estrés aculturativo y que, no fueron contempladas como parte de los objetivos del estudio. En ese mismo marco, es preciso destacar que se tuvo poca representación del género femenino, dado que se contó únicamente con una sola participante para el estudio. Esta falta de representatividad por género constituye un

desequilibrio en la muestra y en las experiencias recabadas; ya que los retos y desafíos sociales que atraviesan, en este caso las mujeres, son diferenciales, impactando en la actuación social y, en consecuencia, en sus procesos de aculturación.

Finalmente, para futuras investigaciones, se recomienda llevar a cabo investigaciones cualitativas de tipo longitudinal, ya que el proceso de aculturación es un fenómeno cambiante que está sujeto al tiempo y el contexto. Asimismo, se sugiere realizar una investigación comparativa entre los *nikkei* y no *nikkei* bajo un enfoque interseccional que permita analizar cómo las variables de género, etnia, nivel socioeconómico, estatus migratorio y demás factores se entrecruzan generando diferencias en torno a las experiencias de aculturación. Asimismo, se sugiere abordar y explorar temas implicados en el proceso de aculturación, tales como expectativas de migración, bienestar psicológico, crisis identitaria, salud mental y demás aspectos que surgen a lo largo del proceso de aculturación y que resultan de suma importancia para contribuir en el diseño de propuestas de intervención, que estén alineadas y respondan a las necesidades de los *dekasegi* en su proceso de acondicionamiento y adaptación.



Referencias

- Alpízar, W. (2006). Hacia la Construcción del Concepto Integral de Adultez. *Enfermería Actual En Costa Rica*, (10). <https://doi.org/10.15517/revenf.v0i10.10704>
- Arenas, P., & Urzúa, A. (2016). Estrategias de aculturación e identidad étnica: un estudio en migrantes sur-sur en el norte de Chile. *Universitas Psychologica*, 15(1), 15-25. <https://www.redalyc.org/journal/647/64746477009/html/>
- Asakura, T. (2004). *Acculturation stress of the Japanese Brazilian living in Japan* [Resumen de presentación de la conferencia]. Hawaii Conference. https://www2.u-gakugei.ac.jp/~asakura/JB_report.pdf
- Asakura, T., & Murata, A. (2006). Demography, Immigration Background, Difficulties with Living in Japan, and Psychological Distress among Japanese Brazilians in Japan. *J Immigrant Health* 8, 325–338. <https://doi.org/10.1007/s10903-006-9003-0>
- Asato, N., & Shiga, N. (20 de marzo de 2024). *Okinawa y la relación entre las desigualdades socioeconómicas y el colonialismo en Japón*. Revista de Stanford Social Innovation Review Japón. <https://ssires.tec.mx/es/noticia/okinawa-y-la-relacion-entre-las-desigualdades-socioeconomicas-y-el-colonialismo-en-japon>
- Asociación Peruano Japonesa (s.f.). *Los nikkei en el Perú*. <https://www.apj.org.pe/los-nikkei-en-el-peru>
- Asociación Peruano Japonesa (08 de agosto del 2023). *La APJ actualiza estimación de nikkei peruanos a 200 mil personas*. https://apj.org.pe/publicacion_detalle/la-apj-actualiza-estimacion-de-nikkei-peruanos-a-200-mil-personas
- Astigueta, B. (s.f.). *Identidad cultural latinoamericana y convivencia multicultural en Japón: El aporte de los latinos en Japón* [Archivo PDF]. <https://language-education.net/images/pdf/AporteLatinosJP.pdf>
- Barbati, A., Geraci, A., Niro, F., Pezzi, L., & Sarchiapone, M. (2022). Do Migration and Acculturation Impact Somatization? A Scoping Review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(23). <https://doi.org/10.3390/ijerph192316011>
- Benet, V. (2012). Multiculturalism: Cultural, social, and personality processes in K. Deaux & M. Snyder (Eds.), *The Oxford handbook of personality and social psychology* (pp.624-648). Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780195398991.013.0025>

- Berry, J.W., Kim, U., Minde, T., & Mok, D. (1987). Comparative Studies of Acculturative Stress. *International Migration Review*, 21 (3), 491-511. <https://doi.org/10.1177/019791838702100303>
- Berry, J. W. (1989). Acculturation et adaptation psychologique. In: J. Retschitzky, M.
- Berry, J. W. (1997). Immigration, acculturation, and adaptation. *Applied Psychology: An International Review*, 46(1), 5–34. <https://doi.org/10.1080/026999497378467>
- Berry, J. W. (2001). A psychology of immigration. *Journal of social issues*, 57(3), 615-631. <https://doi.org/10.1111/0022-4537.00231>
- Berry, J. W. (2003). Conceptual approaches to acculturation. In K. M. Chun, P. Balls Organista, & G. Marín (Eds.), *Acculturation: Advances in theory, measurement, and applied research* (pp. 17–37). American Psychological Association. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/10472-004>
- Berry, J. W. (2006). Acculturative stress. In P. T. P. Wong & L. C. J. Wong (Eds.), *Handbook of multicultural perspectives on stress and coping* (pp. 287–298). Spring Publications. https://psycnet.apa.org/doi/10.1007/0-387-26238-5_12
- Berry, J. W., & Sabatier, C. (2010). Aculturación, discriminación y adaptación entre jóvenes inmigrantes de segunda generación en Montreal y París. *Revista Internacional de Relaciones Interculturales*, 34(3), 191–207. <https://doi.org/10.1016/j.ijintrel.2009.11.007>
- Berry, J. W. (2017). Theories and models of acculturation. In S. J. Schwartz & J. B. Unger (Eds.), *The Oxford handbook of acculturation and health* (pp. 15–28). Oxford University Press. <https://psycnet.apa.org/record/2017-43855-002>
- Bobowik, M., Basabe, N., & Páez, D. (2015). The bright side of migration: hedonic, psychological, and social well-being in immigrants in Spain. *Social science research*, 51, 189–204. <https://doi.org/10.1016/j.ssresearch.2014.09.011>
- Bourhis, R., Moïse, L., Perreault, S., & Sénécal, S. (2010). Towards an Interactive Acculturation Model: A Social Psychological Approach. *International Journal of Psychology*, 32(6), 369-386. <https://doi.org/10.1080/002075997400629>
- Braun, V., & Clarke, V. (2006) Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77-101. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>
- Bridget, R. (2012). Perceived Discrimination in Ancestral Homeland: Filipino Nikkeijins and the Dynamics of Migrant Resistance. *Asia-Pacific Social Science Review*,

- 12(2), 33-49. <https://doi.org/10.59588/2350-8329.1009>
- Calvillo, M. (2006). *Migración latinoamericana a Japón: política y etnicidad en los procesos de integración social* [Tesis de doctorado, El colegio de México]. Biblioteca Daniel Cosío Villegas. <https://repositorio.colmex.mx/concern/theses/pg15bf235>
- Castillo E., & Vásquez, M. (2003). El rigor metodológico en la investigación cualitativa. *Colombia Médica*, 34(3), 164-167. <https://colombiamedica.univalle.edu.co/index.php/comedica/article/view/269/272>
- Celenk, O., & Van de Vijver, F. (2014). Assessment of psychological acculturation and multiculturalism: An overview of measures in the public domain. In V. Benet-Martínez & Y.-Y. Hong (Eds.), *The Oxford handbook of multicultural identity* (pp. 205–226). Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780199796694.013.001>
- Christ, O., & Kauff, M. (2019). Intergroup Contact Theory en Sassenberg, K., Vliek, M.L.W. (Ed.), *Social Psychology in Action* (pp. 145-161). Springer. https://doi.org/10.1007/978-3-030-13788-5_10
- Dall’Ava, F. (2021). Dekasegi Portuguese: Towards a Nomenclature and Outlining of the Existence of a Portuguese Language Variety in Japan. *Asian Journal of Latin American Studies*, 34(1), 129-161. <https://doi.org/10.22945/ajlas.2021.34.1.129>
- Díaz, L., Torruco, U., Martínez, M., & Varela, M. (2013). La entrevista, recurso flexible y dinámico. *Investigación en Educación Médica*, 2(7), 162-167. http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-50572013000300009&lng=es&tlng=es.
- Dineva, F., & Choi, H. (2019). Associations of Acculturative Stress, Depression, and Quality of Life among Indonesian Migrant Workers in South Korea. *Journal of Korean Academy of psychiatric and Mental Health Nursing*, 28(2):172-180. <https://doi.org/10.12934/jkpmhn.2019.28.2.172>
- Duong, D. (2022). *Cultural adaptation: Vietnamese sojourners in Japan* [Master’s thesis, Osaka Jogakuin University]. Osaka Jogakuin University [http://ir-lib.wilmina.ac.jp/dspace/bitstream/10775/3779/1/820001-Duong%20Ha%](http://ir-lib.wilmina.ac.jp/dspace/bitstream/10775/3779/1/820001-Duong%20Ha%20)
- Ferrer, R., Palacio, J., Hoyos, O., & Madariaga, C. (2014). Proceso de aculturación y adaptación del inmigrante: características individuales y redes sociales. *Psicología desde el Caribe*, 31(3), 557-576.

- <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=21332837009>
- Fonseca, A. (2010). Comunidades Latinoamericanas en Japón: nuevas identidades en formación. *Inter Asia Papers*, (15).
<https://ddd.uab.cat/pub/intasipap/20131747n15/20131747n15p1.pdf>
- Fujino, G. (2021). Becoming Nikkei: A Comparative Study of Diasporic Japanese Dekasegi Christian Communities en B. Gill (Ed.), *International Journal of Frontier Missiology* (Vol. 38, pp. 19-27). IJFM.
https://ijfm.org/PDFs_IJFM/38_1_2_PDFs/IJFM_38_1_2-EntireIssue.pdf#page=21
- Fuster, D. (2019). Investigación cualitativa: Método fenomenológico hermenéutico. *Propósitos y Representaciones*, 7(1), 201-229.
<https://dx.doi.org/10.20511/pyr2019.v7n1.267>
- Geeraert, N., Ward, C., & Hanel, P. (2022). Returning home: The role of expectations in re-entry adaptation. *Applied Psychology: Health and Well-Being*, 14(3), 949–966.
<https://doi.org/10.1111/aphw.12361>
- Gomes dos Santos, E., Rodríguez, A., Monroy, I., & Malvaceda, E. (2024). Duelo migratorio y creencias irracionales: Características e impactos en la salud mental de migrantes latinoamericanos. *Huellas de la migración*, 8(16), 153-180.
<https://doi.org/10.36677/hmigracion.v8i16.19308>
- Gonzalez, M., Kiessling, T., & David, M. (2015). Acculturation and overseas assignments: A review and research agenda. *International Journal of Intercultural Relations*, 49, 239-250. <https://doi.org/10.1016/j.ijintrel.2015.05.003>
- Hernández, J., Hernández, G., González, Á., & De la Fe, M. (2011). Acculturative Stress in Latin-American Immigrants: An Assessment Proposal. *The Spanish Journal of Psychology*, 14(1), 227-236. https://doi.org/10.5209/rev_SJOP.2011.v14.n1.20
- Hillyer, R. (2021). Staying connected: Effects of online platforms on transnational family relations and social capital. *Contemporary Japan*, 33(1), 3–23.
<https://doi.org/10.1080/18692729.2020.1847389>
- Hofstede, G. (2011). Dimensionalizing Cultures: The Hofstede Model in Context. *Online Readings in Psychology and Culture*, 2(1). <https://doi.org/10.9707/2307-0919.1014>
- Kanegusuku, R. (2023). *Dekasegis, descendientes de japoneses retornando a la tierra de sus ancestros: procesos aculturativos e identitarios de los migrantes nikkei peruanos en el Japón (1990 - 2000)* [Tesis de Licenciatura, Pontificia Universidad Católica del Perú]. <http://hdl.handle.net/20.500.12404/25947>

- Kingsberg, M. (2015). “Repatriation But Not “Return”: A Japanese Brazilian Dekasegi Goes Back to Brazil 帰郷」ならざる帰還 ブラジルに戻ったある日系ブラジル人出稼ぎ労働者. *The Asia-Pacific Journal*, 13(3).
<https://apjjf.org/2015/13/13/miriam-kingsberg/4304>
- Komisarof, A., & Chan, H. (2016). Acculturation in East and Southeast Asia en D.Sam (Ed.), J. Berry (Ed.), *The Cambridge Handbook of Acculturation Psychology* (2ªed, pp. 248-271). Cambridge University Press & Assessment. https://www.kris.keio.ac.jp/html/publish_file/100000064/11352615_pdf_input_1.pdf
- Kondo, A. (1995). *Immigration Law and Foreign Workers in Japan* [Archivo PDF].
<https://www.kyusan-u.ac.jp/keizai-kiyo/dp6.pdf>
- Liem, A., Renzaho, A., Hannam, K., Lam, A., & Hall, B. (2021). Acculturative stress and coping among migrant workers: A global mixed-methods systematic review. *Applied Psychology: Health and Well Being*, 13(3), 491–517.
<https://doi.org/10.3390/healthcare9030258>
- Luo, Y., & Sato, Y. (2021). Relationships of Social Support, Stress, and Health among Immigrant Chinese Women in Japan: A Cross-Sectional Study Using Structural Equation Modeling. *Healthcare*, 9(3), 258.
<https://doi.org/10.3390/healthcare9030258>
- Mahmud, S., & Masuchi, A. (2013). Foreign Residents in Japan: Acculturation, Social Connectedness, and Life Satisfaction. *Psychology Research*, 3(12), 737-748.
<https://www.davidpublisher.com/Public/uploads/Contribute/56a981e086ae8.pdf>
- Matsuyama, L. (2010). Experiencias nikkeis de frontera cultural: inmigrantes argentinos y peruanos de ascendencia japonesa en okinawa, japon. *Maguaré*, (24), 157-193. <https://revistas.unal.edu.co/index.php/maguare/article/view/22739>
- Maywalt, K., & Hitoshi, R. (2010). Acculturative Strategies and the Psychological Adaptation of Brazilian Migrants to Japan. *Identity: An International Journal of Theory and Research*, 10(4), 284-303.
<https://doi.org/10.1080/15283488.2010.523587>
- Millán, R., & Esteinou, R. (2021). Satisfacción familiar en América Latina: ¿importan las relaciones? *Perfiles latinoamericanos*, 29(58). <https://doi.org/10.18504/pl2958-012-2021>
- Miller, R., Tomita, Y., Ong, K., Shibanuma, A., & Jimba, M. (2019). Mental well-being

- of international migrants to Japan: a systematic review. *BMJ Open*.
<https://doi.org/10.1136/bmjopen-2019-029988>
- Morgan, C., Zhang, J., Cichanowicz, T., & Welser, H. (2023). How Anti-Assimilationist Beliefs Are Shaping the Context of Reception of Immigrants in Japan. *EJCJS*, 23.
https://www.japanesestudies.org.uk/ejcjs/vol23/iss1/morgan_et_al.html
- Morita, L., & Halsall, J. (2016). A comparison of co-ethnic migrants in Japan and Singapore. *Cogent Social Sciences*, 2(1).
<https://doi.org/10.1080/23311886.2016.1189386>
- Munetaka, P. (15 de noviembre de 2017). *Uchinaguchi, el idioma de los afectos*. La Plata Hocht: El diario de la Colectividad Japonesa.
http://www.laplatahochi.com.ar/index.php?option=com_content&view=article&id=1929_uchinaguchi-el-idioma-de-los-afectos&catid=77_alfabeto-de-okinawa&Itemid=69
- Nakasone, J. (2023). Comunidad nikkei peruana: una larga travesía. *Política Internacional* (134), 263-269.
https://revista.adp.edu.pe/index.php/RPI/issue/view/rv_134_2023/53
- Navas, M., Pumares, P., Sánchez, J., García, M., Rojas, A., Cuadrado, I., Asensio, M. & Fernández, J. (2003). *Estrategias y actitudes de aculturación: la perspectiva de los inmigrantes y de los autóctonos en Almería*. Junta de Andalucía / Universidad de Almería.
https://www.juntadeandalucia.es/export/drupaljda/1_1972_estrategias_y_actitudes_de_aculturacion_la_perspectiva_de_los_inmigrantes_y_los_autoctonos_en_andalucia.pdf
- Nguyen, M., Le, T., & Meirmanov, S. (2019). Depression, Acculturative Stress, and Social Connectedness among International University Students in Japan: A Statistical Investigation. *Sustainability*, 11(3), 878.
<https://doi.org/10.3390/su11030878>
- Nina, R. (2018). Procesos Psicológicos de la Migración: Aculturación, Estrés y Resiliencia. *Boletín Científico Sapiens Research*, 8(2), 29-37.
<https://www.srg.com.co/bcsr/index.php/bcsr/article/view/282>
- Ortega, J. (2020). ¿Cómo saturamos los datos? Una propuesta analítica “desde” y “para” la investigación cualitativa. *Interciencia*, 45(6), 293-299.
<https://www.redalyc.org/journal/339/33963459007/html/>

- Papalia, D., Wendkos, S., & Duskin, R. (2010). *Adulthood*. En *Desarrollo Humano* (pp. 516-537). México: McGraw-Hill. https://gc.scalahed.com/recursos/files/r161r/w25751w/L1PG110_S6_R1.pdf
- Park, J., Joshanloo, M., & Utsugi, A. (2023). Acculturation attitudes and adaptation among South Korean residents in Japan: The mediating role of coping strategies. *International Journal of Intercultural Relations*, 94. <https://doi.org/10.1016/j.ijintrel.2023.101799>
- Pérez, F., & Aarón, E. (2020). Redes comunitarias y de soporte social como recurso para el cuidado y el mantenimiento de la salud. *Salud & Sociedad Uptc*, 5(1), 33–43. https://revistas.uptc.edu.co/index.php/salud_sociedad/article/view/11702
- Pettigrew, T., & Tropp, L. (2008). How does intergroup contact reduce prejudice? Meta-analytic tests of three mediators. *European Journal of Social Psychology*, 38, 922–934. <https://doi.org/10.1002/ejsp.504>
- Phinney JS, Berry JW, Vedder P., & Liebkind K. (2006). La experiencia de aculturación: actitudes, identidades y comportamientos de los jóvenes inmigrantes. En Berry JW, Phinney JS, Sam DL, Vedder P. (Eds.), *Jóvenes inmigrantes en transición cultural* (1ª ed., págs. 71-116). Prensa de Psicología.
- Pistrang, N., & Barker, C. (2012). Varieties of qualitative research: A pragmatic approach to selecting methods. En H. Cooper, P. M. Camic, D. L. Long, A. T. Panter, D. Rindskopf y K. J. Sher (Eds.), *APA handbook of research methods in psychology: Volume 2. Research designs: Quantitative, qualitative neuropsychological, and biological* (pp. 5-18). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/13620-001>
- Putnam, R. (2007). E Pluribus Unum: Diversity and Community in the Twenty-first Century The 2006 Johan Skytte Prize Lecture. *Scandinavian Political Studies*, 30, 131-174. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9477.2007.00176.x>
- Qu, X., & Li, L. (2013). Attachment, acculturation and GHQ-30 of Chinese students in Japan. *Psychological Studies*, 58(3), 216–224. <https://doi.org/10.1007/s12646-013-0192-z>
- Registro Nacional de Identificación y Estado Civil. (29 de diciembre de 2022). *Reniec contribuye a la identificación de la comunidad Nikkei en el Perú*. <https://www.gob.pe/institucion/reniec/noticias/683994-reniec-contribuye-a-la-identificacion-de-la-comunidad-nikkei-en-el-peru>
- Retortillo, A., & Rodríguez, H. (2008). Inmigración, estrategias de aculturación y valores

- laborales: un estudio exploratorio. *Revista de Psicología del Trabajo y de las Organizaciones*, 24(2),187-202.
http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1576-59622008000200004&lng=es&tlng=es
- Rodríguez, N. (2025). Análisis comparativo de la gestión de la integración de los inmigrantes latinoamericanos en Japón y España. *Perspectivas Latinoamericanas*, 20, 3-34. <https://doi.org/10.15119/0002001303>
- Rudmin, F. (2009). Constructs, measurements and models of acculturation and acculturative stress. *International Journal of Intercultural Relations*, 33,106-123. <https://doi.org/10.1016/j.ijintrel.2008.12.001>
- Ruiz, S. (1992). *Attitudes towards work and the market economy in Bulgaria*. Cornell University, ILR School. <https://hdl.handle.net/1813/77193>
- Sainz, H., Espinal, M., Navarro, A., Urgell, N., & Cristóbal, P. (2023). *Trauma, discriminación social percibida, aculturación y salud mental: impacto en la calidad de vida* [Archivo PDF]. <https://www.aeesme.org/wp-content/uploads/2023/04/Trauma.pdf>
- Schmitz, P. (1994). Personnalité et acculturation. *Les Cahiers Internationaux de Psychologie Sociale*, 24, 33-53.
- Sakiara, L., Canasiro, S., Abe Y., Otsuka, K., Tsuji, K., Hayashi, T., Baxter, S., Nakagawa, D., Shirakawa, I., Nagib, A., & Kato, S. (2007). Migration and mental health: Japanese Brazilians in Japan and in Brazil. *J Bras Psiquiatr*,56, 48–52. <https://doi.org/10.1590/S0047-20852007000100011>
- Sales, C. (2024). Japón y Okinawa: grietas en la comunidad imaginada. *Inter Asia Papers*, (80), 1-66. <https://raco.cat/index.php/interasiapapers/article/view/435732>
- Salgado, A. (2007). Investigación cualitativa: Diseños, evaluación del rigor metodológico y retos. *Liberabit*, 13(13), 71-78.
http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1729-48272007000100009
- Sam, D., & Berry, J. (2006). Personality and individual factors in acculturation in A. Konic (Ed.), *The Cambridge Handbook of Acculturation Psychology*. Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/CBO9780511489891>
- Sam, D., & Berry, J. (2010). Acculturation: When Individuals and Groups of Different Cultural Backgrounds Meet. *Perspectives on psychological science: a journal of the Association for Psychological Science*, 5(4), 472–

481. <https://doi.org/10.1177/1745691610373075>
- Sarpi, K., Villa, F., Acuña, D., Guzmán, J., & Trujillo, M. (2023). Acercamiento a la salud mental de inmigrantes en Chile, revisión de la bibliografía. *Revista Médica del Maule*, 38(1), 8-18. <https://orcid.org/0000-0002-4571-0722>
- Shintani, R. (2007). Japanese Language Education in the Nikkei Community in Peru. *Waseda Global Forum*, 13(2016), 77-99.
- Sueyoshi, A. (2017). Nikkei Peruvians' Circularity between Japan and Peru: Building Peruvianness, Nikkeiness and Japaneseness. 宇都宮大学国際学部研究論集, (44), 119–130. https://uuair.repo.nii.ac.jp/record/11098/files/13420364-44-119_130.pdf
- Tablero, F. (2013). Minorías e identidad en Japón. *Kokoro Revista para la difusión de la cultura japonesa*. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4331378>
- Takenaka, A. (1999). Transnational Community and Its Ethnic Consequences: The Return Migration and the Transformation of Ethnicity of Japanese Peruvians. *The American Behavioral Scientist*, 42(9), 1459-1474. <https://doi.org/10.1177/00027649921954994>
- Takenaka, A. (2009). How Ethnic Minorities Experience Social Mobility in Japan: An Ethnographic Study of Peruvian Migrants in H. Ishida and D.H. Slater (Ed.), *Social Class in Contemporary Japan Structures, Sorting and Strategies* (1^a ed, pp. 221-238). <https://doi.org/10.4324/9780203869154>
- Takenaka, A. (2020). The paradox of diaspora engagement: a historical analysis of Japanese state-diaspora relations. *Journal of Ethnic and Migration Studies*, 46(6), 1129-1145. <https://doi.org/10.1080/1369183X.2018.1554301>
- Valtolina, G. (2019). Procesos de aculturación, identidad étnica y menores migrantes. *Revista Interdisciplinar da Mobilidade Humana*, 27(55), 31-47. <https://doi.org/10.1590/1980-85852503880005503>
- Van de Vijver, F. J.R., & Phalet, K. (2004). Assessment in Multicultural Groups: The Role of Acculturation. *Applied Psychology: An International Review*, 53(2), 215–236. <https://doi.org/10.1111/j.1464-0597.2004.00169>

Apéndices

Apéndice A. Consentimiento Informado

Es un gusto poder conocerlo. Antes de empezar, mi nombre es Kaori Kina y soy estudiante de Psicología de la Pontificia Universidad Católica del Perú. Quisiera agradecerle por haber aceptado esta entrevista, que tendrá una duración de aproximadamente 1 hora, donde le realizaré una serie de preguntas para conocer cómo fue el proceso de migración hacia Nihon [Japón] y cómo se adaptó a la vida que actualmente lleva allá.

Asimismo, recordarle que su participación es completamente voluntaria, si no desea participar o contestar alguna pregunta, siéntase totalmente libre de abstenerse a hacerlo, ello no significará alguna consecuencia hacia su persona. También, recordarle que todo lo que se converse en este espacio es completamente anónimo, confidencial y la información que nos brindará será utilizada exclusivamente para fines académicos de esta investigación, la cual está siendo supervisada por el docente Henry Guillén (hguillen@pucp.pe). A partir de todo lo que he mencionado, ¿Aceptaría formar parte de la entrevista?

- Sí
- No

Por otro lado, me gustaría preguntarle si estaría de acuerdo en poder grabar la entrevista por medio de audio. Una vez se haya culminado con la transcripción de la entrevista, la grabación será inmediatamente eliminada. Asimismo, me gustaría mencionarle que al finalizar el trabajo, se realizará una devolución de los resultados de este estudio. Con lo anteriormente descrito, ¿aceptaría poder grabar la entrevista?

- Sí
- No

Apéndice B. Ficha de datos sociodemográficos

- Nombre:
- Género:
 - Masculino
 - Femenino
 - Otro
- Edad (en números):
- ¿Actualmente en qué país reside?
 - Perú
 - Japón
 - Otro país (especificar): _____
- ¿En qué prefectura vivió la primera vez que emigró a Japón? (escribir)
- Motivo por el que emigró a Japón:
 - Trabajo o Economía
 - Familia
 - Otro (especificar): _____
- Año en el que decidió ir a Japón (en números):
- ¿Qué edad tenía cuando emigró a Japón? (en números):
- ¿Emigró a Japón solo o con otras personas?
 - Solo
 - Otras personas (especificar quiénes):

Apéndice C. Guía de Entrevista

Inicio:

1. ¿Hace cuántos años vive en Nihon (nombre del país en japonés)?
2. ¿Por qué, en ese entonces, decidió migrar hacia Nihon?
3. Cuénteme ¿cómo se sintió la primera vez que llegó a Nihon?

Preguntas

1. ¿Podría contarme cómo fue el proceso de adaptarse durante los primeros meses a Nihon?
2. ¿Cuáles fueron las dificultades que tuvo en esos primeros meses?
3. Después de todo lo vivido hasta el día de hoy, ¿Cuáles considera que son las mayores dificultades que ha enfrentado al migrar a Nihon?
 - Repregunta: ¿Qué tan difícil ha sido para usted poder adaptarse a un nuevo país con una cultura y un estilo de vida distinto?
4. ¿Qué tan difícil fue para usted dejar a su familia y amistades en Perú?
 - Repregunta: ¿cómo fue el proceso de distanciarse de su familia?
 - Repregunta: ¿cómo fue el proceso de distanciarse de sus amistades en Perú?
 - Repregunta: ¿Cómo fue la comunicación con estas personas cuando decidió migrar a Nihon?
5. ¿Considera que el idioma es una barrera en su día a día viviendo en Nihon? ¿Cómo le ha afectado esto?
 - Repregunta: Debido al idioma, ¿Qué tipo de problemas ha tenido para relacionarse y comunicarse con los Nihonjin (“japoneses” en japonés)?
6. Frente a todos estos obstáculos, ¿Ha experimentado situaciones de discriminación por ser gaikokujin (“extranjero” en japonés)?
 - Repregunta: Si no le molesta, podría comentarme ¿cómo fueron dichas experiencias? ¿Siente que todo ello le afectó? ¿Cómo así?
7. Se que para migrar a Nihon se requieren muchos trámites, en esa línea, ¿tuvo dificultades en cuanto a trámites o documentación legal para establecerse en Nihon?
 - Repregunta: ¿cuáles fueron o son estas dificultades?
 - Repregunta: ¿Todo lo que me menciona afectó de alguna manera su situación laboral en Nihon? ¿Cómo así?
8. En relación al aspecto laboral, ¿Cómo ha sido su experiencia trabajando en Nihon?
 - Repregunta: ¿Qué dificultades ha enfrentado siendo un trabajador extranjero en Nihon?
9. Me comentó que en el proceso de llegar a Nihon, experimentó algunas dificultades (hacer recuento), ¿podría comentarme qué hizo para poder lidiar con esas dificultades?
10. ¿Qué recursos tuvo para afrontar estas situaciones difíciles?
 - Repregunta: Además de los recursos materiales que me menciona, hubo otro tipo de recursos (sociales, legales, ¿etc.) que tuvo para afrontar ese tipo de situaciones?"
11. ¿Con qué personas/grupos contó para afrontar estas situaciones difíciles?
 - Repregunta: ¿Tuvo el apoyo de otras personas? - familiares, amigos, pareja, comunidad nikkei
 - ¿Cómo fue ese apoyo que le brindaron?

- Repregunta: ¿Sintió que tuvo apoyo de las instituciones? - embajada, cancillería, etc.
 - ¿Cómo fue ese apoyo que le brindaron?
12. Después de todo lo que me ha comentado, ¿Considera que estos cambios y retos de vivir en Nihon afectó su estado emocional? ¿Cómo así?
13. En su día a día, ¿Cuáles son los espacios que comparte con los Nihonjin? ¿Qué actividades suelen realizar en conjunto? ¿cómo son?
- Repregunta: Específicamente, ¿cómo siente que es el trato hacia los peruanos *nikkei*?
 - Repregunta: ¿Frente a alguna situación incómoda con los nihonjin como suele actuar?
14. ¿Qué costumbres de Nihon considera que ha ido adoptando en su día a día?
- Repregunta: ¿Qué costumbres o tradiciones de Nihon no ha podido adoptar en su día a día?
¿por qué?
15. Por otra parte, ¿Cuáles son los espacios que comparte con los peruanos *nikkei* en Nihon?
- Repregunta: ¿Cómo es su relación con la comunidad *nikkei* peruana en Nihon?
16. ¿Qué aspectos o tradiciones de la cultura peruana aún mantiene mientras vive en Nihon?
17. ¿Hay costumbres peruanas que ha ido dejando a lo largo de estos años? Por ejemplo, ¿cuáles?
18. Aparte de la comunidad *nikkei* peruana en nihon, ¿se suele relacionar con otros migrantes?
- Repregunta: ¿Cómo es su relación con ellos? Por ejemplo, brasileros-japoneses
19. Para ir cerrando, me gustaría saber sobre la mirada general respecto a Nihon, ¿Qué expectativas tuvo antes de migrar?
- Repregunta: Lo que me comenta, ¿coincidió con la realidad al momento de llegar a Nihon?
20. ¿Ha cambiado la imagen que tenía de Nihon ahora que ya vive aquí? ¿Cómo así?
21. ¿Actualmente considera que ya se adaptó completamente a Nihon?
- Repregunta: (responde sí) ¿Por qué siente que ya se adaptó a Nihon?
 - Repregunta: (responde no) ¿Por qué siente que aún no ha logrado adaptarse?
22. ¿Tiene intenciones/planes de vivir en Nihon para siempre? ¿Por qué?

Cierre

¿Quisiera agregar algo a lo que hemos conversado o hacer alguna pregunta?

Apéndice D. Anexos de derivación

- Policlínico Peruano Japonés: programa de terapias psicológicas virtuales para residentes en el extranjero
 - Contacto: +51 996635165
 - Página web: <https://www.policlinicoperuanojapones.org/terapias-para-el-extranjero>
- Yotsuya Yui Clinic
 - Barrio de Yotsuya en la ciudad de Tokio
 - Atención especializada en personas extranjeras que residen en Japón (varios idiomas) en salud mental, psiquiatría y psicología clínica
 - Página web: <https://yotsuya-yui.jp/medicalEs.html>
- Yorisoi Hotline
 - Consultas telefónicas gratuitas acerca de los siguientes temas: problemas de visa, nacionalidad, familia, trabajo, vida en Japón, discriminación, violencia doméstica, confinamiento o tráfico de personas.
 - Contacto: 0120-279-338 // 0120-279-226 (Desde Iwate, Miyagi, Fukushima)
 - Consulta por Facebook: <https://www.facebook.com/yorisoi2foreign>
 - Consulta por mensajería: <https://form.comarigoto.jp/en>
 - Página web: <https://www.since2011.net/yorisoi/es/>