



**Estrategias de intervención psicosocial para el fortalecimiento de factores protectores de resiliencia en mujeres víctimas del conflicto armado en el municipio de Villavicencio (Meta).**

Psychosocial intervention strategies to strengthen protective factors of the armed conflict in the municipality of Villavicencio (Meta).

Autor 1: Luz Helena Rivas Sanabria.

Ultimo año en psicología de la Universidad abierta y a distancia Unad, Cead de Acacias-Meta.

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5311-4568>

Email. [helenrivassanabria@hotmail.com](mailto:helenrivassanabria@hotmail.com)

Autor 2: Karol Liseth Sánchez Abreu.

Ultimo año en psicología de la Universidad abierta y a distancia Unad, Cead de Acacias-Meta

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5253-9874>

Email. [karitosanchezabreu@gmail.com](mailto:karitosanchezabreu@gmail.com)

Autor 3: Dorian López Bejarano

Director del Proyecto

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8044-0246>

Email: [dorian.lopez@unad.edu.co](mailto:dorian.lopez@unad.edu.co)

---

## **RESUMEN.**

En el marco del conflicto armado muchas mujeres fueron víctimas de agresión física, psicológica y sexual; algunas de ellas junto a sus familias han sufrido las consecuencias del desplazamiento forzado, y han tenido que emigrar a otros territorios, soportando las adversidades de su diario vivir; sin embargo, estas consecuencias les han generado la capacidad de adaptación y superación frente a las adversidades. Es por ello que este proyecto aplicado, pretende fortalecer aquellos factores protectores de resiliencia, atendiendo de manera especial a un grupo de 28 mujeres víctimas del conflicto en el municipio de Villavicencio, que sufren patrones de vulnerabilidad; las participantes se encuentran vinculadas a asociaciones que trabajan por el bienestar de la mujer, generando en ellas el conocimiento, y empoderamiento logrando así, la capacidad para resistir, tolerar la presión, los obstáculos y pese a ello hacer las cosas correctas, bien hechas, cuando todo parece actuar en su contra.

Se aplicará un instrumento diagnóstico de escala Likert de Wagnild y Young, el cual se espera identificar aquellos factores protectores que obtienen un puntaje bajo, para así, implementar estrategias de acción Psicosocial que fortalezcan los factores protectores resilientes, contribuyendo al mejoramiento de la calidad de vida en las participantes.

## **PALABRAS CLAVE.**

Palabras claves: Resiliencia, Factores protectores, empoderamiento, Víctimas de conflicto.

**ABSTRACT.**

In the framework of the armed conflict, many women were victims of physical, psychological and sexual assault; some of them along with their families have suffered the consequences of forced displacement, and have had to migrate to other territories, enduring the adversities of their daily lives; However, these consequences have generated the ability to adapt and overcome adversity. That is why this applied project aims to strengthen those protective factors of resilience, especially attending to a group of 28 women victims of the conflict in the municipality of Villavicencio, who suffer patterns of vulnerability; The participants are linked to associations that work for the well-being of women, generating knowledge and empowerment in them, thus achieving the ability to resist, tolerate pressure, obstacles and still do the right things, well done, when everything seems to work against him.

A Wagnild and Young Likert scale diagnostic instrument will be applied, which is expected to identify those protective factors that obtain a low score, in order to implement Psychosocial action strategies that strengthen resilient protective factors, contributing to the improvement of quality of life. in the participants.

**KEY WORDS:** Resilience, Protective factors, empowerment, Victims of conflict.

---

## **Introducción.**

El conflicto armado en Colombia inició en la década de los 50, desde allí ha ido evolucionando a través del tiempo, y se ha extendido en todo el territorio colombiano, donde las víctimas se han visto afectadas por la violación a sus derechos fundamentales, desplazamiento forzado, masacres, muertes; como también, son las afectaciones Psicosociales sufridas en relación con su familia, en el trabajo, en la sociedad y en sus mismas comunidades en el posconflicto. Todos estos episodios han caracterizado a Colombia como un país en donde el conflicto ha tenido mayor prolongación.

## **El conflicto Armado.**

Según Butler (2007), expresa que en Colombia se vive una violencia de género fundamentada en el poder que ejerce ciertos grupos o personas,

que buscan intimidar, maltratar y discriminar a la mujer; logrando marginarla, dominándola y llegando al término de ser excluida de su contexto social.

La base de datos de conflictos y construcción de paz de Escola de Pau (2009), describe ampliamente sobre el origen y la evolución de los conflictos armados a nivel mundial; siendo este un referente al abordar el tema; por tal razón, describe el concepto de conflicto armado como: "todo enfrentamiento protagonizado por grupos armados regulares o irregulares con objetivos percibidos como incompatibles estatalmente, el uso continuo y organizado de la violencia que provoca": a) un mínimo de 100 víctimas mortales en un año y/o grave impacto en el territorio, (destrucción de infraestructuras o de la naturaleza) y la seguridad humana ejemplo: (la población herida o desplazada, violencia sexual o inseguridad alimentaria)

y b) pretende la consecución de objetivos diferenciable a los de la delincuencia común y normalmente vinculados a demandas de autodeterminación y autogobierno, aspiraciones identitarias, oposición al sistema político, económico y social ideológico, la política interna o internacional de un gobierno, lo que en ambos casos motiva la lucha para acceder o erosionar el poder o control de los recursos o del territorio.

Según el Registro único de víctimas, Colombia presenta un número de 3.958.997 víctimas por conflicto armado. El Departamento del Meta cuenta con un número de 109.170 víctimas, entre ellas mujeres. Uno de los efectos del posconflicto en estas mujeres es pasar por el duelo y el dolor de los recuerdos sufridos, como de re victimización que les impide focalizar sus potencialidades y poder hacer frente ante las distintas adversidades de su vida.

Así mismo, dentro de este registro único de víctimas, se encuentran la población muestra de un grupo de 28 mujeres de la ciudad de Villavicencio.

Las participantes han tenido que padecer durante varios años las consecuencias de la violencia, junto a sus familias. Algunas de ellas han llegado a la capital de los llanos orientales por desplazamiento forzado, dejándolo todo y emprendiendo nuevos horizontes. Estas mujeres, comparten su testimonio sobre los hechos acaecidos y cuentan sus vivencias, como una experiencia única e irrepetible. Comparten también, sus esperanzas y sus ideas para hacer posible otra ciudad y otra Colombia; es por ello que algunas de ellas integran algunos movimientos colectivos.

De igual importancia, hasta hace poco se creía que las personas víctimas del conflicto armado reaccionaban y presentaban ciertas conductas o

comportamientos de tipo patológico como depresión, ansiedad, trastorno de estrés post traumático, etc., debido a las circunstancias vividas; pero la realidad es otra, Actualmente los estudios han demostrado cómo los individuos hacen frente a estas situaciones desde un modelo centrado en las fuerzas humanas. Es por ello, que desde la Psicología nace una nueva corriente como lo es la "Psicología Positiva"; y es bajo esta nueva premisa en donde se encuentran los estudios de resiliencia. Por tanto, se entiende las situaciones que viven los individuos frente a hechos traumáticos. Reconociendo que las personas, las familias y las comunidades adquieren capacidades para adaptarse positivamente en las dificultades.

### **El concepto de Resiliencia.**

Para Rutter (1993) el término de resiliencia proviene

del latín, resilio que significa resaltar, rebotar; el cual ha sido adaptado en las ciencias, para identificar a aquellos individuos que nacen y viven en situaciones de alto riesgo y que se desarrollan psicológicamente sanas y con éxito.

A lo largo del tiempo, el significado de resiliencia cada vez más se amplía, es así, que para Gil y Renedo (2009) la resiliencia es la fortaleza que desarrollan y/ o favorece a los individuos, familias, comunidades frente a las dificultades, tales como: las situaciones de enfermedad, pobreza, secuestros, desastres naturales, terrorismo.

Por tanto, se puede decir que la resiliencia es la facultad humana que permite a las personas, salir seguras y a salvo de experiencias y situaciones adversas. Además, Vanistendael (2002), afirma que la resiliencia no es de seres excepcionales sino de personas normales, por eso se

entiende que es una cualidad humana Universal presente en todo tipo de situaciones difíciles y contextos desfavorecidos, como se mencionaba anteriormente, y que sirve para hacer frente ante estas situaciones difíciles adquiriendo la fortaleza y transformando la vida del individuo.

Así mismo, Olabegoya (2006) explica varias definiciones de la resiliencia agrupándolas en tres categorías: 1. *La resiliencia como estabilidad*, es la capacidad de permanecer íntegro frente a las situaciones difíciles, es ser capaz de vivir y desarrollarse con normalidad en un entorno de riesgo que genera daños materiales y estrés. 2. *La resiliencia como recuperación*, se refiere a la condición para volver al estado normal, tener una vida significativa, productiva, de normalidad, después de haber tenido una situación adversa y en un lapso de tiempo corto. y, por último, 3. *la resiliencia como*

*transformación*, hace referencia a aquellas personas que son capaces de resistir, proteger su integridad y que, a pesar de las amenazas, salen fortalecidas, transformadas positivamente por la experiencia.

Desde esta óptica, la resiliencia permite que las personas se adapten a los cambios, tengan capacidad para aprender, ser creativos, y que tengan visión hacia el futuro y adquieran una actitud fuerte ante las dificultades y obstáculos de la vida.

Es por ello que, se realiza el presente proyecto, el cual busca desarrollar una propuesta de intervención psicosocial, en el contexto comunitario, con una muestra de 28 mujeres víctimas del conflicto armado del municipio de Villavicencio. Basado en el fortalecimiento de los factores protectores de resiliencia en las participantes, fundamentado en el enfoque sistémico con el modelo

ecológico. El cual, Bronfrenbrenner (1987) destaca las categorías sistémicas que abarcan al sujeto a nivel individual, familiar, cultural, social e histórico, y que serán determinantes en la construcción de sus características psicosociales y comportamentales, como también, en potencializar sus capacidades resilientes orientadas hacia la participación comunitaria y la asociatividad como oportunidades de construcción de tejido social.

Dentro del proceso de este proyecto, se motiva en las mujeres víctimas, el reconocimiento y fortalecimiento de aquellos factores como : la autonomía, la adaptación, automotivación, el autoestima, las competencias; junto con los pilares de la resiliencia como son: la introspección, independencia, capacidad de relacionarse, la iniciativa, el humor, la creatividad y la moralidad, el

cual juegan un papel fundamental dentro del proceso de superación o significación de la vida de las participantes.

Inicialmente se realiza la aplicación del instrumento diagnóstico, (ER) Escala de resiliencia de Wagnild y Young, que identifica dos factores: competencia personal (17 Ítems) y aceptación de sí misma y de su vida (8 ítems) y así fortalecer dichos factores a través de acciones psicosociales, donde las mujeres puedan mejorar y fortalecer la construcción de su calidad de vida.

Quintero (1999) señala que el concepto de resiliencia, recientemente ha sido trabajo en el enfoque sistémico en los procesos de abordaje familiar; para este enfoque la resiliencia se concibe como la capacidad que tiene un sistema para resistir cambios producidos por su entorno.

### **El Enfoque Sistémico.**

El enfoque sistémico plantea que el conjunto de elementos se encuentra en interacción, es decir, que la forma en que se abordan los objetos y elementos no son aislados si no como un todo, el cual producen nuevas cualidades con características diferentes.

Bertalanffy (1968) propone la teoría General de los sistemas, el cual tenía como fin dar explicación a la organización de muchos fenómenos naturales. Hoy en día, se utiliza al conocimiento de otras realidades de orden natural, social, ecológico, Psicológico, pedagógico y del medioambiente. Por lo tanto, el sistema es considerado como el conjunto de elementos relacionados entre sí. Además, plantea que todo sistema está compuesto por varios subsistemas y estos a su vez de otros. Bertalanffy (1968) afirma que los procesos de desarrollo humano, como también en otros organismos, hay

interrelación de unos con otros sistemas, lo cual permiten que sean distintos ambientes de interacción.

Por su parte, Bronfenbrenner (1987) plantea que la familia es el sistema, en donde se determina y modela en mayor medida el desarrollo del individuo desde la etapa de la concepción. Para el autor, el entorno influye directamente en la persona en desarrollo, por ello propone el término de "modelo ecológico", el cual se entiende como una disposición de estructuras concéntricas inclusivas.

Desde el campo de La Psicología, el modelo ecológico permite ver las relaciones familiares, desde diferentes puntos de vista en que los individuos se relacionan, en donde se entiende que el microsistema es el conjunto de interrelaciones de un entorno inmediato.

Es decir, que para Bronfenbrenner (1986), la familia es el microsistema más

importante porque ayuda a formar o modelar al ser humano durante mucho tiempo. Por su parte, el mesosistema es considerado como ese ambiente con el que el individuo mantiene una interacción directa, por ejemplo, sus pares, grupos al que pertenece, partidos políticos, club deportivo, sus vecinos, el colegio o la universidad, los institutos técnicos. También, el macrosistema forma parte importante que permite identificar cómo cada grupo familiar y cada integrante de la familia, se incluye dentro de una red social más amplia; lo cual en este sistema podemos reconocer los valores culturales, las creencias, las ideologías y las políticas. Desde esta determinación el individuo alcanza su propia autonomía.

Estas premisas, permiten analizar que cada microsistema integra la energía de los demás miembros del sistema, y de los subsistemas. Por su parte, Minuchin (1986) afirma que la

familia definida como un sistema organizado e independiente de personas en constante interacción se encuentra regulada por un conjunto de reglas y funciones dinámicas que existen entre sí y con los demás entornos.

Por otra parte, desde el enfoque sistémico el concepto de resiliencia, ha sido empleado en los avances de intervención familiar; para Quintero (1999) el enfoque sistémico comprende a la resiliencia como la condición que tiene un sistema para soportar los cambios que se producen por el entorno.

A su vez, desde una perspectiva sistémica, según Hernández (1997) el significado de resiliencia es tomado con los conceptos de autopoiesis y autorregulación. Por tanto, se entiende por el concepto de autopoiesis como autoproducción; es decir, que los individuos son sistemas que producen incesantemente, o sea que son sistemas circulares, son productores y producto. Por lo

tanto, los sistemas autopoieticos están en continuo cambio, debido a las exigencias y solicitudes de su entorno.

También, desde el enfoque sistémico se habla de cambios o transformaciones a nivel estructural, que interpretado desde la resiliencia involucra los cambios en el tipo de recursos, herramientas y estrategias de las cuales se valen los individuos para solucionar sus dificultades cotidianas.

### El modelo Ecológico.

De igual importancia, el **modelo ecológico**, se fundamenta en que la persona está involucrada en un ambiente determinado por diferentes niveles que interactúan entre sí. Los niveles o estructuras que conforman el marco ecológico están determinados por: un microsistema o nivel ontogénico, el macro sistema abarca la relación del hombre con la familia y con la comunidad que impone

sus normas. y finalmente el ecosistema donde aparecen las políticas públicas que favorecen la promoción de la resiliencia.

El verdadero aporte de este modelo es la relación entre los sistemas, es decir que un sistema depende del otro, lo cual permite que se promueva el empoderamiento y se mejore el bienestar del individuo. En conclusión, la resiliencia es el proceso que desarrolla el individuo en medio de la contrariedad adaptándose de manera positiva.

El proceso de resiliencia está fundamentado en la interacción dinámica entre factores a nivel individual, familiar, comunitario y social. es por eso, que para Bronfenbrenner (1986) la conducta humana está influenciada por los ambientes naturales.

La visión ecológica está orientada a las relaciones entre dos o más personas, entre los

individuos o sistemas sociales como: las familias, las comunidades, los grupos, organizaciones y sociedades; influyendo en diferentes situaciones adversas de la vida. (Bronfenbrenner, 1986).

Del mismo modo, los factores protectores pueden ser establecidos en la vida de las personas por medio de cualquier relación que se tenga con una parte del ecosistema, como, por ejemplo: la familia, los contextos sociales, comunitarios, culturales y personales.

Para Bronfenbrenner (1979), el microsistema es el nivel más cercano al individuo, el cual incluye los roles, las relaciones características de los contextos cotidianos, en donde la persona pasa sus días en interacción, como también los comportamientos.

El Mesosistema, según Bronfenbrenner (1979) "comprende las interrelaciones de

dos o más entornos en los que la persona se desarrolla participa activamente (familia, trabajo y vida social). Es por tanto un sistema de microsistemas. Se forma o amplía cuando la persona entra en un nuevo entorno".

A su vez, el Ecosistema "se refiere a uno o más entornos que no incluyen a la persona en desarrollo como participante activo, pero en los cuales se producen hechos que afectan en el entorno que comprende a la persona en desarrollo o que van afectados

Por lo que ocurre en el entorno de lugar de trabajo de la pareja, grupos de amigos de la pareja (Bronfenbrenner, 1979)

Finalmente, el Macrosistema comprende el plano más distante pero igualmente importante, que es necesario tomar en consideración en donde se identifica la incidencia de factores ligados a las características culturales.

Bronfenbrenner nos llama la atención sobre el siguiente aspecto: "en una sociedad o grupo social en particular, la estructura y la sustancia del micro-, el meso y el ecosistema tienden a ser similares, como si estuvieran contruidos a partir del mismo modelo maestro, y los sistemas funcionan de manera similar.

Por el contrario, entre grupos sociales diferentes, los sistemas constitutivos pueden presentar notables diferencias. Por lo tanto, analizando y comparando los micro-, meso- y los ecosistemas que caracterizan a distintas clases sociales, grupos étnicos y religiosos o sociedades enteras, es posible describir sistemáticamente y distinguir las propiedades ecológicas de estos contextos sociales" (Bronfenbrenner, 1979).

### **Los Factores de Riesgo y Factores protectores.**

Por otra parte, Theis (2003) habla de los factores **de riesgo** clasificándolos en cuatro categorías: 1. una situación perturbadora: como trastornos Psicológicos, conductas adictivas, muerte o larga separación de las personas. 2. Factores sociales y ambientales: como ausencia de dinero en el hogar o pobreza, 3. problemas crónicos de salud y 4. Las catástrofes naturales y las sociales como por ejemplo el caso de una guerra o violencia.

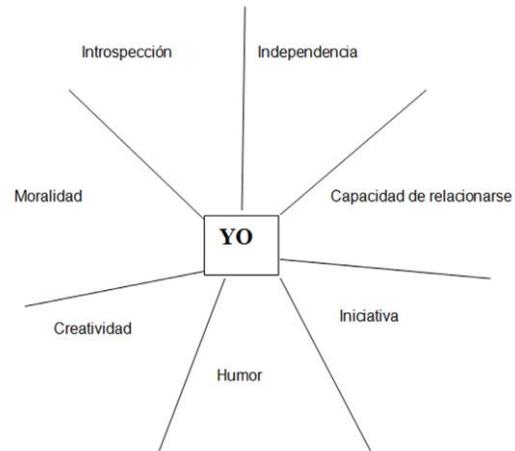
Por tanto, para (Rutter, 1985) los **factores protectores** son aquellas influencias que cambian la respuesta de un individuo a algún peligro que influyen en un resultado no adaptativo. En ocasiones incluso un suceso no agradable puede constituir un factor protector cuando éste hace que la persona genere mecanismos de adaptación y fortaleza, aprendiendo a vivir bajo presión.

Ahora bien, para obtener buenos resultados en el manejo

de la resiliencia, se deben tomar en cuenta los factores intrínsecos (internos) y los extrínsecos (externos) del propio individuo. Por un lado, los factores internos son las diferentes reacciones de las personas ante diversas circunstancias, características personales asociadas al temperamento, personalidad, carácter, tolerancia a la frustración, el modo de resolución de conflictos, experiencia cognitiva y asertividad. Así mismo, se refiere a tener sentido del humor, ser sociable, tener alta autoestima y control interno frente a los problemas, ver positivamente el futuro, ser flexible y adaptarse.

Los factores externos son aquellas situaciones que pueden o no generar estrés, relativos a las características del entorno de la persona: familiares, sociales, relación con los pares, etc.). Igualmente podría ser: que el entorno valora, alienta a las personas y se promueve la

educación, existen relaciones de apoyo, se comparten responsabilidades, se promueven el logro de metas, entre otros. Por último, se podría decir que la resiliencia es un conjunto de



características que resultan de la interacción positiva entre el componente personal y ambiental de una persona.

De igual importancia, con respecto a las cualidades individuales, los investigadores Wollin y Wollin (1993), muestran cuales son los atributos de las personas resilientes, mediante la realización de una figura llamada "mandala de la resiliencia", dando como resultado los pilares de resiliencia.

**Figura 1. Wollin y Wollin, (1993) pilares de la resiliencia. Recuperado de:** <http://saberpsicologia.com/articulos/resiliencia/los-mandalas-de-la-resiliencia/60>

En la figura se observa que en el centro se encuentra la persona, y de ella surgen los siete pilares de la resiliencia, los cuales vienen siendo:

**1. Introspección:** se observan los pensamientos, emociones y actos. Lo cual permite aumentar la capacidad en la toma de decisiones. **2. Independencia:** es la facultad de establecer límites entre uno mismo y los ambientes de adversidad, manteniendo la distancia emocional y física. **3. La capacidad de relacionarse:** hace referencia a la habilidad para establecer lazos íntimos y satisfactorios con otras personas. aquí encontraríamos cualidades como la empatía o habilidades sociales. **4. Iniciativa:** se refiere a las exigencias y el ponerse a prueba en tareas progresivamente más exigentes. Haciéndose cargo de los problemas y de ejercer control

sobre ellos. **5. Humor:** comprende la capacidad de encontrar lo cómico en medio de la tragedia. El humor ayuda a superar obstáculos y problemas, a hacer reír y reírse de lo absurdo de la vida (Jáuregui, 2007). **6. Creatividad:** es la capacidad de crear belleza, orden y finalidad a partir del caos y desorden. **7. Moralidad:** se refiere a la conciencia moral, a la capacidad de comprometerse de acuerdo a valores sociales y de discriminar entre lo bueno y lo malo.

Por su parte, Suárez (2004), recoge las anteriores características o pilares de la resiliencia y los agrupa en 4 pilares: 1. Competencia Social: el cual comprende las habilidades sociales, autoestima, empatía, humor, flexibles y adaptables a los cambios, moralidad., creatividad, optimismo y habilidades pro sociales. 2. Resolución de problemas (iniciativa): se refiere a las habilidades para pensar en

abstracto reflexiva y flexible y la posibilidad de buscar soluciones alternativas. **3.** Autonomía: (autodisciplina, independencia, locus de control interno), el cual se refiere al sentido de la propia identidad, la habilidad para poder actuar independientemente y al control de elementos del propio ambiente. **4.** Expectativas positivas de futuro: (autoeficacia, expectativas saludables, dirección hacia objetivos, sentido de la anticipación y de la coherencia, fe en un futuro mejor y capacidad de pensamiento crítico).

Para Rodríguez (2009), en el desarrollo histórico de la resiliencia, se pueden distinguir dos modelos utilizados; estos modelos están clasificados en los de Primera generación y segunda generación. Los de Primera Generación comprende el modelo Triádico y el de segunda Generación comprende el modelo ecológico de Bronfenbrenner, En

este segundo se enfatiza el proceso de trabajo de este proyecto aplicado.

El modelo ecológico o bien llamado de segunda generación, establece una dinámica entre factores resilientes que permiten en la persona una adaptación positiva que ayuda a los procesos de promoción en el contexto social, en la enseñanza y aprendizaje para ser resilientes.

#### **METODOLOGÍA.**

Para efectuar este proyecto, se utilizó la aplicación del instrumento diagnóstico (escala de resiliencia de Wagnild y Young), esta escala está compuesta por 25 ítems, los cuales puntúan en una escala tipo Likert de 7 puntos, donde 1 es en desacuerdo, y un máximo de acuerdo es de 7.

Las Autoras Wagnild & Young (1993) afirman que la escala de resiliencia permite identificar los grados de resiliencia individual, como característica de la

personalidad positiva que permite la adaptación de la persona. Esta escala fue empleada con una población muestra de 80 mujeres residentes de comunidades, sin embargo, puede ser empleada con el género masculino y para varias edades.

Esta escala tiene por su parte 25 ítems, en donde indican los grados de aprobación o desaprobación, y está conformada por dos factores, el cual definen teóricamente la resiliencia

- **Factor I:**

Se le denominó "Competencia Personal" e indica auto-confianza, independencia, decisión, invencibilidad, poderío, ingenio, y perseverancia. Comprende 17 ítems.

- **Factor II:**

Se le llamó "Aceptación de Uno Mismo y de la Vida" y representa adaptabilidad, balance,

flexibilidad y una perspectiva de vida estable. Estos ítems reflejan aceptación por la vida y un sentimiento de paz a pesar de la adversidad. Comprende 8 ítems.

Estos dos factores toman en consideración las siguientes características de resiliencia:

- **Ecuanimidad:**

Considerada como la perspectiva balanceada de su propia vida y experiencias; connota la habilidad de considerar un amplio campo de

experiencia y "esperar tranquilo" y, tomar las cosas como vengan; por ende, se moderan las respuestas extremas ante la adversidad.

- **Perseverancia:**

Está referida al acto de persistencia a pesar de la adversidad o desaliento; la perseverancia connota un fuerte deseo de continuar luchando para construir la vida de uno mismo,

permanecer involucrado y de practicar la autodisciplina.

- **Confianza en sí mismo:**

Es la creencia en uno mismo y en sus propias capacidades; también es considerada como la habilidad de depender de uno mismo y reconocer sus propias fuerzas y limitaciones.

- **Satisfacción personal:**

Está referida al comprender que la vida tiene un significado y evaluar las propias contribuciones.

- **Sentirse bien solo:**

Referida a la comprensión de que la senda de vida de cada persona es única mientras que se comparten algunas experiencias; quedan otras que deben enfrentarse solo, el sentirse bien solo nos da un sentido de libertad y un significado de ser únicos.

Todos los ítems se basan en una escala de 7 puntos; a partir del 1

"Estar en desacuerdo", hasta el 7 "Estar de acuerdo". Todos los ítems están escritos en forma positiva y reflejan con exactitud las declaraciones hechas por los participantes. Los posibles resultados varían desde 25 hasta 175 en donde a mayor puntaje, se considera que existe mayor resiliencia (Citado por Del Águila, 2003).

### **DIAGNÓSTICO.**

Para la realización del siguiente diagnóstico, se toma en cuenta las relaciones de Ítems por cada factor de la escala de resiliencia ER, de Wagnild y Young. En donde el Factor I: denominado Competencia personal, integrado por 17 ítems que indican; autoconfianza, independencia, poderío Ingenio y perseverancia. El Factor II: Aceptación de uno mismo y de la vida, representados por 8 ítems, y refleja la adaptabilidad, balance, flexibilidad y una perspectiva de vida estable que coincide con la

aceptación por la vida y un sentimiento de paz a pesar de la adversidad.

Según la estructura de la escala, se manejan los siguientes componentes:

Perseverancia: ítems (1,2, 4, 14,15, 20 y 23)

Satisfacción personal: ítems (16,21,22 y 25)

Ecuanimidad: ítems (7,8,11 y 12)

Sentirse Bien solo ítem (5,3 y 19)

Confianza en sí misma ítem (6,9,10,13,17, 18 y 24).

Tabla 1. Dimensiones de Resiliencia escala de Wagnild y Young.



Dimensiones de Resiliencia Escala de Wagnild y Young.

Dimensiones	N	Media	Desv. Desviación	Desv. Error promedio
Ecuanimidad	28	22,4286	3,03594	,57374
Sentirse bien solo	28	19,1429	1,86019	,35154
Confianza en sí mismo	28	44,7500	2,97676	,56256
Perseverancia	28	43,7500	3,07469	,58106

Según la información registrada en el SPSS, se obtienen resultados de las dimensiones que se evalúan en la escala de resiliencia de Wagnild y Young, en donde los puntajes calificados positivamente entre 25 a 175 serán puntajes indicadores de mayor resiliencia

. Por tanto, se identifica en la escala los valores de la media de: ecuanimidad, sentirse bien sola, confianza en sí misma, y perseverancia. Las dimensiones de la resiliencia que obtuvieron un punteo bajo en su media, fueron las dimensiones de ecuanimidad con una media de 22,42 y sentirse bien sola, con una media de 19,14.

En base a esta puntuación se llevará a cabo el manejo de factores de resiliencia que ayuden a fortalecer estas dos dimensiones en las 28 mujeres víctimas del conflicto armado.

## RESULTADOS.

serán puntajes indicadores de mayor resiliencia. Por tanto, se identifica en la escala los valores de la media de: ecuanimidad, sentirse bien sola, confianza en sí misma, y perseverancia. Las dimensiones de la resiliencia que obtuvieron un punteo bajo en su

Según el instrumento Diagnostico utilizado, con referente a la escala de resiliencia de Wagnild y Young se logra identificar los factores de resiliencia con puntuación baja, el cual punteó en: el factor II correspondiente a la aceptación de uno mismo y de la vida, representado por 8 ítems, reflejados en las características de resiliencia correspondientes a: ecuanimidad y sentirse solas.

Esta puntuación baja, permitió que las participantes identificaran y aceptaran la necesidad de fortalecer aquellos factores protectores internos y externos de la resiliencia, manifestando poner en práctica todo lo

aprendido en cada actividad, acompañadas de sus familiares, en donde los factores constituyen cualidades y características de cada mujer, logrando así, menos vulnerabilidad ante los riesgos psicosociales.

A su vez, La metodología utilizada favoreció la participación entre ellas mismas, el cual aportó a las participantes el conocimiento y aceptación de los pilares de la resiliencia, creándoles conciencia de las áreas a impulsar y fortalecer como son: la creatividad, la autonomía, la autoestima, la introspección, el humor, la independencia, la capacidad de relacionarse y la iniciativa propia.

Se evidenció claramente, el microsistema, ya que las mujeres establecieron un ambiente de empatía a nivel familiar. Actitudes que no tenían y que lograron reconocer en medio de las video llamadas que se realizaron. Al hablar con sus familiares en casa,

ellos identificaron y aceptaron lo importante que es cada integrante de su núcleo familiar, lográndose resaltar vínculos familiares que se fortalecieron, a pesar de la emergencia sanitaria que presentó el Covid- 19.

Se logra impulsar la autoestima de las participantes, además de su empoderamiento personal y colectivo, lo que generó también, la reconstrucción de su vida personal y social. Se logran objetivos del proyecto, entre ellos, potencializar sus capacidades, creando autoconfianza en sí mismas, seguridad, Moralidad, Autoafirmación y capacidad para tomar decisiones, que son factores protectores y pilares de la resiliencia.

Por otra parte, una vez fortalecidos los pilares, las participantes pusieron en práctica las acciones realizadas y en medio del confinamiento del Covid- 19, se empoderaron frente a la

realidad que se vivía y promovieron sus talentos y emprendimientos, con ayuda de sus redes de apoyo (Meso sistema) como las distintas fundaciones y grupos a los que pertenecen logrando así, por los medios digitales crear una tienda virtual, que diera como resultado beneficios a su calidad de vida. Esto generó impacto dentro del proyecto, porque se logra evidenciar dentro del proceso de desarrollo humano, la relación entre sistemas, que son distintos escenarios de interacción con el ambiente.

Es por ello, que, dentro de las acciones realizadas, el proceso de interacción y abordaje con las familias de las participantes fortaleció el subsistema, resistiendo a los cambios producidos desde su entorno, adaptándose a la realidad el cual juega un papel fundamental dentro del proceso de superación o significación de su calidad de vida, logrando así la participación

comunitaria y la asociatividad como oportunidad de construcción de tejido social.

### **CONCLUSIONES.**

Al realizar las estrategias de intervención psicosocial con las participantes, se logra evidenciar como impacto de la intervención, el empoderamiento que las participantes adquirieron para la toma de decisiones y el accionar frente a las necesidades de su cotidianidad.

Como impacto se evidencia la toma de conciencia colectiva en las mujeres, se logra la motivación para el crecimiento y promoción de colectivos, que hoy en día continúan en la participación comunitaria, en representación ante los diferentes entes gubernamentales, uniéndose por la memoria y la dignidad de los desaparecidos, y de sus propios derechos.

De igual importancia, el colectivo de mujeres, logra el

emprendimiento y muestra de sus talentos, por medio de su creatividad, independencia y empoderamiento, ofreciendo al público sus propios productos, y gestionando como colectivos en las diferentes autoridades las necesidades, demandas o sugerencias para el mejoramiento de su calidad de vida y oportunidad de trabajo, siendo esto una oportunidad de tejido social.

### **BIBLIOGRAFÍA.**

Mateu Pérez, R, García Renedo, M., Gil Beltrán, J. M., & Caballer Miedes, A. (2009). ¿Qué es la resiliencia? Hacia un modelo integrador. Recuperado de: [http://repositori.uji.es/xmlui/bitstream/handle/10234/77669/forum\\_2009\\_15.pdf](http://repositori.uji.es/xmlui/bitstream/handle/10234/77669/forum_2009_15.pdf)

Rivera, Q., & Vanesa, L. (2019). La resiliencia: Estrategia en

mujeres víctimas de abuso sexual en el marco del conflicto armado (Doctoral dissertation, Universidad Santiago de Cali). Recuperado de: <https://repository.usc.edu.co/bitstream/20.500.12421/171/1/LA%20RESILIENCIA%20ESTRATEGIA.pdf>

Castillo Tenorio, A., & Palma Bernal, E. (2016). Resiliencia en mujeres viudas por el conflicto armado vinculadas Funvida en Tumaco. Recuperado de: [http://vitela.javerianacali.edu.co/bitstream/handle/11522/7313/Resiliencia\\_mujeres\\_viudas.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://vitela.javerianacali.edu.co/bitstream/handle/11522/7313/Resiliencia_mujeres_viudas.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Utria Utria, L., Amar Amar, J., Martínez González, M., Colmenares López, G., & Crespo Romero, F. (2015). Resiliencia en mujeres víctimas de desplazamiento forzado. Universidad del Norte. recuperado de <https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=brFCDwAAQBAJ&oi>

[=fnd&pg=PP1&dq=estudios+sobre+factores+de+resiliencia+en+mujeres+victimas+del+conflicto+armado&ots=7c8dYPOeN0&sig=WvANfbyRoqc2eHZU-6hZLZb0E7o#v=onepage&q=estudios%20sobre%20factores%20de%20resiliencia%20en%20mujeres%20victimas%20del%20conflicto%20armado&f=false](https://repository.usc.edu.co/bitstream/20.500.12421/171/1/LA%20RESILIENCIA%20ESTRATEGIA.pdf)

Violeta Perán (2014), Saludablemente, Centro de psicología y bienestar, Éxito ante la adversidad. Recuperado de: <https://saludablementepsicologia.es/2014/11/20/exito-ante-la-adversidad/>

William Alfredo Chapman Quevedo (2014), Investigación y desarrollo, El concepto de sociabilidad como referente histórico. Recuperado de: <http://rcientificas.uninorte.edu.co/index.php/investigacion/article/viewArticle/6040/7151>

Antonia María Ramírez, (2015), psicologiacreare, la tolerancia a la incertidumbre. Recuperado de:

<https://psicologiacreare.wordpress.com/2015/05/14/la-tolerancia-a-la-incertidumbre/>

Monsalve, J. A., Ortiz, M. H., Tezón, M., & de Guevara Vásquez, C. I. L. (2017), Relación entre la resiliencia y la capacidad de perdón como componentes psicosociales en adultos víctimas del conflicto armado de

la comunidad de Zipacoa. *Hexágono Pedagógico*, 8(1), 133-154. Recuperado de:

<http://revistas.curnvirtual.edu.co/index.php/hexagonopedagogico/article/view/1072>

Centro Manuel Escudero, psicología clínica y psiquiatría, Que es la flexibilidad cognitiva y cómo desarrollar esa capacidad en nosotros mismos. Recuperado de:

<https://www.manuelescudero.com/la-flexibilidad-cognitiva-desarrollar-esta-capacidad-mismos/>

Andrea García Cerdan, (2018), Cognifit, Salud, Cerebro y neurociencia, Todo sobre el optimismo, que significa ser una persona optimista. Recuperado de:

<https://blog.cognifit.com/es/optimismo-persona-optimista/>

Sandra Milena Bonilla Ruiz, Yubi Marcilia Hernández (2015), Factores protectores que favorecen la realización de proyecto de vida en adolescentes en riesgo psicosocial de la Institución Juventud Con Una Misión, Trabajo de grado para optar el título de especialista en Psicología Educativa. Recuperado de:

[http://repository.lasallista.edu.co/dspace/bitstream/10567/1698/1/Factores\\_protectores\\_favorecen\\_realizacion\\_proyecto\\_vida%20-%20c.pdf](http://repository.lasallista.edu.co/dspace/bitstream/10567/1698/1/Factores_protectores_favorecen_realizacion_proyecto_vida%20-%20c.pdf)

Rodríguez, M., Pereyra, M. G., Gil, E., Jofré, M., De Bortoli, M., & Labiano, L. M. (2009). Propiedades psicométricas de la

escala de resiliencia versión argentina. Revista Evaluar, 9(1). Recuperado de <https://revistas.psi.unc.edu.ar/index.php/revaluar/article/viewFile/465/434>  
[https://www.researchgate.net/publication/279532662\\_Analisis\\_de\\_los\\_factores\\_de\\_resiliencia\\_reportados\\_por\\_madres\\_e\\_hijos\\_adolescentes\\_que\\_han\\_experimentado\\_el\\_desplazamiento\\_forzado](https://www.researchgate.net/publication/279532662_Analisis_de_los_factores_de_resiliencia_reportados_por_madres_e_hijos_adolescentes_que_han_experimentado_el_desplazamiento_forzado)

Molina, H. (2017). Niveles de resiliencia en adolescentes recuperadas que abandonaron el núcleo familiar y que asisten al departamento de psicología de la DINAPEN (Doctoral dissertation, Tesis de Pregrado. Universidad Central de Ecuador). Recuperado de:  
<http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/11849/1/T-UCE-0007-PPS002.pdf>