

**ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO Y NIVELES DE RESILIENCIA EN UNA
MUJER VÍCTIMA DEL CONFLICTO ARMADO DEL MUNICIPIO DE ANDES.**

ESTUDIO DE CASO ÚNICO

VIVIANA MARÍA CONTRERAS ECHEVERRI



CÉSAR AUGUSTO CEBALLOS

Asesor Académico

UNIVERSIDAD DE ANTIOQUIA SECCIONAL SUROESTE

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES Y HUMANAS

DEPARTAMENTO DE PSICOLOGÍA

ANDES

2019

*“Contar la historia es hacer pública una experiencia que no existe
hasta que no se decide compartirla”.*

Molina, N. (2010).

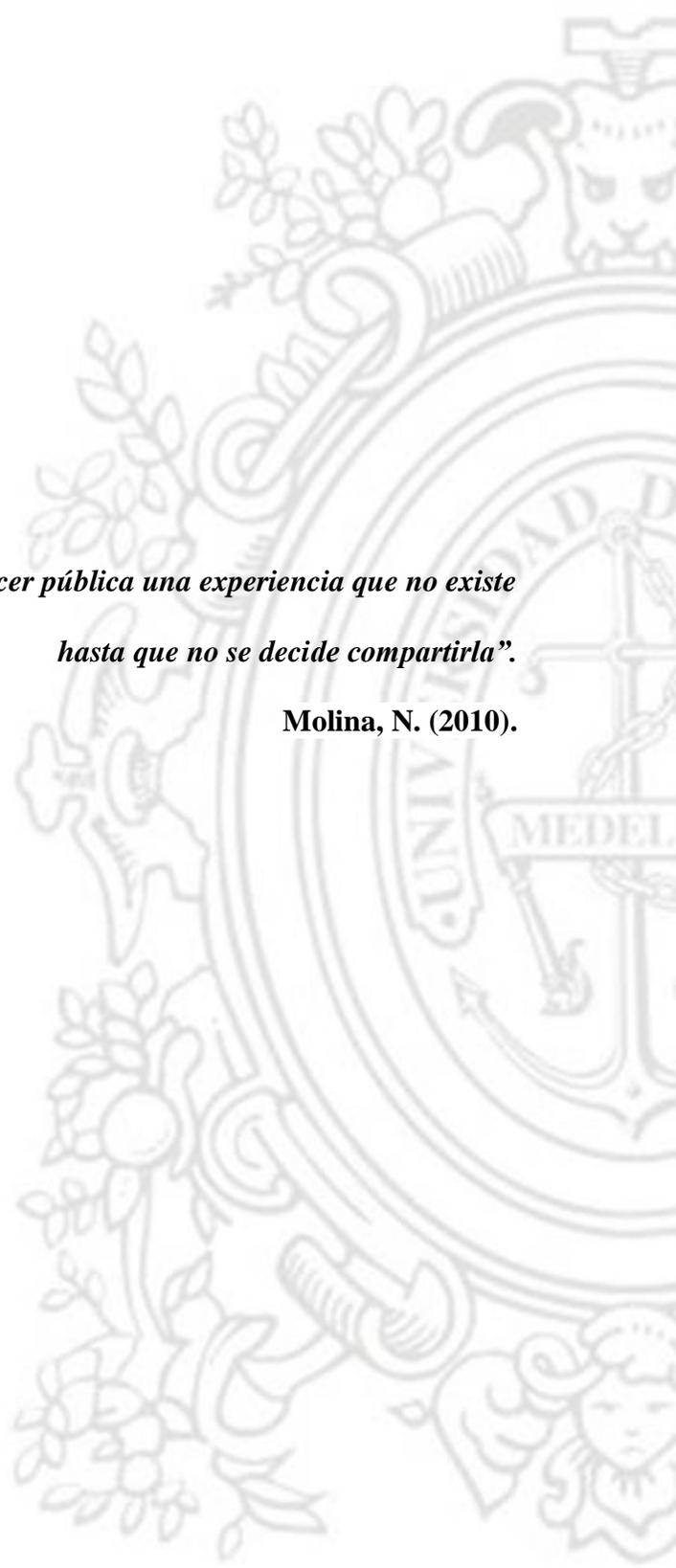


TABLA DE CONTENIDO

1. RESUMEN	1
PALABRAS CLAVES	1
1.2 ABSTRACT	2
KEYWORDS	2
2. INTRODUCCIÓN	3
3. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	4
4. JUSTIFICACIÓN	8
5. OBJETIVOS.....	10
5.1 OBJETIVO GENERAL.....	10
5.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS	10
6. MARCO TEÓRICO.....	11
6.1 CONFLICTO ARMADO EN COLOMBIA	11
6.2 RESEÑA HISTÓRICA CONFLICTO ARMADO	13
6.3 VÍCTIMAS.....	14
6.3.1 VÍCTIMAS MUJERES	15
6.4 ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO	17
6.5 RESILIENCIA	19
6.6 MEMORIA Y NARRACIÓN	22
7. ANTECEDENTES TEÓRICOS.....	23
8. METODOLOGÍA	33
8.1 TIPO DE INVESTIGACIÓN.....	33
8.2 DISEÑO DE INVESTIGACIÓN	34
8.3 POBLACIÓN Y MUESTRA	35
8.4 CRITERIOS DE INCLUSIÓN Y EXCLUSIÓN	35
8.5 INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN	35
8.5.1 ESCALA DE ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO MODIFICADA (EEC-M; Londoño et al., 2006).	35
8.5.2 ENTREVISTA SEMIESTRUCTURADA	36

8.6 DESCRIPCIÓN DEL PROCESO DE ANÁLISIS DE LA INFORMACIÓN	36
8.7 CATEGORÍAS DE ANÁLISIS:	38
8.8 TIPO DE ANÁLISIS	38
8.9 ASUNTOS DE ORDEN ÉTICO	39
9. RESULTADOS	40
9.1 RESULTADOS ESCALA DE ESTRATEGIAS DE COPING MODIFICADA (EEC-M)	40
9.2 RESULTADOS ENTREVISTA SEMIESTRUCTURADA.....	44
9.2.1 RELIGIÓN.....	45
9.2.2 APOYO PROFESIONAL:	47
9.2.3 RESILIENCIA	49
9.2.4 VÍNCULO CON SU HIJA	51
9.2.5 APOYO SOCIAL:.....	53
10. DISCUSIÓN	58
11. CONCLUSIONES.....	61
12. LIMITACIONES.....	62
13. SUGERENCIAS	62
14. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	63

ÍNDICE DE TABLAS

<i>Tabla 1 TABLA DE CATEGORÍAS DE ANÁLISIS.....</i>	<i>38</i>
<i>Tabla 2 RESUMEN FACTORES DE LA ESCALA DE ESTRATEGIAS DE COPING MODIFICADA (EEC-M)</i>	<i>40</i>

ÍNDICE DE ILUSTRACIONES

<i>Ilustración 1 RESUMEN ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTOS MÁS UTILIZADAS POR MAR EVA, DE ACUERDO A PUNTUACIONES DE LA ESCALA DE ESTRATEGIAS DE COPING MODIFICADA (EEC-M)</i>	<i>41</i>
<i>Ilustración 2 RESUMEN ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTOS MENOS UTILIZADAS POR MAR EVA, DE ACUERDO A PUNTUACIONES DE LA ESCALA DE ESTRATEGIAS DE COPING MODIFICADA (EEC-M)</i>	<i>42</i>
<i>Ilustración 3 TOTAL DE CATEGORÍAS RESULTANTES DE LA ENTREVISTA</i>	<i>44</i>
<i>Ilustración 4 TOTAL CATEGORÍAS A ANALIZAR.....</i>	<i>45</i>

Ilustración 5 RELACIÓN FACTORES PREPONDERANTES ESCALA DE LA ESCALA DE ESTRATEGIAS DE COPING MODIFICADA (EEC-M) Y CATEGORÍAS DE ANÁLISIS55

ÍNDICE DE ANEXOS

<i>Anexo 1 CONSENTIMIENTO INFORMADO.....</i>	<i>73</i>
<i>Anexo 2 GUÍA ENTREVISTA SEMIESTRUCTURADA.....</i>	<i>75</i>



1. RESUMEN

Las maneras en que una víctima del conflicto armado afronta la adversidad y las capacidades que desarrolla para reconstruir sus proyectos de vida son dos factores importantes y determinantes en los procesos de reparación posterior a hechos victimizantes. Este estudio buscó identificar las estrategias de afrontamiento y los niveles de resiliencia de Mar Eva, una mujer de 60 años, víctima del conflicto armado perteneciente al municipio de Andes, Antioquia a partir de su experiencia e historia de vida. Esta fue una investigación de corte mixto, que se desarrolló bajo un diseño de caso único. Para la recolección de los datos se utilizó una entrevista semiestructurada y la escala de estrategias de coping modificada. De acuerdo con el análisis de las narrativas de la informante emergieron categorías de análisis: religión, apoyo profesional, resiliencia, vínculo con su hija y apoyo social. Asimismo, se resaltaron algunos factores preponderantes resultantes de la escala cuantitativa. Dentro de los principales hallazgos se encontró el uso de la religión como estrategia principal para el afrontamiento de situaciones traumáticas, así como el apoyo profesional manifestado en la importancia de acompañamiento psicosocial con las víctimas. Se identificó la trascendencia del vínculo significativo que posee la víctima con su hija, entre otros motivos que le permitieron restaurar el sentido de la vida. Por último, resultó interesante e incluso paradójico el escaso apoyo social que recibió la informante por parte de su núcleo familiar.

PALABRAS CLAVES

Conflicto armado, resiliencia, estrategias de afrontamiento, apoyo social, apoyo profesional, resiliencia, religión.

1.2 ABSTRACT

The ways in which a victim of the armed conflict faces the adversity and the capacities that develops to rebuild his projects of life are two important and determining factors in the reparation processes after victimizing facts. This study sought to identify the coping strategies and resilience levels of Mar Eva, a 60-year-old woman, victim of the armed conflict belonging to the municipality of Andes, Antioquia, based on her experience and life history. This was a mixed-cut investigation, which was developed under a single case design. A semistructured interview and the modified coping strategies scale were used to collect the data. According to the analysis of the informant's narratives, categories of analysis emerged: religion, professional support, resilience, bond with her daughter and social support. Also, some preponderant factors resulting from the quantitative scale are highlighted. Among the main findings was the use of religion as the main strategy for coping with traumatic situations, as well as the professional support expressed in the importance of psychosocial accompaniment with victims. The transcendence of the significant bond that the victim has with her daughter was identified, among other reasons that allowed her to restore the meaning of life. Finally, it was interesting and even paradoxical the little social support received by the informant from her family nucleus.

KEYWORDS

Armed conflict, resilience, coping strategies, social support, professional support, resilience, religion

2. INTRODUCCIÓN

Dado su fuerte impacto en las sociedades, los conflictos armados han llamado la atención de los académicos alrededor del mundo. El caso de Colombia no es ajeno; han pasado más de cuatro décadas donde nuestro país ha vivido un intenso conflicto armado interno producto de la confrontación entre el Estado y los diferentes grupos organizados al margen de la ley. Dicho conflicto es conocido principalmente por las manifestaciones de violencia, los graves problemas sociales, económicos, políticos, culturales y las críticas consecuencias físicas y psicológicas que perjudican a la población.

Una de las poblaciones que resultan más afectada en el conflicto armado son las mujeres, no solo como víctimas directas de estas confrontaciones, sino también por su condición de mujer, pues, las convierte en portadoras de sufrimiento físico, sexual, psicológico, económico. Incluso antes del conflicto al ser Colombia una sociedad patriarcal y machista. Las mujeres han ganado terreno e importancia al catalogarse como las primeras víctimas sobrevivientes del conflicto, además de ser constructoras de paz y participantes empoderadas en la creación de organizaciones donde contrapesan los efectos diferenciados del conflicto interno colombiano. La presente investigación se enfoca en este género, concretamente en el relato de vida y tragedia de Mar Eva, reconocer su dolor y su palabra permite conocer cuáles son las estrategias de afrontamiento frente a las secuelas del conflicto e identificar los niveles de resistencia que posibilitan el paso de ser víctima pasiva para convertirse en un agente resiliente.

3. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

El conflicto armado en Colombia ha durado cincuenta años y ha producido innumerables víctimas. De acuerdo con el Grupo de Memoria Histórica (2013) y Amnistía internacional (2008), el conflicto armado colombiano tendría como principal actor afectado a la población civil, en la medida en la que se ve involucrada como una fuente de respaldo político, económico, moral y logístico (con consentimiento o forzado), para los grupos armados ilegales y legales (Grupo de Memoria histórica, 2013). Sin duda, todas las víctimas han sufrido y han experimentado descomunales impactos traumáticos y pérdidas irreparables. Específicamente, los hombres, más que las mujeres, son quienes han perdido el recurso más importante: la vida. Lo anterior convierte a los hombres en las primeras víctimas directas de diversas formas de violencia como homicidios, desaparición forzada, masacres y minas antipersonales; mientras que las mujeres padecen las secuelas de la guerra de una forma diferenciada, son las principales sobrevivientes, no solo como viudas o huérfanas del conflicto, sino como víctimas de violencia de género de carácter físico, psicológico y violencia sexual, física y moral (Wilches. 2010) que demuestran diferencias significativas en las formas concretas en cómo han sido afectadas las mujeres y sus condiciones de vida. En el caso de las mujeres, opera de manera implacable la razón patriarcal que genera y legitima la subordinación de las mujeres. La lógica de la guerra, donde la cultura patriarcal halla su expresión más violenta en el militarismo, no hace sino profundizar el control y la dominación sobre la vida y los cuerpos de las mujeres, restringiendo su libertad y autonomía, y lo hace no solo en los escenarios propios del conflicto armado, sino en todos los espacios donde las mujeres viven, se relacionan y se movilizan. (De las Mujeres, R. P. 2013).

En Colombia, de las 8.347.566 víctimas incluidas en el Registro Único de Víctimas (RUV), las mujeres representan el 49.73%, es decir, 4.151.416 mujeres víctimas. Según las estadísticas presentadas el 7 de marzo de 2017, entre los hechos victimizantes contra las mujeres, 3.780.677 de ellas fueron víctimas de desplazamiento; 458.781, víctimas de feminicidios; 191.784, de amenazas; 77.100 de desaparición forzada; 47.627 de pérdida de bienes muebles o inmuebles; 40.231 son víctimas de actos terroristas, atentados, combates y hostigamientos; y, 17.350 víctimas por violencia sexual.

Esta cruel realidad, no ha sido exclusiva de pocos territorios en el país. Es así como el suroeste antioqueño ha vivido igualmente los efectos de esta dramática realidad, en donde encontramos que las mujeres de municipios como Andes (Ant.) también han padecido este flagelo.

Es así como Andes, municipio de Colombia localizado en la subregión suroeste del departamento de Antioquia, con una población total de 41.591 de habitantes, donde 19.176 de ellos pertenecen a la cabecera municipal, y 22.415 restantes hacen parte de sector rural, presenta un Registro Único de Víctimas (RUV) de 5.806 personas. Este dato que nos indica que Andes es un municipio que ha sido flagelado por el conflicto armado, afectando a hombres, mujeres y niños.

Si bien, los sobrevivientes del conflicto armado en este municipio han recibido indemnización económica, como expone el Periódico Regional El Suroeste, para satisfacer necesidades en temas de vivienda, empleabilidad, educación, además de ser parte de actos de dignificación en

reconocimiento a los hechos, es importante fortalecer este último aspecto, especialmente en las mujeres, que se convierten indudablemente en una preocupación fundamental al ser las víctimas más visibles del conflicto armado, entre otras razones porque el país ha asumido responsabilidades en la protección de las mujeres en medio del conflicto, al ser parte de la Convención Americana sobre Derechos Humanos y de la Convención Interamericana para prevenir, sancionar y erradicar la violencia contra la mujer (Convención de Belém do Pará).

El impacto y los efectos del conflicto armado en las mujeres ha sido documentado por algunas organizaciones sociales de mujeres como la Mesa de Trabajo Mujer y Conflicto Armado, Amnistía Internacional, la Ruta Pacífica de las mujeres, la Organización Femenina Popular (OFP), la Casa de la Mujer, entre otras. No obstante, al realizar un rastreo bibliográfico nos damos cuenta que los datos y cifras que se encuentran respecto a la situación de las mujeres víctimas es reducido. La falta de investigación sobre el tema es evidente y no se visibiliza como una problemática urgente y considerable. A nivel municipal, el panorama sigue siendo el mismo, puesto que ni desde la administración municipal, ni otros estamentos se han elaborado investigaciones que le den voz a las mujeres víctimas del conflicto.

En Colombia, las mujeres como víctimas del conflicto armado, en su mayoría han sido víctimas sobrevivientes, lo que infiere que llevan tanto en sus vidas como en su cuerpo el peso de la guerra; considerar las estrategias de afrontamiento y resiliencia sin tener en cuenta el género sería realizar un análisis incompleto, en el que solamente se visibilice las experiencias de los hombres. Por tanto, es relevante analizar el papel de las mujeres dentro de este conflicto. (Wilches, 2010) en su estudio, resalta la comprensión de las narrativas femeninas desde una

perspectiva de respeto, que no recurra a prejuicios, etiquetas o juzgamientos, dice: “cuando las mujeres recuerdan y narran sus historias, la violencia vuelve a ser vivida por ellas de una manera especialmente dolorosa y humillante, aterradora, que no es fácil de escuchar y para la que es necesario también prepararse, pues con facilidad quien escucha, si no lo hace con suficiente respeto, tacto y prudencia, puede, en vez de acercarse, entrometerse, abusar de nuevo. Aquí se exige, entonces, para quienes trabajamos con las mujeres y por sus derechos, una escucha que debe llegar casi a la filigrana, de manera que cualquier sospecha, cualquier inferencia, se convierte en un deber nuestro de indagar, sin juzgar, sin hacer parte de la imagen del dedo que señala, sin entrometerse. Respetando el tiempo de las víctimas, sus silencios tanto como sus palabras”. (Wilches, 2010).

Hay víctimas en la zona que no han sido escuchadas; conocer la experiencia de Mar Eva, reconocer su tragedia y hacer memoria de ella, nos permitirá saber cómo ha respondido a este conflicto. Además, nos reflejará la cruel realidad vivida por más víctimas mujeres en la región y el país.

4. JUSTIFICACIÓN

El conflicto armado colombiano se ha caracterizado por su enorme magnitud, atrocidad, degradación, y especialmente por las consecuencias e impactos que ha dejado en la población civil, principalmente en mujeres y niños. “Lo irreparable es la pérdida de seres queridos, la ruptura de vínculos y dinámicas familiares, la pérdida de la estabilidad psicológica debida al extremo dolor y sufrimiento, la pérdida de un conjunto de bienes materiales y espacios que permitían la vida buena.” (De las Mujeres, R. P. 2013).

En Colombia, entre los años 1958 y 2012, el conflicto armado ha causado la muerte de 218.094 personas, 177.307 de las víctimas fueron civiles, cifra que equivale al 81% de la población afectada. (Centro Nacional de Memoria Histórica, 2013). En estas estadísticas, al igual que en las publicadas por otras fuentes, se denota la ausencia de una distinción entre víctimas hombres y víctimas mujeres; en otras palabras, las mujeres han sido un grupo seriamente afectado, pero ocasionalmente diferenciado en las estadísticas de violencia.

“La afectación del conflicto en las mujeres viene en aumento año tras año lo cual tiene explicación tanto porque las organizaciones sociales y de mujeres han hecho una intensa labor de visibilizar las violaciones a los derechos humanos, como por el hecho de que recientemente se ha empezado a registrar la información desagregada por sexo.” Britto (2009), en *Memorias en Tiempo de Guerra*, expone que las mujeres no solo son víctimas en tanto madres, esposas e hijas, sino que sus cuerpos han sido también campo de batalla; por ello, la preservación de la memoria se hace una tarea dolorosa, pero puede ser también una forma de conjurar el pasado trágico y redefinir los proyectos de vida.

Visibilizar este género nos pone frente a una realidad que nos muestra quienes están sobreviviendo al conflicto armado como víctimas, quienes han sufrido todo tipo de violaciones de derechos humanos y quienes están a cargo de reconstruir la esperanza de miles de mujeres. Las mujeres víctimas debe enfrentar múltiples dolores; la tortura, muerte y desaparición de seres queridos, el secuestro, el desplazamiento forzado; el abandono de su tierra, su casa, sus cosas, sus redes sociales. Adicionalmente, las sobrevivientes femeninas deben sobrellevar imborrables secuelas emocionales tras el conflicto; en la mayoría de los casos deben asumir nuevos roles al convertirse en cabezas de hogar, por tanto, se transforman en las proveedoras económicas y afectivas de sus familias, ante la muerte de los esposos e hijos, muchas veces cuando ni siquiera han tenido el tiempo de realizar su propio duelo. “La credibilidad de los hombres y de sus palabras se da como un hecho, mientras que la de las mujeres pareciera siempre tener que comprobarse” (Wilches, 2010). El reconocimiento de las mujeres como víctimas, a partir de la narración de sus experiencias e historias permite abrir un camino de aceptación y reconciliación; simultáneamente se reconocen los procesos de reconstrucción como sujetos que elaboran estas mujeres.

Esta investigación nace de la necesidad de visibilizar a las víctimas, particularmente a través de la historia de vida personal de una mujer de 60 años víctima de conflicto armado, el reconocimiento de sus sentimientos y tragedias, su capacidad de sobreponerse al dolor, para conocer cuáles fueron las herramientas y estrategias que empleó a nivel personal, familiar y social al enfrentar las dificultades generadas por el conflicto armado.

5. OBJETIVOS

5.1 OBJETIVO GENERAL

Describir la experiencia e historia de vida de una mujer de 60 años, víctima del conflicto armado, perteneciente al municipio de Andes, a través del reconocimiento de sus estrategias de afrontamiento y los niveles de resiliencia.

5.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Detallar los hechos o fenómenos que enmarcan la memoria de Mar Eva, mujer de 60 años, víctima del conflicto armado.

Reconocer las estrategias utilizadas para el afrontamiento de los ciclos de violencia que padeció Mar Eva, en el marco del conflicto armado colombiano.

Identificar los niveles de resiliencia en Mar Eva frente a hechos y situaciones de adversidad relacionados con el conflicto armado del municipio de Andes.

6. MARCO TEÓRICO

6.1 CONFLICTO ARMADO EN COLOMBIA

Alrededor del mundo existen diversidad de conflictos y formas de violencias que han transfigurado las dinámicas sociales, políticas, económicas y personales. Ha habido diferentes formas de caracterizar un conflicto. La Base de Datos de Conflictos y Construcción de Paz de Escola de Pau (2009), ofrece una amplia información sobre la génesis y desarrollo de los conflictos armados a nivel mundial. Este mecanismo se refiere a un conflicto armado como: todo enfrentamiento protagonizado por grupos armados regulares o irregulares con objetivos percibidos como incompatibles en el que el uso continuado y organizado de la violencia: a) provoca un mínimo de 100 víctimas mortales en un año y/o un grave impacto en el territorio (destrucción de infraestructuras o de la naturaleza) y la seguridad humana (ej. población herida o desplazada, violencia sexual, inseguridad alimentaria, impacto en la salud mental y en el tejido social o interrupción de los servicios básicos); b) pretende la consecución de objetivos diferenciables de los de la delincuencia común.

Bonilla, (2006) presenta otra percepción del conflicto, nos dice: “Se le asocia a situaciones trágicas y violentas que miramos con cierto temor y quizás con la intención de alejarnos y no involucrarnos en ellas, y en las cuales se encuentran siempre condiciones de vulnerabilidad y riesgo inminentes. Desde otra perspectiva, el conflicto es una situación obvia que se presenta en toda sociedad humana y en cualquier relación, puesto que de lo que se trata en tales sociedades y relaciones precisamente es de armonizar actitudes, intereses y propósitos diferentes” (Bonilla, 2006). Desde la mirada de la psicología política es preciso definir el conflicto como el proceso de resistencia comunitaria cimentado por la ausencia de condiciones desde el Estado para la

participación política, democrática e ideológica de los ciudadanos (Sacipa, Tovar, Sarmiento, Gómez y Suárez, 2013).

En otro sentido, el conflicto es definido a través de tres actores. Los ofensores, que poseen las armas, ejercen la presión, la dominación, la coacción; los afectados, que sufren de manera directa las acciones de los ofensores, y los ofendidos, que no han sido afectados, pero corren el riesgo de serlo, y en la mayoría de las ocasiones contribuyen a la gestación y gestión de políticas públicas y opinión pública respecto a la relación entre los dos primeros. (Arenas, Y. 2009).

Las Naciones Unidas por su parte, exponen que los conflictos armados se caracterizan por los ataques deliberados contra civiles, incluidos los trabajadores de la asistencia humanitaria; la transgresión generalizada de los derechos humanos; las violaciones y otros delitos sexuales, utilizados como arma de guerra contra mujeres y niños; así como el desplazamiento forzado de cientos de miles de personas.

Desde otro punto de vista, la Cruz Roja Internacional (2008), toma los lineamientos del Derecho Internacional Humanitario (DIH) para definir jurídicamente el conflicto armado no internacional, siendo aquel que se gesta entre grupos gubernamentales y grupos no gubernamentales de manera prolongada. Sin embargo, el DIH, apoyado en los Convenios de Ginebra de 1949, establece una distinción más específica. Concretamente, distingue entre dos tipos de conflicto armado: Un conflicto armado internacional cuando se recurre a la fuerza armada entre dos o más Estados. Y, conflictos armados no internacionales descritos como enfrentamientos armados prolongados que ocurren entre fuerzas armadas gubernamentales y las

fuerzas de uno o más grupos armados, o entre estos grupos, que surgen en el territorio de un Estado. Además, plantea varias características que se deben cumplir para distinguir un conflicto armado de otras clases de violencia, a) las hostilidades deben tener un nivel mínimo de intensidad, siendo de índole colectiva y donde el Gobierno emplea la fuerza militar a causa de la insuficiencia de la fuerza policiaca; y b) los grupos armados no gubernamentales están sujetos a una estructura de mando y capacidad de ejecutar operaciones militares.

El conflicto armado y la violencia política en Colombia ha configurado y reconfigurado la sociedad colombiana. En cuanto al concepto de conflicto armado, para este caso se entiende como el conflicto colombiano que ha desencadenado violencia directa con graves violaciones de los derechos humanos y de los postulados del Derecho Internacional Humanitario (DIH). En este sentido, Wallensteen y Sollenberg definen los conflictos armados como:

“... aquellos que han desencadenado en violencia directa, fundamentalmente debido a la divergencia de intereses en lo concerniente al gobierno y/o territorio donde hay un uso de la fuerza armada entre las dos partes, de la que al menos una está en el gobierno del Estado y que ha producido más de 25 muertos”.

6.2 RESEÑA HISTÓRICA CONFLICTO ARMADO

El Conflicto Armado en Colombia que cuenta con diversidad de actores estatales y no estatales ha marcado el desarrollo del país. En Colombia, el conflicto armado interno se remonta al siglo XIX, en la década de 1950 cuando comienzan a generarse las rivalidades entre los partidos tradicionales dando inicio a un largo periodo de violencia en el país. El conflicto actual empieza en los años 1600 con la formación de las guerrillas de las FARC, el ELN y M-19,

movidos por la exclusión social y política, la distribución desigual de las tierras y la injusticia social.

En un principio las guerrillas no tenían capacidad militar, pero todo cambió cuando las plantaciones de cocas en áreas bajo el control de grupos guerrilleros permitieron financiar terribles ejércitos que aterroriza a la población civil. Actualmente, el conflicto sigue evidenciándose en los continuos enfrentamientos militares de grupos legales e ilegales que ocurren a lo largo del territorio nacional. Esta situación ha llevado a una continua y compleja dinámica social, política, familiar y personal de todos los habitantes (Centro Nacional de Memoria Histórica, 2013).

Conforme al Grupo de Memoria Histórica (2013) los factores que han influido en la prolongación del conflicto interno colombiano son: el problema agrario, la falsa instauración de la democracia, el narcotráfico, las dinámicas de guerra internacionales y la fragmentación territorial e institucional del Estado.

6.3 VÍCTIMAS

La Ley 1448 de 2011 (Ley de Víctimas y Restitución de Tierras), por la cual se dictan medidas de atención, asistencia y reparación integral a las víctimas del conflicto armado interno.

El artículo 3, contempla las víctimas como:

“Aquellas personas que individual o colectivamente hayan sufrido un daño por hechos ocurridos a partir del 1o de enero de 1985, como consecuencia de infracciones al Derecho Internacional Humanitario o de violaciones graves y manifiestas a las normas internacionales de Derechos Humanos, ocurridas con ocasión del conflicto armado interno (...) son víctimas el cónyuge, compañero o compañera permanente, parejas del mismo sexo y familiar en primer grado de consanguinidad, primero civil de la víctima directa, cuando a esta se le hubiere dado muerte o estuviere desaparecida, a falta de estas, lo serán los que se encuentren en el segundo grado de consanguinidad ascendente. De la misma forma, se consideran víctimas las personas que hayan sufrido un daño al intervenir para asistir a la víctima en peligro o para prevenir la victimización”.

Entre los hechos a los que han estado expuestos las víctimas en Colombia se encuentran los homicidios perpetrados contra comunidades a fin de causar su desplazamiento, los actos de tortura, tratos crueles, degradantes e inhumanos, el secuestro y los secuestros colectivos como tácticas de guerra, la desaparición forzada, las tomas armadas de diferentes poblaciones, las masacres indiscriminadas de civiles, el desplazamiento forzado masivo, los ataques, masacres y homicidios, los delitos contra la libertad, la integridad sexual y la violencia de género, las minas antipersonales, el reclutamiento forzado y de menores, y el abandono o despojo forzado de tierras (Ley 1448 de 2011; uariv, 2012).

6.3.1 VÍCTIMAS MUJERES

En un contexto de conflicto armado, todos los miembros que sufren los estragos de la guerra son víctimas, cada uno de ellos ha sufrido implicaciones en su vida desde los diferentes ámbitos

en que cada ser humano se desarrolla. Si bien tanto los hombres como las mujeres sufren las consecuencias de la guerra, así como la vulneración de sus derechos, las mujeres se encuentran sujetas a una carga histórica, social y cultural de discriminación, sumando los factores de violencia que se dan por el conflicto armado, lo cual constituye una condición de vulnerabilidad manifiesta. (Salcedo, 2013)

La Ley 1257 de 2008 por la cual se dictan normas de sensibilización, prevención y sanción de formas de violencia y discriminación contra las mujeres conceptualiza la violencia hacia las mujeres como: “cualquier acción u omisión, que le cause muerte, daño o sufrimiento físico, sexual, psicológico, económico o patrimonial por su condición de mujer, así como las amenazas de tales actos, la coacción o la privación arbitraria de la libertad, bien sea que se presente en el ámbito público o en el privado.

Según la Convención de Belém do Pará, la violencia contra la mujer, “incluye la violencia física, sexual y psicológica que tenga lugar: Dentro de la familia o unidad doméstica o en cualquier otra relación interpersonal, ya sea que el agresor comparta o haya compartido el mismo domicilio que la mujer, y que comprende, entre otros, violación, maltrato y abuso sexual; En la comunidad y sea perpetrada por cualquier persona y que comprende, entre otros, violación, abuso sexual, tortura, trata de personas, prostitución forzada, secuestro y acoso sexual en el lugar de trabajo, así como en instituciones educativas, establecimientos de salud o cualquier otro lugar, y Que sea perpetrada o tolerada por el Estado o sus agentes, donde quiera que ocurra”.

Señala la Corte Constitucional que, por causa de su condición de género, las mujeres están expuestas mayormente al impacto del conflicto armado. Reconoce que es claro que la violencia ejercida en el conflicto armado interno Colombiano, victimiza de manera diferencial a las mujeres, "porque por causa de su condición de género, las mujeres están expuestas a riesgos particulares y vulnerabilidades específicas dentro del conflicto armado, que a su vez son causa de desplazamiento, y por lo mismo explican en su conjunto el impacto desproporcionado del desplazamiento forzado sobre las mujeres" además "como víctimas sobrevivientes de actos violentos que se ven forzadas a asumir roles familiares, económicos y sociales distintos a los acostumbrados, las mujeres deben sobrellevar cargas materiales y psicológicas de naturaleza extrema y abrupta, que no afectan de igual manera a los hombres.

6.4 ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO

El afrontamiento ha sido definido como los esfuerzos conductuales internos o manifiestos para hacer frente a las demandas y conflictos ambientales e intrínsecos; en otras palabras, se considera una respuesta adaptativa ante situaciones difíciles de afrontar. (Lazarus & Folkman, 1984, 1986), definen las estrategias de afrontamiento como el conjunto de recursos y esfuerzos comportamentales y cognitivos orientados a resolver la situación amenazante o adversa, a reducir la respuesta emocional o a modificar la evaluación que se hace de dicha situación. Una interpretación similar ofrece (Halstead, Bennett, Cunningham, 1993) al afirmar que el afrontamiento es entendido como un esfuerzo cognitivo y conductual orientado a manejar, reducir, minimizar, dominar o tolerar las demandas externas e internas que aparecen y generan estrés. Aunque la puesta en marcha de estas estrategias no siempre garantiza el éxito, sirven para

generar, evitar o disminuir conflictos en los seres humanos, atribuyéndoles beneficios personales y contribuyendo a su fortalecimiento

La capacidad de afrontamiento no se refiere solo a la adaptación del paciente a eventos altamente estresantes, sino que también incluye la capacidad de gestionar las emociones y del estrés delante de la situación problema, tal como lo proponen (Vinaccia, Tobón, Sandín, & Martínez, 2001) al afirmar que el uso de cualquier tipo de estrategia de afrontamiento está relacionado con la evaluación cognitiva, el control percibido y las emociones.

De acuerdo con los razonamientos que se han venido realizando (Zeidner y Endler, 1996), identifican tres clases de estrategias de afrontamiento, unas enfocadas en el problema, otras en la emoción y por último, unas dirigidas a la valoración de la situación. Cuando se orienta al problema, se afianza un tipo de estrategias de afrontamiento dirigido a manipular o cambiar las condiciones responsables de la amenaza. En el momento en que se enfoca en la respuesta emocional, el estilo de afrontamiento se orienta a reducir o eliminar la respuesta emocional ocasionada por la situación. En cambio, si se dirige a modificar la evaluación inicial de la situación, se tiende a reevaluar el problema.

Los esfuerzos cognitivos o comportamentales pueden darse de manera activa, pasiva o evitativa; activa al movilizar esfuerzos para los distintos tipos de solución de la situación, pasiva al basarse en no hacer nada directamente sobre la situación y esperar que cambien las condiciones, y de manera evitativa, intentando evitar o huir de la situación y/o de sus consecuencias (Fernández Abascal & Palmero, 1999).

6.5 RESILIENCIA

El vocablo "resiliencia" tiene su origen en el latín "resilio", que significa volver atrás, volver en un salto, rebotar. Este término ha sido utilizado en la física para representar la capacidad de algunos materiales de recuperar su estado o forma original luego de ser sufrir deformaciones producto de la fuerza. Un concepto subsiguiente lo elaboraron Werner y Smith (1982) quienes a partir de la década de los ochenta se han interesado paulatinamente por adquirir información acerca de aquellas personas que desarrollan habilidades a pesar de haber crecido en ambientes hostiles donde prevalecen las condiciones adversas, o en circunstancias que aumentan las posibilidades de presentar patologías mentales o sociales; De esta forma, las ciencias sociales adoptan el adjetivo resiliente para calificar a aquellos sujetos que, a pesar de nacer y vivir en condiciones de alto riesgo, se desarrollan psicológicamente sanos y socialmente exitosos.

La resiliencia “es la capacidad humana universal para hacer frente a las adversidades de la vida, superarlas o incluso ser transformada/o por ellas, se caracteriza como un conjunto de procesos subjetivos, personales y sociales que tienen las personas para hacer frente al dolor, a experiencias difíciles o traumáticas, generando mecanismos de fortalecimiento para sortearlas exitosamente. La resiliencia no es una capacidad innata, sino que está asociada al temperamento, las características internas, el locus de control” (Becoña, 2006). Es parte del proceso evolutivo y debe ser promovido desde la niñez, pues está permeado por atributos personales, familiares, sociales y culturales. A fin de cuentas, este término incluye múltiples procesos como la resistencia frente a las adversidades y la capacidad para enfrentar las dificultades que contrarrestan las situaciones de crisis.

Bajo la mirada de Grotberg (1995) la resiliencia es definida como la capacidad de un individuo o de un sistema social de vivir bien y desarrollarse positivamente, a pesar de las difíciles condiciones de vida y, más aún, de salir fortalecidos y ser transformados por ellas”. Por su parte, Belloch y Col (1995) consideran la resiliencia como los esfuerzos tanto cognitivos como conductuales que hace el individuo para hacer frente al estrés, es decir para manejar tanto las demandas internas como externas generadas de estrés, así como el estado emocional desagradable vinculado al mismo.

Otra definición de resiliencia la presenta Quiñones (2007), en su obra Resiliencia. Resignificación creativa de la adversidad, plantea que la resiliencia es la capacidad del sujeto, que, a partir de situaciones adversas, construye o reconstruye alternativas tanto del sí mismo como sujeto, como de los procesos relacionales y de las condiciones de los entornos particulares de convivencia en que se desenvuelve. Por la resiliencia, el sujeto es capaz de replantear nuevas miradas y posibilidades a sus actuaciones en el mundo, elaboración que logra mediante una fluidez de pensamientos, sentimientos y acciones de manera creativa. La resiliencia no implica un regreso a una estabilidad inicial sino una adaptación de las condiciones actuales con el propósito de generar nuevas respuestas; es poder llegar a generar otras maneras de percibir y actuar en el mundo que ha sido transformado o destruido por los eventos traumáticos y/o adversos que afronta.

Por su parte, (Cyrułnik, 2007) define la resiliencia como “la capacidad que tiene un ser humano a pesar de sus dificultades personales, para intuir y crear, en circunstancias

desfavorables o en un entorno destructor, respuestas que le hacen posible no dejarse atrapar por las circunstancias y dificultades personales ni por las condiciones del entorno sino por el contrario, proponer y realizar comportamientos que le permiten una vida con menos sufrimiento y encontrar un lugar en su medio ambiente, lo cual le permite desarrollar sus capacidades y anhelos”. Este mismo autor afirma que para que se genera el proceso de resiliencia hace falta que la persona haya sido vulnerada, herida, traumatizada, fracturada o desgarrada, es decir, haber sufrido tal magnitud de lesión para que se dé la transformación de su vida.

Desde otra perspectiva, American Psychological Association (APA) establece la resiliencia como la capacidad del ser humano para la adaptación y superación frente a situaciones traumáticas, adversas o fuentes de tensión o estrés significativas. Según APA, la resiliencia atraviesa factores del ser humano como la autoestima, el control interno, el apoyo familiar y social; incluye conductas, pensamientos y acciones que pueden ser aprendidas y desarrolladas por cualquier persona.

Por otro lado, Wilches (2010), define la resiliencia como la capacidad que tienen las personas para hacer frente al dolor, a experiencias difíciles o traumáticas. Para (Becoña, 2006) es la capacidad de superar los eventos adversos y ser capaz de tener un desarrollo exitoso a pesar de circunstancias muy adversas (muerte de los padres, guerras, graves traumas, entre otros). Garmezy (1991) la define «la capacidad para recuperarse y mantener una conducta adaptativa después del abandono o la incapacidad inicial al iniciarse un evento estresante». Otra definición similar la plantea Masten (2001) quien la ha definido como «un tipo de fenómeno caracterizado por buenos resultados a pesar de las serias amenazas para la adaptación o el desarrollo». Y, para

Luthar, Cicchetti y Becker (2000) la resiliencia se refiere a «un proceso dinámico que abarca la adaptación positiva dentro del contexto de una adversidad significativa»

Adaptado al campo del conflicto y la violencia, la resiliencia nos da cuenta de la capacidad que poseen las comunidades para hacer frente y superar las dificultades a las cuales se encuentran expuestos por parte de grupos al margen de la ley o por hechos gubernamentales. Gracias a esta capacidad, las víctimas logran reconocer los riesgos de su condición para así proyectarse, recuperarse y reconstruirse basados en su propia experiencia de vida. A partir de las diferentes definiciones de resiliencia a las que se sujeta la presente investigación, se resume que la resiliencia es la capacidad de cualquier ser humano para reconocer y usar sus propios recursos y los que le provea el medio para hacer frente a una situación de adversidad que se le presente.

6.6 MEMORIA Y NARRACIÓN

“Los trabajos de la memoria incluyen mecanismos de transmisión, para hacer que los acontecimientos recordados se vuelvan significativos para aquellos que no los vivieron en carne propia, lo cual tiene profundas implicaciones políticas en el nivel personal y en el colectivo-público. En el primero, en la subjetividad de la memoria, el reconocimiento y reconstrucción-recodificación de experiencias dolorosas pasadas, están ligadas a maneras de dignificación personal. En el segundo, en el de las prácticas colectivas, el recordar impulsa a la defensa de un tipo de instituciones, prácticas sociales y espacios sociales comprometidas con la no repetición del dolor”

7. ANTECEDENTES TEÓRICOS

El conflicto armado genera afectaciones físicas, emocionales y afectivas en las personas involucradas, altera la salud mental tanto individual como colectiva no solo de forma inmediata, sino también a largo plazo (Centro Nacional de Memoria Histórica, 2013). A partir de esta situación, Colombia ha producido una cantidad significativa de trabajos que dan cuenta de la compleja situación nacional en los más de 50 años que han transcurrido de conflicto armado interno en Colombia.

Entre los muchos enfoques que se les otorga a las investigaciones realizadas en marco del conflicto armado, esta investigación resalta dos orientaciones, una encauzada a evaluar los efectos, posibles afectaciones psicológicas, eventuales trastornos, así como las estrategias de afrontamiento y las capacidades de resiliencia que desarrollan las víctimas de este conflicto. Por otra parte, se distingue la narración como método para configurar las subjetividades y reconstruir las memorias de las víctimas del conflicto armado, así como “para hacer inteligible la realidad, los seres humanos necesitamos recurrir a una narración de la misma, pero son a su vez las narraciones y narrativas que se entrecruzan y dialogan entre ellas las que otorgan realidad al mundo en el que vivimos” (Biglia, B., & Bonet-Martí, J. (2009). Lo anterior, dándole una perspectiva a una población excluida, ignorada y enmudecida: las mujeres.

En Colombia las víctimas del conflicto armado se enfrentan a un complejo proceso de estigmatización, prejuicio y discriminación; sumado a las graves violaciones de derechos humanos directamente originadas por la situación bélica y el escaso apoyo institucional que

recibe este grupo vulnerable. No es fácil determinar la dimensión de la afectación psicosocial de los sobrevivientes del conflicto armado, sin embargo, es evidente que la mayoría de este colectivo exterioriza daños irreparables a nivel psicológico, social y físico. Se encuentran algunas investigaciones sobre la frecuencia de síntomas, posibles casos y trastornos mentales entre las personas expuestas directamente a los distintos tipos de violencia observables en conflictos. Así, un estudio de Campo, A., Oviedo, H., & Herazo, E. (2014) investigaron esta situación específicamente en víctimas de desplazamiento forzado en Colombia mediante una revisión sistemática de los estudios publicados entre 1994 y 2013 encontrando una alta prevalencia de síntomas, posibles casos y trastornos mentales en la población estudiada.

Como el estudio anterior, existen otras investigaciones que apuntan a examinar la prevalencia de trastornos mentales en víctimas del conflicto armado y que proporcionar información sobre el estado de la salud mental en situaciones de posconflicto. Un estudio realizado en un municipio colombiano determina las afectaciones psicológicas, las estrategias de afrontamiento y niveles de resiliencia de 677 adultos expuestos al conflicto armado (Hewitt, N. et. al. 2016). Con respecto a las estrategias de afrontamiento, la investigación encontró que la población víctima participante utiliza en mayor medida las estrategias de afrontamiento de esperar que las cosas se arreglen solas y la religión. Los resultados con respecto a los niveles de resiliencia en esta población arrojan niveles moderados (61%) y altos (32%), lo que sugiere que estos niveles de resiliencia que caracteriza a estas víctimas les ha permitido tomar conciencia, reestructurar la forma de vida, sobrellevar la situación y adaptarse progresivamente.

Varios estudios han puesto de relieve la resiliencia en niños y adolescentes en zonas de conflicto armado. “Mientras que un gran número de niños y adolescentes sufren síntomas de desajuste psicológico debido a la guerra, muchos de ellos se recuperan de manera natural o logran seguir funcionando social y académicamente, a pesar de la presencia de algunos síntomas”. (Hewitt, N., et al. 2014) realizaron un estudio que buscaba determinar las afectaciones psicológicas de 284 niños expuestos al conflicto armado en una zona rural colombiana. Aplicaron entre varios instrumentos, la Escala de Resiliencia para escolares y la Escala de Estrategias de Afrontamiento para adolescentes. Estas escalas mostraron niveles altos de resiliencia y adecuadas habilidades de afrontamiento, lo que podría explicar la baja presencia de estrés postraumático en nivel clínico en este grupo poblacional.

El trauma individual relacionado con la guerra tiene un impacto negativo y duradero en el bienestar subjetivo; es esencial comprender el papel de las víctimas, pues nos permite entender la necesidad de centrarnos en el papel de la memoria construida por las víctimas. “Las víctimas del conflicto armado en Colombia callan el dolor por miedo a ser silenciadas el resto de su vida. La amenaza que provoca la denuncia es la principal causa de la impunidad. El temor, la humillación, la búsqueda de la vida, la falta de garantías de protección y no repetición del Estado y el desconocimiento de los derechos crea un camino accidentado hacia la verdad, la justicia y la reparación”. (Cadavid, 2014)

Como vimos anteriormente, las afectaciones psicológicas son frecuentemente estudiadas en víctimas del conflicto armado. Muchos de estos estudios investigan la prevalencia de trastornos mentales que proporcionan evidencia relacionada con la salud mental en situaciones de

postconflicto. Sin embargo, son escasas las investigaciones que, además de determinar las afectaciones psicológicas producto del conflicto armado, evalúen los recursos psicológicos que caracterizan a las personas afectadas por dichas situaciones como son los niveles de resiliencia y las estrategias de afrontamiento; que además aporten a la construcción de memoria histórica del país a partir de los relatos de las mujeres víctimas sobrevivientes. La visibilización de las mujeres víctimas se da a través del conocimiento y escucha de sus historias. A partir de los relatos que se plasman y se difunden la mujer se visibiliza y de igual manera se adquiere una visión más amplia del conflicto y de sus consecuencias. En esa medida se posibilita no sólo el reconocimiento de las víctimas y de sus procesos de reconstrucción como sujetos, también se dan las pautas para que la mirada de género sobre las víctimas se construya y consolide.

Es evidente, que el conflicto armado genera diversas afectaciones emocionales y física en las personas; las consecuencias en la salud mental de las víctimas tienen un impacto negativo en diferentes ámbitos de la vida de las personas. De este modo, los estudios muestran que los hombres son las primeras víctimas de diversas formas de violencia como homicidios, desaparición forzada, masacres y minas antipersonales; mientras que las mujeres son las principales sobrevivientes, no solo como viudas o huérfanas del conflicto, sino como víctimas de violencia de género de carácter físico, psicológico y violencia sexual, física y moral. Estos crímenes cuentan con los índices más altos de impunidad, donde la violencia sexual constituye un arma que usan los actores del conflicto armado de manera sistemática y generalizada (Hewitt, N., et al. 2014). Por otro lado, la literatura indica que las mujeres de todo el mundo corren un mayor riesgo de desarrollar síntomas de estrés postraumático que los hombres; investigaciones

en poblaciones afectadas por conflictos armados y desplazamientos también muestra una diferencia de género.

Las historias de vida han sido empleadas en diversas oportunidades para la reconstrucción de significados y subjetividades de las víctimas. Cualquier camino que se construya con las víctimas supone recuerdos, deseos, presentes y múltiples experiencias que sustentan algunos de los porqués de los sucesos. “Escuchar la historia del otro constituye un acto de confianza que antes no se había producido, como consecuencia del debilitamiento de los vínculos, acontecimiento propio de un contexto en conflicto, más aún político armado. Por consiguiente, quien escucha y provoca la evocación del recuerdo mediante la historia de vida, muchas veces en condición de ofendido, contribuye a la reparación del daño a los vínculos, generado por la violencia y la coacción”. (Molina, 2010).

Herrera, M., & Bedoya, C. (2015) a partir de la recopilación de narrativas testimoniales reconocieron la elaboración de posibles interpretaciones elaboradas por mujeres en torno al conflicto armado y la violencia política en Colombia, que además contribuyen a la construcción de memoria histórica y colectiva. De igual manera, presentan relatos de mujeres excombatientes de las organizaciones insurgentes, y los múltiples análisis que se han desprendido de estos. De estas últimas apreciaciones logran concluir que dichas excombatientes relatan su experiencia desde su sensibilidad como mujeres con el fin de justificarse ante la sociedad y rescatar del olvido los idearios de sus organizaciones.

Otro estudio buscó reconocer los aprendizajes sobre la atención psicosocial y psicojurídica a mujeres víctimas de violencia sexual en el marco del conflicto armado colombiano. Encontraron que las mujeres, organizadas o solas, han dado pasos enormes frente al delito de violencia sexual, cuando se han atrevido a denunciarlo, a nombrarlo, a hablar de lo que les ocurrió, con lo que suele aparecer para ellas la esperanza. Wilches, I. (2010). Además, expresan el irrazonable camino que ha utilizado el gobierno para la reparación de las víctimas, el de pretender reparar económicamente a las víctimas dejando de lado la reparación simbólica. Esta reparación debe ir dirigida al reconocimiento de su dolor, la posibilidad de dar nuevos significados al daño, de modo que se atenúe su dolor.

El acompañamiento de las víctimas mujeres exige entonces el acompañamiento del dolor, de la comprensión del silencio y el respeto por el sufrimiento ajeno. Muchas logran rehacerse de sus heridas emocionales que las han traumatizado y volver a vivir una vida similar a la de quienes no han tenido esos traumas. Pero los traumas no se curan a solas, se requiere siempre de un entorno favorable, de alguna persona próxima que proporcione apoyo y afecto para poder retomar el curso de la vida sin encallarse en el dolor. Wilches, I. (2010). “Hablar sobre este acontecimiento tan importante, que produjo una ruptura en sus vidas, implica una racionalización del pasado que lleva a repensar el presente [...] Por esto, sus voces necesitan ser escuchadas, porque son un paso en el camino de aceptación y reconciliación.” (Tovar, P. 2006).

Partiendo de una metodología cualitativa y exploratoria, estos autores, Castillo, A, Palma, E. (2016). pretenden evaluar de qué manera la vinculación a la institución Funvida (Fundación Unión Vida) promueve la construcción de factores protectores de resiliencia individual y

comunitaria a 10 mujeres viudas por el conflicto armado Funvida, desarrollan procesos de resiliencia que les facilita seguir adelante con sus vidas. Esta investigación demuestra como grupos de personas bajo una condición especial en este caso mujeres víctimas del conflicto armado crean lazos con sus compañeras en la institución Funvida que les permite cambiar actitudes frente a la vida, sobretodo en la manera de cómo continuar viviendo a pesar de las circunstancias, de continuar con la educación de sus hijos y mejorar las condiciones de vida sin abandonar sus deseos de superación; es decir, la resiliencia que han formado les otorga fortaleza interior que les permite transformar y reinventar la vida.

A través de la construcción de la Escala de Factores Personales de Resiliencia (FPR-1), Amar, J., Utria, L., Abello, R., Becoña, M., y Crespo, F. (2014) evaluaron la resiliencia en mujeres desplazadas por la violencia en Colombia . La muestra fue conformada por 113 mujeres entre 18 y 74 años víctimas de desplazamiento forzado, radicadas en la Ciudad de Barranquilla. La escala tipo Likert estimó los constructos de autovaloración, autorregulación, competencias y habilidades sociales. Entre los resultados encontraron que las mujeres en situación de desplazamiento desarrollan factores protectores ante la adversidad y una capacidad de afrontamiento y adaptación a las nuevas circunstancias. Asimismo, encontraron diferencias significativas de acuerdo al rango de edad de las mujeres. En las más jóvenes tuvo mayor presencia la apertura social y asertividad; en las mujeres de edad intermedia se encontraron factores como la autovaloración, autoplanificación, espontaneidad y percepción de autoeficacia. Por último, en las mujeres mayores el cumplimiento de rutinas y normas tuvo mayor presencia.

Un estudio planteado por Venegas, B y Gómez C. (2015) se valió de herramientas cualitativas y cuantitativas con el objetivo de identificar cómo los factores resilientes de un grupo de 10 mujeres víctimas de desplazamiento forzado procedentes de los departamentos del Cauca y Huila posibilitan la construcción y reconstrucción de los proyectos de vida. Se encontró que una gran parte de las mujeres consideraron que el desplazamiento reprimió sus sueños, aunque la situación no generó pérdidas humanas, sí originó mayores impactos debido a las pérdidas materiales y el desarraigo familiar. Igualmente se reveló características bajas de autoconcepto y diferencias en las expectativas de acuerdo al ciclo vital de las mujeres. El establecimiento de metas y objetivos esta mediado por la etapa del ciclo vital, para las mujeres en la adultez temprana los objetivos están ligados en culminar estudios, en las mujeres de la adultez media los proyectos están encaminados a brindar alimento, educación y mejores condiciones de vida a sus familiares y las mujeres adultas mayores se proyectan como cuidadoras de los menores (Venegas, B., & Gómez, C. 2015).

Una investigación cualitativa partió de la recolección de 936 entrevistas a mujeres colombianas entre los 17 y 83 años de edad pertenecientes a diferentes comunidades étnicas con el fin de visibilizar las experiencias de violencia y contribuir al aprendizaje colectivo y el empoderamiento de dichas mujeres. Arnosó, M., Cárdenas, M., Beristain, M., & Afonso, C. (2017) exploran las violaciones de derechos humanos que experimentaron estas mujeres, el impacto psicosocial, así como las estrategias que utilizaron para hacer frente a la violencia. Este estudio confirma los efectos duraderos que tiene el conflicto y la violencia en las mujeres colombianas, encontraron relaciones significativas entre los diferentes tipos de violencia y las regiones de las que provenía la muestra, con mujeres indígenas y afroamericanas afectadas más

negativamente por el conflicto. Los resultados indican que los grupos paramilitares eran los agentes identificados más a menudo como los perpetradores de la violencia, además, descubrieron que estas víctimas utilizaron estrategias para recuperarse de la violencia entre las que se destaca la religión, el silencio, así como centrarse en sus familias y la reconstrucción de sus vidas.

Por medio de entrevistas semiestructuradas Albarracín, L., Contreras, K. (2016) indagaron acerca de cuáles son las estrategias de resiliencia frente a las actividades significativas de mujeres víctimas por hechos de desplazamiento en el marco del conflicto armado a través del acercamiento a la realidad desde un plano corporal que tiene en cuenta un elemento de la danza. Las principales estrategias de resiliencia frente a la transformación de actividades significativas reflejadas en las diferentes narrativas tanto corporales como verbales en el estudio se relacionan con el hacer por sus vínculos y el auto reconocimiento de capacidades, recursos propios y la espiritualidad a través de sus fuerzas motivadoras para hacer frente a las situaciones de adversidad.

La reivindicación de los derechos políticos de las mujeres en Colombia ha sido un largo y tortuoso camino recorrido por las mujeres. En este mismo estudio, las mujeres plantean que “el estado juega un papel fundamental, sin embargo, éste no satisface las necesidades a nivel psicosocial que presentan las víctimas del conflicto armado, si bien se reconoce un apoyo económico básico se deben fortalecer procesos de acompañamiento a través de un enfoque diferencial y determinante para las mujeres que llegan a la ciudad víctimas por hechos de

desplazamiento forzado.” Esto, desde la perspectiva de las mujeres, que con frecuencia son invisibles en los conflictos armados y procesos de transición política.

A pesar de los infortunios y desgracias que han tenido que enfrentar las víctimas del conflicto armado, han conseguido estrategias a nivel personal, familiar y social que les permiten sobreponerse al dolor, recuperar y reconstruir sus proyectos de vida y salir adelante. Munévar, M., Castro, X. (2018) realizaron una investigación enmarcado desde una metodología cualitativa de estudio de caso para examinar la necesidad y efectividad de una experiencia de atención psicosocial analizadas bajo tres categorías: las implicaciones subjetivas del reconocimiento social de «víctima», la elaboración psíquica del acontecimiento traumático y los alcances del proceso de intervención psicoterapéutica. Para llevar a cabo el propósito de la investigación, se seleccionaron tres casos de mujeres usuarias de la línea de atención psicológica del CAPSi, que hayan culminado el proceso de atención. Entre las conclusiones que resultaron del estudio, se resalta el autorreconocimiento de las víctimas como vía para acceder a la asistencia social. También encontraron que las participantes hacen énfasis en la importancia del acompañamiento psicosocial y la escucha atenta a cada víctima. Además, demostraron disminución de la angustia y las manifestaciones de los síntomas mediante el proceso de intervención.

Por último, se ha identificado que la población rural femenina ha sido foco de vulneración de derechos producto del conflicto armado, debido a sus condiciones de susceptibilidad y necesidades específicas. Güiza, L., Rodríguez, C., Ríos, B. y Moreno, S. (2016), reconocieron las estrategias de fortalecimiento local, igualdad de género y gobernanza ambiental a través de un estudio de caso con un grupo rural de mujeres pertenecientes a Vergara, Cundinamarca

(Colombia). En los resultados documentados de la investigación, se destaca la participación comunitaria ambiental como un instrumento de empoderamiento de las mujeres rurales en contexto de conflicto armado. Estos mecanismos intervienen positivamente en la consolidación de buenas prácticas de gobernanza ambiental en una perspectiva de género. Del mismo modo, demostraron una notable conciencia ambiental de conservación de los recursos naturales.

8. METODOLOGÍA

8.1 TIPO DE INVESTIGACIÓN

La siguiente investigación se considera de corte descriptivo, debido a que sus fundamentos están enfocados en la identificación y descripción de las estrategias de afrontamiento y niveles de resiliencia que enmarcan la memoria de una mujer víctima del conflicto armado.

“Los estudios descriptivos tienen como objetivo, establecer cómo es y cómo se manifiesta determinado fenómeno que atrae la atención, de tal manera, que se limitan a identificar sus características o propiedades en un momento determinado, sin que el investigador tenga acceso para controlar o manipular, a conveniencia, las variables en estudio”. (Sampieri, H. 1998).

El enfoque metodológico que se escogió para la realización de esta investigación es mixto, este es definido como un conjunto de procesos sistemáticos, empíricos y críticos que implican el análisis de datos recogidos por medio de herramientas cuantitativas: Escala de Estrategias de Afrontamiento Modificada validada para población colombiana; además de herramientas cualitativas: entrevista semiestructurada en la que el entrevistador tiene la posibilidad de realizar otro tipo de preguntas, las cuales van surgiendo en el transcurrir de la entrevista y de acuerdo a

los testimonios expuestos por el entrevistado. Todo lo anterior, con el fin de lograr un mayor entendimiento del fenómeno a estudiar.

8.2 DISEÑO DE INVESTIGACIÓN

El tipo de investigación que corresponde al actual trabajo es de estudio de caso único, el cual surge por la necesidad de entender un fenómeno determinado dentro de un contexto espacio-temporal particular. En este tipo de estudio lo importante no es buscar una universalidad de los fenómenos observados, una generalidad de los hallazgos; sino que se busca comprender cómo se desenvuelve en este caso un individuo específico, en una situación específica.

El estudio de caso se puede definir como una metodología de investigación que se enfoca en el estudio de unos hechos específicos por medio de la recolección selectiva de información de carácter biográfico, de personalidad, intenciones, valores; en otras palabras, tiene como objetivo central comprender el significado de una experiencia, e implica el examen intenso y profundo de diversos aspectos de un mismo fenómeno. De acuerdo con (Stake, 1994), el investigador debe enfocar su estudio en la identificación tanto de lo común como de lo particular del caso estudiado; lo anterior supone ahondar en: la naturaleza del caso, su historia, el ambiente y ámbito físico, y otros contextos relacionados con el caso; como el económico, político, legal.

El siguiente estudio de caso es de tipo situacional, puesto que estudia un acontecimiento desde la perspectiva de los que han participado en el mismo.

8.3 POBLACIÓN Y MUESTRA

En esta investigación la población participante corresponde a una mujer víctima del conflicto armado inscrita en el Registro Único de Víctimas. Por cuestiones de seguridad se utilizará un seudónimo para la informante.

Mar Eva, es una mujer de 60 años perteneciente a la localidad de Andes, Antioquia; hace 15 años su esposo fue asesinado por parte del Bloque Suroeste.

8.4 CRITERIOS DE INCLUSIÓN Y EXCLUSIÓN

La persona a evaluar debe cumplir con los siguientes requisitos:

- Mujer víctima del conflicto armado
- Víctima residente del municipio de Andes, Antioquia.
- Persona con un rango de edad de entre 40 y 60 años
- Género femenino
- Mujer que haya vivido los acontecimientos victimizantes a causa del conflicto armado en un tiempo máximo de 20 años
- Persona inscrita en el Registro Único de Víctimas

8.5 INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN

8.5.1 ESCALA DE ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO MODIFICADA (EEC-M; Londoño et al., 2006).

Fue desarrollada originalmente por Chorot y Sandín en 1993 y validada para Colombia por Londoño et al. (2006). La escala validada para Colombia es auto aplicada y está compuesta por

69 ítems con opciones de respuesta tipo Likert en un rango de frecuencia de 1 a 6 desde nunca hasta siempre. Adicionalmente, abarca 12 factores o componentes. Los factores son: (a) solución de problemas, (b) apoyo social; (c) esperar; (d) religión; (e) evitación emocional; (f) apoyo profesional; (g) reacción agresiva; (h) evitación cognitiva; (i) reevaluación positiva; (j) expresión de la dificultad de afrontamiento; (k) negación, y (l) autonomía. El Alfa de Cronbach total del cuestionario es de .847. Para la calificación de la escala se obtiene la sumatoria de los puntajes de los ítems de cada factor y se compara con los datos normativos establecidos para la muestra colombiana (Londoño et al., 2006).

8.5.2 ENTREVISTA SEMIESTRUCTURADA

La entrevista es considerada como una conversación entre dos, hecha por iniciativa del entrevistador, destinada a entregar información pertinente para un objeto de investigación, e indagación en temas igualmente pertinentes con miras a este objetivo. Puntualmente, la entrevista semiestructurada posee un mayor grado de flexibilidad frente a los demás tipos de entrevista, es decir, combina preguntas cerradas o estructuradas y abiertas, donde el entrevistado tiene la posibilidad de discurrir en el tema propuesto sin condiciones prefijadas.

8.6 DESCRIPCIÓN DEL PROCESO DE ANÁLISIS DE LA INFORMACIÓN

La escala de Escala de Estrategias de Coping Modificada (EEC-M), posee su propia medida de valoración que arroja una puntuación directa que luego se evalúa por medio de percentiles. En este sentido, se procederá a hacer un análisis riguroso de los resultados de la escala haciendo

énfasis en los elementos de análisis más significativos, describiendo las implicaciones que estos resultados pueden tener.

Posteriormente, la entrevista semiestructurada fue analizada bajo una matriz de datos realizada en una hoja de cálculo donde se lleva a cabo un proceso que implica en primer lugar, una segmentación con el fin de identificar las unidades de sentido o significación respectivas en el discurso de la informante; después una codificación orientada a la selección y condensación de la información que aporta la informante para luego asignar categorías e identificar los patrones consistentes en las narraciones de la participante que permitan extraer significados o palabras claves, para finalmente establecer unas subcategorías que son unidades de análisis de la información estructuradas y agrupadas en niveles de sentido más complejos.

Luego, se retomarán los valores preponderantes de la escala con las unidades de sentido, significación o categorías relevantes obtenidas en la entrevista para hacer un entrecruzamiento de los resultados de ambos instrumentos con el fin de validarlos, analizar y exponer los niveles de correspondencia o disparidad que se encontraron en estos dos ejercicios.

8.7 CATEGORÍAS DE ANÁLISIS:

A continuación, se presentan las categorías a analizar

Tabla 1
TABLA DE CATEGORÍAS DE ANÁLISIS

CATEGORÍA	PALABRA CLAVE
RELIGIÓN	RELIGIÓN Y AYUDAS ESPIRITUALES
APOYO PROFESIONAL	IMPORTANCIA APOYO PSICOSOCIAL ASISTENCIA ENTES GUBERNAMENTALES
RESILIENCIA	MECANISMOS DE LUCHA Y FORTALEZA EMPATÍA CON OTRAS PERSONAS CAPACIDAD DE SUPERACIÓN
VÍNCULO CON SU HIJA	MOTIVACIÓN PARA SEGUIR ADELANTE
APOYO SOCIAL	DIFICULTADES APOYO FAMILIAR

8.8 TIPO DE ANÁLISIS

El análisis se constituye a partir de tres momentos fundamentales:

1. Ordenamiento y codificación de la información
2. Categorización, contrastación
3. Análisis prueba cuantitativa
4. Reflexión, conclusiones y redacción del informe final

8.9 ASUNTOS DE ORDEN ÉTICO

Esta investigación se realiza bajo la ley 1090 de 2006 la cual rige el ejercicio profesional del Psicólogo y surge el Código Deontológico y Bioético del psicólogo, se tienen en cuenta las siguientes consideraciones

Artículo 3: Ejercicio de la profesión de psicólogo toda actividad de enseñanza, aplicación e indicación del conocimiento psicológico y de sus técnicas específicas en: a) Diseño, ejecución y dirección de investigación científica, disciplinaria o interdisciplinaria, destinada al desarrollo, generación o aplicación del conocimiento que contribuya a la comprensión y aplicación de su objeto de estudio y a la implementación de su quehacer profesional, desde la perspectiva de las ciencias naturales y sociales.

De igual manera, se tienen en cuenta los siguientes aspectos:

Protección de personas y animales: La autora declara que para esta investigación no se ha realizado experimentos en seres humanos ni animales.

Confidencialidad de los datos: La autora declara que ha seguido los protocolos de su centro de trabajo sobre la publicación de datos del entrevistado.

Derecho a la privacidad y consentimiento informado: La autora declara que en esta investigación no aparecen datos personales del entrevistado.

9. RESULTADOS

9.1 RESULTADOS ESCALA DE ESTRATEGIAS DE COPING MODIFICADA (EEC-M)

Se presentan a continuación los resultados obtenidos en cada uno de los factores de la escala de afrontamiento de Coping, además de sus respectivos percentiles:

Tabla 2

RESUMEN FACTORES DE LA ESCALA DE ESTRATEGIAS DE COPING MODIFICADA (EEC-M)

FACTOR	PUNTAJE	PERCENTIL
Factor 1: Solución de problemas	39	75
Factor 2: Búsqueda de apoyo social	16	20
Factor 3: Espera	25	65
Factor 4: Religión	35	90
Factor 5: Evitación emocional	23	45
Factor 6: Búsqueda de apoyo profesional	19	90
Factor 7: Reacción agresiva	10	30
Factor 8: Evitación cognitiva	17	60
Factor 9: Reevaluación positiva	18	50
Factor 10: Expresión de la dificultad de afrontamiento	11	25
Factor 11: Negación	7	30
Factor 12: Autonomía	5	15

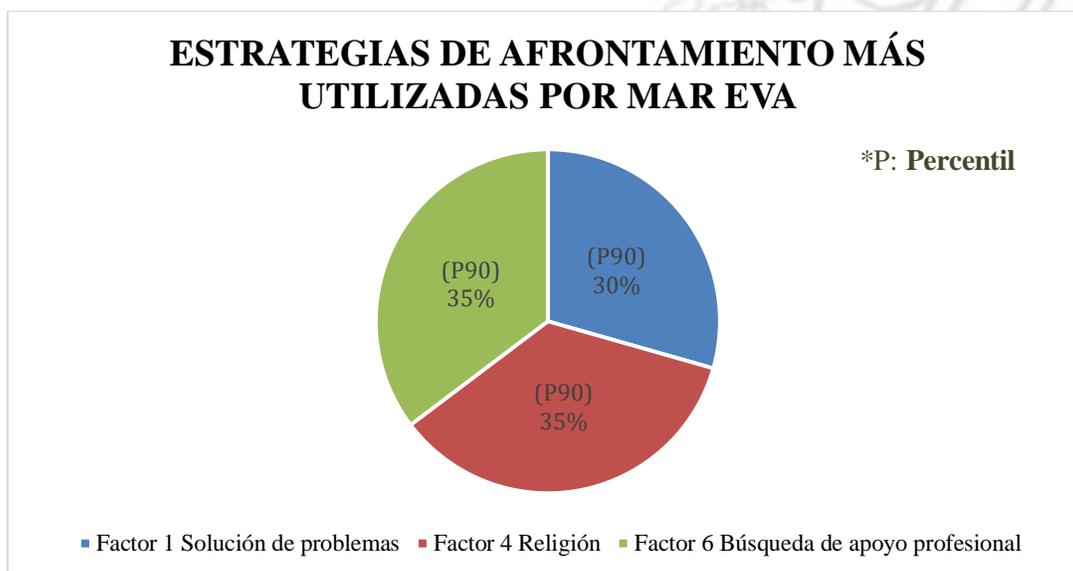
Puntajes obtenidos por la informante en la prueba (Elaboración propia)

Frente a situaciones generadoras de estrés, las personas suelen poner en marcha una serie de mecanismos que reciben el nombre de afrontamiento. Lazarus y Folkman (1986) lo definen como “aquellos esfuerzos cognitivos y conductuales constantemente cambiantes que se

desarrollan para manejar las demandas específicas externas y/o internas que son evaluadas como excedentes o desbordantes de los recursos del individuo”. A partir del análisis de los puntajes de la Escala de Estrategias de Coping Modificada (EEC-M); se observa que, la informante tuvo percentiles altos en el factor 1: Solución de problemas (percentil 75), factor 4: Religión (percentil 90) y factor 6: Búsqueda de apoyo profesional (percentil 90).

Ilustración 1

RESUMEN ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTOS MÁS UTILIZADAS POR MAR EVA, DE ACUERDO A PUNTUACIONES DE LA ESCALA DE ESTRATEGIAS DE COPING MODIFICADA (EEC-M)



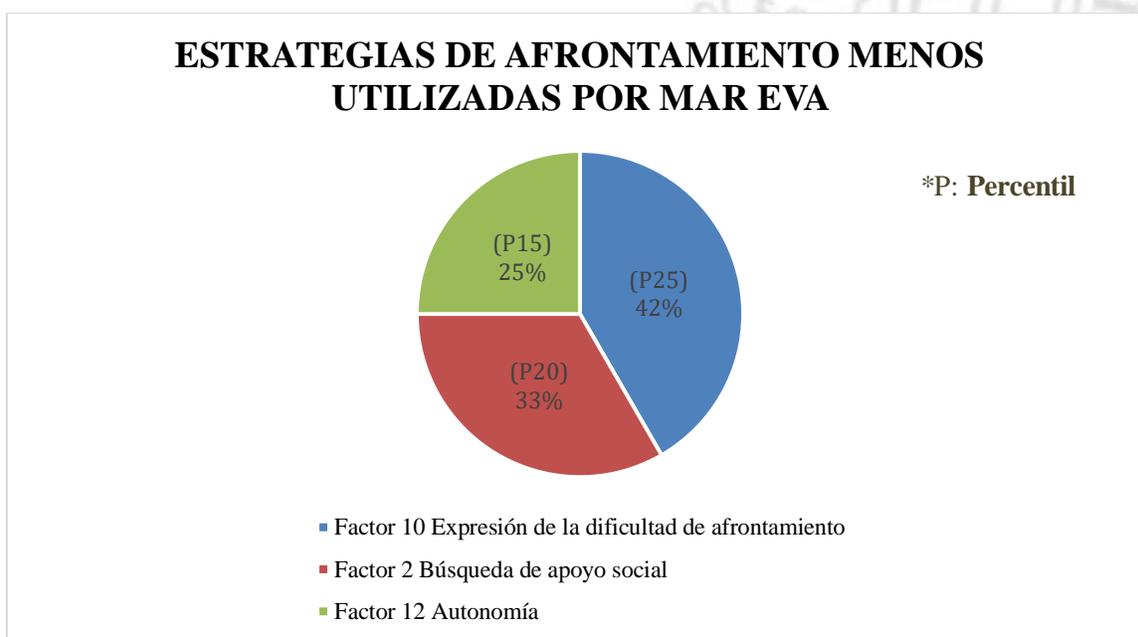
En otras palabras, podemos decir Mar Eva utiliza las siguientes estrategias:

- Analiza aspectos positivos y negativos de las situaciones
- Piensa detenidamente los pasos a seguir al enfrentar un problema
- No desconfía de la voluntad de Dios
- Busca ayuda profesional para que la ayuden y orienten
- Intenta conseguir más información sobre el problema acudiendo a profesionales

Dichas estrategias evidencian que el afrontamiento cognitivo y conductual se centran en la solución de problemas, la religión y la búsqueda de apoyo profesional. El uso de estrategias supone un esfuerzo cognitivo por valorar y destacar los aspectos positivos del problema, poniendo en marcha acciones efectivas que tiendan a solucionar las situaciones que le resulten conflictivas o estresantes, en este caso puntual, el hecho victimizante. Por otra parte, se evidencia que la informante presente puntajes bajos en el factor 10: Expresión de la dificultad de afrontamiento (percentil 25), factor 2: Búsqueda de apoyo social (percentil 20) y factor 12: Autonomía (percentil 15).

Ilustración 2

RESUMEN ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTOS MENOS UTILIZADAS POR MAR EVA, DE ACUERDO A PUNTUACIONES DE LA ESCALA DE ESTRATEGIAS DE COPING MODIFICADA (EEC-M)



Estos factores mostrarían entonces que Mar Eva:

- No considera que sus problemas los puede solucionar sin la ayuda de los demás.

- Usualmente no pide consejo u orientación a algún familiar para poder afrontar mejor los problemas.
- No habla con familiares para que la animen o tranquilicen cuando se encuentra mal.
- No busca actividades que la distraigan.

Lo anterior muestra que las estrategias de afrontamiento de Mar Eva para enfrentarse a la adversidad no se centran en la familia como componente de apoyo social (Factor 2, P:20) que permite hacer más efectivos y llevaderos los procesos de reparación. Dicho aspecto sostiene una relación con los puntajes obtenidos en el factor autonomía. (Factor 12, P:15). Esta estrategia muestra la tendencia a responder ante el problema buscando de manera independiente las soluciones sin contar con el apoyo de otras personas; sin embargo, teniendo en cuenta los puntajes bajos en este factor, se pudo demostrar que Mar Eva, aunque no cuenta con suficiente apoyo social, sí exhibe una inclinación significativa en la búsqueda de apoyo profesional. (Factor 6, P:90). Por otro lado, la informante no expresa dificultad para afrontar (Factor 10, P:25) las emociones generadas por las situaciones de estrés generadas por los hechos victimizantes, esto a través de un proceso de autoevaluación y monitoreo de la expresión emocional.

Se esperaría que el apoyo social (Factor 2, P:20), especialmente, el acogido por su núcleo familiar fuera mayor que el apoyo profesional (Factor 6, P:90) traducido en el acompañamiento psicosocial; puesto que la familia se consolida como una fuente apoyo elemental en la vida de las personas. “La familia posee un rol fundamental de mediadora con sus miembros, entre cada uno de sus integrantes y el mundo externo; es quien brinda la referencia para permitirle a cada persona construirse en un medio en el que requiere permanente apoyo e interacción social”. (Monroy, L, & Ramírez, C. 2016). Con todo esto, el vínculo familiar fue descrito por Mar Eva como “egoísta”; se logró apreciar que con alguno de sus familiares, su hija, logró mantener una

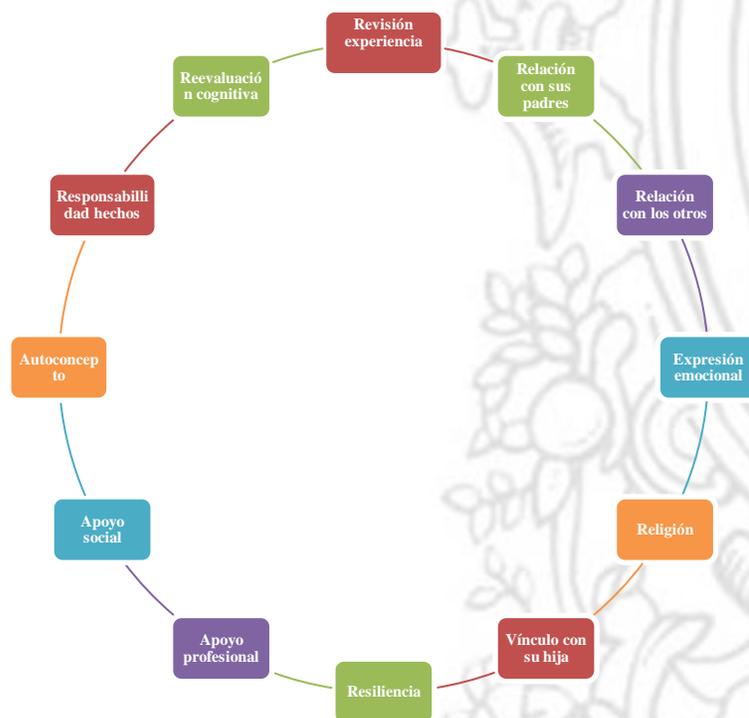
relación más cercana, pero no con los demás, por tanto no se identifica unidad entre sus miembros.

9.2 RESULTADOS ENTREVISTA SEMIESTRUCTURADA

Para responder a los objetivos de la investigación se analizó las narrativas de la participante y se agruparon en 12 categorías, a saber: Revisión de la experiencia, relación con sus padres, relación con los otros, expresión emocional, religión, vínculo con su hija, resiliencia, apoyo profesional, apoyo social, autoconcepto, responsabilidad hechos, reevaluación cognitiva.

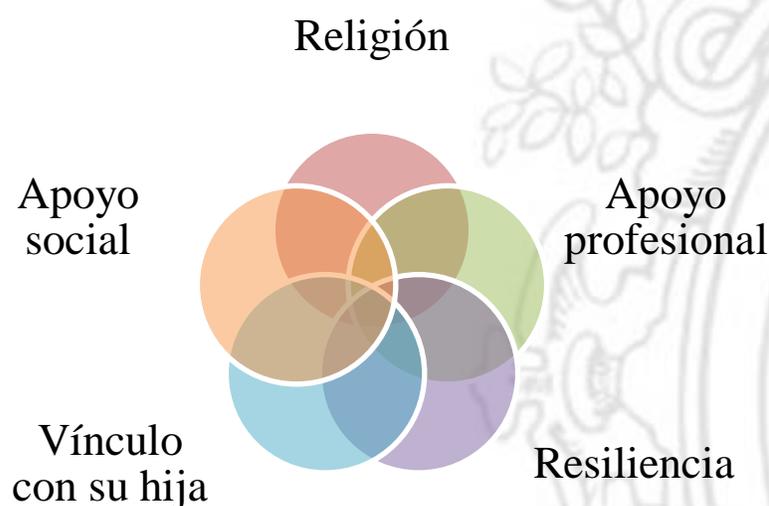
Ilustración 3

TOTAL DE CATEGORÍAS RESULTANTES DE LA ENTREVISTA



Si bien todas las categorías son importantes, para los fines de esta investigación, y debido a la preponderancia de las mismas, por su mayor nivel de relevancia para el análisis, así como por razones técnicas y metodológicas y por mayor concordancia con los resultados y puntajes de la prueba cuantitativa, se consideraron objeto de análisis las siguientes categorías:

Ilustración 4
TOTAL CATEGORÍAS A ANALIZAR



Comenzaremos a desarrollar a continuación el análisis de cada categoría

9.2.1 RELIGIÓN

Las situaciones de vida negativas o estresantes pueden movilizar respuestas de afrontamiento religioso. Apoyarse en la religión puede servir como una estrategia de apoyo emocional para muchas personas que la frecuentan, esto facilita el logro posterior de una reinterpretación positiva y el uso de estrategias más activas de afrontamiento. De este modo, en un estudio acerca de los significados, se encontró que la religión fue definida por las personas entrevistadas como otra dimensión desde donde se construye el sentido de vida. Se identificó como un aspecto

humano que atraviesa la vida de todas las personas, otorgándole un carácter divino. Sacipa (2003) afirma que “la confianza y la fe en un ser supremo es fuente de esperanza ya que, partiendo de una doctrina basada en el amor, se cree fielmente en que nunca, a pesar de los hechos, estarán desprotegidos”. El ámbito espiritual parece jugar un importante papel en el afrontamiento de Mar Eva, y evidentemente genera un impacto positivo en su vida frente a las situaciones de estrés. Desde la religión logra que las situaciones y acontecimientos de la vida tengan un significado, además de que se puedan otorgar otros sentidos; esto se evidencia en la entrevista al expresar que:

“... sin embargo, le pedía a Dios que me diera esa fuerza y yo sé que él me la fue dando y cada día siento que él me fortalece y que me ha dado como esa fuerza para seguir adelante...”

G1.259 “ yo siempre he sentido que la misericordia divina, de ese padre celestial que creo que todos tenemos y creemos en él, he recibido la fortaleza más grande porque siempre lo he buscado y todo se lo entrego a él...” G1.256

El afrontamiento a través de las creencias ayuda a las personas a entender la realidad y situarse en ella de manera que pueda ser capaz de enfrentarla; datos semejantes encontró Yoffe (2015) en su estudio sobre el afrontamiento religioso de la pérdida de un ser querido. Allí pudo evidenciar que los rituales religiosos favorecen el bienestar en las personas que los practican en situaciones como la pérdida de un ser querido. Esto es similar a estudios realizados con población víctima del desplazamiento en los que se ha evidenciado que las personas expuestas a situaciones violentas, buscan apoyo en el uso de la religión (Di-Collaredo, C., Aparicio., D., & Moreno, J. 2007). Otra investigación que evalúa los estilos de afrontamiento encuentra que las personas que buscan apoyo en la religión, en especial las mujeres, creen que este recurso aporta aspectos positivos en sus vidas para afrontar la nueva situación. (Vasconcelles, 2005). La

religión, como estrategia de afrontamiento tiene una incidencia en la calidad de vida de las personas, otorgándoles un mayor bienestar y una percepción distinta en torno a la muerte. Para Mar Eva, por ejemplo, la religión le ofrece modos de afrontar y de hallar soluciones a los problemas más graves de la vida. Spilka (2005) afirma que, para muchas personas religiosas, el encuentro con situaciones de estrés como enfermedades graves, muertes de seres queridos, injusticias, etc., confrontan con el sufrimiento y las limitaciones humanas; por ello, éstas tienden a orientarse y a estar más comprometidos con lo sagrado.

En conclusión, Mar Eva, tal como lo encontraron los autores mencionados hace uso de la religión y la fe en Dios como recurso principal para afrontar los eventos traumáticos producidos por el conflicto. Este tipo de afrontamiento, junto con otro tipo de estrategias le ha traído bienestar, tranquilidad y sosiego, además, le ha permitido reconstruir el sentido de su vida.

9.2.2 APOYO PROFESIONAL:

Esta categoría del apoyo profesional, engloba todo lo que se refiere al apoyo psicosocial el cual lo podemos definir como un conjunto de acciones que buscan el empoderamiento, bienestar y la garantía de los derechos de las víctimas ajustándose a sus demandas y expectativas. Wilches (2010) afirma que “la atención psicosocial es un servicio en el que alguien está dispuesto a ofrecer ayuda a una persona que ha padecido hechos traumáticos. Este servicio implica al menos dos personas: una que sufre y otra que quiere ayudar”. La informante resalta la importancia de un proceso de acompañamiento individual, familiar o comunitario orientado a hacer frente a las consecuencias que producen la violación de los derechos humanos, con el fin de promover apoyo emocional y social a las víctimas. Ella manifiesta:

“Entonces como toda esa parte de lucha, de hecho, también recibí una ayuda por parte de Conciudadanía que ha venido un trabajo psicosocial desde dosmildece, en ese trabajo, yo sé que me liberé mucho del dolor, de... quizás la rabia, la falta de perdón...” G1.182

Las víctimas son personas que, no participando en enfrentamientos, fueron perjudicadas por el conflicto armado, generando profundos daños en estas, sus familias y comunidades. De este conflicto, no solo resultan afectaciones materiales sino también de su tejido corporal, símbolos, mensajes y memorias individuales y colectivas. Por tanto, la intervención psicosocial debe potenciar los recursos de las personas y sus familias, con el fin de ayudar a mitigar el impacto emocional que los hechos violentos generaron y aumentar las alternativas siempre posibles de reconstruir sus vidas, así como lo expresa Mar Eva:

“...un trabajo psicosocial y fue muy bueno porque son unos pasos para dar un abrazo, entonces por ejemplo ahí se trabajan temas muy importantes para nosotros las víctimas, como es la rabia, los sentimientos, el perdón...” G1.249

La atención psicosocial posterior a los hechos victimizantes producidos por los conflictos políticos y armados debe ir de la mano de un acompañamiento estatal, que promueva el bienestar psicosocial en las diferentes comunidades e individuos, que reconozcan las diferentes dimensiones afectadas, desde una noción que incorpore no solamente medidas de reparación como la indemnización o restitución. Si bien estos procesos, son un beneficio para resarcir multitud de hechos muy difíciles de enumerar; a fin de cuentas, resulta insuficiente para reparar el sufrimiento psíquico. Esto implica promover acciones que fortalezcan la toma de sentido y de integración de esas medidas a los procesos de recuperación de las víctimas. Mar Eva, resalta durante la entrevista el escaso acompañamiento que ha recibido por parte de las instituciones gubernamentales como una víctima entre las tantas existentes el municipio, nos dice:

“...Bueno, ya siguió la asociación Asanvica, pero esa asociación ha vivido porque yo no la he dejado morir, pero es cierto que no vale la pena, quizás sí, quizás no, porque la forma que se ha venido trabajando no hemos logrado mucho; porque el apoyo de la alcaldía, la verdad ha sido muy poco” G1.252

Es importante reconocer la atención psicosocial, no como un evento puntual, sino como un proceso de transformación que apunte a atenuación de los efectos de la violencia, brinde protección y promueva la reconciliación y la recuperación del bienestar de las comunidades e individuos para construir o reconstruir su presente y la forma de pensarse el futuro.

9.2.3 RESILIENCIA

La resiliencia implica afrontar y transformar, además de un aprendizaje y de un crecimiento que traspasa la dificultad. Por ello, se aborda como un fenómeno multidimensional en el que, además de conocer los atributos, rasgos, pilares, recursos o potencialidades de las personas, familias o comunidades, las dinámicas entre factores emocionales, cognitivos y socioculturales hacen posible una adaptación positiva y una circunstancia en función de los acontecimientos producidos. (Madarriaga, J. 2014). En Mar Eva, se evidencia mucho la capacidad de ser fuerte, valiente y con habilidades de saber que es posible superar lo adverso, a pesar de las desfavorables condiciones a las que se debe enfrentar. Este proceso lo hace no desde la negación, que invalidaría la existencia de una situación dramática, sino desde el reconocimiento de su realidad y del hecho de que asume conscientemente que esta situación debe ser afrontada y resuelta para reconstruir sus proyectos vitales:

“Entonces no hubo ese tiempo para usted sentarse y llorar sobre la leche derramada, sino que usted tenía que enfrentar todo y hacer lo que hay para hacer sin pensar mucho, porque quién iba a traer ya una libra de panela, quién iba a pagar los servicios, quién iba a pagar un arriendo, entonces ya había que conseguir para todo...” G1.184

La apuesta con los modelos de intervención psicosocial es convertir a la víctima del conflicto armado en un multiplicador de sentido que alimenta el tejido social a través de la reparación, pues enseña a sobrevivir y resistir, a sobreponerse y a sustraer aprendizajes de todas las experiencias a las que puede estar sometido un ser humano. (Obando, L., et al. 2017). En buena medida, el apoyo psicosocial que se le brinda a las víctimas favorece el desarrollo de una especie de “tutora de resiliencia”. Este término fue acuñado por Cyrulnik para definir, por lo general, a una persona que nos acompaña de manera incondicional, convirtiéndose en un sostén, administrando confianza e independencia por igual, a lo largo del proceso de resiliencia. (Puig y Rubio, 2010)”. Dicho de otra forma, es una persona que acompaña, entiende, brinda seguridad y confianza; además, permite a la víctima volver a sentir apoyo y desarrollar habilidades personales. Este tipo de acompañamiento se manifiesta en las acciones que llevaba a cabo Mar Eva con las otras víctimas residentes del municipio, promoviendo confianza, ayuda y protección, con el fin de que en buena medida las víctimas autogestionen su proceso de reparación, tal como lo constatan los siguientes apartados:

“...pero hoy siento que soy valorada por muchas personas que creen en mí, que confían en mí, que quieren compartir conmigo, entonces tampoco es como que haya sido una lucha en vano”. G1.263 “Pero le puedo decir que las mujeres somos personas fuertes, capaces, luchadoras, nos sacrificamos y tenemos mucho que dar, porque yo en este momento quiero dar un poco más a ver si logramos obtener algo para algunas personas...” G1.253

Asimismo, la resiliencia trae consigo habilidades que permiten mantener el equilibrio emocional durante el proceso de reparación; haciendo énfasis en la superación de las penas del pasado para que no trasciendan en el presente y futuro de las víctimas. De alguna manera, una víctima repara cuando se reconcilia, primero, consigo misma, luego con su entorno cercano y posteriormente con la sociedad. De acuerdo con la definición de Murphy (2003), el perdón es un tipo de sentimiento que permite sobreponerse a los sentimientos de venganza o de resentimiento frente a un agresor. La informante da cuenta de sensibilidad al narrar:

“Podría decir que usted fue la que mató a mi esposo y me podría sentar a hablar con esa persona y mirarla a los ojos entonces para mí es muy importante que, si a él no le importó dejar una mujer viuda y una niña huérfana, a mí sí me dolería que a él le pasara algo y esos niños que ya hoy son personas adultas, tengan que sufrir; afortunadamente ellos tienen su papá, y eso es muy importante...”G1.284

Una investigación que valida estos resultados fue realizada por Cortés, Á. et. al (2016). Este estudio, de corte cualitativo, permitió evidenciar las opiniones de la gente sobre procesos como el perdón y la reconciliación en el contexto del conflicto armado colombiano. De acuerdo a los principales hallazgos se observó que se definía el perdón como un proceso de sustitución de emociones negativas hacia un agresor por emociones positivas. Además, se especifica la reconciliación en el sentido del reinicio de las interacciones con el agresor.

9.2.4 VÍNCULO CON SU HIJA

Entre las situaciones más difíciles y agobiantes que deben enfrentar las mujeres víctimas sobrevivientes del conflicto armado, se encuentra la viudez. Este tipo de acontecimiento va a demandar en ellas, mayores esfuerzos para reconstruir la propia vida. Para las viudas recientes el

trabajo de duelo, los cambios en la cotidianidad, las variaciones en la situación económica que muchas veces se transforma en una fuente de verdadero agobio, la soledad, la pérdida de otros vínculos – parejas de amigos y/o familia política-, los cambios en la relación con los/as hijos/as son solo algunos de las circunstancias que deberá afrontar. (Moncarz, 2016). Mar Eva, sin duda experimentó una dolorosa pérdida, la de un ser amado; pérdida que la forzó a reestructurar sus proyectos armoniosamente contruidos con su núcleo familiar.

En medio del cansancio, agotamiento, soledad y desesperanza se vio obligada a sobreponerse desarrollando estrategias de supervivencia y protección con el resto de su familia. “En el contexto de los cambios hacia dentro en la estructura familiar por la pérdida de seres queridos y hacia afuera en los recursos económicos, los mecanismos de producción o los roles cumplidos por muchos hombres en sus familias como proveedores, las mujeres asumen, casi obligatoriamente, nuevos roles para mantener a sus hijos, viviendo una sobrecarga social y económica como consecuencia” (De Las Mujeres, R. P. 2013). Los testimonios de Mar Eva están permeados por sus desmesurados esfuerzos y sacrificios por afrontar tantas dificultades en medio de la soledad. En su camino como víctima, Mar Eva, ha encontrado un ancla que le otorgó nuevamente sentido a su vida y la fuerza necesaria para no abandonarse al dolor, para seguir adelante remendando las consecuencias que la violencia ha dejado; su hija, a quien protege en medio de las difíciles situaciones ha sido su mayor motivación, tal como lo expresa:

“... Bueno, la lucha ha sido grande, la niña se ha sentido orgullosa de la mamá, para mí, ella es la lamparita encendida porque yo sé que ella siempre está pidiendo por mí...” G1.181

Día a día, el sentido de vida para Mar Eva, como sobreviviente de conflicto armado, lo ha proporcionado el vínculo con su hija, pues sus empeños los ha destinado a que ella pueda tener una vida mejor y un futuro esperanzador.

9.2.5 APOYO SOCIAL:

En esta investigación y de acuerdo a las narrativas de la participante, esta categoría se refiere específicamente al apoyo de su núcleo familiar. El apoyo social constituye un conjunto de recursos de diferente índole con los que pueden contar las familias en la vida cotidiana, especialmente en determinadas situaciones de estrés o trauma como el conflicto armado. Ciertamente, este apoyo radica en la demostración de que la familia es el núcleo natural y fundamental de la sociedad; por tanto, el soporte emocional que se brindan a través de actitudes empáticas los integrantes de las familias, es fundamental. “Las fuentes de apoyo para las víctimas han venido en gran parte del apoyo familiar y cercano. La solidaridad al interno de la misma familia fue fundamental para cubrir las necesidades mínimas que permitieron salir adelante a las mujeres víctimas. (De Las Mujeres, R. P. 2013).

Los seres humanos requieren más que necesidades materiales para sobrevivir, es de gran importancia los vínculos sociales y culturales con los demás, que propicien actitudes en las cuales se reconozcan y comprendas los sentimientos y emociones del otro. Lopata, (1995) sugiere que las viudas necesitan una combinación de varios tipos de sistemas de apoyo económico, social y psicológico. En el caso de las víctimas del conflicto armado, singularmente en los momentos de afrontamiento de las situaciones traumáticas, el apoyo social genera un ambiente de tranquilidad y confianza que les posibilita afrontar de la manera más adecuada los problemas. Llama la atención la baja presencia de apoyo familiar que Mar Eva evidencia en la entrevista, según ella:

“Mi familia a pesar de ser unida, que nos levantaron muy unidos, yo creo que hubo una parte egoísta y eso hace que el compartir no se dé...” G1.216

El apoyo social suele constituirse principalmente por los miembros de la familia nuclear. Estos vínculos constituyen un elemento indispensable que protege a las personas de las consecuencias negativas, físicas y psicológicas, de sucesos estresantes o traumáticos; para que estas este tipo de apoyo funcione es necesario que exista entre ambas partes una especie de correspondencia que garantice el bienestar emocional y físico. Si no existe apoyo social, resulta complicado salvar las dificultades que se presentan:

“porque en mi familia hay personas económicamente bien, pero nunca llegaron con un mercado, nunca llegaron a decir ¿usted está enferma?, ¿necesita medicamentos?, no, prácticamente yo no recibí apoyo económico de ellos.” G1.217

En general, el apoyo social es de gran importancia para comprender, enfrentar y superar las problemáticas que desafortunadamente se presentan constantemente en la vida. La calidad del vínculo que se sostiene con su familia es un predictor de ajuste psicosocial y adecuada adaptación a las diversas transformaciones que trae consigo el conflicto armado. Como se revisó anteriormente, este aspecto resultó estar ausente en el recorrido como víctima de la informante; no obstante, se valió de otras estrategias para llevar adelante su proceso de reparación y reconstrucción vital.

9.3 CORRELACIÓN ESCALA DE COPING MODIFICADA/ ENTREVISTA SEMIESTRUCTURADA

A partir de los aspectos mencionados anteriormente, tanto con los puntajes arrojados por la Escala de Coping Modificada y las categorías obtenidas en la entrevista, se pretende relacionar algunos aspectos puntuales en las mismas.

Ilustración 5

RELACIÓN FACTORES PREPONDERANTES ESCALA DE LA ESCALA DE ESTRATEGIAS DE COPING MODIFICADA (EEC-M) Y CATEGORÍAS DE ANÁLISIS

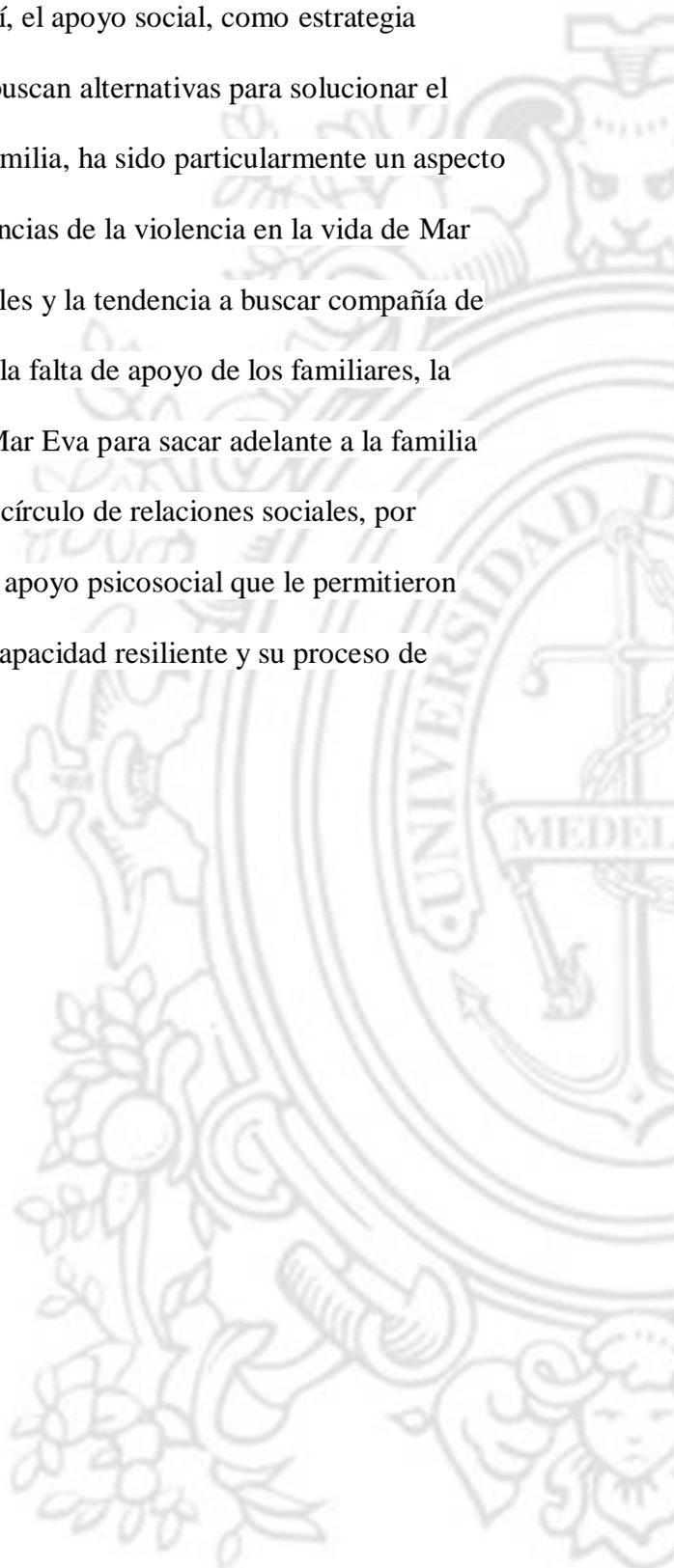
Entre los aspectos más representativos en los testimonios presentados por Mar Eva, y los puntajes arrojados en la prueba cuantitativa; constatamos el uso de la religión (Factor 4, P90) como forma de afrontamiento. Esta, es una estrategia cognitivo-comportamental expresada a través del rezo y la oración dirigido a tolerar o solucionar el problema o las emociones que se generan ante el problema. Según Djeriouat y Mullet (2013) la perspectiva religiosa podría facilitar el perdón, ya que impulsa a las personas a sentir compasión por el agresor y disminuye la necesidad de venganza. La informante destacó su actitud esperanzadora y su fe para encontrar

ayudas espirituales de apego a un ser superior para encontrar consuelo, paz interior y fuerza para encarar y superar la adversidad. Este tipo de refugio permitió, además, el desarrollo de factores de resiliencia que le permiten adaptarse y gestionar de manera adecuada las adversidades, a través de una actitud positiva en aras de buscar las capacidades y recursos personales para lidiar con los obstáculos. Dichos resultados son consistentes con la prueba cuantitativa en uno de los factores: solución de problemas (Factor 1, P75) puesto que es una estrategia cognitiva en la que se busca analizar las causas del problema y generar alternativas de solución. Mar Eva, reconoce sus enormes capacidades de afrontamiento para superar la difícil situación en que se encontraba después de los hechos de violencia y además convertirse en una potencial defensora de derechos como víctima y en nombre de otras víctimas.

De igual forma, otros factores como el apoyo profesional (Factor 6, P90) y apoyo social (Factor 2, P20) presentan concordancia con las narrativas de Mar Eva. Por una parte, el apoyo profesional se entiende como una estrategia comportamental en la cual se busca el recurso profesional para solucionar el problema o las consecuencias del mismo. Mar Eva, refiere en su testimonio y los puntajes de la Escala de Coping, la importancia de brindar atención psicosocial a través del soporte y apoyo emocional, con prácticas de reconciliación que permite acompañar la vulnerabilidad de las víctimas luego de los hechos victimizantes y en los procesos de reparación y justicia. Reconoce que las formas de apoyo organizativo y acompañamiento psicosocial contribuyen en la superación de la experiencia traumática, además de la restauración del sentido de la vida y la realidad en general.

En muchos casos, las mujeres víctimas pueden contar con este tipo de espacios para narrar sucesos de los que no se habla en el marco de la familia; tal como pasó con Mar Eva, quien no encontró en su sistema familiar el soporte o las relaciones de apoyo significativas para encontrar

una mejoría frente al impacto traumático o el duelo. Así, el apoyo social, como estrategia comportamental en la cual se expresa la emoción y se buscan alternativas para solucionar el problema con otra u otras personas, especialmente la familia, ha sido particularmente un aspecto ausente en el proceso de afrontamiento de las consecuencias de la violencia en la vida de Mar Eva. El apoyo social comprende las interacciones sociales y la tendencia a buscar compañía de las otras personas en situaciones estresantes, por tanto, la falta de apoyo de los familiares, la soledad y demás dificultades abruma a mujeres como Mar Eva para sacar adelante a la familia sola. Sin embargo, esta situación la obligó a rehacer su círculo de relaciones sociales, por ejemplo, con las organizaciones sociales, los grupos de apoyo psicosocial que le permitieron establecer nuevas redes de apoyo que favorecieron su capacidad resiliente y su proceso de reparación.



10. DISCUSIÓN

Teniendo en cuenta el objetivo del presente estudio que fue describir la experiencia e historia de vida de una mujer de 60 años, víctima del conflicto armado, perteneciente al municipio de Andes, a través del reconocimiento de sus estrategias de afrontamiento y los niveles de resiliencia, se puede decir que dicho objetivo se cumplió satisfactoriamente. Los resultados descritos, si bien no se pueden generalizar a otras poblaciones dado que no están basados en una muestra aleatoria, sí aportan datos concordantes con otras investigaciones. Asimismo, contribuyen con la construcción de memoria histórica del conflicto armado colombiano desde las narrativas femeninas.

Las estrategias de afrontamiento y los niveles de resiliencia son conceptos que cobran cada vez más vigencia en los estudios sobre las consecuencias sobre el conflicto armado colombiano. Los impactos, las pérdidas y daños producidos por la guerra afectan distintivamente a hombres y mujeres. De tal modo que, añadir un enfoque de género a estas investigaciones permite revisar particularmente de qué manera las mujeres, como principales sobrevivientes, han sido impactadas por estos hechos victimizantes.

Tal es el caso de Mar Eva, una víctima del conflicto que nos demuestra a través de sus relatos, una experiencia traumática, la forma en qué lo vivió, lo afrontó, y las estrategias que utilizó para sobrellevar la situación y su cotidianidad. Entre sus palabras, rescatamos el uso de la religión y la fe en Dios como recurso principal para afrontar los eventos traumáticos producidos por el conflicto. Esta búsqueda de la religión, es más una búsqueda de respuestas, de verdades, de sentido y fortaleza ante situaciones que no puede controlar. “El afrontamiento religioso es aquel tipo de afrontamiento donde se utilizan creencias y comportamientos religiosos para prevenir y/o aliviar las consecuencias negativas de sucesos de vida estresantes como para facilitar la

resolución de problemas”. (Pargament, 1997). Respecto al género, los estudios evidencian que las creencias y el afrontamiento religioso es más utilizado en las mujeres que en los hombres (Brown et al., 2010).

La religión no solo ayuda a afrontar las difíciles experiencias de las personas victimizadas, sino que además facilita la capacidad de las personas para perdonar a los agresores. Para Mar Eva, el perdón es una medida relevante en la medida que la libera de sentimientos negativos como el dolor y rencor. Sin embargo, estos resultados no son congruentes con la investigación llevada a cabo por López, W. et, al. (2013) quienes indagaron la disposición a perdonar de los colombianos en el contexto del conflicto armado colombiano, y encontraron que había una baja disposición a perdonar.

No obstante, cuestiones como la superación del dolor, el perdón y la reparación se posibilitan si van de la mano de un apoyo psicosocial. En dicho acompañamiento, Mar Eva, al igual que muchas mujeres, ha encontrado un lugar de escucha y comprensión donde logra entender sus propias reacciones ante el impacto de la violencia, retoma el control de su vida y además moviliza otras formas de apoyo mutuo entre las propias mujeres víctimas. Bello (2006), propone que la intervención psicosocial incluya elementos que contribuyan a la reconstrucción de la identidad, propiciar la autonomía que permita potencializar sus capacidades de agencia tanto individual como colectiva; favorecer la satisfacción de las necesidades básicas que garanticen su subsistencia, es decir, acciones de protección del Estado; y el despliegue de recursos propios, la activación de redes sociales e institucionales, nuevos lazos y vínculos. Una investigación realizada con mujeres víctimas de desplazamiento muestra apreciaciones semejantes respecto a la importancia del apoyo psicosocial. Una participante del estudio “identifica como oportuno su participación en espacios de acompañamiento psicosocial, en la generación de estrategias de

recuperación emocional y de reestructuración de su proyecto de vida lo cual identifica como más prioritario al recurso económico”. (Albarracín, L., Contreras, K. 2016)

“Los hechos de violencia han dejado huellas profundas y diferenciales en sus cuerpos y en su psiquis, han trastocado su cotidianidad y han alterado sustancialmente sus creencias y sus formas y proyectos de vida”. (Grupo de Memoria histórica, 2013). Pese a las terribles consecuencias que trae consigo el conflicto armado y el sufrimiento que conlleva, personas como Mar Eva, han demostrado que no solo son víctimas, sino también agentes de cambio y activistas que luchan para que las demás víctimas también tengan procesos de reparación de acuerdo a sus necesidades y capacidades.

Este trabajo con una mujer víctima del conflicto armado en el municipio de Andes deja como resultado una memoria narrada y escrita que dan cuenta de los niveles de resiliencia y estrategias de afrontamiento frente a experiencias relacionadas con el conflicto armado, pero además hace visible la necesidad de que se escuche la experiencia de otras mujeres, los cambios inesperados que produce el conflicto, la degradación de sus proyectos de vida y la forma en que logran sobrellevar o no, este tipo de situaciones. Asimismo, los resultados documentados ofrecen información sobre aspectos importantes y necesidades específicas a tener en cuenta a la hora de diseñar e implementar estrategias de acompañamiento psicosocial a mujeres a partir de los hechos victimizantes.

Es importante generar estudios que profundicen el papel de la familia como red de apoyo social. Conjuntamente cómo este soporte facilita el proceso de adaptación, reparación y recuperación de las personas luego de situaciones traumáticas. O por el contrario, evaluar las consecuencias y dificultades que generan determinadas características o funciones que adoptan

las redes de apoyo social o familiar frente a los efectos y desenlaces del conflicto armado colombiano.

11. CONCLUSIONES

La información presentada en este material aporta elementos claves para las investigaciones que evalúan las estrategias de afrontamiento y los niveles de resiliencia; lo anterior, desde un enfoque de género que diferencia a las mujeres como principales sobrevivientes del conflicto armado y una población poco tenida en cuenta para el estudio de estas temáticas.

Es posible, a partir de la historia de vida de una mujer sobreviviente, no sólo visibilizar su realidad y sacarla del anonimato, sino aportar en la construcción de la memoria histórica del país. Puesto que en Colombia son pocos los trabajos que han aportado a la construcción de la memoria histórica desde los relatos de las mujeres víctimas sobrevivientes.

A partir de los resultados expuestos también se refleja la necesidad de trabajo psicosocial con las víctimas en el municipio que incluyan estrategias políticas y psicosociales que pongan frente a la situación de conflicto que sigue viviendo las comunidades. Claramente, la informante expresó la falta de compañía por parte del estado con las víctimas, específicamente, las mujeres del municipio de Andes. Este tipo de acompañamiento debe considerar las particularidades de la población, conocer y reconocer los múltiples contextos sociales, políticos y culturales a los cuales pertenecen las víctimas para poder acompañarlas respetuosamente.

12. LIMITACIONES

La limitación más importante de este estudio fue la dificultad para que algunas mujeres víctimas del conflicto armado accedieran a compartir sus experiencias de los hechos victimizantes. Otras se negaron a colaborar luego de haber confirmado la participación en el trabajo de investigación.

13. SUGERENCIAS

Para las futuras investigaciones se sugiere utilizar otro tipo de diseño de investigación, puesto que, al ser caso único, la población es ínfima para generalizar los resultados a otras muestras. Asimismo, se recomienda centrar la atención generalmente en las mujeres víctimas del conflicto armado pertenecientes al municipio de Andes, en vista de que, como se evidencia en el estudio, es una población invisibilizada y poco tenido en cuenta en los procesos de reparación.

14. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Albarracín, L., Contreras, K. (2016) La fuerza de las mujeres: un estudio de las estrategias de resiliencia y la transformación en la ocupación humana de mujeres víctimas del conflicto armado en Colombia. (Tesis de posgrado). Universidad Distrital Francisco José de caldas. Bogotá, Colombia.
- Amar, J., Utria, L., Abello, R., Becoña, M y Crespo. F. (2014). Construcción de la escala de factores personales de resiliencia (FPR-1) en mujeres víctimas del desplazamiento forzado en Colombia. *Universitas Psychologica*, 13 (3), 853-864
- Amnistía Internacional (2008). ¡Déjennos en paz! La población civil, víctima del conflicto armado colombiano. Bogotá: Amnistía Internacional.
- Arnosó, M., Cárdenas, M., Beristain, C. & Afonso, C. (2017). Armed Conflict, Psychosocial Impact and Reparation in Colombia: Women's Voice. *Universitas Psychologica*, 16(3), 36-47
- Becoña, E. (2006). Resiliencia: definición, características y utilidad del concepto. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 11(3), 125-146.
- Bello, M. (2006). Enfoque psicosocial. En M. N. Bello, Convenio interadministrativo N°306 de 2005. Evaluación y estudio técnico de la gerencia e impacto social de los proyectos de intervención psicosocial a la población en situación de desplazamiento forzado interno por la violencia en Colombia. 2000 – 2005 (págs. 34-44). Bogotá: Universidad Nacional de Colombia.

- Biglia, B., & Bonet-Martí, J. (2009). La construcción de narrativas como método de investigación psicosocial. Prácticas de escritura compartida. *Forum Qualitative Social Research, 10*(1), 1-17
- Bonilla, A. (2006). ¿Qué guerra?, ¿Cuál paz? Una Mirada al conflicto (Tesis de posgrado) Escuela Superior de Administración Pública. Bogotá.
- Britto, D. (2009). Mujeres: el cuerpo de la Memoria. En CNRR, Grupo de Memoria Histórica, Memorias en Tiempo de Guerra. Repertorio de Iniciativas (pp.50- 65). Bogotá: Punto Aparte. Recuperado de https://www.centrodememoriahistorica.gov.co/descargas/informes2009/memoria_tiempos_guerra_baja.pdf
- Brown, J., Cherry, K., Marks, L., Jackson, E., Volaufova, J., Lefante, C., et al. (2010). After Hurricanes Katrina and Rita: gender differences in health and religiosity in middle-aged and older adults. *Health Care Women, 31* (11), 997-1012.
- Calderón, J. (2016). Etapas del conflicto armado en Colombia: hacia el posconflicto. *Latinoamérica. Revista de Estudios Latinoamericanos, (62)*, 227-257.
- Campo, A., Oviedo, H., & Herazo, E. (2014). Prevalencia de síntomas, posibles casos y trastornos mentales en víctimas del conflicto armado interno en situación de desplazamiento en Colombia: una revisión sistemática. *Revista colombiana de psiquiatría, 43*(4), 177-185.
- Cárdenas, M., Madrid, M. y Rodríguez, J., “Bases para la construcción del posconflicto en Colombia”, en Miguel Eduardo Cárdenas [coord.], *La construcción del posconflicto en Colombia: enfoques desde la pluralidad*, Bogotá, Fescol/Cerec, 2003, p. 19.

- Castillo, A, Palma, E. (2016). Resiliencia en mujeres viudas por el conflicto armado vinculadas a Funvida en Tumaco. (Tesis de posgrado). Pontificia Universidad Javeriana. Santiago de Cali, Colombia
- Cely, D. (2014). ¡Grupo de Memoria Histórica, Basta ya! Colombia: Memorias de guerra y dignidad (Bogotá: Imprenta Nacional, 2013), 431 pp. 1. *Historia y sociedad*, (26), 274-281.
- Combarías, H. (2001). La Resiliencia. El oculto potencial del ser humano. Revista Comfenalco para afiliados. Edición No. 50.
- Comité Internacional de la Cruz Roja (2008). ¿Cuál es la definición de “conflicto armado” según el derecho internacional humanitario?, *Documento de Opinión. Recuperado de <https://www.icrc.org/spa/assets/files/other/opinion-paper-armed-conflict-es.pdf>*
- Conflictos Armados, Colombia (s.f). Escola de Cultura de Pau: Base de Datos sobre Conflictos y Construcción de Paz. Bellaterra, España. Recuperado de <http://escolapau.uab.es/conflictosypaz/ficha.php?idfichasubzona=68¶midioma>
- Convención Interamericana para Prevenir, Sancionar y Erradicar la Violencia Contra la Mujer (1994) “Convención De Belém do Pará”. Brasil: OEA. 8(3), 673–682.
- Corporación Sisma Mujer. (2006). “Necesidad de adoptar una política pública para las mujeres en situaciones de desplazamiento forzado”. Observatorio de derechos humanos de las mujeres en Colombia -En situaciones de conflicto armado las mujeres también tienen derechos-. Colombia: Corporación Sisma Mujer, p. 2.
- Cortés, Á., Torres, A., López, W., Pérez, D., & Pineda, C. (2016). Comprensiones sobre el perdón y la reconciliación en el contexto del conflicto armado colombiano. *Psychosocial intervention*, 25(1), 19-25.

- Cyrulnik, B (2006). La resiliencia: desvictimizar la víctima. Editorial Feriva Ltda. Cali, Colombia
- De Las Mujeres, R. P. (2013). La verdad de las mujeres víctimas del conflicto armado en Colombia. *Bogotá, Colombia: Ruta Pacífica de las Mujeres.*
- Definición Conflicto Armado (s.f). Escola de Cultura de Pau: Base de Datos sobre Conflictos y Construcción de Paz. Bellatera, España. Recuperado de <http://escolapau.uab.cat/conflictosypaz/definiciones.php> dignidad. Bogotá: Imprenta Nacional.
- Di-Collredo, C., Aparicio, D., & Moreno, J. (2007). Descripción de los estilos de afrontamiento en hombres y mujeres ante la situación de desplazamiento. *Psychologia. Avances de la disciplina, 1*(2).
- Djeriouat, H. y Mullet, E. (2013) Public perception of the motives that lead political leaders to launch interstate-armed conflicts: A structural and cross-cultural study. *Universitas Psychologica. 12 2 2013 327-46*
- El suroeste. “En Andes: Sobrevivientes del conflicto armado reciben indemnización económica”. 13 de febrero de 2018. Recuperado de: <http://periodicoelsuroeste.com/andes-sobrevivientes-del-conflicto-armado-reciben-indemnizacion-economica/>
- Fernández, E. (1997). Estilos y Estrategias de Afrontamiento. Cuaderno de prácticas de motivación y emoción, Madrid: Pirámide.
- Forés, A., & Grané, J. (2008). La resiliencia. *Crecer desde la adversidad.*

- García, M. & Domínguez E. (2013). Desarrollo teórico de la resiliencia y su aplicación en situaciones adversas: Una revisión analítica. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 11 (1), 63-77.
- Garmezy, N. (1991). Resilience in children's adaptation to negative life events and stressed environments. *Pediatric Annals*, 20, 459-466.
- Güiza, L., Rodríguez, C., Ríos, B. y Moreno, S. (2016). Género y empoderamiento comunitario en un contexto de posconflicto: el caso de Vergara, Cundinamarca (Colombia). *Estudios Socio-Jurídicos*, 18(2), 117-146. Doi: [x.doi.org/10.12804/esj18.02.2016.04](https://doi.org/10.12804/esj18.02.2016.04)
- Halsted, M.; Bennet, S. & Cunningham, W. (1993). Measuring Coping in Adolescents: An Application of the Ways of Coping Checklist. *Journal of Clinical Child Psychology*, 22(3) 337-344
- Herrera, M., & Bedoya, C. P. (2015). Narrativas femeninas del conflicto armado y la violencia política en Colombia: contar para rehacerse. *Revista de Estudios Sociales*, (53), 150-162.
- Hewitt, N., Gantiva, C., Vera A., Cuervo, M., Juárez, F., & Parada, A. (2014). Afectaciones psicológicas de niños y adolescentes expuestos al conflicto armado en una zona rural de Colombia.
- Hewitt, N., Juárez, F., Parada, A., Guerrero, J., Romero, Y., Salgado A., y Vargas, M. (2016). Afectaciones psicológicas, estrategias de afrontamiento y niveles de resiliencia de adultos expuestos al conflicto armado en Colombia. *Revista Colombiana de Psicología*, 25(1), 125-140

- Iglesias, E. (2006). Resiliencia: definición, características y utilidad del concepto. *Revista de psicopatología y psicología clínica*, 11(3), 125-146.
- Lazarus, R. y Folkman, S. (1986). *Estrés y procesos cognitivos*, Barcelona: Martínez Roca.
- Ley 1257 de 2008 "Por la cual se dictan normas de sensibilización, prevención y sanción de formas de violencia y discriminación contra las mujeres, se reforman los Códigos Penal, de Procedimiento Penal, la Ley 294 de 1996 y se dictan otras disposiciones".
Recuperado el 20 de junio de 2015 de
<http://www.alcaldiabogota.gov.co/sisjur/normas/Norma1.jsp?i=34054>
- Ley 1448 de 2011 Por la cual se dictan medidas de atención, asistencia y reparación integral a las víctimas del conflicto armado interno y se dictan otras disposiciones. Recuperado el 20 de junio de 2015 de
<http://www.alcaldiabogota.gov.co/sisjur/normas/Norma1.jsp?i=43043>
- Ley 1448. (2011). Ley de víctimas y restitución de tierras. Bogotá: Ministerio de Justicia y del Derecho.
- Londoño, N. H., Henao López, G. C., Puerta, I. C., Posada, S., Arango, D., & Aguirre-Acevedo, D. C. (2006). Propiedades psicométricas y validación de la Escala de Estrategias de Coping Modificada (EEC-M) en una muestra colombiana. *Universitas Psychologica*, 5(2), 327-350.
- López, W., Pineda, C., Murcia, M., Perilla, D. y Mullet, E. (2013). Forgiving perpetrators of violence: Colombian people's position. *Social Indicators Research*, 114, 287-301.
- Luthar, S., Cicchetti, D. y Becker, B. (2000). Research on resilience: Response to commentaries. *Child Development*, 71, 573-575.
- Madarriag, J. (2014). *Nuevas Miradas sobre la resiliencia*. Madrid: Gedisa S.A.

- Masten, A.S. (2001). Ordinary magic. Resilience processes indevelopment. *American Psychologist*, 56, 227-238.
- McCullough, M. y Root, L. (2005). Forgiveness as change. En E. Worthington (Ed.),
- McDonald, L. (2010). Psychosocial rehabilitation of civilians in conflict-affected settings. En E. Mertz (Ed.), *Trauma rehabilitation after war and conflict, community and individual perspectives* (pp. 215-245). USA: Springer.
- Molano, F. (2019) Reflexiones metodológicas de segundo orden en la reconstrucción colectiva de las memorias de y con las víctimas de Estado. En: SERNA, Adrián. *Memorias en crisoles*. Bogotá: Universidad Distrital Francisco José de Caldas,
- Molina, N. (2010). Reconstrucción de memoria en historias de vida. Efectos políticos y terapéuticos. *Revista de estudios sociales*, (36), 64-75.
- Moncarz, E. (2016). Agenda de las mujeres. Obtenido de Agenda de las mujeres: <http://agendadelasmujeres.com.ar/>
- Monroy, L., & Ramírez, C. (2016). La familia como red de apoyo social en estudiantes universitarios que ingresan a primer semestre. *Espiral, Revista de Docencia e Investigación*, 6(2), 79-90.
- Munévar, M., Castro, X. (2018). Escuchando a las víctimas del conflicto armado colombiano: la experiencia de un dispositivo de atención psicosocial. *Revista CS*, (25), PP. 81-109.
- Muñoz, J. (2005). Análisis cualitativo de datos textuales con ATLAS.ti 5. [Versión electrónica]. Barcelona: Universidad Autónoma de Barcelona
- Nasi, C., & Rettberg, A. (2005). Los estudios sobre conflicto armado y paz: un campo en evolución permanente. *Colombia internacional*, (62), 64-85.

- Nelson, M. (2010). Reconstrucción de memoria en historias de vida. Efectos políticos y terapéuticos. *Revista de estudios sociales*, (36), 64-75.
- Obando, L., Salcedo, M. & Correa, L. (2017). La atención psicosocial a personas víctimas del conflicto armado en contextos institucionales de salud pública. *Psicogente*, 20(38), 382-397.
- Pargament, K. (1997). *The Psychology of Religion and Coping: Theory, Research, Practice*. New York, NY: Guilford Press
- Protocolo II adicional a los Convenios de Ginebra de 1949 relativo a la protección de las víctimas de los conflictos armados sin carácter internacional de 1977
- Puig, G., & Rubio, L. (2010). Tutores de resiliencia. *Dame un punto de apoyo y moveré*.
- Quiñones, A. (2007). Resiliencia. Resignificación creativa de la adversidad. Universidad Distrital Francisco José de Caldas.
- Ramírez C. (2010). Ley 1257 de 2008 sobre no violencia contra las mujeres. *Herramientas para su aplicación e implementación*, Bogotá, Corporación Sisma Mujer, 166p.
- Rico, M. (2014). Mujer: blanco del conflicto armado en Colombia. *Analecta política*, 301-318.
- Rutter, M. (1985). Resilience in the face of adversity: Protective factors and resistance to psychiatric disorders. En: *British Journal of Psychiatry*, No.147, pp. 598 - 611.
- Sacipa, R. (2003). Lectura de los significados en historias del desplazamiento y de una organización comunitaria por la paz. *Universitas Psychologica*, 2(1).
- Sacipa, R., Tovar, G., Sarmiento, L., Gómez, A., & Suarez, M. P. (2013). La psicología política en Colombia. *Juillet 2013*.

- Salcedo, D. (2013). Género, derechos de las víctimas y justicia transicional: Retos en Colombia. *Revista Paz y Conflictos*, N° 6, 124-151.
- Sampieri, R. (1998). *Metodología de la investigación*. Mexico: Macgraw Hill.
- Spilka, B. (2005). Religious Practice, Ritual and Prayer. En *Handbook of the Psychology of Religion and Spirituality*. New York-London: The Guilford Press, 43-61.
- Stake, R. (1994) Case Study, en Denzin, N.K. & Lincoln, Y.S. (Eds.) (1994) *Handbook of Qualitative Research*. Sage. London: 236-247.
- Tovar, P. (2006). *Las viudas del conflicto armado en Colombia: memorias y relatos*.
- BogotáYoffe, L. (2015). Afrontamiento religioso espiritual de la pérdida de un ser querido. *Avances en psicología*, 23(2), 155-175.
- Venegas, B y Gómez C. (2015). La resiliencia en la construcción de los proyectos de vida: una perspectiva de la mujer víctima de desplazamiento forzado (Trabajo de grado). Universidad Nacional Abierta y a Distancia UNAD, Popayán, Colombia
- Vinaccia, S., Tobón, S., Sandín, B., & Martínez, E. (2001). Estrés psicosocial y úlcera péptica duodenal: una perspectiva bio-social. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 33(2), 117-130.
- Wallesteen, P., Sollenberg, M. (2001) "Armed Conflict, 1989-2000", en *Journal of Peace Research*, vol. 38.
- Werner, E. & Smith, R. (1982). *Vulnerable but invincible: A study of resilient children*. New York: McGraw-Hill.
- Wilches, I. (2010). Lo que hemos aprendido sobre la atención a mujeres víctimas de violencia sexual en el conflicto armado colombiano. *Revista Universidad de Los Andes*, 36, 86-94. doi: 10.7440/res36.2010.08

Yoffe, L. (2015). Afrontamiento religioso espiritual de la pérdida de un ser querido. *Avances en psicología*, 23(2), 155-176.

Zeidner, M., & Endler, N. (1996). *Handbook of coping: Theory, research, applications*. New York: John Wiley & Sons.



ANEXOS

ANEXO 1. CONSENTIMIENTO INFORMADO

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Nombre de la Investigación:

ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO Y NIVELES DE RESILIENCIA EN UNA MUJER VÍCTIMA DEL CONFLICTO ARMADO DEL MUNICIPIO DE ANDES.

ESTUDIO DE CASO ÚNICO

Responsable: Viviana María Contreras Echeverri

El presente proyecto es realizado por la estudiante del pregrado de Psicología de la Universidad de Antioquia, Viviana María Contreras Echeverri.

La meta de este estudio es describir la experiencia e historia de vida de una mujer de 60 años, víctima del conflicto armado, perteneciente al municipio de Andes, a través del reconocimiento de sus estrategias de afrontamiento y los niveles de resiliencia.

Si usted accede a participar en este estudio, se le pedirá responder preguntas en una entrevista semiestructurada, además de diligenciar el test (ESCALA DE ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO DE MODIFICADA). Esto tomará aproximadamente ___60___ minutos de su tiempo, distribuidos en varias sesiones. Lo que conversemos durante estas sesiones se grabará, de modo que el investigador pueda transcribir después las ideas que usted haya expresado.

La participación en este estudio es estrictamente voluntaria. La información que se recoja será confidencial y no se usará para ningún otro propósito fuera de los de esta investigación. Sus

respuestas al cuestionario y a la entrevista serán codificadas usando un pseudónimo y por lo tanto, serán anónimas. Una vez transcritas las entrevistas, las grabaciones se eliminarán.

Si tiene alguna duda sobre este proyecto, puede hacer preguntas en cualquier momento durante su participación en él. Igualmente, puede retirarse del proyecto en cualquier momento sin que eso lo perjudique en ninguna forma. Si alguna de las preguntas durante la entrevista le parece incómodas, tiene usted el derecho de hacérselo saber al investigador o de no responderlas.

A continuación, se condensa una serie de informaciones que usted deberá tener en cuenta para firmar el presente consentimiento informado, autorizando la participación de los estudiantes.

La decisión de autorizar de forma libre y voluntaria el ser entrevistado por los estudiantes.

Autorización de grabación de voz del proceso de entrevista.

No tendrá que hacer gasto económico alguno durante la investigación.

No recibirá pago por su participación.

La información obtenida durante el proceso de investigación de la estudiante, se mantendrá en estricta confidencialidad, y serán usados exclusivamente con fines académicos y para ningún otro fin.

Si requiere información, presenta alguna duda con respecto al proyecto o desea contactar a la estudiante puede comunicarse al siguiente número: 317 617 78 94

Declaro que he sido informado de los objetivos y fines de la investigación de la estudiante de la Universidad de Antioquia y estando conforme con la información que se me ha dado, de forma libre y voluntaria, acepto participar de la investigación.

Nombre: _____

Firma: _____

Por la Universidad de Antioquia:

Nombre del Estudiante: _____

Firma: _____

ANEXO 2. GUÍA ENTREVISTA SEMIESTRUCTURADA

GUÍA ENTREVISTA SEMIESTRUCTURADA I
ANTES DE LOS HECHOS VICTIMIZANTES
<ul style="list-style-type: none"> • ¿De dónde es? • ¿A qué se dedica? • ¿Qué solían hacer las mujeres en su municipio de residencia? • ¿Cuáles eran las fuentes de ingreso en la familia? • ¿Cómo era un día en la vida de Mar Eva? • ¿Cómo era la vida antes de los hechos violentos? • ¿Cómo era la relación con su familia? • ¿Qué hacían para divertirse?
DURANTE LOS HECHOS VICTIMIZANTES
<ul style="list-style-type: none"> • ¿Cuáles fueron los hechos más difíciles?

- ¿Cuéntame la experiencia de estar en un ambiente rodeado de violencia?
- ¿Cómo ocurrieron los hechos?
- ¿Cuándo llegó la guerra a su territorio?
- ¿Por qué cree que sucedió?
- ¿Cómo le afectó a usted, a su familia, a sus amigos?
- ¿Cómo afrontó esa situación?
- ¿Qué hizo después de los hechos violentos?
- ¿Qué daños físicos y emocionales reconoce luego de la situación de conflicto?

DESPUÉS DE LOS HECHOS VICTIMIZANTES

- ¿Cómo se recuperó?
- ¿Ha tenido personas que la han apoyado para seguir adelante?
- ¿Alguna vez buscó ayuda específica para salir delante de los problemas?
- ¿Qué aprendió usted de esto?
- ¿Cómo le ha cambiado a usted la vida?
- ¿Cuéntenos de su familia? ¿Y qué tan importantes han sido en este proceso de reparación?
- ¿Qué cree que se pueda hacer para que no se repitan estos hechos?
¿Cómo ve su futuro?