

**RESILIENCIA EN MUJERES EMBARAZADAS CABEZA DE FAMILIA
PERTENECIENTES A LA COMUNA 6 DE CÚCUTA**

**ASTRID CAROLINA CAICEDO RENTERIA
MARIA FERNANDA BONILLA OROZCO**



**UNIVERSIDAD SIMÓN BOLÍVAR EXTENSIÓN CUCUTA
PROGRAMA ACADÉMICO DE PSICOLOGÍA
SAN JOSÉ DE CÚCUTA**

2018

**RESILIENCIA EN MUJERES EMBARAZADAS CABEZA DE FAMILIA
PERTENECIENTES A LA COMUNA 6 DE CÚCUTA**

**ASTRID CAROLINA CAICEDO RENTERIA
MARIA FERNANDA BONILLA OROZCO**

**TUTOR
VIVIAN VANESA ARENAS**



**UNIVERSIDAD SIMÓN BOLÍVAR EXTENSIÓN CUCUTA
PROGRAMA ACADÉMICO DE PSICOLOGÍA
SAN JOSÉ DE CÚCUTA**

2018

Tabla contenido

INTRODUCCIÓN.....	4
PROBLEMA	6
Planteamiento del problema:	6
Formulación problema:.....	11
JUSTIFICACIÓN:.....	12
OBJETIVOS.....	15
Objetivo general:.....	15
Objetivos específicos:	15
MARCO REFERENCIAL	16
Antecedentes	16
Marco Teórico.....	26
Marco conceptual.....	37
Marco contextual	41
Marco Legal	42
DISEÑO METODOLOGICO	45
Diseño investigativo	45
Población y muestra.....	46
Instrumento	47
ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS.....	48
DISCUSIÓN.....	58
CONCLUSIONES.....	62
RECOMENDACIONES	63
APÉNDICES	64
REFERENCIAS	67

TITULO

**RESILIENCIA EN MUJERES EMBARAZADAS CABEZA DE FAMILIA
PERTENECIENTES A LA COMUNA 6 DE CÚCUTA**

INTRODUCCIÓN

La presente investigación hace referencia al tema de resiliencia, específicamente en mujeres embarazadas cabeza de familia, entendiéndose por la misma la capacidad que tienen las personas en este caso las mujeres de afrontar y superar las adversidades y problemáticas que se presentan en el diario vivir, o también como aquellas dificultades que permiten generar en las mujeres fortalezas para adquirir una experiencia y así saber sobrellevarlas situaciones que sean conflictos que son inherentes del ser humano y poder superarlas. (Carolin,2014)

Ahora bien el interés de realizarlo con la población anteriormente mencionada, es primordialmente por que las mujeres son personas que generan vida y su bienestar en el ámbito holista es decir, fisiológico social en especial el psicológico, permite estudiar e indagar como se encuentra su capacidad de afrontar las contextos difíciles que pueda conllevar su vida. Por ende es puntal conocer como ha venido cambiando la composición de jefaturas en los hogares.

De lo anterior se puede argumentar lo siguiente que se ha presentado un cambio notorio con relación a 2010 es el incremento, en un 18.1 por ciento, de los hogares unipersonales pasa de 9.4% a 11.1%. La frecuencia de hogares de 2 personas también aumenta con relación a 2010 pasa de 16.4% a 19.1%, es decir, aumenta en un 16.5 por ciento y aún la de hogares con 3 personas aumenta en un 4,5 por ciento al pasar de 22.3 por ciento a 23.3 por ciento pero todas las frecuencias de hogares de 4 personas en adelante disminuye. (ENDS, 2015). Por ello es un factor importante el indagar porque estas situaciones an aumentando y como estas condiciones influyen en la aptitud de las mujeres de transigir las contrariedades que se manifiestan.

Además el realizar la investigación con madres gestantes, es debido que en su estado atraviesan por unos numerados cambios de estados emocionales que son debido a diversas modificaciones fisiológicas; es decir que el estar embarazada puede convertirse en un factor de riesgo o un factor protector para hacer o desarrollar la resiliencia y efectuarla en sus vidas. Las madres poder enfrentar diversas trasformaciones por sus hijos y en especial por el neonato en estado de gestación, no todas las mujeres se sienten de la misma forma, depende de su carácter, de las circunstancias que le rodean y del apoyo que disponga en cada momento. El embarazo también va a provocar cambios en su entorno familiar y social. La relación con su pareja puede verse alterada ya que él también puede experimentar sentimientos contradictorios con respecto al embarazo y al futuro hijo/a, desde temores y preocupaciones hasta alegrías, satisfacción y orgullo. (Alcolea y Mohamed, 2015)

PROBLEMA

Planteamiento del problema:

Durante los últimos años se ha venido presentando un descenso en la composición familiar, en especial, que en la mayoría de los casos son las mujeres encargadas de la funcionalidad y estabilidad de sus familias, según la encuesta nacional de demografía y salud (ENDS) en su más reciente informe especifica que el promedio de personas por hogar en el total del país es de 3.5 y es prácticamente igual para las zonas urbanas (3.5 personas por hogar) y rurales (3.6 personas por hogar). Este promedio viene en descenso: en 2010, era 3.8 personas por hogar y en 2005, era de 4.1 personas por hogar. (ENDS, 2015).

Además, se ha detectado que la mayoría de las mujeres que han dado a luz son las responsables de cubrir las necesidades de su hogar, por ende, se han fortalecido de manera significativa y positiva, después de conocer su estado de gestación, siendo aspectos de personas resilientes, también se observa como refiere Carolin (2014):

Otro aspecto importante sobre la resiliencia es lo referente a la construcción de la misma, es como “tejer”: no hay que buscarla sólo en la interioridad de la persona ni en su entorno, sino entre los dos, porque anuda constantemente un proceso íntimo con el entorno social. (p15).

Una cantidad significativa de mujeres han logrado salir adelante, mejorando su condición, finalizando sus estudios, capacitándose en artes que le ayuden a aumentar sus fuentes de ingreso y cambiando su comportamiento, por lo tanto desde un punto de vista freudiano, la creatividad o el acto creativo serían generados a partir del conflicto interno(Grosser, 2007,p22). Lo anterior son patrones propios de personas resilientes, debido a que se destacan por saber aceptar la realidad tal y como es, tienen una profunda creencia en que la vida tiene sentido y tienen una inquebrantable capacidad para mejorar.

También se ha presentado que son aún más las mujeres jefas de hogar, en específico en el área urbana, En el promedio nacional, un 36.4 por ciento de los hogares declaran a una mujer como jefe del hogar. Se trata de un fenómeno más urbano que rural: un 39.6 por ciento de los hogares en la zona urbana y un 25.5 por ciento en la zona rural tienen jefatura femenina. (ENDS, 2015).

Por otra parte, se considera que las personas que tienen una adecuada resiliencia tienden a equivocarse menos, por ejemplo, suelen no sacar conclusiones precipitadas ante situaciones de estrés, sin antes corroborar las evidencias e interpretando de un modo más objetivo cada circunstancia de caos. Además Maldonado (como se citó en Asturias 2016) ofrece otro enfoque sobre resiliencia, enunciando que:

El sufrimiento, en cualquiera de sus versiones, puede considerarse como una maravillosa oportunidad para alcanzar el despertar y reencontrarse con el verdadero Ser. El Holismo, con

todo su espíritu de positivismo, brinda importantes herramientas Bio-Psico-Sociales para viajar hacia el encuentro con la resiliencia; la frontera hacia la recuperación final.

Por lo anterior, el tema de estudio del presente proyecto es resiliencia en mujeres embarazadas cabeza de hogar pertenecientes a los fami de la comuna seis de Cúcuta, quienes debido a diversos factores han tenido que buscar variadas alternativas para salir adelante, muchas veces siendo excluidas y rechazadas por la sociedad que no ofrece oportunidades. Estas mujeres llevan un proceso psicológico extenso de situaciones traumáticas durante su proceso de aceptar la responsabilidad que deben enfrentar.

Es claro que la resiliencia no se desarrolla en todos los individuos de la misma forma y que cada uno tiene diversas maneras de desenvolverse y adquirir capacidades para superar sus problemas, por lo cual es necesario dejar claro que cada cual forma sus capacidades y elige como desarrollarlas (Trujillo, 2015, p2).

Algunos recientes estudios realizados, presentan una tendencia creciente en los casos de embarazos mujeres cabezas de hogar en Cúcuta. Índices que son motivo de inquietud, debido a que esta condición se ha convertido en un factor importante en su estado emocional, ayudando al desarrollo de la Resiliencia en estas mujeres que dirigen el funcionamiento de su hogar. Este término moderno de la psicología hace referencia a la capacidad para enfrentar situaciones críticas, saliendo victorioso ante el infortunio,

fortaleciendo a la persona. De igual forma Kalbermatter (2006) afirma: “La resiliencia es considerada actualmente como un componente de la salud mental. Su función es desarrollar la capacidad humana de enfrentar, sobreponerse y ser fortalecido y transformado por las experiencias de adversidad” (p.11).

El embarazo es un estado físico donde la mujer experimenta cambios físicos, hormonales y psicológicos, por esto se puede apreciar patrones de comportamiento de defensa de estas mujeres que presentan esta condición, pues suelen desarrollar un instinto materno, Grimalt y Heresi (2012) lo define como

Apego prenatal. Su importancia radica en que existen asociaciones entre el apego prenatal y postnatal, lo que tiene importantes implicancias para el desarrollo cognitivo, emocional y social posterior del bebé, al asociarse directamente con la calidad de la relación madre-hijo y la sensibilidad para captar y responder a las manifestaciones de apego del bebé, luego del nacimiento del mismo.(p1)

De tal forma que pueda asumir su responsabilidad de madre, dando como resultado la resiliencia por su deseo de ofrecerle bienestar y protección a su hijo.

De acuerdo a investigaciones realizadas sobre el comportamiento de las personas se concluyó que estas reaccionaban dependiendo de las condiciones de su entorno, según Schwartzmann (como se citó en Alpi y Quiceno 2011)

La valoración que realiza una persona, de acuerdo con sus propios criterios del estado físico, emocional y social en que se encuentra en un momento dado, y refleja el grado de satisfacción, con una situación personal a nivel: 1. Fisiológico, como sintomatología general, discapacidad funcional, situación analítica, sueño y respuesta sexual. 2. Emocional, sentimientos de tristeza, miedo, inseguridad, frustración. 3. Social, situación laboral y académica, interacciones sociales en general, relaciones familiares, amistades, nivel económico, participación en la comunidad, actividades de ocio (p. 13).

Los primeros estudios sobre esta Resiliencia se iniciaron en los años setenta y buscaban identificar los factores de riesgo y de resiliencia que influían en el desarrollo de niños que se adaptan positivamente a pesar de vivir en condiciones de vida adversas.

Esta generación inicia con el interés de los investigadores por conocer las cualidades personales en un contexto de adversidad. Los investigadores de esta generación podrían agruparse al modelo tríadico de la resiliencia que organiza los factores resilientes y de riesgo en tres grupos: los atributos individuales, los aspectos de la familia y las características de los ambientes sociales de los individuos. La segunda generación comienza a mediados de los noventa y retoma el interés de la primera generación respecto a inferir los factores presentes en individuos factores de protección y/o resiliencia del embarazo adolescente con alto riesgo social que se adaptan positivamente, pero agregan el

estudio de la dinámica entre factores, que para ellos está en la base de aspectos de resiliencia (Ortega, 2011).

En los muchos institutos de Colombia se han utilizado programas de socialización para las madres cabeza de familia, lo cual ayuda al desarrollo psicosocial de dichas personas teniendo como base la interacción interpersonal con sus familiares esto tiene como propósito elevar la autoestima de las mujeres invitándolas a participar en actividades sociales, en estos casos fortalecen las habilidades de resiliencia que pueda tener cada una de ellas.

Según lo anterior las mujeres en estado de embarazo responder por un hogar tienen todas las herramientas necesarias para desarrollar sus habilidades sociales, psicológicas y emocionales para enfrentar su embarazo y por ende el rumbo de sus vidas de una forma positiva teniendo como pilar principal a hijos.

Ortega (2011) manifiesta “En este siglo en el área del desarrollo humano la tendencia es a promover el crecimiento del ser humano y dejar atrás el énfasis en los daños y la patología asignado a este tema, es así que de acuerdo a esta tendencia el concepto de resiliencia en los últimos años ha generado un interés especial” (p.29).

Formulación problema:

¿Cuál es la resiliencia en las mujeres embarazadas cabeza de familia pertenecientes a la comuna 6 de Cúcuta?

JUSTIFICACIÓN:

La resiliencia no es considerada como una característica innata del ser humano, ni tampoco como una capacidad que es totalmente adquirida durante el desarrollo de la persona, más bien es el resultado de un proceso interactivo entre las características congénitas de la persona y su medio, entrenándose para crear un sentido a las dificultades afrontadas y de percibir un aspecto positivo a toda dificultad que de coherencia a lo vivido y facilite su orientación para el futuro.

Thomsen (como se citó en Fullana 2004) refiere que durante muchos años los investigadores se han centrado en estudiar a las personas y sus problemas, enfocándose más en conocer lo que producían los problemas que en averiguar cómo las personas o grupo y comunidades los superaban. Además, explica que este tipo de investigaciones retrospectivas brindaban información sobre cómo era la gente después de que los problemas habían estado presentes durante un periodo de tiempo. Por otra parte, Warner, Garmez y Rutter, (citado por Fullana, 2004) cambiaron el enfoque y utilizaron las reglas de investigación prospectiva a largo plazo y se dieron cuenta que algunas personas estudiadas en entorno de alto riesgo, contra todo pronóstico, mostraban un apropiado nivel de adaptación y de éxito, a pesar de las circunstancias negativas.

No obstante la resiliencia es un término cuyo estudio científico empieza a desarrollarse desde la psicología, las investigaciones que giran en torno a este concepto tratan de develar como personas que a pesar de haber sido criadas en ambientes de alto riesgo y en condiciones que aumentan las posibilidades de presentar psicopatologías y desadaptaciones sociales, se desarrollan psicológicamente sanas y socialmente exitosas.

La elección de la temática de la resiliencia en madres cabeza de hogar embarazadas se debió, tanto a su relevancia como problema social y de salud, como a la poca cantidad de investigaciones sobre la salud mental de estas mujeres que deben enfrentar diferentes dificultades en un estado de vulnerabilidad, bajo un contexto conflictivo y de limitaciones. “Es claro que la resiliencia no se desarrolla en todos los individuos de la misma forma y que cada uno tiene diversas maneras de desenvolverse y adquirir capacidades para superar sus problemas” (Kolb como se citó en Trujillo, 2015). Por lo cual es necesario dejar claro que cada cual forma sus capacidades y elige como desarrollarlas.

Además los beneficios que aporta esta investigación son significativos, a nivel social, para la psicología y para la institución con la que se trabajó, se entregaran un estudio que permite conocer los niveles de resiliencia, lo cual aporta información relevante y viable que puede llegar a generar el diseño de programas preventivos en salud mental, para fortalecer la capacidad de las mujeres gestantes cabeza de hogar ayudándole a encontrar y por qué no, desarrollar estrategias que permitan un afrontamiento positivo ante las adversidades que se

les puede presentar en sus vidas. También de un aporte metodológico al utilizar la escala de resiliencia de Walding y Young, debido que el emplear este instrumento ayuda a continuar y seguir reafirmado la validación del mismo

Esta investigación está enfocada en conocer como es la conducta de superación de las mujeres cabeza de familia que se encuentran en estado de embarazo pertenecientes a la comuna seis de Cúcuta, por medio del test de adaptación de la escala de resiliencia Wagnild y Young y identificando las fuentes de motivación para el cambio de su conducta.

Teniendo como referencia el concepto de resiliencia que “Recientemente se ha conceptualizado como un proceso dinámico que involucra la interacción entre los procesos de riesgo y protección tanto internos como externos del individuo que se ponen en juego para modificar los efectos de los sucesos adversos de vida” (González, López & Valdez 2016,p.4). Se puede inferir que se debe a la motivación que pueda tener cada una.

La población central de esta investigación son las mujeres embarazadas cabeza de hogar, partiendo de la suposición que la principal motivación que tienen ellas para tomar las decisiones de su vida son sus propios hijos, teniendo en cuenta que durante el embarazo se generan varios cambios tanto corporales como hormonales, psicológicos y conductuales que pueden afectar de forma directa el comportamiento de la persona.

La línea de investigación de este proyecto es Familia, Escuela y Comunidad. Se busca conocer, los niveles de resiliencia que poseen las mujeres cabeza de hogar en estado de embarazo de Cúcuta y los indicadores que la componen (Ecuanimidad, Perseverancia

Confianza en uno mismo, Satisfacción personal y Sentirse bien solo) y que las utilizan para desarrollar aún más sus deseos de superación.

OBJETIVOS

Objetivo general:

Describir la resiliencia en las mujeres embarazadas cabeza de familia y los datos sociodemográficos pertenecientes a la comuna 6 de Cúcuta, por medio del test de Adaptación de la escala de resiliencia Wagnild y Young, conociendo como influye esta variable en sus vidas.

Objetivos específicos:

Identificar los datos sociodemográficos de las mujeres cabeza de hogar en estado de embarazo.

Conocer el factor de la competencia personal de mujeres gestantes cabeza de hogar por medio del test de Adaptación de la escala de resiliencia Wagnild y Young.

Determinar el factor de aceptación de uno mismo y de la vida a través del test de Adaptación de la escala de resiliencia Wagnild y Young en las mujeres embarazadas cabeza de hogar.

MARCO REFERENCIAL

Antecedentes

Internacionales:

Losada y La Tour (2013). **Resiliencia. Conceptualización e Investigaciones en Argentina.** El presente trabajo tiene como objeto de estudio efectuar un análisis de las investigaciones sobre resiliencia realizadas en la República Argentina durante la última década. Diversos estudiosos analizaron este fenómeno desde varias perspectivas buscando comprender por qué algunos sujetos desarrollan competencias y recursos favorables frente a las situaciones adversas.. Esta amplia investigación ha buscado realizar un análisis bibliométrico de los artículos que desarrollen el tema de resiliencia en la Argentina con el fin de precisar la cantidad de textos que mantienen un cuerpo teórico y qué cantidad refieren a investigaciones empíricas, diferencia que podría deberse a la mayor posibilidad de estudio que se ha alcanzado con respecto al constructo resiliencia, ya que con cada

estudio se ha ido profundizando y ampliando el concepto. Obteniendo como resultado doce artículos con constructos teóricos, esto sumado a una realidad social difícil y cada vez más preocupante ha generado la necesidad de mayores investigaciones de campo donde se puedan obtener resultados más concretos abriendo la posibilidad de ejercer mayor labor preventiva y de promoción de la salud.

Este artículo es de gran aporte a la presente investigación ya que en este se observa la resiliencia desde los diferentes puntos de vista de diversos autores los cuales hablaron de esta temática, además de esto muestra como algunos individuos desarrollan competencias y recursos favorables ante las diferentes situaciones que se pueden presentar.

Zalapa, García, y Figueroa (2015) **Resiliencia En Mujeres Morelianas Separadas Por Violencia Conyugal en Mexico.** La presente investigación tiene como objetivo comprender los aspectos que influyeron en mujeres en situación de violencia a separarse de su agresor y conocer los factores resilientes que las ayudaron a afrontar la separación. Se utilizó un enfoque cualitativo, mediante el método fenomenológico. Las técnicas empleadas fueron: observación participante, entrevista semiestructurada y un taller de desarrollo humano. Participaron siete mujeres Morelianas de 45 años de edad promedio. Los factores resilientes encontrados son: redes de apoyo, hijos, apoyo psicológico, perseverancia, espiritualidad y responsabilidad. Se concluye que estas mujeres son resilientes por enfrentarse a sus miedos, creencias familiares y sociales.

Se considera importante para la presente investigación ya que nos muestra los diversos factores como los hijos, el apoyo psicológico, la espiritualidad, entre otros. Los cuales influyen para que se desarrolle la resiliencia en las mujeres separadas por violencia conyugal; además de esto muestra los aspectos que influyen en las mujeres para que decidan separarse de su agresor.

De Posada y Broche (2012). **Intervención Educativa Para Fortalecer La Resiliencia De Madres Adolescentes Del Policlínico Vertientes en Cuba.** Menciona en el trabajo que se presentan resultados de investigación de intervención educativa desarrollada entre septiembre del 2010 y septiembre de 2011 en el área urbana del policlínico Mario Muñoz Monroy, Vertientes, Camagüey, con el objetivo de desarrollar una intervención educativa para fortalecer la resiliencia de madres adolescentes, en el policlínico Vertientes. Se aplicó una encuesta a madres adolescentes, que consideraban su maternidad como algo estresante, para determinar los factores que influían en esta percepción. Se realizaron sesiones de trabajo por encuentros para facilitarles herramientas que contribuirían al fortalecimiento de la resiliencia ante este evento de la vida.

La presente investigación es importante debido a que se estudió la percepción de la maternidad como factor estresante y de las causas que motivan esta, la cual presenta características analógicas a las madres en embarazo que cuentan además con la característica de cabeza de familia que desarrollan la resiliencia como medio efectivo para superar dicho estrés producido ante tal situación.

Camarero y Pino (2012) **Cambios En Las Estructuras De Los Hogares Rurales Formas De Adaptación Y Resiliencia en España.** Este artículo tiene por objetivo analizar la capacidad de las estructuras de hogar para responder a las condiciones ambientales. En primer lugar, se expone la relación entre sostenibilidad demográfica y resiliencia de los hogares en las áreas rurales. A continuación, se presentan los mecanismos básicos de la adaptación entre las estructuras de hogar y entorno socioeconómico a través de las teorías de Chayánov y Le Play. Se analiza empíricamente la España rural, donde se constata una etapa de modernización de las estructuras de hogar, seguida más recientemente de cierta diversificación. Dentro de este proceso, destaca el número de hijos que alargan el periodo de convivencia con sus padres, constituyendo estrategias similares a las tradicionalmente empleadas por las familias troncales. El análisis realizado ha mostrado la centralidad que tienen los procesos regulatorios de las relaciones intergeneracionales de convivencia. En concreto, pueden destacarse dos: primero las poblaciones pueden acelerar o decelerar los procesos de emancipación de los jóvenes aumentando la convivencia intergeneracional y segundo, las poblaciones pueden adelantar o retrasar la transición generacional a la dirección y organización de la vida doméstica.

Este artículo es de gran aporte a la presente investigación ya que las madres cabeza de hogar en estado de embarazo debido a las diversas situaciones podrían estar expuestas al constante cambio de hogar y del entorno socioeconómico, además de que al ser madres

cabeza de hogar atravesaron por una situación de separación de su pareja para lo cual esta investigación da una perspectiva de cómo se da la resiliencia ante estas situaciones.

Briones y Tumbaco (2017) **Resiliencia Materna Y Ajuste Parental Ante La Discapacidad En Madres De Centros Educativos Básicos Especiales De Lima Este**. La investigación tuvo como objetivo principal determinar la relación significativa entre resiliencia materna y ajuste parental ante la discapacidad en madres de Centros Educativos Básicos Especiales de Lima Este, 2016. El estudio tiene un diseño no experimental de corte transversal y de alcance correlacional, se contó con la participación de 98 madres cuyas edades están comprendidas entre 20 a 59 años con hijos de diferentes discapacidades, los instrumentos utilizados fueron la escala de resiliencia materna diseñada por Roque, Aclé y García y el cuestionario de actitud parental ante la discapacidad por Fernández, Oliva y Calderón. Los resultados mostraron que, entre resiliencia materna y ajuste parental ante la discapacidad, existe asociación significativa, es decir las madres que tienen altos índices de resiliencia presentan mayor adaptación ante una adversidad, y el 2% de las madres que están en la fase de shock presentan niveles bajos de resiliencia.

Este artículo es de gran aporte a nuestra investigación, hablando sobre como las personas con capacidades resilientes son capaces de enfrentarse ante cualquier situación y superarla con gran facilidad; denominando la resiliencia como un conjunto de habilidades propias de cada persona los cuales facilitan el vivir en un entorno de conflicto.

Nacionales:

Roa, Estrada y Tobo (2012) **Nivel De Resiliencia En Mujeres Maltratadas Por Su Pareja en Bogotá.** En este estudio exploratorio se observó el nivel de resiliencia de 236 mujeres maltratadas por su pareja, y la correlación entre el maltrato en pareja y el nivel de resiliencia. Con un diseño no experimental, participaron 236 mujeres de diferentes procedencias, en su mayoría de Bogotá y de Madrid (Cundinamarca), de 23 años o más, principalmente solteras y sin hijos; el 93% manifestaron haber sido maltratadas por su pareja de alguna forma y el 97% afirmaron ser resilientes. Al buscar la correlación entre maltrato en pareja y resiliencia, se encontró que es positiva; es decir que, a mayor maltrato en pareja, mayor nivel de resiliencia. Esto significa que la experiencia de estas mujeres en sus relaciones de pareja y con historia de maltrato las ha llevado a desarrollar un aprendizaje positivo, volviéndose resilientes, o sea que buscan alternativas para que no se presente el maltrato.

De acuerdo con este artículo las mujeres que son maltratadas por su pareja tienen un nivel mayor de resiliencia, esto es de gran aporte a la presente investigación ya que se podrá observar cuales de las madres cabeza de hogar en estado de embarazo las cuales hayan sido maltratadas por su pareja tienen mayor nivel de resiliencia.

Cardozo, Cortés, Cueto, Meza, y Iglesias (2013) **Análisis De Los Factores De Resiliencia Reportados Por Madres E Hijos Adolescentes Que Han Experimentado El Desplazamiento Forzado, en Barranquilla.** El presente artículo analiza la relación existente entre los factores de resiliencia de 62 madres y los reportados por sus hijos adolescentes entre 12 y 18 años, población que se encuentra en condición de desplazamiento forzado y residen actualmente en la ciudad de Barranquilla. El abordaje metodológico comprendió un diseño no experimental, transeccional de tipo correlacional con dos muestras de estudio. El instrumento utilizado fue la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young, revisada en 1993, para medir cinco factores de resiliencia especificados en confianza en sí mismo, ecuanimidad, perseverancia, satisfacción personal y sentirse bien solo. Dentro de los principales hallazgos se resalta que tanto las madres como los hijos presentan altos niveles de resiliencia, sin embargo, los resultados evidencian que no hay una asociación estadísticamente significativa entre los factores de resiliencia de la madre y los factores de resiliencia de los hijos; el factor que presentó mayor nivel de correlación fue el de perseverancia con un 95% con un índice ($r: .314$).

La información de la presente investigación da luz al método de calificación de la información aplicable, otorgando una sugerencia en cuanto a la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young, la cual fue utilizada en dicho caso para medir la relación entre los factores de las madres e hijos sometidos a desplazamiento forzoso, el cual puede del mismo modo servir para la medición de los niveles de resiliencia de las madres cabeza de hogar en estado de embarazo y de sus hijos.

García y Domínguez (2013) **Desarrollo Teórico De La Resiliencia Y Su Aplicación En Situaciones Adversas, en Cesar.** En este artículo hacemos una revisión analítica acerca de las teorías surgidas, alrededor de la capacidad que poseen los niños y las niñas para afrontar situaciones adversas. Realizaron un recorrido por las definiciones del concepto, clasificándolas según la relación que hacen los distintos autores con los conceptos de adaptabilidad, capacidad y competencia. Identificamos dos momentos en la evolución teórica del enfoque y analizamos los fundamentos psicológicos, los factores de personalidad, y el temperamento, como categorías asociadas al concepto Resiliencia. Recogemos las implicaciones prácticas en programas que promueven la construcción de la Resiliencia, basados en el reconocimiento de la importancia de los entornos -familia, comunidad, Estado- en interacción continua con el individuo. Explicitamos elementos comunes en los programas que se han desarrollado en países como Perú, Argentina y Brasil.

Este artículo es de gran aporte a la presente investigación ya que habla desde un punto teórico sobre las diversas formas de desarrollar la resiliencia y el como esta se encuentra ligada a la personalidad y actitud de cada individuo, teniendo en cuenta como el entorno familiar, la comunidad, y las personas que interactúan constantemente con el individuo son participes para el desarrollo de la misma.

Roa, (2016) **resiliencia en mujeres víctimas de violencia, a través de una experiencia sonora y musical en Bogotá.** Este trabajo de grado presenta una experiencia

grupal que apunta a favorecer la resiliencia, específicamente, en mujeres vulneradas pertenecientes a la localidad de Bosa, en la ciudad de Bogotá, Colombia, adscritas al programa Ámbito familiar de la Secretaria de Integración Social, programa que se desarrolla con el apoyo de la Bogotá Humana, haciendo uso de elementos musicoterapeúticos que promueven una experiencia sonora – musical. Se estructuran entonces seis talleres partiendo de diferentes objetivos en busca de cumplir uno común. Se encontrará una contextualización de lo que es la resiliencia; el trabajo se realizará con herramientas musicoterapéuticas basándose en el texto de Benenzon y de Waisbur, Gilda & Ernesto, Erdmenger . Se articula la herramienta musical y el uso de la misma en procesos de reparación. Este proyecto es de corte cualitativo – descriptivo. Finalizando el proyecto se articula el relato de las experiencias y se realiza el análisis del discurso, desde lo verbal y no verbal.

La investigación de resiliencia en mujeres víctimas de violencia, a través de una experiencia sonora musical aporta información de refuerzo de los factores que ayudan a un incremento de resiliencia en el género femenino y de métodos aplicables para un mejoramiento y crecimiento del mismo; dando positiva información del método aplicado por medio de terapia musical a las mujeres violentadas.

Locales:

Parada Y Zamara (2015) **promoción de herramientas cognitivas emocionales y sociales para fortalecer la capacidad de víctimas del conflicto armado pertenecientes**

al programa alposd ubicado en la universidad simón bolívar sede Cúcuta, el presente trabajo tiene como objetivo fortalecer la capacidad de resiliencia de las víctimas del conflicto armado a través de herramientas cognitivas, emocionales y sociales que faciliten la adaptación positiva de su vida actual, esta investigación tiene un enfoque cognitivo conductual, en este trabajo practico, Parada y Zamara trataron diferentes temas, tales como: solución de problemas, toma de decisiones, expresión, regulación emocional, redes de apoyo y proyecto de vida.

Este trabajo práctico es de gran aporte a nuestra investigación ya que inicialmente se maneja un abordaje del fortalecimiento de la resiliencia de las víctimas del conflicto, siendo esto de gran importancia para la investigación a realizar

Cardozo, Moncada y Verdugo (2016) **Apoyo social percibido y afrontamiento en víctimas del conflicto armado en Cúcuta desde la perspectiva de género**, este trabajo tiene como objetivo correlacionar el apoyo social percibido y el afrontamiento en víctimas del conflicto armado interno en Cúcuta desde perspectiva de género, esta investigación cuenta con un alcance descriptivo, Cardozo, Moncada y Verdugo realizaron una descripción de las relaciones entre dos o más variables en un momento determinado, en términos correlacionales y en función a la relación causa-efecto, cuenta con un diseño transaccional correlacionar, es un trabajo cuantitativo con un muestreo no probabilístico, dentro de los instrumentos que utilizaron se encuentra la escala multidimensional de apoyo social percibido MSPSS.

Esta investigación aunque su tema principal no sea la resiliencia se tomó por el impacto que con lleva trabajar con personas que han sido víctimas del conflicto armado, un factor de riesgo bastante grande, y a su vez por el hecho de trabajar desde una perspectiva de género.

Martínez, Prada, Rincón (2016) **Nómica en víctima de abuso sexual en la infancia: estudio de caso**, esta investigación tiene como objetivo analizar la resiliencia nómica y la anomia asiliente en víctimas de abuso sexual en la infancia por medio de un estudio de caso único cualitativo en el contexto personal y familiar, en esta investigación se realizó un estudio de caso único, así mismo es importante mencionar que cuenta con un enfoque cualitativo y las técnicas implementadas fueron de recolección, como las siguientes: entrevista semiestructurada, observaciones participantes, revisión de documentos personales.

Se considera importante para la presente investigación ya que es un factor determinante el cual se quiere conocer, la resiliencia, y a su vez se realiza el estudio con una mujer, aportando una perspectiva diferente del tema a conocer

Marco Teórico

Las mujeres en estado de embarazo son la fuente de información principal en la investigación e allí la importancia de conocer sobre ellas y los principales cambios que atraviesan en la etapa de gestación “Una de las líneas de la investigación psicológica en

las últimas décadas ha sido el estudio de la salud mental de la mujer durante el embarazo, se propuso el concepto de salud mental perinatal, el cual incluye la vigilancia de los riesgos psicológicos que surgen en la mujer durante el periodo perinatal {..}”(Austin, 2003).

Cuando una mujer queda en embarazo atraviesa una serie de cambios biológicos y psicológicos que están fuertemente relacionados, los cambios biológicos que atraviesan las mujeres durante este periodo son diversos “El cuerpo de la mujer se ve alterado con un gran incremento en su peso, sufre profundas modificaciones metabólicas y circulatorias provocadas por una masiva producción de esteroides de la placenta” Salvatierra (citado por Cabrera E y colaboradores 2005). No obstante, Benedek (citado por Cabrera E y colaboradores 2005), afirma que, “aunque el componente biológico parece simplificar la complejidad de los procesos psicológicos del embarazo, esto corresponde al incremento de los procesos hormonales y metabólicos”.

Este periodo requiere que la madre se ajuste a nuevos cambios para la llegada de su bebe. Durante el embarazo, “las adaptaciones necesarias para el nacimiento de un nuevo ser afectan los ámbitos fisiológico, social y psicológico de la mujer, sin importar qué tan positiva sea su respuesta emocional frente al evento reproductivo” (Gómez & Aldana, 2007).

Frente a este periodo de ajuste y a los cambios que implica un embarazo, “la mujer manifiesta sintomatología depresiva o ansiosa que incide en su estado emocional y le genera malestar psicológico” (Gómez, 2007). Estas reacciones, algunas veces “son transitorias y adaptativas están supeditadas al evento reproductivo, debieran ser identificadas y atendidas a tiempo por parte del psicólogo, para evitar que se compliquen y se conviertan en un trastorno depresivo o ansioso que amerite otro tipo de tratamiento” (Gómez, 2007; Gómez & Aldana, 2007).

Como lo plantea Slaikeiu (2000), quien afirma que:

La condición de embarazo, el nacimiento de un niño y el matrimonio entre otros eventos, son indicadores de desarrollo que pueden precipitar una crisis vital. Es necesario para esto, observar tanto el suceso externo, como lo que éste significa para la persona en el entorno de la historia de su desarrollo

Referente a algunos autores el embarazo se describe de maneras diferentes, pero siempre dejando claro que es un proceso de adaptación para la madre, Para Benedek (citado por Cabrera E y colaboradores 2005), “el proceso para llegar a la maternidad es largo y complicado, es una fase crítica en la vida de una mujer, motivado en la maduración del individuo, que requiere ajustes fisiológicos y adaptaciones psicológicas para conducir a un nuevo nivel de integración{...}”.

Para hablar acerca de una madre cabeza de hogar es importante conocer su significado

Vargas C. (2009) nos indica que:

El desempleo, la vacancia temporal de la pareja, o su ausencia transitoria, por prolongada y desafortunada que resulte, no significa que una madre adquiere la condición de ser cabeza de familia, pues para ello es indispensable el abandono del hogar por parte de su pareja y de las responsabilidades que le corresponden como padre.

En especial la corte constitucional (2012) considera que a “este grupo de la sociedad le merece especial protección en algunos de sus derechos, no solo los suyos propios sino los de sus hijos y familiares cercanos que dependen de ella”.

De esa forma lo manifestó la Corte en la Sentencia C-184 de 2003 así: “uno de los roles que culturalmente se impuso a la mujer fue el de ‘encargada del hogar’ como una consecuencia del ser ‘madre’, Sin desconocer la importancia que juega toda mujer, al igual que todo hombre, dentro de su hogar”

“el constituyente de 1991 quiso equilibrar las cargas al interior de la familia, tanto en las relaciones de poder intrafamiliar, como en cuanto a los deberes y las obligaciones de las que cada uno es titular”

Es importante conocer la capacidad de **resiliencia** que tienen las mujeres para afrontar los obstáculos que se le presentan en la vida uno de ellos es ser mujeres cabeza de hogar Wagnild y Young (1993) Definen la **resiliencia** como una característica del ser humano para afrontar la adversidad.

Para Fergus y Zimmerman (2005) la **resiliencia** “refiere al proceso de superar los efectos negativos de la exposición al riesgo, afrontamiento exitoso de las experiencias traumáticas y la evitación de las trayectorias negativas asociadas con el riesgo”.

Para Manciaux (2001) “**La resiliencia** es el resultado de un proceso dinámico que varía según las circunstancias, la naturaleza de la situación, el contexto y la etapa de la vida del individuo, que se puede expresar de diferente manera según la cultura”.

“La **resiliencia** hace frente a las experiencias difíciles utilizando el humor, la exploración creativa y el pensamiento optimista” (Fredickson y Tugade, 2003).

Algunas personas dicen tener la capacidad de ser resilientes aunque no lo son no obstante pueden llegar a convertirse en personas resilientes

Sólo alrededor de un tercio de las personas de diferentes partes del mundo demuestran habitualmente ser resilientes, es decir, que enfrentan las adversidades, las superan y logran salir fortalecidos o transformados por estas. Pero esto no quiere decir que sólo estas pocas personas puedan serlo, sino que, según ella, todos podemos volvernos resilientes. El desafío es encontrar la manera de promover esta capacidad (Grotberg, 2006)

En los sectores rurales la estructura social suele ser más frágil y puede tener serias implicaciones sociales, económicas y culturales. Incluso “la estructura familiar suele ser poco estable, pocas oportunidades de empleo, bajos salarios, puede presentarse violencia intrafamiliar, alcoholismo y drogadicción, entre otros. Muchas adolescentes crecen en estos ambientes en los que reciben poca o nula atención” (Stem, 2004).

Se ha señalado la **resiliencia** como la adaptación victoriosa ante los cambios del medio, también se clasifica como el conjunto de características de fortalecimiento, también es importante destacar que “existe la postura que indica que no se nace resiliente, ni se adquiere naturalmente en el desarrollo, depende de ciertas cualidades del proceso interactivo del sujeto con los otros seres humanos, responsable de la construcción del sistema psíquico humano” (Melillo & Suárez, 2003).

Pues hoy “se tiende a ver la **resiliencia** como una interacción entre lo innato y lo adquirido” (Walsh, 2004). En este periodo las mujeres pueden ejercer un cambio en su

vida “El embarazo suele ser evaluado por la joven dando sentido a su vida, la posibilidad de ser alguien y la esperanza de tener un futuro mejor, pues es posible considerar que la maternidad conlleva aspectos positivos para el crecimiento personal” (Piñero, 2001).

Por otro lado, es importante destacar investigaciones como la de Villalobos (2009), quienes apuntan a que conforme aumenta la edad, “tiende a aumentar también la presencia de afectos negativos a pesar de que también aumenta el sentido del humor. Esto puede relacionarse con el desarrollo de una conciencia social más crítica y una autonomía más definida conforme se acerca a la edad de la adultez.”

La escala de **resiliencia** de Walding y Young, evalúa la resiliencia desde dos factores, los cuales son “**competencia personal** (que indica autoconfianza, independencia, decisión, invencibilidad, poderío, ingenio y perseverancia)” Samper (2015) pg. 5, el segundo factor correspondiente a esta escala es la “**aceptación de uno mismo y de la vida** (que indica adaptabilidad, balance, flexibilidad, y una perspectiva de vida estable que coincide con la aceptación por la vida y un sentimiento de paz a pesar de la adversidad)” Samper (2015) pg. 5.

Mencionando la dimensión de **competencia personal**, la cual contiene unos indicadores que son importantes conocer, iniciando que dicho factor se entiende como el reconocimiento de componentes de capacidad personal el cual indica autoconfianza definida como “el optimismo para salir adelante en sus actividades, ya que asume tener

los conocimientos, la capacidad humana y profesional, la actitud y la energía para lograr sus metas” (Borras, F. y colaboradores, 2017. P 360). Una persona la cual tenga **competencia personal** además de autoconfianza también tiene independencia. Según Aguilo (2017), “La independencia personal nos hace actuar por cuenta propia, en vez de entregar a otros el control de nuestra vida, Pero no es suficiente como meta final de una vida. Parece claro que conviene siempre añadir a la independencia una buena dosis de sensatez”

La vida, por naturaleza, es interdependiente. El hombre no puede buscar la felicidad poniendo la independencia como valor central de su vida. De entrada, porque cualquier logro en la vida afectiva de una persona pasa necesariamente por depender en cierta manera de su mujer, su marido, sus hijos, sus amigos, su proyecto profesional, etc. Por otra parte, todos necesitamos depender también de unos principios, ideales y valores personales acertados. Aguilo (2007, pg. 2)

Acerca de la decisión, Gutiérrez (2014) nos menciona que “Las buenas decisiones no se logran fácilmente, son el resultado de un arduo ordenado proceso mental. Las condiciones cambian, así que no podemos exponernos a los riesgos de una respuesta mecánica o un enfoque intuitivo” para Kast “la toma de decisiones es fundamental para el organismo la conducta de la organización. La toma de decisión suministra los medios para el control y permite la coherencia en los sistemas” (KAST, 1979).

Según Suarez (2009), el poderío se centra en la imposición de la propia voluntad sobre otras personas, " el poder se puede definir como la capacidad de un individuo o grupo de individuos para modificar la conducta de otros individuos o grupos en la forma deseada y de impedir que la propia conducta sea modificada en la forma en que no se desea". En un sentido amplio, el poder se refiere a todos los tipos de influencia entre personas o grupos, incluyendo los que se ejercen en las transacciones de intercambio.

Convendría ampliar el concepto de poder hasta decir que es la capacidad de las personas o grupos para atribuir su voluntad sobre otros, a pesar de la intransigencia, utilizando el recurso del miedo, retirándole las recompensas regularmente ofrecidas o bien en la forma de justicia. En la medida en que tanto lo primero como lo segundo constituye, realmente, una sanción negativa.

No obstante, es importante mencionar acerca de ingenio que "es el arte de crear ilusiones convenientes, que el necio acepta o disputa, pero de cuyo ingenio goza el estudioso, sin cegarse ante el hecho de que tales ilusiones son otros tantos velos para ocultar las profundas tinieblas de lo insondable" Jung (2012)

Como segunda dimensión se encuentra la **aceptación de uno mismo y a la vida**, este hace referencia a aceptar las situaciones que se van presentando y adaptarse a los diversos cambios, con una actitud flexible y positiva; si se tiene este factor se debe de mantener una sensación de paz ya que se confía en que se podrán solucionar las

situaciones presentes ya que se confía en que se tienen las herramientas necesarias para dar solución y continuar; quien posee esta característica es consciente de que es único e importante.

Referente al segundo componente contiene algunas características que son importantes mencionar una de ellas hace alusión a la adaptabilidad, Según Chiavenato (2012) la adaptabilidad "es la capacidad para resolver problemas y reaccionar de manera flexible a las exigencias cambiantes e inconstantes del ambiente". Es decir, es la capacidad para acomodarse a los cambios sin que ello redunde en una reducción de la eficacia y el compromiso.

No obstante "Definir flexibilidad no es una tarea fácil, pues mezcla varios conceptos de diferentes áreas, dando lugar a conflictos según se considere desde el ámbito clínico, deportivo o pedagógico" (Huber y Viero, 2007). Es por eso que "La flexibilidad depende de la anatomía articular, elasticidad muscular, tendones y ligamentos, cantidad de grasa subcutánea, edad, género, complexión, y principalmente, del tipo de actividad física" (Grabara y colaboradores, 2010).

Con estos dos factores se representan las cinco áreas de la resiliencia iniciando por la **ecuanimidad** que "Se refiere a una perspectiva balanceada de la propia vida y de las experiencias, a tomar las cosas tranquilamente, moderando las actitudes ante situaciones difíciles" Wagnild y Young (2015)

Connota la habilidad de considerar un amplio campo de experiencia y “esperar tranquilo’ y tomar las cosas como vengan; por ende, moderando respuestas extremas ante la adversidad. (Rodríguez, M. (2014)

Perseverancia la cual denota persistencia ante la adversidad, como también a tener un fuerte deseo del logro y autodisciplina. “está referida al acto de persistencia a pesar de la adversidad o desaliento; la perseverancia connota un fuerte deseo de continuar luchando para construir la vida de un mismo y permanecer involucrado y de practicar la autodisciplina. (Rodríguez, M. 2014)

Confianza en sí mismo haciendo alusión a la habilidad para creer en sí mismo y en sus propias capacidades. “es la creencia en uno mismo y en sus propias capacidades; también es considerada como la habilidad de depender en uno mismo y en reconocer sus propias fuerzas y limitaciones. (Rodríguez, M. 2014)

Satisfacción personal encargada de comprender el significado de la vida y cómo se contribuye a esta. “está referida al comprender que la vida tiene un significado y evaluar las propias contribuciones”. (Rodríguez, M. 2014)

Sentirse bien sólo, que hace referencia al el significado de libertad, de unicidad y de importancia que tiene cada persona. “referida a la comprensión de que la senda de

vida de cada persona es única mientras que se comparten algunas experiencias; quedan otras que deben enfrentarse solo-, el sentirse bien solo nos da un sentido de libertad y un significado de ser únicos”. (Rodríguez, M. 2014)

Marco conceptual

Autoconocimiento

Autoconocimiento deriva de un sentido interno por el cual tenemos un acceso directo, completo e infalible a nuestros estados mentales. (De Luna, J. 2014)

Afrontamiento

El afrontamiento es un subconjunto de actividades adaptativas que implican esfuerzo y que no incluyen todo aquello que hacemos con relación al entorno (Ocampo J. y colaboradores, 2013)

Adaptación

La adaptación es un proceso relacional y dinámico entre las personas y su ambiente. Así, adaptarse implica ajustar o hacer cambios en las habilidades, actitudes y patrones de

conducta, a fin de satisfacer las normas y demandas del contexto social. (Chávez, M. & Velázquez, M. 2013)

Autonomía

Por autonomía se entiende, la capacidad de pensar, planear y hacer, bajo la propia voluntad (Canales, E. 2004)

Autoestima

La autoestima se define como el buen concepto que las personas tienen de sí mismas (Vitela, N. 2012)

Constructo

Es un concepto con valor científico se usa en esquemas teóricos y se define de tal manera que sea susceptible de ser observado y medido por ende se convierte en algo positivo y cuantificable (kerlinger y lee 2002)

Crisis

La crisis representa un riesgo, también implica una oportunidad. Así, con este tipo de experiencias, como poco habremos conseguido incorporar a nuestro bagaje nuevos repertorios de afrontamiento y de autoconocimiento personal. (Fernández, L. 2010)

Desasosiego

El desasosiego se alberga en el estado de ánimo, pero nace en lo que ves, lo que oyes, lo que lees, lo que comentas y lo que escribes; es decir, aquello que alimenta tu mente durante el día entero. (La Razón, 2016)

Fecundación

Se denomina fecundación a la unión de un espermatozoide (que se encuentra en el semen masculino) con un óvulo de la mujer. La unión del óvulo y el espermatozoide forman el “óvulo fecundado”, que irá cambiando y desarrollándose hasta llegar a ser vuestro hijo o hija. (Barrero, M. y colaboradores 2006)

Libertad

El vocablo libertad se entiende como un atributo de la voluntad, gracias a la cual, esta se decide por una de entre las distintas opciones que le propone la razón. (Horacio, M. 2001)

Motivación

En la vida diaria la motivación se origina de los propios deseos y necesidades de la persona (motivación intrínseca) y la motivación que proviene de los incentivos que impulsan a las personas a realizar actividades (motivación extrínseca). (Motivación intrínseca y extrínseca 2015)

Optimismo

Es la tendencia a esperar que en el futuro ocurran eventos positivos y el pesimismo se corresponde a la expectativa de que sucedan acontecimientos desfavorables. (Vega, E. y Nelson, H. 2012).

Personalidad

Un patrón complejo de características psicológicas profundamente arraigadas, que son en su mayor parte inconscientes y difíciles de cambiar (Siabato, E. y colaboradores 2013).

Resiliencia

Definen la resiliencia como una característica del ser humano para afrontar la adversidad (Wagnild y Young, 1993)

Se refiere al proceso de superar los efectos negativos de la exposición al riesgo, afrontamiento exitoso de las experiencias traumáticas y la evitación de las trayectorias negativas asociadas con el riesgo. (Fergus y Zimmerman .2005)

Sensibilidad

Sensibilidad es la capacidad de atender, interpretar y responder adecuadamente a las necesidades del niño. (Kast, M. y colaoradores 2017)

Marco contextual

La presente investigación se desarrollará en Colombia en el departamento de Norte de Santander en la ciudad de San José de Cúcuta el cual cuenta actualmente con una población de 656 414 habitantes, que de la zona urbana hacen parte 634 311 habitantes y en el área Metropolitana 853 520 habitantes, tiene una superficie de 1176 kilómetros cuadrados y cuenta con 10 corregimientos y 10 comunas, la ciudad se encuentra en la cordillera oriental de los andes y es fronteriza con el país de Venezuela, su área urbana supera los 100 km², sin contar las áreas urbanas de la zona metropolitana, por lo cual la convierte en la quinta ciudad más extensa del país, la ciudad limita al norte con Tibú, al occidente con El Zulia y San Cayetano, al sur con Villa del Rosario y Los Patios y al oriente con Puerto Santander y la república de Venezuela. (Zambrano, M. 2015.)

La investigación cuenta con la presencia de madres cabeza de hogar en estado de embarazo pertenecientes a la comuna seis, dentro de esta comuna se encuentran los barrios “Virgilio Barco, Porvenir, Alonsito, San Gerardo, Aeropuerto, Panamericana, Toledo plata, El Salado, La Ínsula, Colina, Camilo Daza, Trigal del Norte” (Ortega, K. 2010.) Los barrios en los cuales se realizará la investigación serán Toledo plata y Trigal del norte.

Marco Legal

Realizando una revisión detallada acerca de algunas normas leyes o decretos referentes a la población y la problemática abordada, en el presente trabajo de

investigación la constitución de Colombia nos hace un gran aporte frente a esta investigación (constitución política colombiana, 1991)

Constitución Política De Colombia

Artículo 43. La mujer y el hombre tienen iguales derechos y oportunidades. La mujer no podrá ser sometida a ninguna clase de discriminación. Durante el embarazo y después del parto gozará de especial asistencia y protección del Estado, y recibirá de éste subsidio alimentario si entonces estuviere desempleada o desamparada. El Estado apoyará de manera especial a la mujer cabeza de familia.

Ley 82 de 1993, Ley Mujer Cabeza de Familia.

Artículo 2°. Jefatura femenina de hogar: Para los efectos de la presente ley, la Jefatura Femenina de Hogar, es una categoría social de los hogares, derivada de los cambios sociodemográficos, económicos, culturales y de las relaciones de género que se han producido en la estructura familiar, en las subjetividades, representaciones e identidades de las mujeres que redefinen su posición y condición en los procesos de reproducción y producción social, que es objeto de políticas públicas en las que participan instituciones estatales, privadas y sectores de la sociedad civil.

En concordancia con lo anterior, es Mujer Cabeza de Familia, quien, siendo soltera o casada, ejerce la jefatura femenina de hogar y tiene bajo su cargo, afectiva, económica o socialmente, en forma permanente, hijos menores propios u otras personas incapaces o incapacitadas para trabajar, ya sea por ausencia permanente o incapacidad física, sensorial, síquica o moral del cónyuge o compañero permanente o deficiencia sustancial de ayuda de los demás miembros del núcleo familiar.

Artículo 3°. Especial protección: El Gobierno Nacional establecerá mecanismos eficaces para dar protección especial a la mujer cabeza de familia, promoviendo el fortalecimiento de sus derechos económicos, sociales y culturales, procurando establecer condiciones de vida dignas, promoviendo la equidad y la participación social con el propósito de ampliar la cobertura de atención en salud y salud sexual y reproductiva; el acceso a servicios de bienestar, de vivienda, de acceso a la educación básica, media y superior incrementando su cobertura, calidad y pertinencia; de acceso a la ciencia y la tecnología, a líneas especiales de crédito y a trabajos dignos y estables.

Artículo 8° Fomento para el desarrollo empresarial. El Gobierno Nacional ofrecerá planes y programas de capacitación gratuita y desarrollo de microempresas industriales, comerciales y artesanales; empresas familiares, empresas de economía solidaria y proyectos emprendedores, con los cuales la mujer cabeza de familia pueda realizar una actividad económicamente rentable.

Artículo 9: Dentro del campo cultural del desarrollo, el Gobierno Nacional establecerá y los Departamentos, los Municipios y del Distrito Capital de Santafé de Bogotá podrán establecer en favor de la mujer cabeza de familia o de quienes de ella dependan:

- a. Acceso preferencial a los auxilios educativos.
- b. Servicio básico de textos y apoyo educativo a las entidades de economía solidaria integradas en su mayoría por mujeres cabeza de familia.

SENTENCIA T-373/98: En tercer término, y como obvia consecuencia de las anteriores consideraciones, la Constitución no sólo tutela a la mujer embarazada sino a la madre (CP art. 43), no sólo como un instrumento para un mayor logro de la igualdad entre los sexos sino, además, como un mecanismo para proteger los derechos de los niños, los cuales, según expreso mandato constitucional, prevalecen sobre los derechos de los demás (CP art. 44). En efecto, de esa manera se pretende que la mujer pueda brindar la necesaria atención a sus hijos, sin que por ello sea objeto de discriminaciones en otros campos de la vida social, como el trabajo, con lo cual se “busca garantizar el buen cuidado y la alimentación de los recién nacidos”

DISEÑO METODOLOGICO

Diseño investigativo

La presente investigación cuenta con un enfoque cuantitativo, según Monje (2011, p13) “la metodología cuantitativa usualmente parte de cuerpos teóricos aceptados por la comunidad científica con base en los cuales formula hipótesis sobre relaciones esperadas entre las variables que hacen parte del problema que se estudia”.

La investigación cuenta con un alcance descriptivo ya que se busca especificar propiedades importantes de la población, para Hernández, Fernández y Baptista (2010) “las características y los perfiles de personas, grupos, comunidades, procesos, objetos o cualquier otro fenómeno que se someta a un análisis. Es decir, únicamente pretenden medir o recoger información de manera independiente o conjunta sobre los conceptos o las variables a las que se refieren, esto es, su objetivo no es indicar cómo se relacionan éstas. (p80)

Población y muestra

La población está constituida por mujeres gestantes pertenecientes a la comuna 6 de Cúcuta, se realizó un muestreo no probabilístico por conveniencia teniendo en cuenta los siguientes criterios de inclusión: 1). edades entre los 18 y 35 años, 2). cabeza de familia, 3) gestantes. Fueron seleccionados 42 mujeres a partir de los criterios, para

Parra (2003), “un muestreo No Probabilístico corresponde a procedimientos de selección de muestras en donde intervienen factores distintos al azar”.

Instrumento

El instrumento a utilizar será la adaptación de la escala de resiliencia Wagnild y Young, además el trabajo contará con una ficha de datos sociodemográficos que permitirá conocer un poco más acerca del estilo de vida de las madres, la ficha describirá diversas preguntas acerca de: su edad, la de sus hijos y la edad de ellos, la ocupación, sus estudios realizados y las personas con las que reside, asimismo permitirá conocer cuantos meses de embarazo tiene cada una de ellas.

La escala fue construida por Wagnild y Young en 1998, está compuesta por 25 ítems los cuales puntúan en una escala tipo Likert de 7 puntos, donde 1 es en desacuerdo y un máximo de acuerdo es 7, de esta manera, la puntuación más alta es considerada como indicadora de mayor resiliencia, el rango de puntaje varía entre 25 y 175 puntos.

El instrumento se desarrolla en torno a 2 factores, el primer factor es Competencia personal y cuenta con 17 ítems que indica, autoconfianza, independencia, decisión, invencibilidad, poderío, ingenio y perseverancia. El segundo factor es

Aceptación de uno mismo y de la vida y cuenta con 8 ítems que indica, adaptabilidad, flexibilidad, balance y perspectiva de vida estable.

Estos mismos factores se componen de las siguientes características, Ecuanimidad que consta de 4 ítems, Perseverancia con 7 ítems, Confianza en sí mismo con 7 ítems, Satisfacción personal con 4 ítems y Sentirse bien solo con 3 ítems.

La mayoría de pruebas de resiliencia son construidas en inglés, es por esto que se requiere una adaptación de la prueba para medir este elemento en otro tipo de sociedades, es por esto que se utilizara la adaptación del instrumentó.

ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS.

Según la encuesta aplicada se logró observar que la media del rango de edad de las madres gestantes es de 27,3.

Con relación a los meses de embarazo se evidenció que la mayoría de las madres encuestadas se encontraban entre el primer y cuarto mes de embarazo, sin embargo un numero significativo de madres se encontraba en el séptimo mes de embarazo (ver tabla 1)

Tabla 1. Meses de embarazo

Válidos	Frecuencia	Porcentaje
1,00	11	26,2
2,00	10	23,8
3,00	6	14,3
4,00	4	9,5
5,00	2	4,8
6,00	2	4,8
7,00	4	9,5
8,00	2	4,8
9,00	1	2,4
Total	42	100,0

Frente a la escolaridad de las madres gestantes se constató que un número relevante de madres eran técnicas, algunas no habían culminado la formación en la educación media (ver tabla 2).

Tabla 2. Escolaridad

Válidos	Frecuencia	Porcentaje
Primaria completa	5	11,9
Secundaria completa	10	23,8
Secundaria incompleta	11	26,2
Técnico/Tecnólogo	16	38,1
Total	42	100,0

Continuando con esta argumentación también se logró hallar que en las mujeres gestantes la cantidad de hijos que predomina es la de un hijo que no es el neonato en gestación (ver tabla 3).

Tabla 3. Número de hijos

Válidos	Frecuencia	Porcentaje
0	8	19,0
1,00	17	40,5
2,00	13	31,0
3,00	4	9,5
Total	42	100,0

Seguidamente en cuanto a la edad de los hijos de las madres embarazadas la mayoría de ellas tienen hijos menores de edad siendo esto muy significativo debido que ellas se encuentran en estado de embarazo con infantes a su cargo y responsabilidad (ver tabla 4).

Tabla 4. Edad de los hijos

Válidos	Frecuencia	Porcentaje
0	8	19,0

Hijo (os) menores de edad	33	78,6
Hijos (os) menores/mayores de edad	1	2,4
Total	42	100,0

Además se evidenció que las mujeres embarazadas cabeza de hogar viven con sus hijos siendo esto un resultado muy acorde con el proceso de investigación que se presentó (ver tabla 5).

Tabla 5. Reside con

Válidos	Frecuencia	Porcentaje
Sola	5	11,9
Padres	9	21,4
Hijos	28	66,7
Total	42	100,0

Por último es importante resaltar que la ocupación de estas mujeres embarazadas un gran porcentaje son madres ama de casa (ver tabla 6).

Tabla 6. Ocupación

Válidos	Frecuencia	Porcentaje
Ama de casa	34	81,0
Diseño grafico	1	2,4
Operaria	1	2,4
Pedagogía infantil	1	2,4
Servicios generales	1	2,4
Independiente	1	2,4
Estudiante	1	2,4
Auxiliar de enfermería	1	2,4
Vendedor informal	1	2,4
Total	42	100,0

Competencia personal

Frente a la información obtenida con relación a la dimensión de competencia personal, teniendo en cuenta que la ecuanimidad es “confiar en las capacidades propias al

enfrentarse a una situación adversa, manteniendo la calma” (Crombie, Lopez, Mesa y Samper, 2015) se obtuvo un puntaje alto en las mujeres gestantes. (Ver tabla 7)

Tabla 7. Competencia Personal- ecuanimidad

Válidos	Frecuencia	Porcentaje
Moderado	7	16,7
Moderado alto	13	31,0
Alto	17	40,5
Muy alto	5	11,9
Total	42	100,0

Frente al factor de perseverancia en donde se entiende por este “creer que las habilidades y la autodisciplina llevaran a los logros a pesar de las condiciones favorables” (Crombie, Lopez, Mesa y Samper, 2015) se lograron obtener resultados con un puntaje moderado alto (ver tabla 8).

Tabla 8. Competencia Personal – Perseverancia

Validos	Frecuencia	Porcentaje
Moderado	2	4,8
Moderadoalto	21	50,0
Alto	14	33,3
Muy alto	5	11,9
Total	42	100,0

En relación al factor de confianza en sí mismo, es importante mencionar que se relaciona a “ser independiente e ingeniar soluciones a los problemas, estando seguro de sus competencias” (Crombie, Lopez, Mesa y Samper, 2015) y con relación a este factor la calificación obtenida fue de moderado alto (ver tabla 9).

Tabla 9. Competencia Personal - confianza en sí mismo

Válidos	Frecuencia	Porcentaje
Moderado	17	40,5
Moderado alto	25	59,5
Total	42	100,0

Debido al factor de satisfacción personal es pertinente mencionar la importancia frente a las mujeres gestantes cabeza de hogar teniendo en cuenta que la satisfacción personal es “comprender el significado de la vida y saber que el accionar propio constituye a esta” (Crombie, Lopez, Mesa y Samper, 2015) frente a este factor prevaleció el puntaje alto y muy alto (ver tabla 10).

Tabla 10 Competencia Personal - satisfacción personal

Válidos	Frecuencia	Porcentaje
Moderado bajo	1	2,4
Moderado	4	9,5
Moderado alto	8	19,0
Alto	17	40,5
Muy alto	12	28,6
Total	42	100,0

Por último el factor de sentirse bien solo y de importancia a esta investigación, hace referencia a “estar cómodo cuando se está solo y valorar la libertad” y se obtuvieron puntuaciones relevantes en especial la puntuación alta (ver tabla 11).

Tabla 11 Competencia Personal - sentirse bien solo

Válidos	Frecuencia	Porcentaje
Moderado bajo	1	2,4
Moderado	3	7,1
Moderado alto	13	31,0
Alto	17	40,5
Muy alto	8	19,0
Total	42	100,0

Aceptación de uno mismo y de la vida

Enfatizando la información y dando respuesta al tercer objetivo de esta investigación se realiza la descripción de la dimensión de la aceptación de uno mismo y de la vida, iniciando con el factor de la ecuanimidad entendiéndose por este en esta dimensión el “adaptarse a los cambios que puedan surgir en una situación de conflicto guardando una

actitud flexible y comprensiva” (Crombie, López, Mesa y Samper 2015) según lo arrojado en la encuesta aplicada a las madres gestantes cabeza de hogar se encuentran en un predominio de moderado alto (ver tabla 12).

Tabla 12. Aceptación de uno mismo y de la vida- Ecuanimidad

Válidos	Frecuencia	Porcentaje
Muy bajo	1	2,4
Moderado bajo	1	2,4
Moderado	7	16,7
Moderado alto	15	35,7
Alto	11	26,2
Muy alto	7	16,7
Total	42	100,0

Asimismo se presenta el factor de la perseverancia que significa “aceptar la situación vivida como es sin desconcentrarse del trabajo por las metas” (Crombie, López, Mesa y Samper 2015) es decir que según lo anterior la mayoría de las mujeres embarazadas puntúan este factor muy alto (ver tabla 13).

Tabla 13. Aceptación de uno mismo y de la vida – Perseverancia

Válidos	Frecuencia	Porcentaje
Moderado bajo	1	2,4
Moderado	2	4,8
Moderado alto	7	16,7

Alto	15	35,7
Muy alto	17	40,5
Total	42	100,0

Seguidamente se evidencia el factor de la confianza en sí mismo siendo este “conservar una sensación de paz ante la adversidad, dado que se confía que en que tienen las herramientas para continuar” (Crombie, López, Mesa y Samper 2015) en donde la mayoría predomina una puntuación Alta (ver tabla 14).

Tabla 14. Aceptación de uno mismo y de la vida- Confianza en sí mismo

Válidos	Frecuencia	Porcentaje
Moderado bajo	1	2,4
Moderado	3	7,1
Moderado alto	11	26,2
Alto	14	33,3
Muy alto	13	31,0
Total	42	100,0

También se presenta el factor de la satisfacción personal el cual es “saber que a pesar de la adversidad sus contribuciones a la vida tienen un gran valor y trascienden la situación vivida” ” (Crombie, López, Mesa y Samper 2015) evidenciándose en esta investigación como muy alto (ver tabla 15)

Tabla 15. Aceptación de uno mismo y de la vida – Satisfacción personal

Válidos		Frecuencia	Porcentaje
	Muy bajo	3	7,1
	Bajo	1	2,4
	Moderado	6	14,3
	Moderado alto	8	19,0
	Alto	10	23,8
	Muy alto	14	33,3
	Total	42	100,0

Por último se destaca el factor de sentirse bien solo que según las autoras quiere decir “estar consciente de que se es único e importante, y mantener un estado balanceado de calma sin importar el conflicto” (Crombie, López, Mesa y Samper 2015) donde puntúa un valor Alto en las madres embarazadas cabeza de hogar (ver tabla 16)

Tabla 16. Aceptación de uno mismo y de la vida- Sentirse bien solo

Válidos		Frecuencia	Porcentaje
	Muy bajo	1	2,4
	Moderado	5	11,9
	Moderado alto	8	19,0
	Alto	15	35,7
	Muy alto	13	31,0
	Total	42	100,0

DISCUSIÓN

Haciendo referencia a la aplicación y los resultados obtenidos en esta investigación se encontró que las madres embarazadas cabeza de hogar son personas resilientes es decir con una capacidad de sobrellevar y superar las dificultades y problemas que se le presentan en la vida, por ende se puede deducir que esta cabida que tienen las mujeres madres gestantes de prevalecer y salir adelante ante las adversidades es u factor muy notorio de esta investigación; es decir para que esta variable significara tanto en ellas en ellas pueden influir factores como el der madres como afirman en su investigación Gonzales, Nieto y Valdez (2011) cuyos resultados indican:

Resiliencia de moderada a alta en el caso de las madres, lo cual, es un resultado alentador en el sentido de que en la medida que la madre posea mayor seguridad, autoestima, filiación, altruismo y considere a la familia como un apoyo en una situación como la de tener un hijo. (p 120)

Según la anterior el contar con la familia que en este caso en sus hijos es un factor protector y de gran relevancia para que ellas logren afrontar sus dificultades y continuar con su diario vivir. También no solo en contar con sus hijos influye en el resultado de esta investigación, sino que además lo que con lleva la responsabilidad de tener un hijo a su cargo y ser personas con diferentes obligaciones pueden llegar hacer un factor motivacional para que ellas logran asumir de forma positiva los problemas, por ello “En el caso de las madres se hace imprescindible apoyarlas en términos de recalcar la importancia de su rol y en la necesidad de su presencia permanente, caracterizada por un contacto cercano, estimulador y efectivo para el niño” (Gonzales, Nieto y Valdez 2011). Por ende el contar

con la presencia y la responsabilidad de un menor de edad de consanguinidad es una fuente de motivación para hacer frente de las situaciones adversas.

Por otra parte teniendo en cuenta la condición de estar en estado de gestación puede también influir en que este resultado saliera tan predominante y notorio puesto que la mayoría de las madres gestantes son personas en la edad adulta lo que significa que tienen una capacidad mayor de poder afrontar y superar los conflictos que se pueden sobreponer en sus vidas, ya que en edades menores como en la adolescencia la resiliencia se encuentra en un nivel más bajo como se encontró en la investigación de Ulloque, Monterrosa y Arteta “la mayor madurez emocional que se sucede con el aumento de la edad, experiencia de vida, educación, lo cual redundaría en mejor capacidad para afrontar hechos de vida, así como una actitud más positiva hacia sí misma” (2015, p471). Entonces según lo anterior el encontrarse en un estado de gestación en una edad adulta es un factor influyente para que exista resiliencia en las mujeres embarazadas a diferencia de las mujeres gestantes adolescentes.

Es importante mencionar que diversos estudios coinciden en señalar que la resiliencia resulta de factores protectores algunos de ellos como la autoestima, introspección, independencia, capacidad para relacionarse, iniciativa, humor, creatividad, moralidad y pensamiento crítico, es así como (Guajardo y Paucar 2008) hace relación a la resiliencia como “un rasgo personal cultivado a lo largo de la historia del sujeto, y que posiblemente, se ha constituido como vínculo temprano siendo condición para el desarrollo

de una particular apropiación de los sucesos de la vida”. Es decir, aquello que hace diferente a cada persona que ha sido aprendido en relación a otros.

La diferencia de edad es un factor clave para conocer la resiliencia, en la investigación realizada se logró obtener que la mayoría de las mujeres cuentan con una capacidad de resiliencia, es importante mencionar que la media es de 27 años, con relación a otras investigaciones, como la de (Guajardo y Paucar 2008) jóvenes entre 19 y 24 años, aparecen con puntajes más altos y adultos entre 46 y 55 años los más bajos. Para ellos Una línea de hipótesis explicativa “es la etapa de juventud, como una edad llena de proyectos y gran vitalidad, en tanto la edad adulta puede ser vivida como una crisis producto de la partida de los hijos y la redefinición de roles”

No obstante en la investigación de Guajardo y Paucar, se realiza una comparación de hombres y mujeres frente a la capacidad de resiliencia y se halló que la mayoría de los hombres muestran puntajes significativos en el área de los vínculos y la generatividad, en tanto las mujeres obtienen los mayores puntajes en el área de modelos. Sin embargo las mujeres muestran mayor puntaje en las áreas de afectividad y autonomía.

Con relación a estos resultados (Guajardo y Paucar 2008) hacen relación a pudiera significar una propensión en el sentido de “que los hombres se apoyan más en una respuesta generativa autónoma, prescindiendo de redes y las mujeres ocupan más los

modelos de otros, siendo su respuesta más colaborativa y colectiva”. Aunque la presente investigación no se realizó con hombres cabe resaltar que en la investigación realizada con las mujeres gestantes cabeza de hogar los resultados que se obtuvieron fueron positivos con relación al hecho de ser mujeres.

Con relación a los datos de las madres cabeza de hogar característica importante para la investigación la cual contribuyo a establecer que estas mujeres a pesar de haber culminado una relación con el padre sus hijos y llevar acabo su embarazo sin su pareja mostraron un puntaje alto de resiliencia, para (Perera 2014) “las mujeres jefas de hogar están entre las más resilientes de la antigua zona de conflicto” como lo indica Perera en su trabajo de investigación son mujeres de mucha fortaleza.

CONCLUSIONES

Frente a la investigación realizada a mujeres gestantes cabeza de hogar se logró concluir que aunque su condición de madres solteras y en su mayoría con hijos, no intervino en los resultados obtenidos ya que se evidencio que la mayoría de estas mujeres presentan un alto índice de resiliencia, es importante mencionar que la población con la que se realizó la investigación son mujeres que en su mayoría tienen una formación académica como técnicas.

En relación al factor de competencia personal fue claro en el trabajo realizado, la capacidad de las madres de tener autoconfianza, de lograr independencia, de tener decisión, y así mismo su capacidad de invencibilidad, siendo mujeres empoderadas, con ingenio y su vez con gran perseverancia ante situaciones adversas.

De igual forma con el factor de aceptación de uno mismo y de la vida, encontrando óptimos resultados puesto que estas madres cabeza de hogar, tienen gran capacidad de adaptabilidad, mostrando un balance en su vida, flexibilidad ante diversas soluciones y una perspectiva de vida estable que coincide con la aceptación por la vida y un sentimiento de paz a pesar de la adversidad

RECOMENDACIONES

Algunas recomendaciones para próximas investigaciones en la universidad Simón Bolívar pueden ser el hecho de continuar con este tema a investigar, puesto que los hallazgos que se han hecho son muy pocos y es un tema de gran relevancia, de igual forma para la universidad la importancia de encontrar escenarios en donde la población sea más asequible, así mismo como sugerencia de continuar con el proyecto de investigación desde quinto semestre y no parar un semestre puesto que esto puede atrasar en la terminación de la investigación

APÉNDICES

Apéndice A. ficha de datos sociodemográficos

Nombre: _____ Fecha: _____ Edad: _____

Escolaridad: (marque con una X una de las siguientes opciones)

Primaria completa____ Primaria incompleta ____ Secundaria completa____
Secundaria incompleta ____ Técnico____ Profesional____

Ocupación: _____ Horas de trabajo al día: _____

Número de hijos: _____ Años de los hijos: _____

Actualmente reside con: (marque con una X una de las siguientes opciones)

Sola ____ Con mis padres ____ Con mis hijos ____
Con mis hermanos o con un hermano ____ Con mis tíos ____

Meses de embarazo: _____

Apéndice B. ADAPTACIÓN DE LA ESCALA DE RESILIENCIA WAGNILD Y YOUNG

Ítems	En desacuerdo							De acuerdo						
	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
1. Cuando planeo algo lo realizo	1	2	3	4	5	6	7							
2. Suelo arreglármelas de una u otra manera	1	2	3	4	5	6	7							
3. Soy capaz de hacer las cosas por mí mismo sin depender de los demás	1	2	3	4	5	6	7							
4. Para mí es importante mantenerme interesado(a) en algo	1	2	3	4	5	6	7							

5. Si debo hacerlo(a) puedo estar solo	1	2	3	4	5	6	7
6. Estoy orgulloso(a) de haber podido alcanzar metas en mi vida	1	2	3	4	5	6	7
7. Generalmente me tomo las cosas con calma	1	2	3	4	5	6	7
8. Me siento bien conmigo mismo(a)	1	2	3	4	5	6	7
9. Siento que puedo manejar varias cosas al mismo tiempo	1	2	3	4	5	6	7
10. Soy decidido(a)	1	2	3	4	5	6	7
11. Rara vez me pregunto sobre la finalidad de las cosas	1	2	3	4	5	6	7
12. Me tomo las cosas una por una	1	2	3	4	5	6	7
13. Puedo superar las dificultades por que anteriormente he experimentado situaciones similares	1	2	3	4	5	6	7
14. Soy autodisciplinado(a)	1	2	3	4	5	6	7
15. Mantengo interés por las cosas	1	2	3	4	5	6	7
16. Por lo general encuentro de que reírme	1	2	3	4	5	6	7
17. La confianza en mí mismo(a) me permite atravesar momentos difíciles	1	2	3	4	5	6	7
18. En una emergencia soy alguien en quien se puede confiar	1	2	3	4	5	6	7
19. Usualmente puedo ver una situación desde varios puntos de vista	1	2	3	4	5	6	7
20. A veces me obligo a hacer cosas me gusten o no	1	2	3	4	5	6	7

21. Mi vida tiene sentido	1	2	3	4	5	6	7
22. No me aflijo ante situaciones sobre las que no tengo control	1	2	3	4	5	6	7
23. Cuando estoy en una situación difícil, generalmente encuentro una salida	1	2	3	4	5	6	7
24. Tengo suficiente energía para lo que debo hacer	1	2	3	4	5	6	7
25. Acepto si hay personas a las que no le agrado	1	2	3	4	5	6	7

REFERENCIAS

Aguilo, A. (2017). *Independencia Personal, Hacer Familia. Interrogantes*. [Online], Recuperado de: <https://www.interrogantes.net/alfonso-aguilo-independencia-personal-hacer-familia-no-28-vi-96/>

Álvarez, R. y Cáceres, H. (2010). Resiliencia, rendimiento académico y variables sociodemográficas en estudiantes universitarios de Bucaramanga (Colombia). *Psicología Iberoamericana*, 28(2), 37-46.

Alcolea, S. y Mohamed, D. (2015) *Guía de cuidados en el embarazo*. Ceuta, España: Publicaciones del INGESA.

Arias, F. (2004). *El proyecto de investigación*. 6ta edición. Caracas, Venezuela: Episteme.

Asturias, J. (2016) *Resiliencia*. [Online], Recuperado de <https://jaimeasturias.wordpress.com/2016/04/30/resiliencia/>

Austin, M-P. (2003). Perinatal mental health: opportunities and challenges for psychiatry. *Australasian Psychiatry*, 11(4), recuperado de: <http://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1046/j.1440-1665.2003.02027.x>

Barrero, M. Fernández, L., Gomez, J., Monte, C., Pons, A., Rello, C., Rodríguez, R. Rojas, C. Román, J. y Solana, M. (2006). Embarazo parto puerperio. *Consejería de salud*, 2, 16.

Borras, F. Fernández y A. Martínez, F. (2017). Educación empresarial. En el emprendimiento: una aproximación internacional al desarrollo económico (360). Santander: universidad de Santabria.

Briones, P. y Tumbaco, L. (2017) Resiliencia Materna Y Ajuste Parental Ante La Discapacidad En Madres De Centros Educativos Básicos Especiales De Lima Este. [Tesis pregrado]. Recuperado de http://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/UPEU/416/Liliana_Tesis_bachiller_2017.pdf?sequence=1

Cabrera, E. (2005). Representaciones Sociales sobre la Maternidad y la Entrega en Adopción en mujeres que están considerando esta opción respecto al hijo(a) que esperan o acaban de tener. [Tesis de pregrado], Recuperado de: <http://www.javeriana.edu.co/biblos/tesis/psicologia/tesis18.pdf>

Camarero, L y Pino, J. (2012) Cambios En Las Estructuras De Los Hogares Rurales Formas De Adaptación Y Resiliencia en España. *Revista Internacional de Sociología (RIS)*. 72(2). 377-401.

Canales, E. (2004, Jul 20). Mexicar / falsas autonomías. *Reforma* Recuperado de: <https://search.proquest.com/docview/307365355?accountid=45648>

Castillo, A. (2006). *El Poder*. [Online] <http://www.monografias.com/trabajos35/el-poder/el-poder.shtml#ixzz4ek8k0dCL>

Castañeda, P., Guevara, A. (2005). Estudio De Casos Sobre Factores Resilientes En Menores Ubicados En Hogares Sustitutos. [Tesis pregrado], obtenido de: <http://www.javeriana.edu.co/biblos/tesis/psicologia/tesis04.pdf>

Cardozo, A., Cortés, O., Cueto, L., Meza, S. y Iglesias, A. (2013). Análisis de los factores de resiliencia reportados por madres e hijos adolescentes que han experimentado el desplazamiento forzado, en barranquilla. *Revista Iberoamericana de Psicología*. 6 (2).

Carolin, N. (2014). Factores de resiliencia en mujeres jefas de hogar víctimas de violencia intrafamiliar, maltrato y abuso. [Tesis pregrado], Recuperado de <http://biblio3.url.edu.gt/Tesario/2014/05/42/Carolin-Jesus.pdf>.

Chávez, M. Ofelia, C. G., & Miriam Velázquez Ortiz. (2013). Adaptación y pensamiento constructivo en estudiantes universitarios. *Psicogente*, 16(30)
Recuperado de: <https://search.proquest.com/docview/1815497521?accountid=45648>

Chiavenato. (2012). *De Personas y Recursos*. [Online] Recuperado de:
<http://depersonasyrecursos.blogspot.com.co/2012/09/adaptabilidad-somos-adaptables.html>

Constitución Política De Colombia. (1991). *Constitución Política De Colombia 1991*. Colombia, Norte De Santander, de Procuraduría, [online], obtenido de:
https://www.procuraduria.gov.co/guiamp/media/file/Macroproceso%20Disciplinario/Constitucion_Politica_de_Colombia.htm

Corte Constitucional De Colombia. (1998). *Sentencia T-373/98*. 22 julio 1998., de Corte Constitucional. [Online], Obtenido de:
<http://www.corteconstitucional.gov.co/relatoria/1998/T-373-98.htm>

Crombie, P., López, M., Mesa, M., y Samper, M. (2015). Adaptación de la escala de resiliencia Wagnild y Young, de issuu [online] Obtenido de:
https://issuu.com/samperlina/docs/adaptaci__n_de_la_escalade_resilie

De Luna, J. F. (2014). El papel de la segunda persona en la constitución del autoconocimiento */The role of the second person in the constitution of self-knowledge. *Daimon*, (62), 71-85. Recuperado de:
<https://search.proquest.com/docview/1664231307?accountid=45648>

De Posada, S. y Broche, M. (2012). Intervención Educativa Para Fortalecer La Resiliencia De Madres Adolescentes Del Policlínico Vertientes en Cuba. *Humanidades Médicas* 12 (2).

El Congreso De Colombia. (1993). *Ley 82 de 1993*. 3 Noviembre 1993., de Congreso De Colombia. [online], obtenido de: http://portalterritorial.gov.co/apc-aa-files/40743db9e8588852c19cb285e420affe/ley_82.pdf

Fergus, S. & Zimmerman, M. (2005). Adolescente resiliencia: Un marco para entender el desarrollo saludable frente al riesgo [tesis de pregrado], Recuperado de <http://scielo.isciii.es/pdf/ep/v5n2/revision1.pdf>

Fernandez, L. (2010). modelo de intervención en crisis en busca de la resiliencia personal. Junio 2010, Recuperado de: <https://orientacascascales.files.wordpress.com/2014/05/trab-modelo-de-intervencion-en-crisis-lourdes-fernandez.pdf>

Fredrickson, BL. y Tugade, MM. (2003). What Good are Positive Emotions in Crises A Prospective Study of Resilience and Emotions Following the Terrorist Attacks on the USA on September 11th, 2001. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84, 365-27.

Fullana, J. (2004) *La búsqueda de factores protectores del fracaso escolar en niños en situación de riesgo*. [Online], Recuperado de <http://docplayer.es/16577182-La-busqueda-de-factores-protectores-del-fracaso-escolar-en-ninos-en-situacion-de-riesgo.html>

Gerencie. (2012). *Concepto de mujer cabeza de hogar*, [online], Tomado de:
<https://www.gerencie.com/concepto-de-mujer-cabeza-de-hogar.html>

García, M., & Domínguez, E. (2013). Desarrollo teórico de la resiliencia y su aplicación en situaciones adversas, en cesar. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*. 11 (1), 2-16.

Gómez, L. (2007). Guía de intervención psicológica para pacientes con embarazo de alto riesgo. *Perinatología y Reproducción Humana*, 21, 111-121.

Gómez L. & Aldana, C. E. (2007). Alteraciones psicológicas de la mujer con embarazo de alto riesgo. *Psicología y Salud*, 17(1), 53-61.

González, N., Fuentes, A. & Gonzalez, S. (2013). *Resiliencia y Maternidad Adolescente*. [online] Tomado de <http://docplayer.es/35279765-Palabras-claves-resiliencia-madres-adolescentes-factores-de-riesgo-factores-de-proteccion.html>

González, N., López, A., & Valdez, J. (agosto 2016) Resiliencia. Diferencias por Edad en Hombres y Mujeres Mexicanos. *Acta de Investigación Psicológica, Psychological Research Records*, 5 (2) 4-17.

González-Arratia, N. I., Nieto, D., & Valdez, J. L. (2011). Resiliencia En Madres E Hijos Con Cáncer. *Psicooncología*, 8(1), 113-123.

Grabara, M., Kołodziej, G. Wójcik, M. (2010). Spine flexibility and the prevalence of contractures of selected postural muscle groups in junior male football players. *Biomedical Human Kinetics*, 2, 15-18.

Grimalt, L., & Heresi, E. (2012). Estilos de apego y representaciones maternas durante el embarazo. *Chil Pediatr*, 83 (3).

Grotberg, E. (2006). *La resiliencia en el mundo de hoy. Cómo superar las adversidades*. Barcelona: Gedisa.

Grosser, H. (2007). El embarazo como un renacer una intervención de arte terapia en una mujer embarazada víctima de violencia intrafamiliar [tesis de especialización], Recuperado de http://www.tesis.uchile.cl/tesis/uchile/2007/grosser_h/sources/grosser_h.pdf

Guajardo, E. S., & Paucar, M. V. (2008). Medición De Las Características Resilientes, Un Estudio Comparativo En Personas Entre 15 Y 65 Años. *Liberabit*, 14, 31-40. Retrieved

Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2010). *Metodología de la investigación* (5ta ed.). México D.F.: McGraw-Hill Interamericana.

Horacio, M. C. C. (2001, Nov 23). Analisis/ la libertad y el delito del secuestro. *Palabra* Recuperado de:
<https://search.proquest.com/docview/377438175?accountid=45648>

Huber da Silva, A. Viero Badaró, A.F. (2007). Influence of Proprioceptive Neuromuscular Facilitation (PNF) stretching in flexibility of ballet-dancers. *Fisioterapia em Movimento*, 20 (4), 109-116

ICBF Colombia. (16 de marzo 2018). *Madres Comunitarias*. [online], recuperado de:
<http://www.icbf.gov.co/portal/page/portal/PrimeraInfanciaICBF/Madres>

Jiménez-Ocampo, V. F., Zapata-Gutiérrez, L. S., & Díaz-Suárez, L. (2013). Capacidad de afrontamiento y adaptación de los familiares del paciente adulto hospitalizado en una unidad de cuidado intensivo. *Aquichan*, 13(2), 159-172. Recuperado de:
<https://search.proquest.com/docview/1477415984?accountid=45648>

Kalbermatter, M. (2006). *Resilientes. Se nace, se hace, se rehace*. Argentina: Brujas.

Kast, f. e. (1979). *Administración de las Organizaciones*. Editorial Mc GranW-Hill.

Kast, M. J., Farkas, C., & Valotton, C. D. (2017). Diferencias en sensibilidad parental entre madres y padres de Chile y Estados Unidos. *Psicoperspectivas*, 16(3), 137-148. <http://dx.doi.org/10.5027/psicoperspectivas-vol16-issue3-fulltext-950>
Recuperado de:
<https://search.proquest.com/docview/1968930013?accountid=45648>

Kerlinger, F. y Lee, H. (2002). Investigación del comportamiento: Métodos de Investigación en Ciencias Sociales. México: McGraw Hill Interamericana.

La Razón. (2016, Feb 13). El desasosiego. *La Razón* Recuperado de:
<https://search.proquest.com/docview/1764921647?accountid=45648>

Losada, A; La Tour M; (2013). Resiliencia. Conceptualización e Investigaciones en Argentina. *Psiencia revista latinoamericana de ciencia psicológica Psiencia Latin American Journal of Psychological Science*, 4 (2) 84-97.

Manciaux, M. (2001). La resiliencia: resistir y rehacerse. Barcelona: Gedisa.

Melillo, A. & Suárez, O.E.N. (2003). Resiliencia, descubriendo las propias fortalezas. Buenos Aires Argentina: Paidós.

Monje, C. (2011). Metodología de la Investigación Cuantitativa y Cuantitativa.

Motivación intrínseca y extrínseca. (2015, Apr 14). *Reforma* Recuperado de:
<https://search.proquest.com/docview/1672885936?accountid=45648>

Ortega, M, (2011). *Factores de protección y/o resiliencia del embarazo adolescente en mujeres de un contexto marginal urbano del municipio de La Paz*. [online],
Recuperado de http://cedoc.inmujeres.gob.mx/ftpg/BCS/bcs_meta1_2011.pdf

Ortega k. (2010). Comunas de san José de Cúcuta. 8 de mayo del 2010, de issuu,
[online] recuperado de:
https://issuu.com/kathe2211/docs/comunas_san_jose_de_cucuta

Perera, A. (2014, Jul 09). Madres solteras libran su batalla en antigua zona de guerra. *IPS - Inter Press Service* Retrieved from
<https://search.proquest.com/docview/1543563791?accountid=45648>

Parra J. (2003). Tesis Gestión de calidad. [Tesis de especialización] Gestión de Calidad.
Tomado de:
<http://gestiondecalidadenelsectorazucarero.blogspot.com.co/2010/10/tesis-gestion-de-calidad-capitulo-iii.html>

Piñero, L. (2001). Pensar y actuar sobre el embarazo adolescente a partir de un discurso popular y científico extremadamente heterogéneo. *Revista Ensayos y experiencias*. 38 (7), 69-79

Profamilia, (2015). *Encuesta Nacional de Demografía y Salud* (ENDS).[online],Recuperado de <http://profamilia.org/docs/ENDS%20%20TOMO%20I.pdf>

Roa, C. Estrada, K. y Tobo, M. (2012) Nivel De Resiliencia En Mujeres Maltratadas Por Su Pareja en Bogotá. [Online], Recuperado de <http://www.contextos-revista.com.co/Revista%208/A4-Nivel%20de%20resiliencia%20en%20mujeres%20maltratadas%20por%20su%20pareja.pdf>

Roa, H. (2016) Resiliencia en mujeres víctimas de violencia, a través de una experiencia sonora y musical en Bogotá. (Tesis de especialización) Recuperado de: <http://repository.udistrital.edu.co/bitstream/11349/2648/1/RESILIENCIA%20EN%20MUJERES%20VIC%38TIMAS%20DE%20VIOLENCIA%20-%20FINAL.pdf>

Rodríguez, M. (2014). *Escala de Resiliencia*. 7 Diciembre 2014, de Soberanamente Tomado de: <http://soberanamente.com/escala-de-resiliencia/>

Samper, L. (2015). Adaptación de la escala de resiliencia de Wagnild y Young .20 Mayo 2015, de PUBLISHED Tomado de: https://issuu.com/samperlina/docs/adaptaci__n_de_la_escalade_resilie

Siabato, E. M. Forero, I. Concepción, O. (2013). Relación entre ansiedad y estilos de personalidad en estudiantes de psicología. *Psychologia : Avances De La Disciplina*, 7(2), 87-98. Recuperado de: <https://search.proquest.com/docview/1793560828?accountid=45648>

Slaikieiu, K. (2000). Intervención en Crisis, Manual para practica y e investigación. México: Manual moderno.

Stem, C. (2004). Vulnerabilidad social y embarazo adolescente en México. Papeles de Población, Universidad Autónoma del Estado del México, 39, 129-158 recuperado de: <http://www.cimacnoticias.com/especiales/coinversion2007/derechossexyreprod/contexto/contextonacional/vulnerabilidadsocialyembarazoadolescenteenmexico.pdf>

Suarez, J. (2009). El ejercicio del poder. La prensa, 1.

Trujillo, M. A. (2015) *La resiliencia en la psicología social. Facultad de estudios superiores Iztacala*. [Online] Recuperado de: <http://www.ugr.es/~javera/pdf/2-3-AF.pdf>

Ulloque-Caamaño, L., Monterrosa-Castro, A., y Arteta-Acosta (2015) Prevalencia de baja autoestima y nivel de resiliencia bajo, en gestantes adolescentes de poblaciones del caribe colombiano. *Scielo*, 80(6): 462 – 474

Uribe (2009). *Vivir sin pareja no es ser madre cabeza de hogar*. [Online] Recuperado de: <https://www.elespectador.com/noticias/judicial/articulo118684-vivir-sin-pareja-no-ser-madre-cabeza-de-hogar>

Vargas C. (17 febrero 2009). Vivir sin pareja no es ser madre cabeza de hogar. El Espectador. Recuperado de: <https://www.elespectador.com/noticias/judicial/articulo118684-vivir-sin-pareja-no-ser-madre-cabeza-de-hogar>

Vega, E. & Nelson, H. (2012). Optimismo y rendimiento académico en estudiantes de dos colegios privados de la ciudad de riohacha (guajira). *Duazary*, 9(1), 94-97. <http://dx.doi.org/10.21676/2389783X.197> Recuperado de: <https://search.proquest.com/docview/1835764542?accountid=45648>

Villalobos, C.A. (2009). Desarrollo de una medida de resiliencia para establecer el perfil psicosocial de los adolescentes resilientes que permita poner a prueba el modelo explicativo de resiliencia basado en variables psicosociales. (Tesis no publicada de Especialista en Psicología Clínica). Universidad de Costa Rica. Recuperado de: https://www.researchgate.net/publication/269223147_Compendio_de_Instrumentos_de_Medicion_IIP-2014

Vinaccia, S., & Quiceno. J. (2011). Calidad de vida relacionada con la salud y enfermedad crónica: estudios colombianos. *Psychologia: avances de la disciplina*, 6 (1).

Vitela, N. (2012, Apr 30). Autoestima en 10 pasos. *Mural* Recuperado de: <https://search.proquest.com/docview/1010251047?accountid=45648>

Walsh, F. (2004). Resiliencia Familiar. Estrategias para su fortalecimiento. Buenos Aires: Amorrortu editores.

Zalapa, E, García, Y Figueroa G. (2015) Resiliencia En Mujeres Morelianas Separadas Por Violencia Conyugal en México. *Revista de psicología*. 14 (2).

Zambrano M. (2015). informe de calidad de vida del 2015. 2015, de cucuta como vamos, [online] recuperado de: <http://datacucuta.com/images/INDICADORESTECNICOS2015.pdf>.