

Empoderamiento y resiliencia en un grupo de mujeres migrantes latinas de una Iglesia Adventista de Oakland, California a través de arteterapia

Kamila Sultanova y Lidia Yared García Pimental

Facultad de Ciencias Empresariales y Jurídicas

Licenciatura en Administración de Empresas

Universidad de Montemorelos

Esta investigación pretendió dar respuesta a la siguiente pregunta: ¿existe una diferencia significativa en empoderamiento y resiliencia en el grupo colectivo de mujeres latinas migrantes que utilizaron arteterapia en la iglesia de Oakland, California, USA? La investigación fue de tipo cuantitativo, pre experimental y de campo. La población utilizada para este estudio fue de 16 mujeres latinas migrantes de la iglesia adventista de Oakland California que tienen en común su residencia en Estados Unidos de Norteamérica, mayor a 10 años. La muestra fue definida por conveniencia mediante convocatoria a participar en el taller de arteterapia y quedó conformada por 16 mujeres. De acuerdo con los resultados de la hipótesis nula uno se concluye que no existe diferencia significativa, no hay evidencia estadística que demuestre que hay una diferencia en el nivel de empoderamiento antes del taller y después de tomar el taller. En cuanto al objetivo de mejorar la resiliencia a través de la aplicación de arteterapia se encontró que ayudó a las mujeres migrantes latinas a subir el nivel de resiliencia. Respecto al nivel de empoderamiento no existe evidencia estadística que indique un cambio en el nivel de empoderamiento, aunque sí se observa una afectación en la clasificación de niveles de empoderamiento, antes y después.

Keywords: Empoderamiento, resiliencia, arteterapia.

Introducción

La idea del presente trabajo de investigación surge de la oportunidad de trabajar y convivir con el colectivo de mujeres migrantes latinas que se reúnen en la iglesia adventista del séptimo día en Oakland, California en los EE. UU. y de la inquietud de ayudar a las mismas. A pesar de la presencia positiva de la mujer y de fomentar el desarrollo económico del país americano tal como lo presenta Heredia (2011), su imagen ante el mundo en el siglo XXI sigue presentando el rostro del racismo, maltrato, denigración, pobreza e incluso violencia.

Las causas de tan inaceptable o inmerecida situación y con un polo tan opuesto a las propuestas sociales de la actualidad se encuentran en dos raíces muy profundas, una, externa: la de ser partícipe de las condiciones impuestas por un país a una población no nativa, (por ejemplo, la proposición de la ley 187 del estado de California, que prohíbe la educación, el servicio de salud y otros servicios sociales básicos a las personas que están en los EE. UU., sin documentos) y, dos, interna: ser víctima de la propia cultura e idiosincrasia latina, llena de complejos, ataduras, machismo, violencia y maltrato intrafamiliar (Achetegui, 2010; Dowd, 1998).

Por lo tanto, se puede considerar que la mujer migrante latina en los EE. UU. representa lucha. Achetegui (2010) señala que es una lucha que inició al pelear contra las condiciones de vida en sus lugares de origen, misma que continuó

al migrar de manera ilegal a otro país; una lucha que permanece día con día al pelear contra un trato injusto, racista y, en ocasiones, denigrante para ganar un sustento que permita al menos vivir. Y también, porque no, una lucha en ocasiones contra personas cercanas, familia o parejas que, trayendo su herencia histórica, continúan maltratando a quien debían proteger.

Con el deseo de contribuir a la mejora de las vidas de las mujeres en este país, nace esta investigación, un estudio que desea visualizar el empoderamiento y la resiliencia en un grupo de mujeres migrantes latinas de una iglesia adventista de Oakland, California a través de la participación en arteterapia.

Antecedentes

El tema empoderamiento económico de la mujer actualmente es prioridad en la agenda de las Naciones Unidas. De ahí la necesidad de contar con un programa que promueva el emprendimiento. Por lo que, se estableció la propuesta de generar talleres que promovieran el cambio en el nivel actual de empoderamiento y de resiliencia con la intención de medir en un futuro su relación con la intención de emprendimiento.

Empoderamiento y resiliencia son dos factores entre varios, considerados de importancia en el tema de emprendimiento. El objetivo en un futuro cercano es establecer un modelo de factores que expliquen su relación con el empre-

dimiento, de tal forma que pueda diseñarse un instrumento que mida el emprendimiento y evaluar la relación existente entre empoderamiento y emprendimiento y, resiliencia y emprendimiento. No obstante, aún no se tiene el instrumento de emprendimiento, por lo que la presente investigación únicamente establecerá si existe una diferencia en el nivel de empoderamiento y resiliencia después de participar en el taller. Dejando sin estudiar la relación que pudiera existir entre resiliencia y empoderamiento con la intención de emprendimiento.

Esta investigación ha sido enriquecida por las publicaciones referentes a los temas de empoderamiento, resiliencia y arteterapia, además del papel de la mujer migrante en los EEUU.

Rowlands (1997) considera que el empoderamiento es como un conjunto de procesos centrado alrededor del núcleo de desarrollo de confianza, autoestima, sentido de la capacidad individual o grupal para realizar acciones de cambio y dignidad.

Cano Valle, Pantoja Nieves y Vargas Rojas (2016) conceptualizaron al empoderamiento como el proceso por medio del cual los individuos ganan eficacia definida así también el grado mediante el cual ella o él perciben el control de su entorno.

Tarter y Vanyukov (1999) mencionan que la resiliencia es semejante al concepto popular de superviviente, considerado como la persona que remonta las dificultades ante una vida adversa y muy difícil, ante la que sale exitosamente adelante e incluso, llega a triunfar luego en la vida a pesar de tener todo en contra en la niñez, adolescencia o juventud.

Cano Valle et al. (2016) definen la resiliencia como la capacidad para recuperarse y mantener una conducta adaptativa después del abandono o la incapacidad inicial al iniciarse un evento estresante.

Luthar (2003) menciona el término de resiliencia como la manifestación de la adaptación positiva a pesar de significativas adversidades en la vida. Las evidencias posteriores a las experiencias de talleres de arteterapia en distintas partes del mundo, realizadas a mujeres con distintas problemáticas o circunstancias han corroborado que la arteterapia ha logrado que estas se motiven a romper su silencio, generen autonomía, fortalezcan su autoestima, se conozcan e intenten una reconstrucción de su vida. Investigaciones sustentadas por los pilares de la arteterapia como acompañamiento para la construcción y empoderamiento de la subjetividad femenina, como la que propone Guiote González (2014) hace reflexionar sobre la posibilidad de la arteterapia como una ayuda a las mujeres que son incapaces de construir sus deseos o desinhibirse de tal manera que construyan un mejor futuro. Así mismo, Alonso (2012) señala que los talleres de arteterapia a través del acto de crear han favorecido y fortalecido el autoconocimiento, la autoexploración, el autocontrol y liberación de estereotipos convencionales con los que la mujer carga.

También, los trabajos de Pereira (2011) son valiosos, pues expresan que los talleres de arteterapia son una oportunidad para romper el aislamiento, socializar, solidarizarse con los semejantes, factores que son imprescindibles para el empoderamiento económico o el emprendimiento personal.

Pérez Cabrillo (2018) plasma la importancia del empoderamiento individual y colectivo de la mujer a través del arte y de la cultura, dado que ellas son herramientas de gran impacto para la transformación social, por lo tanto, propone dotarlas de habilidades sociales para su crecimiento personal y profesional.

González Martínez (2014) menciona que la arteterapia, más que valorar el resultado estético de la producción artística de las personas, se centra en el proceso de la elaboración de estos, buscando fortalecer los recursos propios de la resiliencia.

García y Santos (2011) han sido de inestimable ayuda, pues describen que la arteterapia florece dentro de una terapia grupal, ya que propician el diálogo y permiten que los participantes alcancen niveles más profundos de expresión.

Muñoz y Crespo (2014) que también abordan los beneficios que provee la arteterapia para mujeres inmigrantes, desarrollándolas socialmente e individualmente, mejorando su calidad de vida y ayudándolo a crecer personalmente dentro de su nuevo entorno.

Declaración del problema

Considerando la situación de la mujer hispana migrante en los EEUU, se plantea la siguiente pregunta de investigación:

Pregunta de investigación

Esta investigación tratará de dar respuesta a la siguiente pregunta: ¿existe una diferencia significativa en el nivel de empoderamiento y resiliencia en el grupo colectivo de mujeres migrantes latinas de una iglesia adventista de Oakland, California, USA, después de participar en el taller RESET?

Preguntas complementarias

Además, surgen las siguientes preguntas complementarias:

1. ¿Cuál es el nivel de empoderamiento de las participantes mujeres migrantes latinas de una iglesia adventista de Oakland, California antes y después de participar en el taller RESET?
2. ¿Cuál es el nivel de resiliencia de las participantes mujeres migrantes latinas de una iglesia adventista de Oakland, California antes y después de participar en el taller RESET?

Definición de términos

A continuación, se definen algunos términos utilizados en esta investigación.

Empoderamiento: proceso de ganar control sobre uno mismo, sobre la ideología y los recursos (Blatiwala 1993).

Resiliencia: es una actitud positiva a pesar de las circunstancias difíciles y representa el lado positivo de la salud mental. Consiste también en saber aprender de la derrota y transformarla en oportunidad de desarrollo personal (Santos, 2013).

RESET: taller presencial de seis sesiones con duración de una hora, en donde se llevan a cabo actividades artísticas para la promoción de la resiliencia y el empoderamiento de la mujer.

Hipótesis principales

El planteamiento del problema permitió formular las siguientes hipótesis de investigación.

H1. No existe diferencia significativa en el nivel de empoderamiento de las participantes mujeres migrantes latinas de una iglesia adventista de Oakland, California después de participar en el taller de RESET.

H2. No existe diferencia significativa en el nivel de resiliencia de las participantes mujeres migrantes latinas de una iglesia adventista de Oakland, CA, después de participar en el taller RESET.

Objetivos de la investigación

Esta investigación tuvo como objetivos los siguientes:

Objetivo general

Como objetivo general se pretendió determinar si el empoderamiento y la resiliencia de la mujer migrante latina pueden mejorar a través de la aplicación de arteterapia.

Objetivos específicos

Los objetivos específicos con los cuales se trabajó en esta investigación fueron los siguientes:

1. Identificar cuáles son las características personales de las mujeres del colectivo de esta investigación al ser migrantes latinas.
2. Utilizar actividades en las seis sesiones de arteterapia que fomenten el empoderamiento y resiliencia.
3. Medir los niveles del empoderamiento y resiliencia en el grupo de mujeres migrantes latinas.

Justificación

Romano (2002) dice que el empoderamiento se relaciona con el poder, cambiando las relaciones de poder en favor de aquellos que con anterioridad tenían escasa autoridad sobre sus propias vidas.

Mechanic (1991) señala que el empoderamiento es un proceso en el que los individuos aprenden a ver una mayor correspondencia entre sus metas, un sentido de cómo lograrlas y una relación entre sus esfuerzos y resultados de vida.

Rappaport (1984) refiere que el empoderamiento implica un proceso y mecanismos mediante los cuales las personas, las organizaciones y las comunidades ganan control sobre sus vidas.

Según Montero (2003), el empoderamiento es el proceso mediante el cual los miembros de una comunidad desarrollan conjuntamente capacidades y recursos para controlar su situación de vida, actuando de manera comprometida, consciente y crítica, para lograr la transformación de su entorno según sus necesidades y aspiraciones, transformándose al mismo tiempo a sí mismos.

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

Según Olsson (2003), la resiliencia puede ser definida como un proceso dinámico de adaptación a una situación de riesgo que implica la interacción entre un rango de factores de riesgo y de protección desde el individuo hasta lo social.

Werner y Smith (1982) señalan que la resiliencia es a pesar de vivir en ambientes vulnerables, conseguían mantener unos niveles de adaptación óptimos, sin desarrollar problemas psicológicos, en contra de las predicciones.

Löesel, Blieneser y Köferl (1989) definen la resiliencia como una adaptación efectiva ante eventos de la vida severamente estresantes y acumulativos.

Pérez Fariñas (2004) menciona que la arteterapia ofrece un lugar totalmente flexible donde predomina la aceptación y el enfrentamiento de los conflictos emocionales, en un ambiente agradable.

Dalley (1987) plantea que la arteterapia se considera como el uso del arte en un contexto terapéutico, siendo lo más importante la persona y el proceso, donde el arte se usa como un medio de comunicación no verbal.

Cada una de las mujeres tiene sus temores, debilidades, su pasado, pero eso no debe hacerlas sentir menos. No existe ser humano que no se haya equivocado, por eso existe también el derecho de hacer cambios en la vida. No importa la cultura, la religión, la familia, el pasado, delante de Dios, todos los seres humanos son iguales. Por eso surge esta investigación, para poder ayudar a mujeres migrantes latinas a ser más empoderadas y resilientes en su vida diaria.

Supuestos

Los supuestos de esta investigación fueron los siguientes:

1. Los niveles de empoderamiento y resiliencia pueden ser mejorados a través de la aplicación de arteterapia.
2. Las mujeres encuestadas contestaron con honestidad a cada una de las preguntas.
3. Las respuestas otorgadas por las participantes fueron lo más apegadas a la realidad.

Marco filosófico

Este estudio asume las siguientes posiciones ideológicas.

La creencia en que el hombre y la mujer fueron hechos a imagen de Dios, con individualidad propia y con la facultad de la libertad de pensar y obrar por su cuenta.

Génesis 1:26 dice: “Entonces dijo Dios: Hagamos al hombre a nuestra imagen, conforme a nuestra semejanza...”.

En Juan 3:16 expresa lo siguiente: “Porque de tal manera amó Dios al mundo...” El amor de Dios para con los seres creados a su imagen es parejo para hombres y mujeres.

En 2 Pedro 3:9 se menciona: “No queriendo que nadie perezca, sino que todos vengan al arrepentimiento”. Dios desea salvar a todos por igual, ofrece esa posición de ‘escogidos’ tanto a mujeres como a hombres.

Hay muchos puntos más de igualdad en la Biblia que podríamos destacar, pero estos tres son los esenciales a nuestra identidad en Cristo. Se puede concluir que, en los aspectos más profundos de nuestra identidad como hijas de Dios, Dios trata completamente igual que a todos los hombres. Finalmente, el apóstol Pablo en su libro de Gálatas 3:28 declara: “No hay judío ni griego; no hay esclavo ni libre; no hay hombre ni mujer; porque todos sois uno en Cristo Jesús.”

La División Interamericana de los Adventistas del Séptimo Día (DIASD, 2011) declara que las mujeres tienen derecho a los privilegios y oportunidades que Dios les ha dado, y que fueron destinados a todo ser humano: el derecho a la alfabetización, a la educación, a un cuidado adecuado de su salud, a la capacidad de hacer decisiones y a la libertad de abusos mentales, físicos o sexuales.

La Asociación Ministerial de la Asociación General de los Adventistas del Séptimo Día (AMAGASD, 2007) afirma que las mujeres deberían desempeñar un papel creciente en el liderazgo y en los cuerpos de decisión de la iglesia y de la sociedad.

En la Biblia pueden verse muchas historias donde hombres y mujeres demuestran fortalezas humanas para adaptarse a distintas situaciones, aún en las condiciones adversas, enfrentando con éxito problemas difíciles. A pesar de las dificultades, lograron encontrar la solución e incluso ser transformado por ellas.

Importancia del estudio

Este trabajo de investigación es importante o significativo porque trae al público hispano, después de un estudio de caso hecho a mujeres migrantes latinas en los EEUU y el análisis de literatura adyacente, los resultados de la hipótesis: cuál es el nivel de empoderamiento y resiliencia en el grupo colectivo de mujeres migrantes latinas de una iglesia adventista de Oakland, California, USA, después de participar en el taller RESET.

Posteriormente, se pueden observar opiniones de algunos autores acerca de la situación actual de la mujer migrante latina en los Estados Unidos.

Pedone (2006) afirma que la migración actual presenta una clara tendencia hacia la feminización, resultado de una mayor participación de las mujeres en los desplazamientos internacionales, especialmente de tipo permanente. De hecho, se afirma que esta mayor presencia femenina estaría asociada a una diferenciación en el mercado laboral que abre opciones especialmente para mujeres: industria textil, servicios personales de baja calificación como el servicio del cuidado, servicio de limpieza y mantenimiento además del tradicional servicio doméstico.

Dado que la realidad de la mujer no solo en países latinoamericanos, sino en civilizaciones y etnias de todo el mundo apunta a la discriminación, violencia o exclusión social y de que la desigualdad económica, social, política y cultural ha reducido su confianza propia, el autoestima o capacidad de emprendimiento; encontrar herramientas que puedan combatir estas circunstancias y presentar el verdadero valor de una mujer es de vital importancia (Sorensen, 2004). Es aquí donde el empoderamiento y la resiliencia a través de la arteterapia tienen validez.

Descripción de las variables

Empoderamiento

La Organización de las Naciones Unidas (ONU, 1996) señalan que el empoderamiento del papel de la mujer y la plena participación de la mujer en condiciones de igualdad en todas las esferas de la sociedad, incluidos la participación en los procesos de adopción de decisiones y el acceso al poder, son fundamentales para el logro de la igualdad, el desarrollo y la paz.

Murguialday, Pérez de Armiño y Eizagirre (2001) dicen que el empoderamiento es el proceso por el cual las personas fortalecen sus capacidades, confianza, visión y protagonismo como grupo social para impulsar cambios positivos de las situaciones que viven.

Por último, Sen (2000) afirma que la noción de empoderamiento entra, pues, en una visión de adquisición de poder, de control sobre su vida y la capacidad de hacer elecciones.

Emakunde (2016) llama empoderarse al proceso de transformación mediante el cual una persona, poco a poco y en

ocasiones a grandes pasos, deja de ser objeto de la historia, la política y la cultura, deja de ser el objeto de los otros, es decir deja de ser para otros y se convierte en sujeto de la propia vida, en ser para sí mismo, en protagonista de la historia, la cultura, la política y la vida social.

Rowlands (1997) plantea un modelo de empoderamiento con tres dimensiones: la personal que implica el desarrollo del sentido de ser y la capacidad individual; la dimensión de las relaciones cercanas, que incluye la habilidad para decidir y negociar en el marco de las relaciones de pareja, familiares, laborales, etc., sin caer en la lucha de poder entre los géneros; y la colectiva o la participación en estructuras políticas formales e informales, de manera cooperativa y no competitiva.

Schuler (1997), por su parte, identifica el empoderamiento como un proceso por medio del cual las mujeres incrementan su capacidad de configurar sus propias vidas y su entorno, una evolución en la concientización de las mujeres sobre sí mismas y su estatus y en su eficiencia en las relaciones sociales. Las manifestaciones necesarias para el proceso del empoderamiento según esta misma autora son las siguientes: (a) sentido de seguridad y visión del futuro, (b) capacidad de ganarse la vida, (c) capacidad de actuar eficazmente en la esfera pública, (d) mayor poder de tomar decisiones en el hogar, (e) participación en grupos no familiares y uso de grupos de solidaridad como recursos de información y apoyo y (f) movilidad y visibilidad en la comunidad.

Resiliencia

Castro y Muñoz (2002) hace mención que la resiliencia es una capacidad universal que permite a una persona, grupo o comunidad prevenir, minimizar o superar los efectos perjudiciales de la adversidad.

Para Gruhl (2009), la resiliencia es la capacidad de adaptación o capacidad de resistencia, la cual permite a las personas retomar su posición original como una goma elástica o volver a quedar siempre derechas, con independencia de lo que acontezca. Masten (2001) menciona que la resiliencia es un tipo de fenómeno en la vida, caracterizado por buenos resultados a pesar de las serias amenazas para la adaptación o el desarrollo.

Según el Institute on Child Resilience and Family (2008), la resiliencia es la habilidad para resurgir de la adversidad, adaptarse, recuperarse y acceder a una vida significativa y productiva.

Grotberg (2002) señala que la resiliencia ha sido reconocida como un aporte a la promoción de la salud mental y que la infancia temprana es un periodo excelente para comenzar con su promoción.

Según Suarez Ojeda (1993), la resiliencia significa una combinación de factores que permiten a un ser humano, afrontar y superar los problemas y adversidades de la vida, y construir sobre ellos.

Braverman (1999) considera a la resiliencia, como el fenómeno del desarrollo exitoso de una persona bajo condiciones adversas, de situaciones de riesgo.

Masten (1999) dice que es ese rasgo de la personalidad humana que le permite a una persona una mejor adaptación a la vida.

Wolin y Wolin (1993) señalan algunas características personales de quienes poseen esta fuerza, y proporcionan algunas definiciones para ellas:

1. Introspección: es el arte de preguntarse a sí mismo y darse una respuesta honesta.
2. Independencia: es la capacidad de establecer límites entre sí mismo y los ambientes adversos; alude a la capacidad de mantener distancia emocional y física, sin llegar a aislarse.
3. La capacidad de relacionarse: es la habilidad para establecer lazos íntimos y satisfactorios con otras personas.
4. Iniciativa: es el placer de exigirse y ponerse a prueba en tareas progresivamente más exigentes. Se refiere a la capacidad de hacerse cargo de los problemas y de ejercer control sobre ellos.
5. Humor: se refiere a la capacidad de encontrar lo cómico en la tragedia.
6. Creatividad: involucra la capacidad de crear orden, belleza y finalidad a partir del caos y el desorden.
7. Moralidad: es la actividad de una conciencia informada, es el deseo de una vida personal satisfactoria, amplia y con riqueza interior. Se refiere a la conciencia moral, a la capacidad de comprometerse con valores y de discriminar entre lo bueno y lo malo.

Construir alternativas que permitan a la mujer expresar su verdadero sentir y su verdadero pensar ayuda para tener resiliencia ante las circunstancias; además, esto las lleva al deseo de superarse, por lo que empoderarse es un desafío abierto.

Arteterapia, un nuevo paradigma

Es un acompañamiento de personas en dificultad (psicológica, física, social o existencial) a través de sus producciones artísticas: obras plásticas, sonoras, teatrales, literarias, corporales y danzantes. Este trabajo sutil, que toma las vulnerabilidades como material, busca menos revelar los significados inconscientes de las producciones que permitir al sujeto recrearse él mismo, crearse de nuevo, en un recorrido simbólico de creación en creación. (Basols, 2006. p. 19)

A continuación, se presentan algunas conceptualizaciones que permitirán ir contestando varias de las interrogantes que la arteterapia podría originar, esto, por ser una profesión relativamente nueva y quizás aún no muy conocida.

Para Ortíz Treviño (2015), esta disciplina está definida de la siguiente manera la arteterapia es una profesión en el área de la salud mental que usa el proceso creativo para mejorar y realzar el bienestar, tanto física, como mental y emocionalmente de individuos de todas las edades. Se basa en la creencia de que el proceso creativo ayuda a resolver conflictos y problemas, desarrolla habilidades interpersonales, manejo de la conducta, reduce el estrés, aumenta la autoestima, la autoconciencia y permite que se logre la introspección.

Por otro lado, la British Association of Art Therapists (BAAT, 2015), afirma que la arteterapia es una forma de psicoterapia que usa el medio artístico como una forma primaria de comunicación. Las personas que son derivadas a arteterapia no necesitan experiencia o formación en arte. El arte terapeuta no hace diagnóstico o asesoría estética de la imagen del paciente. En definitiva, se busca capacitar a la persona a efectuar cambios y crecimientos en un nivel personal a través del uso de materiales artísticos en un entorno protegido y facilitado.

Mientras que la Canadian Association of Art Therapy (Asociación de Arteterapia Canadiense, CATA, 2015), declara que la arteterapia combina el proceso creador y la psicoterapia, facilitando la auto expresión y el entendimiento. Y usando el simbolismo, el color y la forma como parte del proceso creativo y terapéutico, los pensamientos y los sentimientos pueden ser expresados cuando son difíciles de verbalizar.

Y para AFIA, la Asociación Foro Iberoamericano de Arteterapia (2015) esta disciplina se conceptualiza de la siguiente manera: la arteterapia es una disciplina especializada en acompañar, facilitar y posibilitar un cambio significativo en la persona mediante la utilización de diversos medios artísticos: atendiendo a su proceso creativo, a las imágenes que produce y a las preguntas y respuestas que estas le suscitan.

En definitiva, arteterapia es una disciplina con especificidades y límites concretos. Es una ayuda - terapia para algunos que utiliza las artes plásticas como medio para recuperar o mejorar la salud mental, el bienestar emocional y social de la persona.

La arteterapia se preocupa de la persona. No es un proyecto sobre ella, sino un proyecto con ella a partir de su malestar y de su deseo de cambio. A partir de las diferencias personales y culturales trata de actualizar las condiciones de la producción creativa, de percibir las especificidades de los medios utilizados y comprender sus impactos (Bassols, 2006).

Klein (2006) dice, aunque el ser humano siempre ha utilizado el arte con fines terapéuticos, el inicio de la arteterapia dice se registra en 1942, cuando en Gran Bretaña un artista llamado Adrián Hill utilizó y escribió el termino artetera-

pia por primera vez, mientras permanecía internado por un largo periodo en un hospital, recuperándose de las heridas que sufrió durante la segunda guerra mundial. Hill durante el tiempo de su hospitalización, exploró sus experiencias vividas dentro del hospital a través del arte y encontró en el proceso creativo una ayuda para la recuperación emocional. Al igual que Hill, otros de los pacientes del hospital utilizaron el arte para lidiar con sus conflictos y sanar física y mentalmente de dolencias, motivados también por algunos de los médicos del hospital, que veían claramente la mejoría que la pintura les ofrecía en su recuperación emocional y por lo tanto, física.

Dalley (1987) menciona que en el estudio de la arteterapia se encuentran dos corrientes, ambas considerablemente importantes, una está inclinada hacia el lado artístico y en la cual se le da mayor importancia al proceso creativo y curativo del arte, y la otra corriente está enfocada hacia el lado psicoterapéutico, en la cual se considera que el arte es utilizado como una forma de expresión y de comunicación que logra exteriorizar esos sentimientos tan profundos del inconsciente que no afloran fácilmente a través del lenguaje verbal.

Beneficios de la arteterapia

López (2006) señala que arteterapia sirve como un acompañamiento y un apoyo para las personas con dificultades físicas, psicosociales, educativas, personales a través de creaciones plásticas, sonoras, dramáticas, teatrales, escritas, que generan un proceso de transformación de sí misma dando paso a su integración a la vida social, de una manera crítica y creativa. En otras palabras, la arteterapia capacita para la ayuda humana utilizando los medios artísticos, las imágenes, el proceso creativo y las respuestas de las personas a esos productos creados, es una combinación entre arte y psicoterapia.

Este método busca la significación de las producciones; no es una búsqueda cognitiva. Lo importante no es el análisis semántico de los síntomas de la persona ni de sus producciones en sesión sino el acompañamiento de su autor en una meteorización de él mismo a través de sus creaciones donde se encuentra el contenido simbólico (Wilde, 2006).

Al hacer arte y reflexionar sobre los productos y procesos artísticos realizados, las personas pueden aumentar el conocimiento de sí mismas y de los otros, hacer frente a los síntomas, el estrés, la ansiedad y de esta manera reforzar sus habilidades cognitivas.

El arte es un campo apropiado para el impulso de expresión personal y de comunicación. No obstante, se debe aclarar que la arteterapia ayuda a enfrentar problemas y a saber vivir con ellos, no elimina los problemas.

Objetivos de la arteterapia

Dentro de la arteterapia, López (2006) señala que se pueden trabajar varios campos de superación personal como:

1. Identidad: Sentimiento de utilidad, el abordaje del riesgo. Todas las personas tienen derecho a reconocerse y ser reconocidos por sus señas de identidad.
2. Imagen del cuerpo.
3. Sentimientos: Primero es necesario conocerse a sí mismo para poder conocer a los demás, lo cual llevará a una mejor convivencia.
4. Autoestima: Si se desarrolla la creatividad, la autoestima crecerá y aumentará la inteligencia, la decisión y la ejecución.
5. Conocer y respetar el propio entorno. Crear es una de las formas de estar con fuerza y protagonismo en el mundo.

Dimensiones

Después de haber estudiado varias dimensiones de lo que es empoderamiento, resiliencia y arteterapia se presenta la forma en la que algunos autores la han dimensionado.

Empoderamiento

Romero (2019), en su artículo 'Midiendo el empoderamiento de las mujeres en la agricultura: entre procesos, dimensiones e indicador' estudia el empoderamiento en seis diferentes factores, los cuales son estos: económico, socio-cultural, familiar-interpersonal, legal, político, psicológico.

Las dimensiones utilizadas en el instrumento de esta investigación para la variable empoderamiento que comprende 34 ítems, son las planteadas por Hernández Sánchez y García Falconi (2008), las cuales son las siguientes:

Empoderamiento participativo (ítems 8, 9, 10, 20, 32, 33 y 34)

Según la Comisión Europea (1998) el empoderamiento puede ser definido como el proceso de acceso a los recursos y desarrollo de las capacidades personales para poder participar activamente en modelar la vida propia y la de su comunidad en términos económicos, sociales y políticos.

Temeridad (ítems 4, 5, 11, 18 y 19)

Como apunta Lagarde (2004), el empoderamiento es un proceso de transformación, a través del cual cada mujer se capacita, se habilita y desarrolla la conciencia de tener derecho a tener derechos y a confiar en la propia capacidad para conseguir sus propósitos.

Influencias externas (ítems 6, 7, 12, 13, 16 y 17)

En Arte contra violencia de género (1995) definen que el empoderamiento demuestra que la adquisición, actuación y control del poder por parte de las mujeres es un proceso de doble dirección que promueve cambios tanto a nivel individual como colectivo, favoreciendo las relaciones equitativas de mujeres y hombres.

Independencia (ítems 1, 2, 15 y 29)

Schuler (1997) identifica al empoderamiento como un proceso que ayuda a las mujeres a ser independientes, a aumentar su capacidad de configurar y tener mayor control sobre sus propias vidas y sobre su entorno.

Igualdad (ítems 3, 14, 28 y 30)

Arte contra violencia de género (1995) afirma que el empoderamiento de las mujeres es fundamental para acabar con las desigualdades, lograr la igualdad, y para permitir una participación equilibrada con una representación equitativa de las mujeres en todos los planos de la vida.

Satisfacción social (ítems 23, 26, 27 y 31)

Según Singer (2002), el empoderamiento en la mujer permite que se estimule una participación social activa que le lleva a experimentar un desarrollo positivo de su autoconcepto, en términos de atributos como competencia, madurez emocional, confianza en sí misma, persistencia y empatía.

Seguridad (ítems 21, 22, 24 y 25)

Para Lagarde (2004), empoderarse se concreta en la individuación, es decir, en la transformación personal en un ser individual: único e independiente, con personalidad y concepciones propias, con capacidad de decidir y de actuar por cuenta propia, con movilidad y autodeterminación. Al empoderarse se incrementa la seguridad y la confianza en sí mismo.

Resiliencia

Saavedra y Villalta (2008), en su artículo 'Medición de las características resilientes, un estudio comparativo en personas entre 15 y 65 años' examinan la resiliencia desde doce factores diferentes: identidad, autonomía, satisfacción, pragmatismo, vínculos, redes, modelos, metas, afectividad, auto-eficacia, aprendizaje, generatividad.

Las dimensiones utilizadas en el instrumento de esta investigación para la variable resiliencia que comprende 43 ítems, son las planteadas por Palomar y Gómez (2010), las cuales son las siguientes:

Fortaleza y confianza en sí mismo (ítems 1-19)

Manciaux (2003) señala que la resiliencia es la capacidad de una persona o grupo para seguir proyectándose en el futuro a pesar de acontecimientos desestabilizadores, de condiciones de vida difíciles y de traumas a veces graves.

Competencia social (ítems 20-27)

Henderson y Milstein (2003) por su parte, resaltan que los sujetos resilientes tienen capacidad para establecer relaciones positivas, resolver problemas y motivación para superarse. Añade que con frecuencia tienen activa participación en iniciativas de cambio social y poseen sentido de la fe, se consideran espirituales o religiosos.

Apoyo familiar (ítems 28-33)

McCubbin, H. I. y McCubbin (1988) definieron la resiliencia familiar como la capacidad de una familia para recuperarse de circunstancias adversas y salir de ellas fortalecidas, y con mayores recursos para afrontar otras dificultades de la vida.

Apoyo social (ítems 34-38)

Kotliarenco y Fontecilla (1997) caracterizan a las personas resilientes de la siguiente manera: padres competentes, posibilidad de contar con apoyo social del cónyuge, familia u otras figuras, trabajo en equipo, mejor red formal e informal de apoyo. Estructura (ítems 39- 43) Henderson y Milstein (2003) señalan que los resilientes se identifican por ser socialmente competentes, poseedores de habilidades para la vida como el pensamiento crítico, la capacidad de resolver problemas y tomar iniciativas, son firmes en sus propósitos y tienen una visión optimista de su futuro: tienen intereses especiales, metas y motivación para salir adelante en la escuela y en la vida.

Arteterapia

Tejeda (2013), en su trabajo de investigación ‘Programa de arte-terapia create para modificar la autoestima en las adolescentes de fundaniños’ presenta nueve dimensiones: energía y dinamismo, sociabilidad, tenacidad, inteligencia social, ambición y confianza en sí mismo, reflexión y circunspección, optimismo, sinceridad y, por último, ponderación.

Los instrumentos de medición utilizados conciben el empoderamiento y la resiliencia como un conjunto de factores establecidos diversas dimensiones.

Las actividades artísticas pueden ser utilizadas como una herramienta para promover conductas deseadas (arteterapia). Estos motivos (dimensiones) obedecen a dos tipos de factores: intrínseco y extrínseco.

Factores intrínsecos

Según Reeve (1994), intrínseco significa propio o característico de la cosa que se expresa por sí misma y no depende de las circunstancias.

Factores extrínsecos

El Diccionario General de Español (2018) define extrínseco como algo externo, que viene de fuera, no esencial o impropio de una cosa.

El taller que se realizó para esta investigación consistió de las siguientes seis sesiones: (a) quien soy-intrínseca, (b) me valoro-extrínseco-intrínseca, (c) definición de valores comunes-extrínseca-intrínseco, (d) reglas de la vida-extrínseca-intrínseco, (e) un poema-intrínseca y (f) sesión de fotos-extrínseca-intrínseca.

Investigaciones realizadas

Padilla Gámez y Cruz del Catillo (2018) realizaron un estudio de validación de una escala de empoderamiento de la salud de las mujeres mexicanas. La investigación se realizó con una muestra no probabilística intencional de 155 mujeres con edades entre los 18 y 69 años. Para efectuar la investigación se aplicó dicho cuestionario a mujeres mayores de edad, que aceptaron participar en la investigación; se contemplaron a todas las participantes sin importar raza, etnia, situación laboral o escolar, condición socioeconómica, entre otros. De modo que el empoderamiento en las mujeres tiene un impacto directo en la salud. Varios estudios han demostrado que el empoderamiento femenino y la participación activa pueden tener efectos significativamente positivos en la salud y calidad de vida de su familia y comunidad (Varkey, Kureshi y Lesnick, 2010).

Hernández Sánchez y García Falconi (2005) diseñaron el Instrumento para Medir el Empoderamiento en Mujeres (IMEM) que se inició en 2005 como parte de un proyecto más extenso, en cual se analizó el proceso de empoderamiento en diferentes etapas y desde distintos enfoques. Para este diseño se redactaron reactivos a través de lluvia de ideas de varios grupos de mujeres (estudiantes, profesoras, líderes de organizaciones, etcétera), sobre lo que era el significado de empoderamiento, estos reactivos fueron aplicados inicialmente en Morelia (aplicación piloto) a 44 mujeres de diversas partes de la república. Posteriormente, este mismo grupo inicial de reactivos, se aplicó a una muestra de mujeres amas de casa, encontrándose una diferencia importante entre ambos grupos. Con base en estas aplicaciones el instrumento fue modificado y depurado para su aplicación a nivel nacional, quedando con 60 reactivos tipo Likert, con cuatro opciones de respuesta, desde total acuerdo hasta total desacuerdo.

Palomar y Gómez (2010) diseñaron un instrumento de desarrollo de una escala de medición de la resiliencia con mexicanos (RESI-M)- El objetivo de la investigación que se infor-

ma fue desarrollar un instrumento de medición para evaluar la resiliencia en jóvenes, tomando como base dos instrumentos realizados en otros países. Los sujetos que participaron en este estudio suman un total de 217 personas, siendo en su mayoría mujeres (56 %) y el rango de edad fue de 18 a 25 años. Los resultados de la presente investigación mostraron que los instrumentos propuestos por Connor y Davidson (1999) y por Friborg, Hjemdal, Rosenvinge y Martinussen (2001) son útiles para medir la resiliencia en población adulta. Ya que es necesario elaborar programas preventivos y de intervención para promover la resiliencia de los individuos, que permitan desarrollar habilidades y estrategias para afrontar con mayor eficacia las situaciones cotidianas que contribuyan a mejorar sus condiciones de vida.

Sánchez Teruel y Robles Bello (2015) realizaron una investigación con el objeto de: valorar las propiedades psicométricas de la versión breve en español de la Escala de Resiliencia (RS-14) de Wagnild (2009), y por otro, comprobar si ese instrumento correlaciona con variables demográficas (sexo y edad) y de forma inversa con ansiedad y depresión. La muestra estuvo constituida por un total de 323 estudiantes universitarios. En términos generales, los resultados obtenidos aportan evidencias de fiabilidad y validez de la ER-14 para la evaluación global de la resiliencia personal en población española. También, sería de indudable valor clínico y científico, realizar investigaciones con muestras variadas y de carácter longitudinal con el objetivo de obtener más evidencias de validez de esta escala.

González Romo, Reyna Martínez, y Cano Rodríguez (2009) implementaron un taller de arteterapia desde una perspectiva cognitiva para la identificación y expresión de emociones, así como la visualización a futuro para la reevaluación cognitiva de la enfermedad y la aceptación de sí mismo mediante técnicas gráfico-plásticas y narrativas. Los participantes del estudio tenían las siguientes características: cinco cuidadores primarios (madres de los niños); el hermano de un paciente oncológico infantil de sexo masculino de siete años, sin ningún padecimiento y nueve pacientes oncológicos infantiles.

Los resultados obtenidos muestran arteterapia como un camino motivador de búsqueda personal, arteterapia como proceso de expresión emocional y formas de afrontamiento, y arteterapia como encuentro y comunicación encaminada a la inclusión social.

Estas tipologías pueden tener diferencias y efectos significativos relacionados con los recursos mismos de cada individuo y la disposición para el trabajo grupal y personal.

Gabriel et al. (2011) realizó una investigación cualitativa, analizando una temática de producción artística de pacientes. Comparando imágenes realizadas con y sin presencia de arteterapia. En el taller de arteterapia participaron 4 mujeres y 5 hombres de 30-61 años, eran pacientes hospitalizados con trasplante medular. Se realizaron Sesiones individuales

utilizando "The Creative Journey", 10 proyectos enfocados a la vida con cáncer. Duración y frecuencia: 2/semana durante estancia de admisión. Aproximadamente 1h/sesión. Resultados de arteterapia fue utilizado para: (a) consolidar pensamientos positivos, (b) resolver conflictos emocionales de destres, (c) profundizar en conciencia de aspectos espirituales/existenciales y (d) facilitar comunicación con la familia y amigos. El estudio sugiere que la arteterapia puede beneficiar a pacientes que necesitan resolver dificultades relacionales, especialmente con miembros de la familia y a los que desean explorar su vulnerabilidad y su espiritualidad.

Metodología

Esta investigación es de tipo cuantitativa, preexperimental y de campo.

Cervo y Bervian (2002) señala que la investigación es una actividad encaminada a la solución de problemas. Su objetivo consiste en hallar respuesta a preguntas mediante el empleo de procesos científicos.

Para Kerlinger (1984) la investigación cuantitativa busca la objetividad, bajo la perspectiva de que la realidad es una y que se la puede observar sin afectarla.

Hernández Sampieri, Fernández Collado y Baptista Lucio (2014) señalan que la investigación preexperimental es diseño de pretest y postest con un solo grupo. El diseño se diagramaría así: (G 01 X 02), donde G significa el número de las mujeres que participaron en el experimento, 01 significa que antes del taller se aplicó una encuesta, X significa el taller que se realizó (el taller tuvo seis sesiones) y 02 significa que se aplicó de nuevo la encuesta, para ver si hubo algún cambio en el antes y después.

Para esta investigación, G fue el grupo sujeto (16 mujeres); 01 fue el pretest, primera medición de empoderamiento y resiliencia; X fue el tratamiento (taller de arteterapia) y 02 fue el postest, medición dos de empoderamiento y resiliencia.

Hernández Sampieri et al. (2016) definen la investigación de campo como manipulación de una variable externa no comprobada, en condiciones rigurosamente controladas, con el fin de describir de qué modo o por qué causas se produce una situación o acontecimiento particular.

Esta investigación fue cuantitativa, porque se utilizó la recolección y análisis de los datos por medio de un programa estadístico.

Esta investigación fue preexperimental, porque se aplicó la encuesta a un solo grupo, se realizó el tratamiento (taller de arteterapia), finalmente se aplicó de nuevo la encuesta.

Fue de campo, porque los datos de interés fueron recogidos en forma directa tomando una muestra de las mujeres migrantes latinas de una iglesia adventista de Oakland, California, USA.

Población

Balestrini (2001) define a la población como un conjunto finito o infinito de elementos con características comunes para los cuales serán extensivas las conclusiones de la investigación.

Considerando la definición anterior, la población que se observó en esta investigación fue un total de 120 mujeres migrantes latinas que radican en las inmediaciones de una iglesia adventista de Oakland, California en los EE. UU.

Muestra

Otzen y Manterola (2017) definen la muestra como el conjunto de elementos extraídos de la población que conforman la muestra.

Se invitó personalmente a más de la mitad de la población a participar en la investigación. Pero sólo 17 mujeres migrantes latinas aceptaron la invitación, en este proceso una de ellas en postes no quiso contestar. Quedando mi muestra por 16 mujeres por conveniencia de 16 mujeres migrantes latinas siendo un 13 % de la población total de las mujeres migrantes latinas de una iglesia adventista de Oakland, California en los EE. UU.

Instrumento de medición

Para esta investigación se utilizaron dos instrumentos. Un instrumento mide empoderamiento de la mujer el otro la resiliencia; mismos que fueron aplicados dos veces, antes y después de la intervención. El primer cuestionario, llamado "El Instrumento de Empoderamiento de la Mujer", fue elaborado por Hernández Sánchez y García Falconi (2008) el cual tiene 34 ítems. El segundo instrumento llamado "RESIM" es sobre Resiliencia, el cual fue elaborado por Palomar y Gómez (2010) y tiene 43 ítems. La suma de ambos instrumentos son 77 ítems. Ambos instrumentos utilizan una escala de Likert del 1 al 4, predeterminada para cada declaración. Estos fueron los siguientes: 1, totalmente en desacuerdo; 2, desacuerdo; 3, de acuerdo; 4, totalmente de acuerdo.

El análisis de confiabilidad del Instrumento para Medir el Empoderamiento de la Mujer utilizando el criterio de consistencia interna, consiste en un cuestionario formado por siete factores: factor empoderamiento participativo (ítems 8,9,10,20,32,33,34), factor temeridad (ítems 4,5,11,18,19); influencias externas (ítems 6,7,12,13,16,17); factor independencia (ítems 1,2,15,29); factor igualdad (ítems 3,14,28,30), factor satisfacción social (ítems 23,26,27,31) factor seguridad (ítems 21,22,24,25), calculado a través del alfa de Cronbach 0.712, para 34 ítems. El cuestionario de la resiliencia de la mujer consiste en un cuestionario formado por cinco factores: factor fortaleza y confianza en sí mismo (ítems 1-19); factor competencia social (ítems 20-27); factor apoyo familiar I (ítems 28-33); factor apoyo social (ítems 34-38); factor

estructura (ítems 39-43) con un coeficiente alfa de Cronbach 0.965, para 43 ítems.

Variables

Zorrilla (1986) explica que las variables son todo aquello que se puede medir, controlar o estudiar. Son características, atributos observables y susceptibles en cambio o variación.

Variables independientes

Hernández Sampieri et al. (2014) definen a la variable independiente como la supuesta causa en una relación entre variables es la condición antecedente. Es aquella que explica, condiciona, o determina el cambio en los valores de la variable dependiente. Además, actúa como factor condicionante de la variable dependiente. Se le llama causal o experimental porque es manipulada por el investigador.

Las variables independientes consideradas para fines de la presente investigación fueron las siguientes: intervención de arteterapia con el taller RESET.

Variables dependientes

Hernández Sampieri et al. (2014) señalan a la variable dependiente como el efecto provocado o consecuente. Es el fenómeno o situación explicada y es utilizada para describir o medir el problema estudiado. Para el desarrollo de esta investigación se consideró como variables dependientes el empoderamiento y la resiliencia.

Hipótesis nulas

H01. No existe diferencia significativa en el nivel de resiliencia de las participantes mujeres latinas migrantes de la iglesia de Oakland, California después de participar en el taller de RESET.

H02. No existe diferencia significativa en el nivel de empoderamiento de las participantes mujeres latinas migrantes de la iglesia de Oakland, California después de participar en el taller RESET.

Recolección de datos

Para la recolección de datos se siguió el siguiente proceso:

1. Se invitó personalmente a participar en esta investigación a más de la mitad de las mujeres migrantes latinas de una iglesia hispana de Oakland, California.
2. Se reclutaron solo 17 participantes.
3. Se organizaron los seis talleres de arteterapia.
4. Se aplicaron los instrumentos de empoderamiento y resiliencia antes de dar los talleres de arteterapia a este grupo de mujeres.

5. Cada mujer tomó aproximadamente 15 minutos para contestar el instrumento.
6. Se realizó el taller de arteterapia en seis semanas.
7. La duración de cada taller tomó aproximadamente 40 minutos. Los temas de cada taller fueron los siguientes: quien soy, me valoro, definición de valores comunes, reglas de la vida, un poema, sesión de fotos.
8. Al final de todas las sesiones se aplicaron nuevamente los cuestionarios de empoderamiento y resiliencia para ver si con el taller de arteterapia se modificaron los valores de estas dos variables en las mujeres migrantes latinas.

Análisis de datos

Para fines de la presente investigación se usó el paquete estadístico de Statistical Package for the Social Sciences (SPSS, versión 21 para Windows) que permitió analizar de manera confiable los datos que se recolectaron.

Resultados

La variable independiente principales fue intervención de arteterapia.

La variable dependiente utilizada en esta investigación fue: el empoderamiento y la resiliencia.

Para obtener los resultados se utilizó el paquete estadístico SPSS para Windows (versión 21.0)

Nivel de estudios

En la Tabla 1 se muestran los resultados referidos al nivel de estudios de las mujeres latinas encuestadas que fueron las siguientes: de 16 individuos, el 37.5 % tienen un nivel de estudios hasta la secundaria o carrera técnica terminada, el 31.3 % tienen su licenciatura, el 18.8 % de las mujeres tienen su primaria (incompleta o terminada) y solo el 12.5 % cursaron su preparatoria, vocacional o bachillerato terminado.

Nivel	f	%	% válido	% acumulado
Primaria	3	18.8	18.8	18.8
Secundaria	6	37.5	37.5	56.3
Preparatoria	2	12.5	12.5	68.8
Licenciatura	5	31.3	31.3	100.0
Total	16	100.0	100.0	

Tabla 1. Nivel de estudio de las participantes

Ocupación

La Tabla 2 muestra que de las 16 mujeres latinas el 50 % tienen trabajo, el 50 % no tienen, es decir son amas de casa.

Ocupación	f	%	% válido	% acumulado
Trabaja	8	50.0	50.0	50.0
No trabaja	8	50.0	50.0	100.0
Total	16	100.0	100.0	

Tabla 2. Ocupación de las participantes

Estado civil

En la Tabla 3 se muestra que de las 16 mujeres latinas encuestadas el 68.8 % son casadas, el 18.8 % son divorciadas, el 6.3 % están solteras y el 6.3 % son viudas.

Estado civil	f	%	% válido	% acumulado
Soltera	1	6.3	6.3	6.3
Casada	11	68.8	68.8	75.0
Válidos Vuida	1	6.3	6.3	81.3
Divorciada	3	18.8	18.8	100.0
Total	16	100.0	100.0	

Tabla 3. Estado civil de las participantes

Nacionalidad

La Tabla 4 muestra que el 62.5 % de las mujeres no son mexicanas y el 37.5 % sí lo son.

Nacionalidad	f	%	% válido	% acumulado
Mexicana	6	37.5	37.5	37.5
Válidos No mexicana	10	62.5	62.5	100.0
Total	16	100.0	100.0	

Tabla 4. Nacionalidad de las participantes

Años de residencia en los Estados Unidos

En la Tabla 5 se muestra que, de las mujeres latinas encuestadas, una tiene entre 1 y 10 años de residencia representando el 6.3 %; cuatro tienen de 11 a 20 años de residencia representando, el 25 %; siete tienen de 21 a 30 años de residencia que representan un 43.8 %; y cuatro tienen más de 30 años de residencia, representando el 25 %.

Años en USA	f	%	% válido	% acumulado
1-10 años	1	6.3	6.3	6.3
11-20 años	4	25.0	25.0	31.3
Válidos 21-30 años	7	43.8	43.8	75.0
Más de 30 años	4	25.0	25.0	100.0
Total	16	100.0	100.0	

Tabla 5. Años de residencia en USA

Medias aritméticas

En la Tabla 6 se observa las medias aritméticas más altas en empoderamiento.

Como se puede ver en las declaraciones siguientes:

“las mujeres tenemos la capacidad de ocupar puestos de poder y liderazgo” (3.68), “las buenas líderes son perseverantes” (3.56), “creo que es importante que las mujeres tengan ingresos económicos propios” (3.50) antes, y después “las mujeres tenemos la capacidad de ocupar puestos de poder y liderazgo” (3.81), “creo que es importante que las mujeres tengan ingresos económicos propios” (3.68) “yo tomo decisiones importantes para mi vida” (3.56) Mientras que las más bajas fueron: antes “es mejor que sea el hombre quien toma las decisiones importantes” (1.81), “para participar políticamente tengo que negociar con mi padre o pareja” (1.81) “para poder ejercer un liderazgo político hay que nacer con las cualidades adecuadas (1.81), y después “para participar políticamente tengo que negociar con mi padre o pareja” (2.18), “para poder ejercer un liderazgo político hay que nacer con

las cualidades adecuadas” (2.12), “es mejor que sea el hombre quien toma las decisiones importantes” (1.93).

Ítem	Antes	Después
Mi pareja o padres deben saber siempre donde ando	3.1250	3.2500
Mi felicidad depende de la felicidad de aquellas personas que son cercanas a mí	2.6250	2.9375
Las mujeres gozan de los mismos derechos que los hombres para obtener puestos de poder y liderazgo	3.2500	3.5000
Para participar políticamente tengo que negociar con mi padre o pareja	1.8125	2.1875
Cuando tomo decisiones fuera de mi casa me siento insegura	2.1250	2.3125
Las mujeres tenemos la capacidad de ocupar puestos de poder y liderazgo	3.6875	3.8125
El nivel cultural influye en las mujeres para poder desenvolverse en puesto de poder o político	2.8750	2.6250
Las buenas líderes son perseverantes	3.5625	3.5625
Lo único que se necesita para ser líder es ser emprendedora	3.2500	3.0000
Una líder debe ser activa	3.5000	3.5000
Para poder ejercer un liderazgo político hay que nacer con las cualidades adecuadas	1.8125	2.1250
Es necesario que las mujeres tengan conocimientos para que la mujer participe en procesos políticos	2.9375	3.2500
La familia debe educar a las mujeres para que tengan puestos de poder y liderazgo	2.5000	2.4375
Las mujeres tenemos las mismas oportunidades que los hombres para acceder a los puestos de decisión	3.3125	3.4375
Trato de cumplir las expectativas o anhelos que mis seres queridos tienen en mí	2.7500	2.9375
Me gustaría que más mujeres accedieran a puestos de poder	3.5000	3.3750
La escuela influye en las mujeres para poder desenvolverse en un puesto de poder o político	3.0000	3.0000
Alguien siempre me ayuda a decidir qué es bueno para mí	2.2500	2.3125
Es mejor que sea el hombre quien toma las decisiones importantes	1.8125	1.9375
Me siento cómoda cuando soy objeto de elogios o premios	2.6250	2.8125
Yo tomo decisiones importantes para mi vida	3.5000	3.5625
Me siento satisfecha conmigo misma	3.4375	3.2500
Tengo las habilidades necesarias para participar socialmente	2.8750	2.9375
Mi vida actual la decidí únicamente yo	2.9375	3.1875
Las mujeres tienen la capacidad para dominar el mundo	2.8750	3.0000
Mi trabajo es valorado y reconocido	3.3750	3.3750
Mi carrera o actividad actual la elegí sin presiones	3.0000	3.1250
Las mujeres tienen bastantes oportunidades para participar en los puestos de poder	3.2500	3.3125
Cuando hago algo que no es o era permitido en mi casa, me siento incómoda	3.0000	3.1875
Las mujeres y los hombres tenemos las mismas oportunidades para acceder a empleos de todo tipo	3.5000	3.5000
Mi familia ve bien que yo participé socialmente, aunque esté menos tiempo en casa	2.6875	2.5000
Creo que es importante que las mujeres tengan ingresos económicos propios	3.5000	3.6875
La responsabilidad nos lleva a ser líderes.	3.3750	3.1875
Disfruto cuando soy única y diferente.	2.8125	2.8750

Tabla 6. Medias aritméticas de empoderamiento

En la Tabla 7 se observan las medias aritméticas más altas en resiliencia como se puede ver en las declaraciones siguientes: “tengo algunos amigos / familiares que me apoyan” (3.5) “creo que voy a tener éxito” (3.43), “tengo algunos amigos / familiares que realmente se preocupan por mí” (3.37) antes, y después fueron las siguientes declaraciones “lo que me ha ocurrido en el pasado me hace sentir confianza para enfrentar nuevos retos” (3.62), “tengo algunos amigos / familiares que realmente se preocupan por mí” (3.56), “cuando no estoy bien, sé que vendrán tiempos mejores” (3.56) Mientras que las más bajas fueron: fácilmente me adapto a situaciones nuevas” (2.93) “me gustan los retos” (2.87), “se me hace fácil hacer nuevos amigos” (2.81), “antes, y después “fácilmente me adapto a situaciones nuevas” (2.93), “trabajo mejor cuando tengo metas” (2.93) y “se me hace fácil hacer nuevos amigos” (2.87).

Ítems	Antes	Después
Lo que me ha ocurrido en el pasado me hace sentir confianza para enfrentar nuevos retos	3.4375	3.6250
Sé dónde buscar ayuda	3.3750	3.3125
Soy una persona fuerte	3.0625	3.2500
Sé muy bien lo que quiero	3.0625	3.1875
Tengo el control de mi vida	3.1875	3.0625
Me gustan los retos	2.8750	3.0000
Me esfuerzo por alcanzar mis metas	3.3750	3.4375
Estoy orgulloso de mis logros	3.3750	3.3750
Sé que tengo habilidades	3.3750	3.4375
Crear en mí mismo me ayuda a superar los momentos difíciles	3.1250	3.2500
Creo que voy a tener éxito	3.4375	3.3750
Sé cómo lograr mis objetivos	3.3125	3.3750
Pase lo que pase siempre encontraré una solución	3.3750	3.5000
Mi futuro pinta bien	3.3750	3.2500
Sé que puedo resolver mis problemas personales.	3.1875	3.2500
Estoy satisfecha conmigo misma	3.3125	3.2500
Tengo planes realistas para el futuro	3.1875	3.2500
Confío en mis decisiones	3.3125	3.1875
Cuando no estoy bien, sé que vendrán tiempos mejores	3.5000	3.5625
Me siento cómoda con otras personas.	3.2500	3.2500
Se me hace fácil establecer contacto con nuevas personas	3.1250	3.1250
Se me hace fácil hacer nuevos amigos	2.8125	2.8750
Es fácil para mí tener un buen tema de conversación	3.0000	3.0000
Fácilmente me adapto a situaciones nuevas	2.9375	2.9375
Es fácil para mí hacer reír a otras personas	3.0000	3.0000
Disfruto de estar con otras personas	3.4375	3.5000
Sé cómo comenzar una conversación	3.0000	3.0000
Tengo una buena relación con mi familia	3.2500	3.3750
Disfruto de estar con mi familia	3.5000	3.5000
En nuestra familia somos leales entre nosotros	3.3750	3.3125
En nuestra familia disfrutamos de hacer actividades juntos	3.3750	3.3125
Aun en momentos difíciles, nuestra familia tiene una actitud optimista hacia el futuro.	3.3750	3.1875
En nuestra familia coincidimos en relación con lo que consideramos importante en la vida.	3.2500	3.4375
Tengo algunos amigos / familiares que realmente se preocupan por mí.	3.3750	3.5625
Tengo algunos amigos / familiares que me apoyan.	3.5000	3.5000
Siempre tengo alguien que puede ayudarme cuando lo necesito.	3.4375	3.5000
Tengo algunos amigos / familiares que me alientan	3.5000	3.2500
Tengo algunos amigos / familiares que valoran mis habilidades	3.3750	3.1250
Las reglas y la rutina hacen mi vida más fácil.	3.3125	3.1250
Mantengo mi rutina aun en momentos difíciles.	3.1250	3.1250
Prefiero planear mis actividades	3.3125	3.4375
Trabajo mejor cuando tengo metas.	3.3750	2.9375
Soy bueno para organizar mi tiempo.	3.0000	3.0000

Tabla 7. Medias aritméticas de la resiliencia

Distribución de frecuencia de empoderamiento de antes y después

Al ver estas tablas se observa que las tres personas están en bajo empoderamiento subieron al empoderamiento medio y una persona que estaba en empoderamiento alto bajo al empoderamiento medio.

Normalidad de las variables

Para probar la hipótesis de esta investigación, en primer lugar se analizó la normalidad de las variables empoderamiento y resiliencia antes y después de la intervención. La hipótesis nula de normalidad sustenta que las distribuciones son iguales a la normal. Cuando se tiene menos de 50 datos se utiliza la prueba Shapiro Wilk, para probar la normalidad de las variables. Aunque el total no es normal, está cerca de serlo.

Los resultados muestran que la variable empoderamiento antes de la intervención tiene una p es igual .376; mientras que el empoderamiento después de la intervención p es igual a .014. En resiliencia antes p es igual .191, y en resiliencia después p es igual a .101. Como la probabilidad es mayor a .05 en todos los casos se retiene la hipótesis nula. Esto significa que todas las distribuciones son normales.

Pruebas de hipótesis nulas

En esta sección se presentan las pruebas estadísticas de la hipótesis nula formulada para esta investigación.

Resultados de la hipótesis 1

H01. No existe diferencia significativa en el nivel de empoderamiento de las participantes mujeres latinas migrantes de la Iglesia de Oakland, California después de participar en el taller RESET.

La variable por considerar en esta hipótesis fue el nivel de empoderamiento de las participantes mujeres latinas migrantes de la iglesia de Oakland, California después de participar en el taller RESET. Para analizar esta hipótesis se utilizó una prueba estadística t para muestras relacionadas. Se observa un valor de t de -1.629, gl es igual a 15 y p es igual a .124 mayor a .05 por lo que el nivel de empoderamiento de las participantes mujeres migrantes latinas de la Iglesia de Oakland, California después de participar en el taller RESET no es diferente, entre el antes y después del taller RESET. Por lo tanto, se decidió aceptar la H01 (ver Tablas 8 y 9) que dice que no existe diferencia significativa en el nivel de empoderamiento de las participantes mujeres migrantes latinas de la Iglesia de Oakland, California después de participar en el taller RESET.

		f	%	% válido	% acumulado
Válidos	Bajo	3	18.8	18.8	18.8
	Medio	10	62.5	62.5	81.3
	Alto	3	18.8	18.8	100.0
	Total	16	100.0	100.0	

Tabla 8. *Empoderamiento antes*

		f	%	% válido	% acumulado
Válidos	Medio	14	87.5	87.5	87.5
	Alto	2	12.5	12.5	100.0
	Total	16	100.0	100.0	

Tabla 9. *Empoderamiento después*

La media aritmética de la suma de los ítems de empoderamiento del antes del taller RESET fue de 97.25 y la del después fue de 99.00.

Resultados de la hipótesis 2

H02. Existe diferencia significativa en el nivel de resiliencia de las participantes mujeres latinas migrantes de la Iglesia de Oakland, California después de participar en el taller RESET.

La variable por considerar en esta hipótesis fue el nivel de resiliencia de las participantes mujeres latinas migrantes de la iglesia de Oakland, California después de participar en el taller RESET. Para analizar esta hipótesis se utilizó una prueba estadística t para muestras relacionadas. Se observa un valor de t de -4.128, gl es igual a 15 y p es igual a .001 menor a .05 por lo que el nivel de resiliencia de las participantes mujeres migrantes latinas de la Iglesia de Oakland, California

después de participar en el taller RESET es diferente, entre el antes y después del taller RESET. Por lo tanto, se decidió rechazar la H01 que dice que no existe diferencia significativa en el nivel de resiliencia de las participantes mujeres migrantes latinas de la Iglesia de Oakland, California después de participar en el taller RESET.

La media aritmética de los ítems para resiliencia del antes del taller RESET fue de 3.26 y la del después fue de 3.37.

Pregunta complementaria

En esta sección se presenta los resultados para la pregunta complementaria que desea determinar el nivel de empoderamiento total de las participantes mujeres latinas migrantes de la iglesia de Oakland, California después de participar en el taller RESET. Para responder a esta pregunta se aplicó el cuestionario de empoderamiento antes y después del taller RESET. También, se utilizó la escala del instrumento de Hernández y Sánchez (2008) la cual está dividida en tres rangos y tres que, para obtener la calificación total de empoderamiento, se suman las calificaciones de todos los factores y el total se evalúa de acuerdo con la siguiente escala: mayor a 105 tienen un empoderamiento alto; de 90 a 104 tienen un empoderamiento medio y, menor de 89, tienen un empoderamiento bajo.

Se obtuvo una suma para el empoderamiento de antes 97.25 y después 99.00 que indica que el nivel de empoderamiento de la mujer latina migrante en ambas sumas es medio, esto quiere decir que la mujer migrante latina está medianamente empoderada antes y después del taller RESET.

En esta sección se presenta los resultados para la pregunta complementaria que desea determinar es el nivel de resiliencia de las participantes mujeres latinas migrantes de la iglesia de Oakland, California después de participar en el taller RESET. Para responder a esta pregunta complementaria se aplicó una encuesta antes y después. Se obtuvo una media aritmética para la resiliencia de antes 3.26 después 3.37 que indica que el nivel de resiliencia de la mujer migrante latina es mediano, significa que la mujer esta medianamente resiliente antes y después de participar en el taller RESET.

Discusión

Respecto a los resultados más sobresalientes de esta investigación encontramos resultados antes del taller el nivel de resiliencia fue de 3.26 y después 3.37. Mostrando una clara mejoría para este factor. Por lo que la realización de estos talleres puede utilizarse para la promoción de la resiliencia en mujeres migrantes. Aunque estadísticamente no hay diferencia significativa en las sumas del nivel de empoderamiento, puede verse que hubo un cambio en el nivel de empoderamiento.

Había mujeres que antes del taller tenían un nivel de empoderamiento bajo y después de la intervención el nivel bajo

de empoderamiento desapareció totalmente; robusteciéndose el nivel medio. Otro factor que pudo haber incidido en el resultado de empoderamiento es que el instrumento requiere una adecuación al contexto de mujer latina, ya que el instrumento fue desarrollado para mujeres mexicanas, aunque presenta un alfa de Cronbach de .712 antes del taller.

Una de las razones por las cuales pudo no haber existido una diferencia significativa en el nivel de empoderamiento puede ser porque las dinámicas que se realizaron en el taller fueron diseñadas para mujeres universitarias y la población estudiada en la investigación fueron mujeres adultas. Los adultos requieren mayor número de sesiones de trabajo para poder observar cambios en el comportamiento.

Conclusiones

De acuerdo con los resultados de la hipótesis nula, se concluye que no existe diferencia significativa, no hay evidencia que demuestre que hay una diferencia en el nivel de empoderamiento antes del taller y después de tomar el taller. Hernández Sánchez y García Falconi (2008) comenta que el promedio de empoderamiento para la mujer es de (91.07 a 99.95). En dicho estudio se analizaron más de 496 mujeres de todo México contemplando una muestra muy heterogénea, como la que se tiene en el caso de esta investigación. Se puede decir que el valor encontrado (99) es similar al reportado debido a esta naturaleza de heterogeneidad. Es probable que los niveles de empoderamiento no hayan tenido un impacto significativo debido a que la población estudiada ya se considera con un nivel de empoderamiento alto debido a su carácter migrante.

No obstante, se observa una mejoría en la clasificación del nivel de empoderamiento antes y después de tomar el taller. Ya que el grupo nivel bajo de empoderamiento, desaparece después de la aplicación del taller.

Las actividades realizadas en el taller promovieron el desarrollo de resiliencia en las mujeres después de participar en el taller de arteterapia. Esto indica que arteterapia es una herramienta que puede ayudar a las mujeres a ser más resilientes.

Esta investigación tuvo como objetivos determinar si el nivel de empoderamiento y resiliencia de la mujer migrante latina puede mejorar a través de la aplicación de arteterapia. En cuanto al objetivo de mejorar la resiliencia a través de la aplicación de arteterapia se encontró que ayudó a las mujeres migrantes latinas a subir el nivel de resiliencia. Respecto al nivel de empoderamiento no existe evidencia estadística que indique un cambio en el nivel de empoderamiento, aunque sí se observa una afectación en la clasificación de niveles de empoderamiento, antes y después.

Recomendaciones

El estudio realizado pone en evidencia la necesidad de seguir investigando sobre empoderamiento y resiliencia en un grupo de mujeres migrantes latinas de una iglesia adventista de Oakland, California a través de arteterapia permite dar a conocer más información de los mismos, por lo que se recomienda lo siguiente:

A las mujeres migrantes latinas

1. No tener miedo a participar en ese tipo de experimento.
2. Ser honestas al momento de contestar las preguntas.

A instructores de taller

1. Tomar un curso de taller de arteterapia.
2. Ampliar la muestra de las mujeres.

Para futuras investigaciones

1. Repetir el estudio en un lapso de tiempo no menor a un año ni mayor a dos años.
2. Instrumento adaptado multicultural.
3. Realizar convocatorias con mayor tiempo.
4. Procurar que la muestra sea homogénea.
5. Repetir la investigación en otras iglesias adventistas de California.

Referencias

- Achotegui, J. (2010). *Emigrar en el siglo XXI*. Barcelona: El mundo de la Mente.
- Alonso, M. (2012). Acompañando a Blanca. Trastornos de la conducta alimentaria y arteterapia. *Arteterapia. Papeles de Arteterapia y Educación Artística para la Inclusión Social*, 79-96. <https://core.ac.uk/download/pdf/38828251.pdf>
- Asociación Ministerial de la Asociación General de los Adventistas del Séptimo Día. (2007). *Creencias de los Adventistas del Séptimo Día*. Miami: Asociación Ministerial de la Asociación General de los Adventistas del Séptimo Día.
- Arte contra violencia de género. (2010, 28 de octubre). IV Conferencia mundial sobre la mujer, Septiembre de 1995 en Beijing, China.
- Asociación Foro Iberoamericano de Arteterapia. (2016). *¿Qué es arteterapia?* Recuperado de <http://www.afia.es/que-es-arteterapia>
- Balestrini, M. (2001). *Cómo se elabora el proyecto de investigación*. Caracas: BL Consultores Asociados.
- Baquero, R. y Limón, M. (1999). *Terapias del aprendizaje*. Buenos Aires: Universidad nacional de Quilmes.

- Bassols, M. (2006). El arteterapia, un acompañamiento en la creación y la transformación. *Arteterapia - Papeles de Arteterapia y Educación Artística para la Inclusión Social*, 1, 19-25.
- Blatiwala, S. (1993). Empoderamiento de las mujeres en Asia del Sur. Concepto y prácticas. En M. Santana, E. Kauffer y E. Zapata (Eds.), *El empoderamiento de las mujeres desde una lectura feminista de la Biblia: el caso de la CODIMUJ en Chiapas* (pp. 69-106). Toluca, México: Convergencia.
- Braverman, M. (1999). Research on resilience and its implications for tobacco prevention. En M. Gutiérrez y I. Romero (Eds.), *Nicotine Tobacco 1* (pp. 67-72). Murcia, España. Recuperado de <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/11072407> doi:10.1080/14622299050011621
- British Association of Art Therapists. (2015). Arteterapia: ¿Por qué es importante saber más sobre esta disciplina. Retrieved from <https://www.cesem.com.mx/single-post/2015/09/27/Arteterapia-¿Por-qué-es-importante-saber-más-sobre-esta-disciplina>
- Canadian Association of Art Therapy (2015). The voice of art therapy in Canada. Recuperado de <http://canadianarttherapy.org/about-art-therapy>
- Cano Valle, F., Pantoja Nieves, M. y Vargas Rojas, M. I. (2016). *Derechos de las personas con síndrome de inmunodeficiencia adquirida*. México: Secretaría de Cultura.
- Castro, V. y Muñoz, S. (2002). Promoción de Comportamientos Resilientes en Preadolescentes: Un estudio descriptivo de actividades y experiencias protectoras al interior de una institución social. *Revista de Psicología Universidad de Valparaíso*, 2, 11-31.
- Cervo, A. L. y Bervian, P. A. (2002). *Metodología científica* (5a ed.). Sao Pablo: Prentice Hall.
- Comisión Europea. (1998). En 100 palabras para la igualdad. Glosario de términos relativos a la igualdad entre hombres y mujeres. En M. Orsini (Eds.), *El concepto de empoderamiento en los estudios de género y en la prensa femenina* (pp. 951-971). Barcelona: Departamento de medios, comunicación y cultura.
- Connor, K. y Davidson, J. R. T. (1999). Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson Resilience Scale. *Depresión and Anxiety*, 18(2), 76-82.
- Dalley, T. (1987). *El arte como terapia*. Barcelona. Herder.
- Diccionario General de Español. (2018). Extrínseco. Recuperado de <https://www.definiciones-de.com/Definicion/de/extrinseco.php%20©%20Definiciones-de.com>
- División Interamericana de los Adventistas del Séptimo Día. (2011). *Declaraciones orientaciones y otros documentos*. Miami: División Interamericana de los Adventistas del Séptimo Día.
- Dowd, M. (1989). Women Justice Center. Recuperado de <http://www.law.pace.edu/wjc>
- Emakunde. (06 de julio de 2016). VI Plan para la igualdad de mujeres y hombres en la CAE. Recuperado de http://bideoak2.euskadi.net/debates/igualdaddegenero/plan_igualdad_es.pdf
- Friborg, O., Hjemdal, O., Rosenvinge, J. H. y Martinussen, M. (2001). A new rating scale for adult resilience: What are the central protective resources behind healthy adjustment? *International Journal of Methods in Psychiatric Research*, 12(2), 65-76. <https://doi.org/10.1002/mpr.143>
- Gabriel, B., Bromberg, E. Vandenvoovenkamp, J., Walka, P., Kornblith, A. B. y Luzzatto, P. (2001). Art therapy with adult bone marrow transplant patients in isolation: A pilot study. *Journal of the Psychological, Social and the Behavioral Dimensions of Cancer*, 10(2) 114-123. <https://doi.org/10.1002/pon.498>
- García, C. Santos S. (2011). Arteterapia y subjetividad femenina: construyendo un collage. En *Arteterapia: Papeles de arteterapia y educación artística para la inclusión social* (pp. 6, 87-103). Madrid: Servicios de publicaciones UCM.
- González Martínez, M. J. (2014). Arteterapia como apoyo en un proceso de resiliencia. Acompañamiento a una menor vulnerada en sus derechos. Recuperado de <http://repositorio.uchile.cl/bitstream/handle/2250/134704/arteterapia-como-apoyo-en-un-proceso.pdf?sequence=1isAllowed=y>
- González Romo, R. A., Reyna Martínez, M. y Cano Rodríguez, C.C. (2009). *Los colores que hay en mí: una experiencia de arte-terapia en pacientes oncológicos infantiles y cuidadores primarios*. México: Consejo Nacional para la Enseñanza en Investigación en Psicología, A. C.
- Grotberg, E. (2002). Nuevas tendencias en resiliencia. Descubriendo las propias fortalezas. En M. Fiorentino (Ed.), *La construcción de la resiliencia en el mejoramiento de la calidad de vida y la salud*, (pp. 95-114). Bogotá, Colombia: Fundación Universitaria Konrad Lorenz.
- Gruhl, M. (2009). *El arte de rehacerse: la resiliencia*. Santander, España: Sal Terrae.a.
- Guiote González, A. (2014). Arteterapia como acompañamiento para la construcción y empoderamiento de la subjetividad femenina. *Investigaciones Feministas*, 4, 171-199.
- Henderson, N. y Milstein, M. (2003). *Resiliencia en la escuela*. Barcelona: Paidós.
- Heredía, Z. (2011). La migración mexicana y el debate en los Estados Unidos. Recuperado de http://www.nuso.org/upload/articulos/3779_1.pdf
- Hernández Sánchez, J. E. y García Falconi, R. (2005). *Instrumento para medir el empoderamiento de la mujer*. México: Instituto Nacional de las Mujeres.
- Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C. y Baptista Lucio, M. P. (2014). *Metodología de la investigación* (6a ed.). México: McGraw-Hill.
- Institute on Child Resilience and Family. (2008). *Derechos para inmigrantes ilegales en los Estados Unidos*. Obtenido de <http://www.ilrc.org/for-immigrants-para-inmigrantes>
- Klein, J. P. (2006). La creación como proceso de transformación. *Arteterapia - Papeles de arteterapia y educación artística para la inclusión social*, 1, 11-18.
- Kotliarenco, M. y Fontecilla, M. (1997). *Estado de arte en resiliencia*. Washington: Organización Panamericana de la Salud.
- Lagarde, M. (2004). Vías para el empoderamiento de las mujeres. En R. U. Cabañes (Ed.), *El empoderamiento de las mujeres. La ruta para una vida equitativa y segura* (pp. 2-45). Castellón-España.
- Lagarde, M. (2004). *Vías para el empoderamiento de las mujeres*. Valencia: Proyecto EQUAL I.O. METAL.
- Löesel, F. B., Bliessener, T. y Köferl, P. (186-219). On the concept

- of invulnerability evaluation and first results of the Bielefeld project. Nueva York: Walter de Gruyter.
- López, E. (2006). Inauguración de la memoria: un lugar para nacer. *Arteterapia - Papeles de arteterapia y educación artística para la inclusión social*, 129-136. Recuperado de <https://core.ac.uk/download/pdf/38828213.pdf>
- Luthar, S. S., Cicchetti, D. y Becker, B. (2000). Research on resilience: Response to commentaries. *Child Development*, 71(3), 573-575. <https://doi.org/10.1111/14678624.00168>
- Luthar, S. (2003). Resilience and vulnerability. Adaptation in the context of childhood adversities. Cambridge: Cambridge University.
- Magdalena, L. (2001). El empoderamiento de las mujeres: encuentro del primer y tercer mundos en los estudios de género. *La ventana, Revista de estudios de género*, 94-116.
- Manciaux, M. (2003). *La resiliencia: resistir y rehacerse*. Barcelona: Gedisa.
- Masten, A. (1999). Resilience comes of age: Reflections on the past and outlook for the next generation of research. En *Resilience and development. Positive life adaptation* (págs. 281-296). Nueva York: Plenum.
- Masten, A. (2001). Ordinary magic. Resilience processes in development. En E. Becoña (Ed.), *Resiliencia: Definición, características y utilidad del concepto* (pp. 125-146). Santiago de Compostela: *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*.
- McCubbin, H. I. y McCubbin M. A. (1988). Typologies of Resilient Families: Emerging Roles of social Class and Ethnicity. *Family Relations*, 37(3). 247-254.
- Mechanic, D. (1991). Adolescents at risk: New directions. En *aper presented at the Seventh Annual Conference on Health Policy*. Cornell.
- Montero, M. (2003). *Teoría y práctica de la psicología comunitaria*. Buenos Aires: Paidós.
- Muñoz, M. y Crespo, S. (2014). Arteterapia y migración: inclusión social a través de la apropiación simbólica del paisaje. En *Arteterapia: Papeles de arteterapia y educación artística para la inclusión social* (pp. 9, 13-24). Madrid: Servicios de publicaciones UCM.
- Murguialday, C., Pérez de Armiño, K. y Eizaguirre, M. (2001). Empoderamiento. En *Diccionario de acción humanitaria y cooperación al desarrollo*. Recuperado de <http://www.dicc.hegoa.ehu.es/listar/mostrar/86>
- Olsson, C. (2003). Adolescent resilience: A concept analysis. *Journal of Adolescence*, 1-11.
- Organización de las Naciones Unidas. (1996). Informe de la cuarta conferencia mundial de la mujer. Nueva York: Recuperado de <http://www.un.org/documents/ga/conf177/aconf177-20sp.htm>
- Ortiz Treviño, P. (2015). Arteterapia: ¿Por qué es importante saber más sobre esta disciplina? Recuperado de <https://www.cesem.com.mx/single-post/2015/09/27/Arteterapia-%C2%BFPor-qu%C3%A9-es-importante-saber-m%C3%A1s-sobre-esta-disciplina>
- Otzen, T. y Manterola, C. (2017). Técnicas de muestreo sobre una población a estudio. *International Journal of Morphology*, 35(1), 227-232. <http://dx.doi.org/10.4067/S0717-95022017000100037>
- Padilla Gámez, N. y Cruz del Castillo, C. (2014). Construcción de una escala de vulnerabilidad antropológica y social en las mujeres. *Revista de Psicología Social y Personalidad*, 30(1), 13-30.
- Palomar, L. y Gómez, V. (2010). Desarrollo de una escala de medición de la resiliencia con mexicanos (RESI-M). Buenos Aires: Centro Interamericano de Investigaciones Psicológicas y Ciencias Afines.
- Pedone, C. (2006). Estrategias migratorias y poder: tú siempre jalas a los tuyos. Quito, Ecuador: ABYA-YALA.
- Pereira, R. (2004). Pedagogía Crítica/arteterapia. In M. (. Martínez Díez N y López Cao, *Arteterapia y educación* (pp. 249-261). Madrid: Comunidad de Madrid. Consejería de educación.
- Pérez Cabrillo, C. (2018). Empoderamiento. Arte y cultura de la mujer de Atsime: intervención sociocultural (Tesis doctoral). Universidad de Valladolid, Facultad de Educación de Palencia, Palencia, España.
- Pérez Fariñas, R. (2004). Un acercamiento al Arteterapia para la educación. Madrid.
- Rappaport, J. (1984). Studies in empowerment: Introduction to the issue. *Journal Prevention in Human Services*, 3(2-3), 1-7. https://doi.org/10.1300/J293v03n02_02
- Reeve, J. (1994). *En motivación y emoción*. Madrid: Mc Graw-Hill.
- Romano, J. O. (2002). Empoderamiento: enfrentemos primero la cuestión de poder para combatir juntos la pobreza. En *Documento de apoyo presentado en el "International Workshop Empowerment and Rights Based Approach in Fighting Poverty Together*. Brasil: ActionAid.
- Romero, D. (03 de Julio de 2017). Midiendo el empoderamiento de las mujeres en la agricultura: entre procesos, dimensiones e indicadores (pp. 117-139). Recuperado de <http://www.un.org/sustainabledevelopment/es/objetivos-de-desarrollo-sostenible/>.
- Rowlands, J. (1997). Empoderamiento y mujeres rurales en Honduras: un modelo para el desarrollo. En *Poder y empoderamiento de las mujeres*. Bogotá: Tercer Mundo.
- Saavedra, E. y Villalta, M. (2008). Medición de las características resilientes, un estudio comparativo en personas entre 15 y 65 años. Recuperada de https://www.researchgate.net/publication/28235553_Medicion_de_las_caracteristicas_resilientes_un_estudio_comparativo_en_personas_entre_15_y_65_anos.
- Sánchez Teruel, D. y Robles Bello, M. A. (2015). Escala de Resiliencia 14 ítems (RS-14): Propiedades Psicométricas de la Versión en Español. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación*, 2(40), 103-113.
- Santos, R. (2013). *Levanarse y luchar*. Barcelona: Conecta.
- Schuler, M. (1997). Los derechos de las mujeres son derechos humanos: la agenda internacional del empoderamiento. En *Poder y empoderamiento de las mujeres* (págs. pp. 29-54). Bogotá, Colombia: Tomo Editores.
- Sen, A. K. (2000). *Repenser l'inégalité*. Recuperado de <http://www.seuil.com/ouvrage/repenser-l-inegalite-amartya-sen/9782020201636>
- Suárez Ojeda, E. N. (1993). Resiliencia, o capacidad de sobreponerse a la adversidad. En M. Fiorentino, *La construcción de la resiliencia en el mejoramiento de la calidad de vida y la salud* (pp. 95-113). Bogotá, Colombia: Fundación Universitaria Konrad Lorenz.

- Singer, A. K. (2002). Personal identity and civic responsibility: 'rising to the occasion' narratives and generativity in community action student interns. *Journal of Social Issues*, 58(3), 535-556.
- Sorensen, N. (2004). Globalización, género y migración transnacional: el caso de la diáspora dominicana. En A. Escrivá y N. Ribas. (Coords.), *Migración y Desarrollo* (pp. 87-109). Córdoba, España: Consejo Superior de Investigaciones Científicas.
- Sorensen, N. (2004). Globalización, género y migración transnacional. El caso de la diáspora dominicana. En A. Escrivá y N. Ribas. (Coords.), *Migración y Desarrollo* (pp. 87-109). Córdoba, España: Consejo Superior de Investigaciones Científicas.
- Tarter, R. T. y Vanyukov M. (1999). Revisiting the validity of the construct of resilience. En *Resilience and development. Positive life adaptations* (pp. 85-100). New York: Kluwer Academic/Plenum Press.
- Tejeda, S. (2013). Programa de arte-terapia cre-arte para modificar la autoestima en las adolescentes de fundaniños, 34-35.
- Varkey, P., Kureshi, S. y Lesnick, T. (2010). Empowerment of women and its association with the health of the community. *Journal of Women's Health*, 19(1), 71-76.
- Wagnild, G. M. (2009). The resilience scale user's guide for the US English version of the Resilience Scale and the 14-Item Resilience Scale. USA. En D. Sánchez- Teruel y M. Robles-Bello (Eds.), *Escala de Resiliencia 14 ítems (RS-14): Propiedades Psicométricas de la Versión en Español* (pp. 103-113). Worden, MT: The Resilience Center.
- Werner, E. E. y Smith, R. S. (1982). *Vulnerable but invincible: A study of resilient children*. New York: McGraw-Hill. Recuperado de <http://cultureand youth.org/wpcontent/uploads/2014/02/Werner-Vulnerable-but-invincible.pdf>
- Wilde, R. (2006). *Arte-terapia: la creación como proceso de transformación*. Barcelona: Octaedro.
- Wolin, S.J. y Wolin, S. (1993). *The Resilient Self: How Survivors of Troubled: Families Rise above Adversity*. Nueva York: Villard Books.
- Zorrilla, A. (1986). *Introducción a la metodología de la investigación*. México: Océano.