



Convivencia familiar en participantes del proyecto *Mi-Casa, Territorio de Paz* en Cali, cinco años después del confinamiento por COVID-19

Yenifer Luna Gómez

**Trabajo de grado presentado como requisito parcial para optar al título de
Magíster en Asesoría Familiar**

Myriam Janneth Román Muñoz

Directora

Semillero de Investigación:

Parentalidad, Vulnerabilidad y Convivencia Social

Pontificia Universidad Javeriana Cali

Facultad de Humanidades y Ciencias Sociales

Maestría en Asesoría Familiar

2025

NORMATIVA

ARTICULO 23 de la Resolución No. 13 del 6 de Julio de 1946, del Reglamento de la Pontificia Universidad Javeriana.

“La Universidad no se hace responsable por los conceptos emitidos por sus alumnos en sus trabajos de Tesis. Solo velará porque no se publique nada contrario al dogma y la moral católica y porque las Tesis no contengan ataques o polémicas puramente personales; antes bien, se vea en ellas el anhelo de buscar la Verdad y la Justicia”.

Contenido

Introducción	6
Método	30
Resultados	39
Discusión	57
Referencias Bibliográficas	77
Anexos	85

Lista de tablas

Tabla 1	31
<i>Característica de familias participantes para la investigación</i>	31
Tabla 2	35
<i>Matriz de Categorías y Subcategorías de Análisis</i>	35
Tabla 3	40
<i>Matriz Analítica: De las Categorías de Análisis a los Hallazgos Centrales</i>	40

Lista de Esquemas

Esquema 1	¡Error! Marcador no definido.
<i>Organización de las Categorías y Subcategorías de Análisis</i>	¡Error! Marcador no definido.
Esquema 2	¡Error! Marcador no definido.
<i>Vínculos preexistentes que sostuvieron la convivencia durante el confinamiento</i> ..	¡Error! Marcador no definido.
Esquema 3	¡Error! Marcador no definido.
<i>Transformaciones cotidianas durante el confinamiento</i>	¡Error! Marcador no definido.
Esquema 4	¡Error! Marcador no definido.
<i>El hogar resignificado como territorio socio-simbólico</i>	¡Error! Marcador no definido.

Lista de Anexos

• Anexo 1. Guía para entrevista semiestructurada	85
• Anexo 2. Categorías de Análisis	85
• Anexo 3. Consentimiento Informado	85
• Anexo 4. Protocolo de Atención en Crisis	85

Resumen

Esta investigación buscó comprender la resignificación de la convivencia familiar en los participantes del proyecto *Mi-Casa, Territorio de Paz*, cinco años después del confinamiento por COVID-19. Se desarrolló bajo un enfoque cualitativo de tipo fenomenológico, mediante entrevistas semiestructuradas apoyadas en técnicas interactivas como la línea de tiempo y la cartografía social del hogar, con el fin de explorar las experiencias, percepciones y sentidos construidos por las familias. Participaron ocho hogares de la ciudad de Cali que atravesaron el confinamiento y mantuvieron una participación en el proyecto.

Los hallazgos muestran que el confinamiento transformó significativamente las dinámicas cotidianas, impulsando a las familias a reorganizar rutinas, redistribuir roles y generar nuevas estrategias de afrontamiento. Algunas herramientas y aprendizajes del proyecto fueron recordados como apoyos valiosos, pero fueron principalmente los recursos internos, los vínculos previos y la creatividad cotidiana los que sostuvieron la convivencia en la adversidad. Cinco años después, las familias evocan ese periodo como un tiempo difícil, aunque también como una oportunidad de cohesión, aprendizaje y fortalecimiento de los lazos familiares.

En conjunto, el estudio aporta a la comprensión de cómo las familias elaboran narrativas que trascienden la visión del confinamiento únicamente como crisis, reconociéndolo también como una etapa de resiliencia y construcción de paz cotidiana.

Palabras clave: convivencia familiar, confinamiento por COVID-19, estudio fenomenológico, dinámicas familiares.

Abstract

This research aimed to understand the re-signification of family coexistence among participants of the *Mi Casa, Territorio de Paz* project, five years after the COVID-19 lockdown. It was conducted under a qualitative, phenomenological approach, using semi-structured interviews supported by interactive techniques such as timelines and household social mapping, in order to explore the experiences, perceptions, and meanings constructed by families. Eight households from the city of Cali participated in the study; all had gone through the lockdown and maintained some level of involvement in the project.

The findings show that the lockdown significantly transformed daily dynamics, prompting families to reorganize routines, redistribute roles, and generate new coping strategies. Some tools and lessons from the project were remembered as valuable supports, but it was mainly internal resources, pre-existing bonds, and everyday creativity that sustained family life amid adversity. Five years later, families recall that period as a difficult time, yet also as an opportunity for cohesion, learning, and the strengthening of family ties.

Overall, this study contributes to understanding how families construct narratives that transcend the view of lockdown solely as a crisis, recognizing it also as a stage of resilience and the construction of everyday peace.

Keywords: family coexistence, COVID-19 lockdown, phenomenological study, family dynamics.

La pandemia global por COVID-19, declarada por la Organización Mundial de la Salud (OMS) en marzo de 2020, constituyó un evento sin precedentes en la historia reciente, generando un impacto global que trascendió ampliamente el ámbito sanitario (OMS, 2020). La rápida propagación del coronavirus SARS-CoV-2, causante de la enfermedad COVID-19, llevó a la mayoría de los gobiernos de todo el mundo a implementar medidas drásticas de aislamiento preventivo obligatorio, conocido comúnmente como confinamiento domiciliario, que alteraron significativamente la estructura y la dinámica de la vida cotidiana (OMS, 2021; CEPAL, 2020).

La pandemia por COVID-19 y las estrategias adoptadas para contener su propagación desencadenaron una crisis multidimensional con profundas repercusiones en diversas esferas de la vida humana. Esta situación expuso vulnerabilidades estructurales preexistentes y amplificó las desigualdades sociales, al tiempo que intensificó tensiones en múltiples ámbitos, incluido el familiar (OMS, 2020; OIT, 2021; PNUD, 2022).

Según la Organización de las Naciones Unidas (ONU, 2022), hasta finales de 2021 se habían registrado aproximadamente 14.9 millones de muertes atribuidas directamente al COVID-19, lo que resalta no solo la magnitud sanitaria del fenómeno, sino también sus implicaciones emocionales y sociales a nivel mundial. En el mismo informe la ONU (2022) concluye que, en términos económicos, la crisis derivada de la pandemia se caracterizó por una profunda recesión global, manifestada en un incremento masivo del desempleo, la interrupción severa en las cadenas de suministro y una considerable caída del comercio internacional. Desde una perspectiva social, las medidas restrictivas, como las limitaciones a la movilidad y el distanciamiento social, aunque necesarias desde una perspectiva epidemiológica, agudizaron la pobreza y las desigualdades sociales preexistentes. Asimismo, interrumpieron la educación de millones de niños y jóvenes, incrementaron notablemente los problemas de salud mental y

exacerbaron las situaciones de hambre a nivel global (CEPAL, 2020; OMS, 2021; UNICEF, 2021; ONU DAES, 2022). Este panorama evidencia que la pandemia por COVID-19 no se limitó a una emergencia sanitaria, sino que constituyó un evento disruptivo integral que transformó significativamente la estructura social y económica de las sociedades contemporáneas.

En Colombia, el primer caso confirmado de COVID-19 se detectó en marzo de 2020, desencadenando una rápida respuesta gubernamental materializada en el Decreto 457 del mismo año, mediante el cual se estableció el Aislamiento Preventivo Obligatorio desde el 25 de marzo hasta el 1 de julio de 2020 (Presidencia de la República de Colombia, 2020). Esta normativa restringió significativamente la movilidad y las actividades comerciales, educativas y sociales consideradas no esenciales, afectando la estructura y dinámica familiar en todo el territorio nacional. Particularmente en Cali, una de las ciudades más densamente pobladas y severamente afectadas por la pandemia, las cifras oficiales indicaron hasta inicios de 2024 un total de 406.751 casos confirmados y 8.930 muertes asociadas a la enfermedad, evidenciando la severidad y extensión del impacto en esta región (Secretaría de Salud del Valle del Cauca, 2024).

La pandemia y las medidas implementadas para mitigar el contagio y proteger la salud pública impactaron directamente las redes sociales, las rutinas cotidianas y las relaciones interpersonales, generando transformaciones significativas en la convivencia familiar. En particular, el ámbito familiar fue uno de los más afectados, ya que el confinamiento impuso condiciones inéditas de convivencia prolongada e ininterrumpida dentro de espacios domésticos reducidos. Esta situación se desarrolló en un contexto marcado por altos niveles de estrés, incertidumbre económica, restricciones de movilidad y la interrupción de la interacción social habitual, lo que modificó sustancialmente las dinámicas familiares y los roles dentro del hogar (OMS, 2021; FMI, 2021; CEPAL, 2022).

En este sentido, la vida familiar se convirtió en un escenario central donde convergieron múltiples crisis derivadas de la pandemia (Conejo-Rodríguez et al., 2020; DNP, 2021). El hogar dejó de ser únicamente un espacio de descanso y convivencia para convertirse simultáneamente en lugar de trabajo, estudio, cuidado, recreación y contención emocional. Como resultado, las familias enfrentaron múltiples desafíos relacionados con la adaptación a nuevas rutinas, la redistribución de roles dentro del núcleo familiar y la necesidad de encontrar equilibrio en un contexto caracterizado por el miedo a la enfermedad, la inseguridad financiera, las tensiones emocionales y la convivencia permanente entre sus integrantes (Lacomba-Trejo et al., 2020; Johnson, Saletti-Cuesta & Tumas, 2020; Conejo-Rodríguez et al., 2020; DNP, 2021).

El confinamiento intensivo impuso condiciones emocionalmente exigentes que, en algunos casos, generaron conflictos severos dentro del hogar. Diversos estudios han documentado incrementos significativos en episodios de violencia familiar, así como un aumento en trastornos emocionales como ansiedad y depresión entre adultos y jóvenes, atribuibles a la sobrecarga de tareas domésticas, educativas y laborales concentradas en un mismo espacio físico (Johnson, Saletti-Cuesta & Tumas, 2020; Reyes-Bossio et al., 2021). La combinación de estos factores no solo tensionó las dinámicas familiares, sino que también profundizó desigualdades estructurales y afectó el bienestar de múltiples sectores de la población.

En el caso de Cali, la situación de confinamiento, al igual que en otras ciudades del mundo, transformó radicalmente la convivencia familiar y los roles dentro del hogar, generando varios efectos negativos para el bienestar de sus integrantes. Entre estos impactos, se destacó un preocupante aumento en los casos de violencia intrafamiliar. Un informe de la Personería de Cali (2020), titulado "Violencia intrafamiliar, el otro virus que no cesa", evidenció esta problemática, señalando que las medidas de aislamiento tuvieron repercusiones colaterales significativas en la

seguridad y el bienestar de mujeres, niños y niñas dentro del ámbito familiar. Esta crisis puso de manifiesto la necesidad urgente de fortalecer los mecanismos de prevención, atención y protección a las víctimas, así como de diseñar estrategias institucionales orientadas a fomentar una convivencia pacífica en los hogares.

Si bien la crisis sanitaria y el confinamiento generaron múltiples tensiones en la vida familiar, también propiciaron respuestas resilientes en diversos hogares. En lugar de convertirse únicamente en un espacio de conflicto y estrés, para muchas familias la convivencia prolongada representó una oportunidad para fortalecer sus vínculos y reorganizar sus dinámicas cotidianas. Estudios realizados en Cali y en contextos internacionales, como en Portugal, evidencian que algunos núcleos familiares lograron desarrollar estrategias colaborativas para la distribución equitativa de tareas domésticas, el acompañamiento en procesos educativos y el apoyo emocional mutuo, permitiendo así una adaptación más armónica a la nueva realidad impuesta por la pandemia (Muñoz-Zapata et al., 2023; Santos et al., 2023). Estas respuestas adaptativas resaltan la capacidad de ciertas familias para transformar una situación adversa en un escenario de crecimiento, aprendizaje y cohesión, reforzando la importancia de la convivencia familiar como un espacio de apoyo y construcción de bienestar colectivo (Partington et al., 2022).

En respuesta a los desafíos de convivencia familiar generados por el confinamiento, la Alcaldía de Santiago de Cali, a través de la Secretaría de Paz y Cultura Ciudadana, implementó el proyecto *Mi-Casa, Territorio de Paz*. Esta iniciativa tuvo como propósito fortalecer la convivencia familiar y promover la cultura de paz en los hogares caleños mediante estrategias de educación, acompañamiento psicosocial, articulación interinstitucional y actividades recreativas. A través de talleres virtuales, materiales educativos y espacios de escucha, el proyecto brindó acompañamiento y herramientas para la gestión del estrés, la resolución de conflictos y el

fortalecimiento de los vínculos familiares en un contexto de crisis (Alcaldía de Santiago de Cali, 2020). Para comprender cómo las familias participantes resignificaron esta experiencia, y para situar esta investigación en el marco de los estudios existentes sobre el impacto de la pandemia en la vida familiar, a continuación, se presenta una revisión de la literatura académica de los últimos cinco años.

Las investigaciones iniciales sobre la pandemia de COVID-19 y su impacto en la convivencia familiar se centraron mayoritariamente en los efectos inmediatos del confinamiento. La mayoría de los estudios adoptaron enfoques cuantitativos, como encuestas transversales y longitudinales, para evaluar el impacto psicológico y socioemocional en padres, niños y cuidadores. Sin embargo, en los últimos años ha surgido un creciente interés por metodologías cualitativas que permitan comprender con mayor profundidad los significados que las familias han atribuido a esta experiencia y cómo han reinterpretado su convivencia tras la crisis sanitaria (Fernández, 2025; Muñoz-Zapata, García-Vásquez & Zapata-Posada, 2023).

Con el fin de trazar un panorama de estas investigaciones, esta revisión se organiza en torno a cinco ejes temáticos: (a) impacto psicológico y socioemocional del confinamiento, (b) cambios en la dinámica y roles familiares, (c) estrategias de afrontamiento y resiliencia, (d) reinterpretación de la experiencia pandémica en el ámbito del hogar, y (e) las intervenciones psicosociales implementadas para apoyar la convivencia. A lo largo de cada sección, se analizan los diferentes contextos geográficos, las metodologías empleadas y los hallazgos principales, identificando patrones, divergencias y vacíos en la literatura, lo que permitirá delinear la brecha de conocimiento que orienta esta investigación.

En primer lugar, situamos los estudios que coinciden en que la pandemia de COVID-19 y las medidas de confinamiento tuvieron un impacto significativo en la salud mental y el bienestar

emocional de las familias (Rodríguez-Rey, Garrido-Hernansaiz, & Collado, 2020; Spinelli, Lionetti, Pastore, & Fasolo, 2020; Wang et al., 2020; Duan & Zhu, 2020; Chung, Lanier, & Wong, 2020; Fernández, 2024; Fernández-Poncela, 2025;). En España, por ejemplo, un estudio con más de 3.000 adultos encontró que durante las primeras semanas del confinamiento un 36% de las personas reportó un impacto psicológico de moderado a severo; además, 41% manifestó síntomas depresivos y 41% se sintió estresado, siendo las mujeres, los jóvenes y quienes perdieron su empleo los más afectados (Rodríguez-Rey et al., 2020). Según este mismo estudio, estos efectos se asociaron con la preocupación por la gravedad de la crisis sanitaria y, especialmente, con la incertidumbre económica derivada de la pandemia. De igual forma, Spinelli et al. (2020) encontraron que en Italia reportaron que enfrentar el encierro en casa resultó sumamente estresante para los padres, quienes debían equilibrar la vida personal, el trabajo remoto y el cuidado de los hijos sin apoyo externo. En un estudio italiano, la dificultad percibida para sobrellevar la cuarentena emergió como un factor determinante que minó el bienestar tanto de los progenitores como de los niños, al punto que el estrés parental actuó como mediador: a mayor estrés de los padres por el encierro, mayores problemas emocionales y de comportamiento en los hijos. Spinelli et al. (2020), en dicho estudio, observaron que los padres que reportaron más dificultades durante el confinamiento presentaron niveles más altos de estrés, lo cual a su vez se tradujo en síntomas psicológicos más pronunciados en sus niños, evidenciando el contagio emocional dentro del núcleo familiar. De hecho, el estrés parental ha sido señalado recurrentemente como una pieza clave para entender el malestar intrafamiliar en pandemia: por ejemplo, en Singapur, Chung, Lanier y Wong (2022) encontraron que el estrés de los padres funcionó como mediador entre el impacto percibido de la COVID-19 y la calidad de la relación padre-hijo, reduciendo la cercanía afectiva e incrementando las prácticas de crianza

duras (como gritos o castigos físicos) (Chung, Lanier, & Wong, 2020). Esto sugiere que, bajo el aislamiento, la tensión acumulada en los progenitores podía deteriorar el clima emocional del hogar y agravar los conflictos.

Al mismo tiempo, desde diversos países se documentaron incrementos en ansiedad, depresión y temores relacionados con la pandemia en el entorno familiar (OMS, 2020). Rodríguez-Rey et al. (2020) reportaron que las personas no solo estaban preocupadas por la salud, sino especialmente por las consecuencias económicas, lo que generaba un estado de hipervigilancia y angustia en muchos hogares. En China e Italia se observaron fenómenos similares durante 2020, con altos niveles de miedo al contagio y síntomas de estrés postraumático en la población general, incluyendo padres e hijos (Wang et al., 2020; Duan & Zhu, 2020). En suma, el impacto psicoemocional del confinamiento se hizo palpable en múltiples contextos: miedo, incertidumbre, irritabilidad y tristeza emergieron como emociones comunes en las familias enfrentadas a la ruptura repentina de sus rutinas diarias.

Por ejemplo, en México, Fernández (2024) recopiló testimonios de familias urbanas que expresaban miedo al contagio, estrés por la situación sanitaria, dolor por la pérdida de seres queridos y frustración ante las dificultades económicas durante el encierro, a la par de reconocer sentimientos de agotamiento emocional por la prolongación de la crisis. Desde un enfoque principalmente cualitativo, esta autora destacó cómo las emociones negativas prevalecientes estuvieron ligadas a la sensación de peligro e inestabilidad que trajo la pandemia, aunque coexistieron con emociones positivas en ciertos casos (como alivio por estar a salvo en casa o gratitud por el apoyo mutuo) que matizaron la experiencia (Fernández-Poncela, 2025). En conclusión, la literatura psicoemocional evidencia que el confinamiento por COVID-19 supuso una situación estresante sin precedentes para las familias, afectando el bienestar psicológico de

padres, niños y cuidadores. Este efecto fue multifactorial: a la amenaza médica se sumaron el aislamiento social, las presiones económicas y la sobrecarga de roles, configurando un caldo de cultivo para el estrés familiar. No obstante, cabe señalar que la magnitud del impacto no fue homogénea: dependió de variables como la situación socioeconómica, la presencia de apoyo externo y la vulnerabilidad previa de cada núcleo familiar, como se explora a continuación.

El confinamiento prolongado también reconfiguró las dinámicas cotidianas dentro de los hogares. La necesidad de permanecer en casa 24/7 implicó que las familias tuvieran que readaptar sus rutinas, reasignar tareas y convivir en espacios muchas veces reducidos, lo cual generó tanto tensiones como oportunidades. Estudios cualitativos y cuantitativos (Spinelli, Lionetti, Pastore, & Fasolo, 2020; Conejo, Chaverri-Chaves, & León-González, 2020; Chung, Chan, Chan, Chen, Wong, & Chung, 2022; Santos, Kislaya, Matias-Dias, & Machado, 2024; Valle, Obregón, & Torres, 2021; Torres, Carbonell, Suazo, Jáuregui, Rivero, & Perdomo, 2021) coinciden en que la organización familiar sufrió ajustes importantes: por ejemplo, muchas familias debieron reorganizar horarios y responsabilidades domésticas para compatibilizar el teletrabajo de los adultos con el cuidado y la educación en casa de los niños (Spinelli, Lionetti, Pastore, & Fasolo, 2020). Conejo, Chaverri y León (2020), estudiando familias centroamericanas, describen que la súbita superposición de roles (padres convertidos en maestros, hogares convertidos en oficinas) produjo mayores niveles de conflicto en aquellos hogares donde no existía un reparto equitativo de las tareas del hogar y de cuidado. En estas familias, la carga de trabajo doméstico y de atención de los hijos recayó desproporcionadamente en uno de los miembros –con frecuencia la madre– generando sobrecarga e irritabilidad, tal como también lo reportaron estudios en América Latina y Asia (Santos et al., 2023; Valle, Torres et al., 2021; Chung et al., 2022). En contrapartida, algunas familias lograron adaptarse

estableciendo nuevas rutinas y normas de convivencia: Valle, Obregón y Torres (2021), analizando hogares mexicanos, hallaron que la planificación conjunta de actividades y la negociación de tiempos ayudaron a reducir tensiones y aportaron cierta estructura dentro del caos, lo que favoreció una estabilidad emocional en medio de la incertidumbre. Es decir, familias que consensuaron horarios para el trabajo, estudio, ocio y tareas domésticas reportaron una convivencia más llevadera que aquellas donde reinó la improvisación o la falta de comunicación (Valle, Obregón, & Torres, 2021; Torres, Carbonell, Suazo, Jáuregui, Rivero, & Perdomo, 2021).

Un aspecto resaltado en varias investigaciones es la sobrecarga de las mujeres que se intensificó significativamente, pues asumieron la mayor parte del trabajo doméstico y del cuidado infantil tras el cierre de escuelas y la interrupción de servicios de apoyo (Cárdenas, 2022; Fernández, 2024; Meza-de-Luna et al., 2022; Reyes-Bossio et al., 2022). En México, las mujeres dedicaron en promedio 50 horas semanales al trabajo de cuidados no remunerado, más del triple que los hombres (Meza-de-Luna et al., 2022), mientras que en Ecuador, el 76% reportó un aumento en su carga de trabajo (Reyes-Bossio et al., 2022). En Colombia, la crisis sanitaria profundizó las desigualdades de género preexistentes, afectando no solo el ámbito doméstico, sino también el acceso a la educación, la salud y la tecnología, lo que limitó aún más las oportunidades de las mujeres en distintos sectores (Cárdenas, 2022). Esta desigualdad en la distribución de responsabilidades no solo restringió su participación económica, sino que también afectó su salud mental y física.

El impacto económico en las mujeres fue considerable, especialmente en sectores con alta participación femenina, como el trabajo doméstico, la salud, la educación y el comercio. La tasa de participación laboral de las mujeres en América Latina y el Caribe retrocedió una década, cayendo al 46% en 2020 (Cárdenas, 2022). Además, el 63.2% de las trabajadoras domésticas

perdió ingresos en los primeros meses de la pandemia (Meza-de-Luna et al., 2022). Aun aquellas que conservaron sus empleos enfrentaron mayores niveles de estrés al compaginar su actividad remunerada con responsabilidades de cuidado (Fernández, 2024). En el sector salud, donde las mujeres representan el 73.2% de la fuerza laboral en América Latina (entre enfermeras y personal de aseo), muchas soportaron jornadas extenuantes y un alto riesgo de contagio, incrementando su agotamiento extremo (Cárdenas, 2022). Estos datos evidencian cómo la pandemia profundizó las brechas de género, afectando tanto la estabilidad laboral como el bienestar de las mujeres.

Así mismo tiempo, en Perú, Gómez & Escobar-Mamani (2021) documentaron que familias de entornos urbano-marginales, ya tensionadas por la precariedad económica, sufrieron una agudización de las dificultades materiales (falta de ingresos, espacios hacinados, carencia de conectividad) que las puso en desventaja frente a hogares de mayores recursos. Estas familias vulnerables contaban con menores redes de apoyo y afrontaron la cuarentena en condiciones más adversas, reportando mayor conflictividad y estrés cotidiano.

En efecto, la pandemia actuó como un amplificador de desigualdades: aquellos núcleos con menos recursos económicos y sociales vieron exacerbados sus problemas, tal como lo sugiere un análisis con datos de más de 155.000 niños en Canadá, donde Fallon et al. (2020) observaron que *los más desfavorecidos* experimentaron un empeoramiento de sus dificultades durante la pandemia (Fallon et al., 2020). Asimismo, un hallazgo interesante de Spinelli et al. (2020) en Italia fue que ciertas variables contextuales —como vivir en una zona urbana de alto contagio o en una vivienda pequeña— no tuvieron un efecto significativo en el bienestar familiar comparadas con los factores relacionales (Spinelli et al., 2020). Esto indica que, si bien las condiciones materiales importan, la forma en que la familia gestionó la convivencia interna

(apoyo mutuo, comunicación, manejo del estrés) fue aún más decisiva en el ajuste durante el confinamiento.

También es importante plantear que, frente al impacto multidimensional de la pandemia, diversos programas e intervenciones psicosociales fueron implementados para mitigar las tensiones familiares y prevenir la violencia en los hogares. En Colombia, el programa *Aventurémonos en Familia*, desarrollado en la región Caribe, combinó talleres virtuales de educación emocional con actividades lúdicas para fortalecer la convivencia y la regulación emocional en familias expuestas a contextos de violencia. Los resultados reportados indicaron mejoras en la funcionalidad familiar y una reducción en los niveles de conflicto entre los participantes, subrayando la importancia de este tipo de estrategias en situaciones de crisis (Russo de Sánchez, Reales, & Mayor, 2022).

Así como ese programa, durante la pandemia, se implementaron diversas iniciativas para mitigar el impacto emocional y fortalecer la convivencia familiar. Organizaciones internacionales, gobiernos, universidades, centros de pensamiento, grupos comunitarios e iglesias religiosas crearon o adaptaron herramientas psicosociales dirigidas a las familias. La Organización Panamericana de la Salud (OPS, 2020) documentó que a través de recursos en línea, se difundieron estrategias de manejo del estrés, educación para la paz y orientación familiar, mientras que algunos actores implementaron programas virtuales de acompañamiento emocional, crianza positiva y prevención de la violencia familiar. UNICEF (2020), por ejemplo, documentó la distribución de guías para padres con recomendaciones sobre la gestión del estrés, la organización de rutinas y el acceso a servicios de apoyo en casos de violencia doméstica. Sin embargo, la cobertura de estos programas fue desigual, especialmente en comunidades rurales y sectores sin acceso a internet, lo que limitó su alcance y efectividad (Santos et al., 2023).

A pesar de la multiplicidad de iniciativas desarrolladas, la literatura académica ha privilegiado el análisis de los efectos de la pandemia en la dinámica familiar, dejando en segundo plano la evaluación de las estrategias implementadas para mitigar estos impactos. Existen pocas investigaciones que documenten de manera sistemática las respuestas psicosociales desplegadas durante el confinamiento, lo que deja un vacío significativo en el conocimiento sobre la efectividad de estos programas o de las respuestas institucionales y comunitarias diseñadas para apoyarlas.

Se debe agregar que, a medida que avanzaba la pandemia y el tiempo postpandemia, cobró relevancia, el estudio de la resiliencia familiar como un elemento clave para comprender los mecanismos que permitieron a las familias afrontar la crisis. Basándose en el modelo de resiliencia familiar de Walsh (2004), diversas investigaciones han analizado los factores protectores que facilitaron la adaptación de las familias a las condiciones del confinamiento. Estudios como los de Martínez-Líbano (2023) y Benítez, Martínez y Tartakowsky (2023) destacan el papel del vínculo afectivo como un recurso esencial para la resiliencia familiar, subrayando que la cohesión y el apoyo mutuo fueron determinantes en la capacidad de sobrellevar la crisis sanitaria. En esta misma línea, Prime, Wade y Browne (2020) introdujeron el concepto de riesgo y resiliencia familiar, evidenciando que, si bien el confinamiento representó un factor de desestabilización para muchas familias, también activó recursos adaptativos que favorecieron su reorganización. En un estudio con familias mexicanas, Toiber-Rodríguez et al. (2023) encontraron que la colaboración conyugal y el apoyo familiar fueron las estrategias de afrontamiento más utilizadas, destacando que la comunicación asertiva y la expresión emocional abierta fueron clave para mitigar el estrés y fomentar un entorno de estabilidad dentro del hogar.

Desde una perspectiva internacional, investigaciones en distintos países han identificado múltiples estrategias que contribuyeron a la resiliencia familiar. En Portugal, Santos et al. (2023) encontraron que el optimismo y la esperanza actuaron como factores protectores que redujeron los conflictos familiares y fortalecieron el apoyo mutuo durante el confinamiento. De manera similar, en España, Pérez Viejo et al. (2020) analizaron la relación entre la resiliencia y la salud mental, concluyendo que las personas con mayor capacidad de adaptación presentaron menores niveles de estrés y ansiedad en sus relaciones familiares.

En América Latina, Reyes-Bossio et al. (2021) resaltaron la importancia de las redes comunitarias en contextos de vulnerabilidad, señalando que las familias que contaban con apoyo vecinal para el intercambio de víveres y cuidado de niños lograron enfrentar mejor la crisis. En el contexto educativo, Rodríguez Ugalde (2023) abordó el impacto de la pandemia en la resiliencia en ámbitos familiares y escolares, destacando estrategias como la reinterpretación positiva, la construcción de redes de apoyo y la espiritualidad como herramientas clave para fortalecer la adaptación ante situaciones adversas.

A pesar de la diversidad de estudios sobre resiliencia y afrontamiento familiar, aún existen vacíos en la literatura respecto a evaluaciones longitudinales que permitan entender cómo estas estrategias influyeron en el bienestar de las familias a largo plazo y qué factores fueron determinantes en su mantenimiento una vez superada la crisis.

Por otro lado, el análisis de cómo las familias reinterpretan lo vivido y le otorgan un nuevo significado con el paso del tiempo comenzó a ganar atención. Fernández (2025) analizó la forma en que las familias mexicanas reconstruyeron su convivencia tras el confinamiento, identificando que, aunque enfrentaron múltiples dificultades emocionales, algunas lograron revalorizar el tiempo en familia, las conversaciones y el apoyo mutuo como pilares

fundamentales para afrontar la crisis. En un estudio similar, pero en España, Benítez, Martínez y Tartakowsky (2021) enfatizaron la importancia del vínculo afectivo como un elemento clave en la resiliencia familiar, concluyendo que el fortalecimiento de estos lazos ayudó a mitigar los efectos adversos del confinamiento. Por otro lado, Rodríguez Ugalde (2023) destacó estrategias como la reinterpretación positiva, la construcción de redes de apoyo y la espiritualidad como mecanismos fundamentales que permitieron a las familias enfrentar los desafíos del aislamiento. Estos hallazgos sugieren que, a medida que las familias procesan su experiencia, pueden integrar nuevas perspectivas que favorecen su bienestar y adaptación ante futuras crisis.

No obstante, las experiencias de la pandemia no han sido homogéneas en todas las familias. Muñoz, García y Zapata (2023) estudiaron a familias de estratos populares en Medellín y evidenciaron que, aunque muchas lograron adaptarse mediante estrategias de subsistencia como el trabajo informal y la ayuda comunitaria, persisten interrogantes sobre cómo estas experiencias han sido internalizadas a largo plazo. En este sentido, Toiber-Rodríguez et al. (2023) encontraron que, dentro de las familias nucleares centroamericanas, las estrategias de afrontamiento diferían según el rol familiar, generando tensiones en la convivencia. De manera similar, Pérez Viejo et al. (2020) analizaron la resiliencia en el contexto español y concluyeron que los factores psicológicos y sociales desempeñaron un papel crucial en la reconstrucción de la experiencia familiar postpandemia. A pesar del creciente interés en este tema, aún existen brechas ya que la mayoría de los estudios han abordado los efectos a corto y mediano plazo, sin profundizar cómo estos procesos han moldeado valores, creencias, prácticas y memorias familiares, influyendo en la capacidad de adaptación ante desafíos futuros.

Con todo lo anterior, se identifica como uno de los principales vacíos en la literatura la escasa evidencia sobre cómo se han configurado, con el paso del tiempo, las dinámicas

familiares y los significados atribuidos a la pandemia y a la convivencia familiar en confinamiento. La mayoría de los estudios existentes se han centrado en los efectos del confinamiento a corto y mediano plazo, mientras que son aún limitadas las investigaciones que exploran cómo las familias han reinterpretado su experiencia en el transcurso de los años.

Asimismo, persiste una brecha en el conocimiento sobre la influencia de las intervenciones psicosociales en la resignificación de la convivencia familiar, así como sobre el impacto de los programas comunitarios implementados durante ese periodo y su papel en la transformación de las dinámicas familiares.

Esta investigación buscó comprender cómo los participantes del proyecto *Mi-Casa, Territorio de Paz* en Cali, han resignificado su convivencia familiar cinco años después del confinamiento por COVID-19. A través de esta indagación se exploró las formas en que las familias reorganizan sus vínculos, reinterpretan sus prácticas cotidianas y construyen aprendizajes significativos a partir de una experiencia crítica. Para ello, se propone describir las actividades y prácticas cotidianas que estructuraron la vida familiar en casa durante el confinamiento, identificar las estrategias de convivencia que las familias reconocen como resultado de su participación en el proyecto, y explorar los significados que las familias atribuyen actualmente a su experiencia de convivencia durante ese periodo.

Es por eso que, este estudio se ubica en el campo de la convivencia familiar en contextos de crisis, con especial atención a los procesos de transformación, adaptación y reconstrucción del significado que ocurren en las familias tras experiencias disruptivas. En particular, se interesa por comprender cómo los eventos críticos modifican las dinámicas relacionales y los significados atribuidos a la vida familiar, y cómo estas experiencias son reinterpretadas con el paso del tiempo.

Se debe mencionar que, este trabajo se desarrolló en el marco del Semillero de Investigación en Parentalidad, Vulnerabilidad Social y Convivencia Social de la Pontificia Universidad Javeriana de Cali. Se buscó visibilizar no solo los efectos persistentes del confinamiento en el ámbito familiar, sino también las oportunidades de reconstrucción, fortalecimiento relacional y transformación que emergen tras la crisis.

Para comprender cómo los participantes reinterpretan su experiencia de convivencia familiar, resulta pertinente revisar los enfoques teóricos que explican tanto la convivencia familiar como su proceso de resignificación a lo largo del tiempo.

En primer lugar afirmamos que, la convivencia familiar representa un ámbito central en la vida de las personas, adquiriendo especial relevancia en contextos críticos como el confinamiento derivado de la pandemia por COVID-19. Investigar la forma en que las familias resignifican estas experiencias permite identificar cómo los eventos disruptivos tienen efectos duraderos sobre las dinámicas familiares, incluyendo aspectos clave como la comunicación y los vínculos emocionales (Minuchin, 1974; Bronfenbrenner, 1987).

Además, analizar cómo las familias resignifican su experiencia de convivencia aporta elementos fundamentales para comprender su capacidad adaptativa, la reorganización interna y los recursos resilientes que despliegan frente a situaciones de crisis, visibilizando tanto los desafíos como las fortalezas emergentes (Minuchin, 1974).

Desde la teoría sistémica familiar, Salvador Minuchin (1974) plantea que la familia funciona como un sistema compuesto por subsistemas interdependientes (parental, fraterno, conyugal) que se regulan mediante reglas, límites y jerarquías. En este marco, las dinámicas de convivencia no se reducen a la cohabitación física, sino que se configuran a través de patrones recurrentes de interacción que organizan la vida familiar, es por ello que se entiende como un

proceso dinámico y relacional que se construye en la interacción cotidiana entre los miembros del hogar.

Esta mirada permite comprender que todo cambio significativo en el entorno o en la estructura familiar impacta al conjunto del sistema, exigiendo procesos de ajuste que buscan restaurar el equilibrio o la homeostasis familiar. Así, el confinamiento por COVID-19 puede entenderse como una situación límite que desafió la organización interna de muchas familias, movilizandolos procesos de adaptación que aún hoy, años después, siguen resignificándose.

Desde esta perspectiva, Minuchin resalta que la estructura familiar está determinada por la organización jerárquica, los límites entre subsistemas y la flexibilidad de la familia para adaptarse a los cambios del entorno. Una convivencia familiar saludable, aunque no nombrada explícitamente por el autor, puede inferirse a partir de una interacción funcional entre los miembros, en la cual los límites son claros pero permeables, la comunicación es abierta y las reglas internas permiten la negociación y el reajuste frente a nuevas circunstancias. Minuchin (1974) subraya que el funcionamiento familiar no se evalúa en función de su rigidez o normatividad, sino en términos de su capacidad para mantener el equilibrio sistémico mientras responde a las demandas internas y externas. Por tanto, analizar cómo las familias se reorganizan, redistribuyen roles y reconstruyen significados tras una crisis, permite entender la convivencia como un proceso dinámico que se sostiene a través de los recursos relacionales del propio sistema familiar.

Por otro lado, la perspectiva ecológica, Bronfenbrenner (1987) amplía el análisis de la convivencia familiar al proponer que las dinámicas internas del hogar no pueden comprenderse de forma aislada, sino en relación con una serie de sistemas ambientales interconectados que influyen recíprocamente en el desarrollo humano. Estos sistemas (microsistema, mesosistema,

exosistema y macrosistema) permiten situar la convivencia familiar dentro de un entramado más amplio de influencias sociales, culturales y estructurales.

Este enfoque nos deja ver cómo los distintos niveles del entorno pudieron incidir en las formas de convivencia durante el confinamiento por COVID-19, así como en su posterior resignificación. En particular, el microsistema, entendido como el espacio en el que ocurren las interacciones cotidianas entre los miembros de la familia, se considera un eje clave para la interpretación de las prácticas y vínculos familiares en contexto de encierro prolongado. La saturación funcional del hogar (albergando simultáneamente trabajo, estudio, descanso, cuidado y ocio) plantea interrogantes sobre cómo las familias reorganizaron sus dinámicas y resignificaron su experiencia (Bronfenbrenner, 1987; Conejo, Chaverri-Chaves & León-González, 2020; Lacomba-Trejo et al., 2020; Johnson, Saletti-Cuesta & Tumas, 2020).

El mesosistema, entendido como el conjunto de interrelaciones entre microsistemas (como la familia, la escuela y la comunidad), también permite explorar cómo la interrupción de la presencialidad y la virtualización de múltiples espacios de socialización influyeron en la convivencia familiar y cómo el aislamiento afectó las redes de apoyo y obligó a las familias a reconfigurar sus formas de interacción cotidiana.

A su vez, el exosistema remite a contextos sociales que, aunque no son vividos directamente por todos los miembros de la familia, tienen efectos significativos sobre sus condiciones de vida. La teoría ecológica permite considerar, por ejemplo, cómo las políticas públicas, las condiciones laborales de los adultos o el acceso desigual a tecnología y servicios sociales pueden haber influido en las posibilidades de sostener una convivencia armónica.

Finalmente, el macrosistema, que comprende los valores, normas, ideologías y creencias dominantes en una sociedad, ofrece claves para analizar cómo las familias interpretan y narran su

experiencia. Discursos sociales sobre la familia como refugio, las exigencias de productividad o los ideales de bienestar pueden incidir en la manera en que los sujetos construyen sentidos y resignifican su vivencia del confinamiento.

En conjunto, la teoría ecológica de Bronfenbrenner constituye un marco útil para comprender cómo distintos niveles de contexto inciden en las dinámicas familiares y permite orientar analíticamente el estudio de la resignificación de la convivencia familiar desde una mirada sistémica y contextualizada.

La convivencia familiar durante el confinamiento puso de relieve varias dimensiones críticas en el ámbito doméstico. En primer lugar, la comunicación familiar adquirió una importancia crucial al convertirse en el medio esencial para gestionar tensiones y coordinar rutinas diarias bajo condiciones atípicas. Minuchin (1974) destaca que una comunicación abierta y funcional es clave para la adaptación efectiva de la familia ante situaciones de estrés, favoreciendo relaciones saludables y promoviendo un entendimiento claro de roles y expectativas internas.

La gestión de conflictos también emergió como una dimensión relevante, en tanto que el confinamiento intensificó las interacciones familiares y las potenciales fricciones derivadas del uso compartido y constante del espacio doméstico. Desde la visión sistémica, una gestión efectiva de conflictos es aquella que fortalece las relaciones familiares a través del diálogo constructivo y la negociación de soluciones (Minuchin, 1974).

Complementariamente, Galtung (1996) enfatiza que los conflictos, lejos de ser necesariamente destructivos, pueden ser oportunidades valiosas para transformar positivamente las relaciones si se abordan mediante procesos constructivos y creativos que promuevan el entendimiento mutuo y la cooperación. Por su parte, Lederach (2003) añade que la

transformación de conflictos implica cambios profundos en las percepciones, actitudes y comportamientos, favoreciendo no solo la resolución inmediata de los desacuerdos, sino también la creación de nuevas dinámicas relacionales que fortalecen los vínculos afectivos a largo plazo.

Por otra parte, las estrategias de afrontamiento y adaptación desempeñaron un papel crucial durante este periodo crítico. Las familias desarrollan diversas estrategias para lidiar con la incertidumbre y el estrés generado en contextos como una pandemia, buscando mantener o recuperar la estabilidad emocional y funcional del sistema familiar (Minuchin, 1974). Martín-Baró (1998) complementa esta visión al resaltar que, frente a situaciones adversas o traumáticas, las estrategias colectivas de afrontamiento permiten no solo manejar las tensiones inmediatas, sino también redefinir la experiencia y otorgarle un significado que contribuya al crecimiento y al fortalecimiento de los vínculos sociales y familiares. En línea similar, Patterson (2002) señala que el afrontamiento familiar implica procesos dinámicos y activos de adaptación, donde las familias evalúan constantemente sus recursos disponibles y las demandas ambientales, ajustando su comportamiento y organización interna para responder eficazmente a las circunstancias cambiantes. Con lo anterior, entendemos que las estrategias familiares de afrontamiento no se limitan a la resolución inmediata de problemas, sino que implican procesos profundos de reorganización, aprendizaje y crecimiento, permitiendo a las familias construir resiliencia y adaptarse positivamente a situaciones críticas prolongadas.

Complementando estas perspectivas, el trabajo de Susan Folkman (2008) introduce el concepto de 'afrontamiento centrado en el significado' (meaning-focused coping). Esta forma de afrontamiento no se centra en resolver el problema práctico, sino en reevaluar la situación para encontrar un significado positivo o un propósito en medio de la adversidad. Según Folkman, en situaciones incontrolables como una crisis sanitaria, la capacidad de construir un significado de

unidad, esperanza o crecimiento es una estrategia de afrontamiento fundamental para el bienestar emocional.

Uno de los aspectos más característicos del confinamiento fue la resignificación del uso del espacio doméstico, pues los hogares debieron adaptar áreas específicas para actividades laborales, educativas y recreativas que ocurrían simultáneamente. Jelin (1976) enfatiza que estos ajustes espaciales van más allá de lo puramente funcional, ya que implican un proceso de redefinición simbólica de los espacios del hogar, afectando directamente los roles familiares, la privacidad y la convivencia cotidiana. Desde una perspectiva complementaria, Galtung (1996) sugiere que la reorganización espacial en contextos de crisis puede generar tensiones y conflictos latentes derivados del uso compartido y limitado de los recursos disponibles, pero también ofrece oportunidades para la negociación creativa y la transformación positiva de las relaciones interpersonales.

En este sentido, Lederach (2003) señala que el manejo constructivo del espacio, en este caso doméstico, durante situaciones de tensión favorece la transformación de conflictos y promueve nuevos patrones de interacción familiar que fortalecen la cohesión y cooperación. Así, se entiende que el uso del espacio en casa durante el confinamiento no solo respondió a necesidades prácticas inmediatas, sino que también constituyó un ámbito dinámico y simbólico fundamental para redefinir relaciones, roles familiares y formas de convivencia.

En este contexto, resulta pertinente considerar los aportes de la teoría ecológica del desarrollo humano (Bronfenbrenner, 1987), que permite comprender cómo las dinámicas familiares, incluidas las rutinas cotidianas, se configuran dentro de un entramado de sistemas interdependientes. Bronfenbrenner, destaca la importancia del microsistema como espacio clave para el desarrollo humano, donde las interacciones regulares entre los miembros de la familia

constituyen la base para la adaptación y el bienestar. Desde esta perspectiva, las rutinas familiares pueden entenderse como estructuras organizadoras de la vida cotidiana que proporcionan continuidad, estabilidad y contención emocional, especialmente en contextos de crisis o incertidumbre.

Las dimensiones antes expuestas sobre la convivencia familiar (como la comunicación, el uso del espacio doméstico, las rutinas familiares y la gestión de conflictos) adquieren especial relevancia al considerar cómo los procesos familiares cotidianos no solo se desarrollan en el presente inmediato, sino que además son susceptibles de ser reconstruidos en retrospectiva. Esta reconstrucción, que ocurre mediante la resignificación, permite a las familias asignar nuevos sentidos a sus vivencias críticas y reorganizar simbólicamente sus experiencias, generando cambios duraderos en su estructura interna y en su identidad compartida.

La resignificación es un proceso complejo mediante el cual las personas y grupos familiares reinterpretan y otorgan nuevos significados a sus experiencias previas, integrándolas de manera coherente y significativa a sus historias personales y colectivas. Lejos de ser un simple acto de recuerdo, resignificar implica una reconstrucción activa del pasado desde el presente, que permite dar sentido a eventos difíciles, reorganizar la narrativa de vida y fortalecer la identidad individual y familiar.

Ricoeur (1983) sostiene que la experiencia humana solo adquiere sentido cuando puede ser narrada. El autor plantea que el tiempo vivido (especialmente en situaciones límite) no se comprende de forma lineal, sino a través de la mediación narrativa, que articula el pasado, el presente y el futuro en una trama comprensible. En este marco, la resignificación se produce cuando un acontecimiento es reinterpretado y situado dentro de un relato coherente, permitiendo integrar lo vivido a la identidad personal o colectiva. Para Ricoeur, esta narración no busca

borrar el dolor o el conflicto, sino darle forma, comprenderlo y hacerlo habitable en la memoria, transformando la experiencia sin negarla.

Por su parte, White y Epston (1990), desde la terapia narrativa, afirman que las personas y familias construyen sus identidades a través de las historias que cuentan sobre sí mismas. Estas narrativas dominantes pueden estar influenciadas por discursos sociales o por experiencias traumáticas que limitan la percepción de las propias capacidades. El proceso de resignificación, según estos autores, consiste en externalizar el problema, identificar eventos únicos que contradicen la narrativa problemática y construir una nueva narrativa alternativa que fortalezca la agencia, la esperanza y la cohesión familiar. Esta narrativa alternativa no niega el sufrimiento, pero lo reinterpreta a la luz de las fortalezas, aprendizajes y posibilidades de cambio que emergen del diálogo reflexivo.

Es así como, la perspectiva hermenéutica de Ricoeur y el enfoque narrativo de White y Epston, ofrecen herramientas teóricas para comprender cómo las familias reinterpretan su experiencia de convivencia familiar durante el confinamiento, cómo reconstruyen sus relatos familiares cinco años después, y qué aprendizajes y significados emergen de esa resignificación.

Comprender este proceso permite no solo acceder a las memorias familiares, sino también explorar cómo estas podrían ser reelaboradas y examinar si, en algunos casos, se resignifican como recursos simbólicos que favorecen la cohesión, la adaptación y la resiliencia familiar.

En conjunto, estos tres enfoques ofrecen una mirada complementaria para comprender la resignificación de la convivencia familiar en contextos de crisis. Mientras el enfoque sistémico permite analizar las dinámicas internas de la familia y su capacidad de reorganización frente a situaciones adversas, el enfoque ecológico amplía la comprensión al situar estas dinámicas

dentro de sistemas sociales más amplios, destacando la influencia de factores contextuales, estructurales y culturales. Por su parte, la perspectiva narrativa y hermenéutica aporta una comprensión del proceso mediante el cual las familias reinterpretan sus vivencias pasadas y elaboran significados a través del relato, la memoria y la reflexión conjunta. La articulación de estos marcos conceptuales posibilita la comprensión de la convivencia familiar, reconociendo tanto su dimensión relacional y contextual como su carácter simbólico y narrativo.

Método

Tipo de estudio

Esta investigación adoptó un enfoque cualitativo interpretativo, el cual reconoce la complejidad y la naturaleza dinámica de los fenómenos sociales, enfatizando que estos no pueden comprenderse exclusivamente mediante medidas cuantificables, sino a través de una interpretación profunda de las experiencias personales y colectivas en contextos particulares (Roca, 2020; Estrada, 2010). Dicho enfoque resultó pertinente para abordar la manera en que las familias participantes del proyecto *Mi-Casa, Territorio de Paz* en Cali resignificaron su convivencia familiar, cinco años después del confinamiento por COVID-19, tomando como referencia directa sus narrativas y memorias sobre dicho periodo.

Diseño de Investigación

El tipo de diseño fue el fenomenológico, puesto que buscó acceder al significado de las experiencias humanas desde la perspectiva subjetiva de los participantes. Este diseño fue particularmente apropiado para comprender cómo los individuos experimentaron e interpretaron eventos trascendentes en sus vidas, situando su subjetividad como elemento clave (Morse, 2005). La fenomenología, desde esta perspectiva interpretativa, permitió captar cómo los participantes reconstruyeron y atribuyeron significado a sus vivencias, especialmente en situaciones críticas o excepcionales como el confinamiento.

Participantes

En esta investigación participaron ocho familias residentes en la ciudad de Cali, todas ellas vinculadas al proyecto *Mi-Casa, Territorio de Paz*. La selección de la muestra se realizó por conveniencia bajo un muestreo estratificado intencional, buscando reflejar la diversidad de experiencias. Se incluyeron familias que atravesaron el confinamiento por COVID-19 en 2020 y

que representaban distintos estratos socioeconómicos (del 1 al 6), zonas geográficas de la ciudad y configuraciones familiares.

Los criterios de inclusión consideraron: 1) participación en al menos el 70% de las actividades del proyecto; 2) firma del consentimiento informado para la investigación; y 3) convivencia en una misma residencia durante el confinamiento estricto. Se excluyeron aquellas familias que no completaron el proceso con el proyecto o que no tuvieron disponibilidad para la entrevista.

Para preservar la identidad de los participantes, se asignaron seudónimos a cada familia y a sus integrantes. La muestra final quedó conformada de la siguiente manera:

Tabla 1

Característica de familias participantes para la investigación.

Familia	Estrato	Residencia confinamiento (barrio y zona)	Miembros en convivencia (edad en 2020, género) y * entrevistados
Familia Castillo Pérez	2	San Luis II Zona nororiental	*Andrea (23 años, F) *Ricardo (56, M) *Norma (52, F) Hermana madre soltera y sus dos hijas (30, 7, 9, F)
Familia Asprilla Rivas	1	Mujica Zona oriente	*Clara (61, F) 11 familiares: 2 hijas, 2 yernos, 2 hijos, 5 nietos (NR, mixto)
Familia Rojas Morales	5	Valle del Lili Zona suroccidental	*Isabel (40, F) *Mateo (42, M) Hija adolescente (13, F) Perro (mascota, 3 años)
Familia Mendoza Soto	6	Ciudad Jardín Zona Sur	*Santiago (58, M) Madre (48, F) Niña (6 años, F) Dos hijos jóvenes (19, 23. M/M)

Familia Ortiz Castro	3	Bretaña. Zona céntrica	*Carolina (30 años, F) *Daniel (50 años, M) hija (4 meses aprox, F)
Familia Silva Gómez	4	El Peñón Zona oeste	*Sofía (42, F) Padre (49, M) Hijo joven (23, M)
Familia Vargas Ruiz	2	Belén Zona Ladera	*Camila (26 años, F) Esposo (27 años, M)
Familia Moreno Parra	5	Pasoancho Zona suroriental	*Daniela (42 años, F) *Carlos (57 años, M) *Martín (9 años, M) *Simón (7 años, M) Tía D (29, F)

Nota: Elaboración propia basada en datos obtenidos de las familias participantes.

Técnicas e Instrumentos

Para abordar esto, se implementaron entrevistas semiestructuradas y técnicas interactivas que enriquecieron el proceso de recolección de información. Para la recolección de la información se implementaron técnicas cualitativas complementarias que enriquecieron el acercamiento a las experiencias subjetivas de los participantes, permitiendo captar la complejidad de sus vivencias familiares durante y después del confinamiento por COVID-19.

Entrevistas semiestructuradas. Esta técnica consistió en una conversación guiada por preguntas abiertas y flexibles, lo que permitió a los participantes expresarse libremente sobre temas específicos definidos previamente por la investigadora (Ardévol et al., 2003). Su uso facilitó profundizar en experiencias subjetivas, percepciones emocionales y reflexiones personales relacionadas con la convivencia familiar durante y después del confinamiento.

Cartografía social. Fue una técnica interactiva en la que los participantes elaboraron gráficamente un mapa, en este caso de sus viviendas, señalando los lugares donde ocurrieron interacciones familiares especialmente significativas, conflictivas o emocionalmente relevantes (Velásquez et al., 2002). Esta herramienta facilitó la comprensión de cómo la distribución espacial de la vivienda influyó en las dinámicas familiares y permitió visualizar la forma en que el espacio físico afectó la convivencia cotidiana, particularmente durante el confinamiento.

Línea de tiempo. Consistió en una representación gráfica cronológica que permitió a los participantes identificar y organizar eventos significativos ocurridos en un período específico (Velásquez et al., 2002). Esta técnica ayudó a estructurar las entrevistas, facilitando la reflexión de las familias sobre eventos clave de la convivencia familiar.

Para procesar la información producida, se empleó el software Atlas.ti, especializado en la gestión y análisis cualitativo de información textual, visual y auditiva. Esta herramienta facilitó la organización sistemática, la codificación rigurosa y el análisis de los datos, optimizando así el proceso investigativo.

Para la recolección de la información se utilizó como instrumento principal la guía de entrevista semiestructurada (ver anexo 1). Esta guía se diseñó especialmente para esta investigación, considerando los objetivos específicos planteados y las categorías centrales del estudio.

La guía estuvo organizada en tres secciones principales. La primera fue una sección introductoria, en la cual se brindó una breve explicación sobre el propósito de la entrevista y se solicitó confirmación verbal del consentimiento informado, el cual había sido proporcionado previamente. Adicionalmente, se registraron datos sociodemográficos básicos como la edad, género, composición familiar, ubicación geográfica y nivel socioeconómico de los participantes.

A continuación, se desarrolló la sección central, compuesta por preguntas abiertas relacionadas directamente con las categorías de análisis del estudio: convivencia familiar y resignificación del confinamiento. Para facilitar una exploración profunda de las experiencias narradas por los participantes, se incorporaron dos técnicas interactivas: la cartografía social y la línea de tiempo. Finalmente, la sección de cierre permitió una reflexión general sobre la experiencia vivida durante la participación en el estudio, brindando a los participantes la posibilidad de expresar emociones adicionales, hacer aclaraciones o agregar información que no hubiera surgido previamente en la entrevista.

Para asegurar la validez de contenido, esta guía fue sometida previamente a una revisión por expertos y posteriormente se realizó un pilotaje con una familia similar a la muestra definitiva, lo que permitió realizar ajustes necesarios en cuanto a claridad, pertinencia y sensibilidad del instrumento. De esta forma, el instrumento garantizó no solo la coherencia con el marco conceptual y los objetivos del estudio, sino también el rigor metodológico y la sensibilidad requerida para abordar éticamente las experiencias familiares.

Procedimiento

La investigación se desarrolló a través de diferentes fases que fueron desde la formulación inicial hasta el análisis final de los resultados. Inicialmente se definió el problema de investigación, la pregunta orientadora y los objetivos generales y específicos, asegurando la viabilidad del estudio en cuanto a recursos, tiempo y acceso a las familias participantes, bajo la orientación de la docente asesora. Posteriormente, se construyó el marco teórico y se revisaron estudios recientes sobre convivencia familiar durante el confinamiento, identificando las categorías de análisis del estudio y la brecha investigativa.

Seguidamente, se determinó el diseño metodológico de tipo cualitativo-fenomenológico, incluyendo el muestreo, técnicas e instrumentos de recolección. Se elaboró una guía de entrevista

semiestructurada integrada con técnicas interactivas como la cartografía social y la línea de tiempo. Una vez aprobados los aspectos éticos y validados los instrumentos, se realizó un plan piloto con una familia participante para ajustar los instrumentos según los hallazgos preliminares.

Posterior al pilotaje, se llevó a cabo la fase de recolección de información con todas las familias seleccionadas. Finalmente, entre abril y junio de 2025, se realizó el análisis temático utilizando el software Atlas.ti, sistematizando y organizando los datos obtenidos, lo que permitió presentar resultados, discutir hallazgos y redactar el informe final con las respectivas conclusiones y recomendaciones para futuras investigaciones e intervenciones.

Categorías de análisis

A continuación, se presenta una tabla para ilustrar con mayor claridad las categorías y subcategorías empleadas en esta investigación (anexo 2).

Tabla 2.
Matriz de Categorías y Subcategorías de Análisis.

Categorías	Subcategorías
<i>La convivencia familiar.</i> Abarca la interacción y coexistencia diaria entre los miembros de una familia que comparten un hogar. Se refiere a cómo se comunican, se relacionan, colaboran en actividades cotidianas y se apoyan mutuamente que permiten la construcción de vínculos afectivos y el sostenimiento del bienestar familiar (Minuchin, 1974; Bronfenbrenner, 1987; Jelin, 1976; Giddens, 1992; Martín-Baró, 1998).	<i>Interacción Familiar</i> - Comunicación Familiar - Gestión de Conflictos - Estrategias de Afrontamiento y Adaptación <i>Coexistencia en Casa</i> - Uso del Espacio en Casa - Rutinas Familiares - Manejo de Recursos

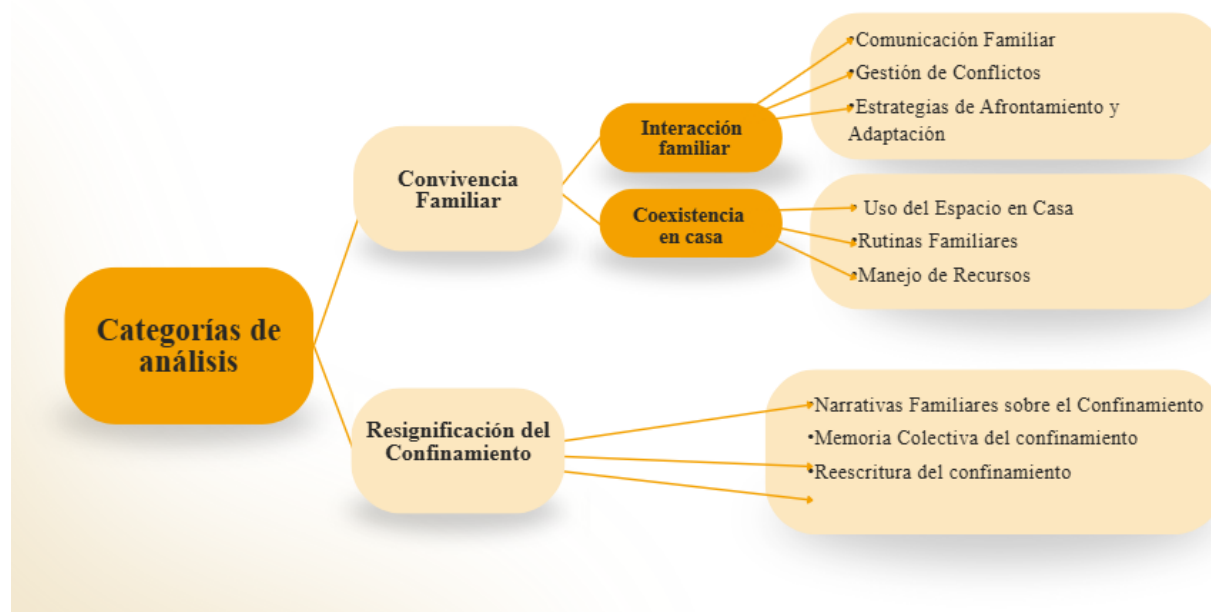
Resignificación del Confinamiento. Proceso mediante el cual las familias reinterpretan y otorgan nuevos significados a su experiencia del confinamiento desde su presente, a través de narrativas, memorias y la reconstrucción del significado (Ricoeur, 1983; Jelin, 2002; White & Epston, 1990).

- Narrativas Familiares sobre el Confinamiento
- Memoria Colectiva del confinamiento
- Reescritura del confinamiento

Elaboración propia, 2025.

Esquema 1.

Organización de las Categorías y Subcategorías de Análisis



Elaboración propia, 2025.

Consideraciones Éticas

La presente investigación se desarrolló siguiendo estrictamente las normativas éticas vigentes en Colombia, con el fin de garantizar el respeto y la protección integral de los participantes. De acuerdo con la Resolución 8430 de 1993 del Ministerio de Salud, esta investigación se clasificó como de riesgo mínimo, dado que no implicó intervenciones médicas o

procedimientos experimentales que pudieran afectar física o psicológicamente a los participantes. Sin embargo, considerando la sensibilidad del tema abordado, se implementaron todas las medidas necesarias para proteger la integridad emocional y psicológica de las familias participantes.

Previo a la participación en las entrevistas y actividades, cada participante recibió un consentimiento informado (anexo 3) que explicó los objetivos del estudio, los procedimientos específicos a seguir, así como el derecho a retirarse del estudio en cualquier momento sin repercusiones. Este consentimiento resaltó especialmente el tratamiento confidencial y anonimizado de los datos personales mediante pseudónimos y códigos, tanto durante el análisis como en la difusión de los resultados.

El marco legal que orientó esta investigación consideró especialmente la Ley 1581 de 2012 y la Ley 1273 de 2009 sobre protección y manejo adecuado de datos personales, asegurando así la privacidad y confidencialidad de la información proporcionada por los participantes. Asimismo, se tuvieron en cuenta principios éticos fundamentales como la autonomía, la dignidad y el bienestar de las personas involucradas en el estudio, aspectos esenciales para la investigación en el campo de las ciencias humanas y sociales.

Dado que las técnicas de investigación pudieron evocar recuerdos difíciles o generar estrés emocional, se diseñó un protocolo específico para la atención en crisis. Este protocolo contempló la identificación oportuna de señales de malestar emocional, ofreciendo contención inmediata por parte de la investigadora y, en caso necesario, derivando adecuadamente a los participantes hacia servicios profesionales especializados de apoyo psicológico.

Es importante señalar que, en concordancia con los principios éticos, la información recolectada fue almacenada bajo estrictas medidas de seguridad, garantizando que únicamente la

investigadora principal **tuviera** acceso directo a los datos originales, reforzando así la confidencialidad y el respeto a la privacidad de los participantes.

Finalmente, como investigadora, mi postura ética se fundamentó en el respeto profundo hacia las personas participantes. Me esforcé por valorar su disponibilidad, agradecer su aporte, respetar sus silencios y proteger cuidadosamente su identidad. Consideré esencial generar un ambiente cómodo y seguro durante las entrevistas, que les permitiera expresarse libremente y sin presiones. Desde mi rol, mantuve una actitud constante de autorreflexión, procurando que mis perspectivas no interfirieran ni alteraran la autenticidad de las narrativas compartidas por las familias.

Resultados

Cinco años después del confinamiento, las narrativas de las familias participantes en el proyecto *Mi-Casa, Territorio de Paz* dan cuenta de un proceso complejo de resignificación de la convivencia. Guiada por las categorías centrales de *Convivencia Familiar y Resignificación del Confinamiento*, esta investigación recogió, a través de entrevistas semiestructuradas, relatos que muestran cómo la pandemia puso a prueba dinámicas preexistentes, activó recursos internos y transformó la organización cotidiana de los hogares.

Las voces que nutren estos hallazgos provienen de ocho familias residentes en diferentes sectores de Cali, con una amplia diversidad de contextos territoriales y socioeconómicos, que abarcan desde el estrato 1 hasta el 6. El grupo de participantes incluyó hogares de la Ladera, el Oriente, el Sur y el Oeste de la ciudad, con configuraciones familiares heterogéneas: parejas jóvenes sin hijos, familias nucleares con hijos pequeños o adolescentes, y hogares ampliados y multinucleares. Esta variedad de realidades permitió reconocer tanto particularidades como elementos comunes, mostrando que, pese a las diferencias en condiciones de vida, todas atravesaron el confinamiento estricto de 2020 como una experiencia que dejó huellas significativas en su convivencia y en su memoria colectiva.

Del análisis de las narrativas se organizaron los hallazgos en tres ámbitos de resignificación. Estos ámbitos, que recogen las experiencias más reiteradas por las familias, son una forma de estructurar los resultados en estrecha correspondencia con las categorías y subcategorías que guiaron la investigación. La siguiente matriz analítica muestra cómo se vinculan estos elementos:

Tabla 3.*Matriz Analítica: De las Categorías de Análisis a los Hallazgos Centrales*

Ámbito de resignificación (Hallazgo central)	Componentes analíticos (subcategorías implicadas)
Vínculos preexistentes	- Comunicación familiar - Gestión de conflictos - Valores y creencias compartidas - Memoria colectiva de otros episodios de crisis. - Estrategias de afrontamiento y adaptación preexistentes.
Transformaciones cotidianas	- Rutinas familiares (reorganización y creación de rituales) - Manejo de recursos en el hogar - Gestión emocional y cuidado de la salud mental - Reescritura del confinamiento (nuevas narrativas) - Uso del espacio doméstico. - Nuevas estrategias de afrontamiento y adaptación
Hogar resignificado (categoría emergente)	- Prácticas espaciales resignificadas - Ritualidad (religiosa, comunitaria y de duelo) - Solidaridad comunitaria - Intersección de lo público y lo privado - Presencia del Estado y programas externos en el hogar.

Nota. Elaboración propia, 2025.

A continuación, se desarrolla cada uno de estos ámbitos, ilustrados con los testimonios de las familias participantes que muestran, en sus propias palabras, cómo vivieron el confinamiento y de qué manera lo han resignificado con el paso del tiempo.

1. Vínculos Preexistentes

Un hallazgo transversal en los relatos es que la capacidad de las familias para sostener su convivencia durante el confinamiento no surgió de manera improvisada, sino que se apoyó en la calidad de sus vínculos y en las dinámicas establecidas mucho antes de la pandemia. Las narrativas insisten en que el confinamiento no creó la resiliencia ni la capacidad de agencia, sino

que las activó y las puso a prueba, revelando tanto fortalezas como fisuras previas. Isabel, lo expresó con claridad al afirmar:

Yo creo que el COVID evidenció las grietas que había en las familias. No es que el COVID las haya generado, sino que evidenció, puso de manifiesto que ya estaban fragmentadas. Cuando las grietas son tan profundas, hace tanto tiempo que me desconecté de mi familia, cuando nos meten y nos encierran, ¿quién eres tú? Espérate. O sea, no conoce la esposa, no conoce a su esposo. [...] Para nosotros fue diferente, fue una oportunidad para fortalecernos, porque teníamos una relación de 20 años en la que nos habíamos dedicado tiempo y teníamos afectos, respeto y una comunicación sólida desde antes del confinamiento. (Isabel, familia Rojas Morales, comunicación personal, mayo 2025)

Esta base relacional sólida se manifestó de distintas maneras. En algunos hogares, la comunicación directa y la gestión inmediata de los conflictos fueron decisivas para evitar que los desacuerdos se intensificaran. Así lo relató Carolina, de la familia Ortiz Castro:

La forma de gestionar los conflictos ha sido igual. Nosotros lo que hacemos es que cuando hay algo que nos genera malestar, lo hablamos. Tratamos de hablarlo en el momento, para que eso no se haga más grande. Entonces, en ese momento en que empezamos a estar ya 24/7 juntos, no tuvimos que implementar algo nuevo, sino que seguimos con lo que ya veníamos haciendo, que era podernos comunicar con claridad y consideración. (Carolina Ortiz, familia Ortiz Castro, comunicación personal, mayo 2025)

En la familia Vargas Ruiz, un matrimonio joven sin hijos, esta disposición al diálogo se tradujo en la posibilidad de vivir el confinamiento como una mezcla entre reto y oportunidad:

Nosotros éramos muy novios todavía, entonces para nosotros fue como una luna de miel extendida y a la vez una prueba de fuego. [...] Como siempre nos hemos hablado con mucha honestidad, sabíamos que si algo molestaba, lo íbamos a decir. Esa regla la teníamos desde antes y en el encierro nos salvó (Camila, familia Vargas Ruiz, comunicación personal, mayo 2025).

En otros casos, el equilibrio se sostuvo gracias a un sistema de límites claros y respeto por la autonomía de cada miembro. Andrea, de la familia Castillo Pérez, describió esta dinámica como un soporte fundamental:

En mi casa de alguna otra forma todos viven en su mundo, existe apoyo y respeto, pero cada cual tiene sus rutinas personales. [...] El confinamiento no nos forzó a negociar límites desde cero, sino a adaptar los que ya estaban establecidos, lo que nos ayudó significativamente frente el conflicto por invasión del espacio... nos respetamos el espacio, como siempre.” (Andrea Castillo, familia Castillo Pérez, comunicación personal, mayo 2025).

En varios relatos, los vínculos también se apoyaron en proyectos de vida compartidos o en experiencias previas de resiliencia. Mateo, de la familia Rojas Morales, señaló que su identidad como pastores facilitó la adaptación: “nosotros siempre hemos trabajado juntos en la iglesia, acompañando a otras familias. [...] Cuando llegó el confinamiento, no tuvimos que aprender a trabajar en equipo, ya sabíamos hacerlo” (Mateo, familia Rojas Morales, comunicación personal, mayo 2025).

Asimismo, el tejido relacional en algunos casos estaba forjado por la experiencia de haber superado adversidades previas. Clara, matriarca de la familia Asprilla Rivas, es una mujer

afrodescendiente desplazada por el conflicto armado, vinculó su fortaleza a un legado comunitario y ancestral:

Uno que ha vivido la guerra y ha tenido que salir corriendo con lo que lleva puesto, aprende a no quebrarse por cualquier viento. La música y el comadreo no son cosas que inventamos en la pandemia; son la herencia de nuestras abuelas para resistir, es lo que nos mantiene en pie. [...] Esa fuerza viene de lejos, es nuestra herencia ancestral, es saber que juntas somos más que cualquier problema que se nos presente. (Clara Aguilar, familia Asprilla Rivas, comunicación personal, mayo 2025).

Finalmente, varias familias señalaron que la fe y los valores compartidos fueron un recurso central para interpretar las frustraciones. Sofía, de la familia Silva Gómez, relató cómo su espiritualidad les ayudó a resignificar la cancelación de un viaje anhelado por su hijo de una manera que reforzó su unión familiar:

Nosotros como familia tenemos una relación personal con Dios. Creemos en su soberanía y creemos que eso fue una fortaleza que nos ayudó a entender que, si no era el momento de viajar de nuestro único hijo, pues está bien, podíamos seguir disfrutando el estar los tres. [...] En lugar de lamentarnos, lo vimos como una oportunidad para estar juntos más tiempo antes de que él se fuera. (Sofía Silva, familia Silva Gómez, comunicación personal, mayo 2025)

Esta confianza en un marco de sentido superior también fue un soporte fundamental para otras familias. Ricardo, de la familia Castillo Pérez, describe cómo su fe compartida no solo les dio consuelo, sino que fue la base sobre la cual construyeron sus rutinas diarias para proteger la convivencia. La práctica de los devocionales, que se convirtió en una estrategia central durante el encierro, se originó en esta creencia preexistente:

Nuestra base siempre ha sido Dios. Antes de la pandemia, ya íbamos a la iglesia, ya orábamos juntos. Entonces, cuando todo esto pasó, no tuvimos que buscar algo nuevo en qué creer. Ya lo teníamos. Sabíamos que, pasara lo que pasara, teníamos esa fortaleza. Por eso fue natural para nosotros decir: ‘vamos a aferrarnos a esto’, y de ahí salieron los devocionales. Fue nuestra primera herramienta. (Ricardo Castillo, familia Castillo Pérez, comunicación personal, mayo 2025)

En otros casos, los valores compartidos se manifestaron como estrategias de afrontamiento activas, centradas en el cuidado de los demás como una forma de manejar la propia angustia. Carolina, de la familia Ortiz Castro, relata cómo su compromiso previo con su comunidad religiosa se convirtió en un mecanismo para regular su propia carga emocional durante el encierro:

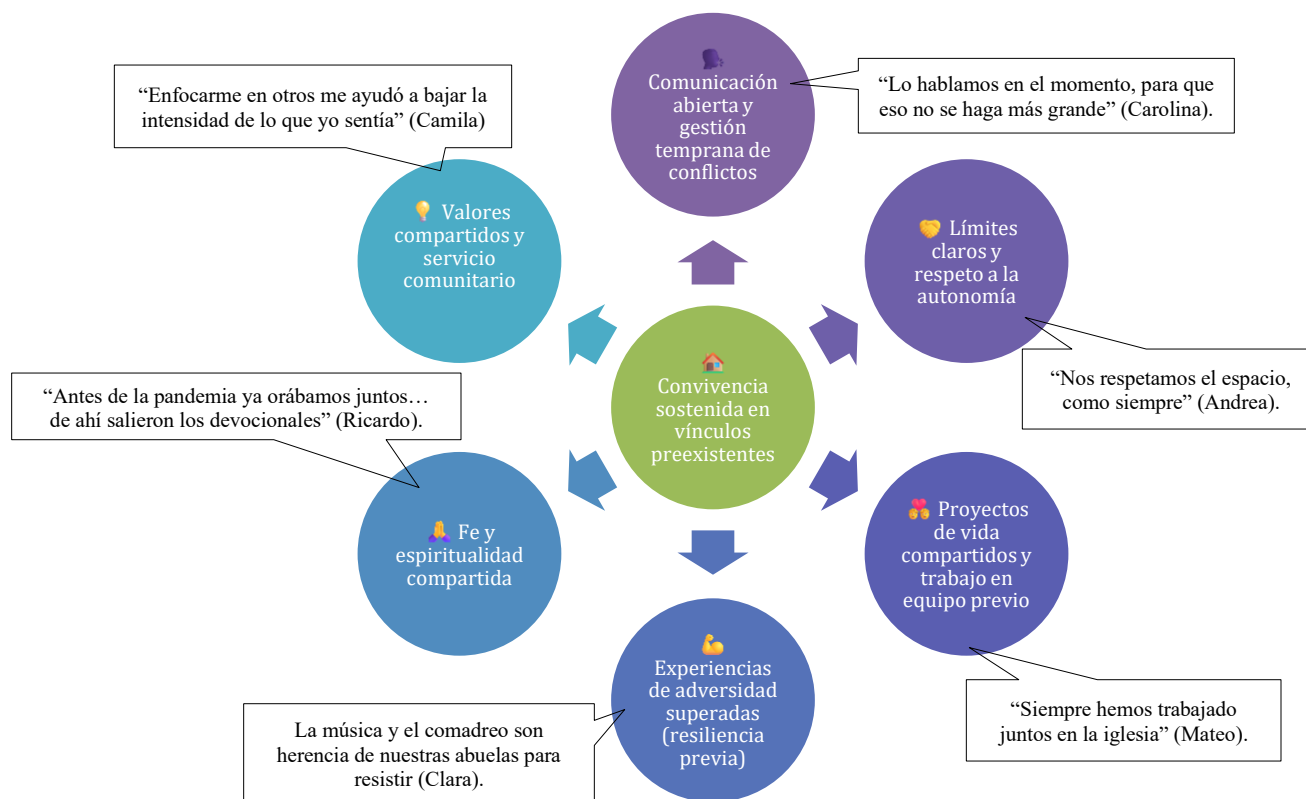
Una de las cosas que a mí me ayudó fue estar enfocada en otros. A pesar de que mi esposo tenía mucho trabajo, yo buscaba espacios para estar pendiente de la gente de la iglesia, de los que estaban enfermos. Esa es una herramienta que ya traíamos antes, el servir. Y me di cuenta de que cuando cambiaba el foco de mi propia preocupación y me centraba en otro, bajaba la intensidad de lo que yo sentía, por eso la biblia dice que es mejor dar que recibir. Es algo que uso mucho, desde antes del COVID. (Carolina Ortiz, familia Ortiz Castro, comunicación personal, mayo 2025)

En conjunto, estos testimonios muestran que las relaciones y vínculos preexistentes constituyeron el punto de partida desde el cual cada familia atravesó el confinamiento. La comunicación abierta, los límites claros, los proyectos de vida comunes, la experiencia en afrontar adversidades previas y la fe compartida emergieron en sus narrativas como soportes

fundamentales de la convivencia. Estos elementos, al sostener la vida cotidiana en un contexto de encierro, se convierten en la base sobre la cual se comprenden las transformaciones posteriores.

Esquema 2

Vínculos preexistentes que sostuvieron la convivencia durante el confinamiento



Nota: El esquema presenta los vínculos preexistentes que las familias narraron en las entrevistas semiestructuradas realizadas en el marco de esta investigación (elaboración propia, 2025).

2. Transformaciones Cotidianas

El segundo eje se centra en la vida diaria bajo la convivencia forzada por el confinamiento obligatorio. Las narrativas de las familias describen este periodo como un tiempo de profundos ajustes, marcado tanto por tensiones inevitables como por transformaciones

significativas en la organización del cuidado, la gestión de las emociones y las formas de expresar los afectos. Los participantes relatan un proceso activo donde no se limitaron a soportar la crisis, sino que reconfiguraron sus roles, rutinas y estrategias para sostener la vida en común.

Esta necesidad de adaptación se manifestó en la renegociación de los ritmos y tiempos personales. Daniel, de la familia Ortiz Castro, describe cómo la convivencia ininterrumpida le exigió una transformación personal para poder armonizar con su esposa:

Yo soy más acelerado, ella es más tranquila. La pandemia me obligó a bajarle al ritmo, a escuchar más. Si no, nos hubiéramos chocado. Antes, con el trabajo, uno salía y como que se reseteaba. En la casa no había reseteo. Tuvimos que aprender a respetar los tiempos del otro, sobre todo con la bebé recién nacida y mi trabajo en casa. Fue aprender a tener paciencia, a la fuerza, pero fue un buen aprendizaje. (Daniel Ortiz, 50 años, comunicación personal, mayo 2025)

Uno de los cambios más significativos a partir de esta nueva dinámica fue la renegociación de las tareas domésticas, que visibilizó y revalorizó el trabajo de cuidado. En varios relatos emerge la figura del hombre como un cuidador activo. Santiago, de la familia Mendoza Soto, vivió una experiencia que redefinió su rol dentro del hogar cuando su esposa e hijos enfermaron, conectando un aprendizaje del proyecto 'Mi-Casa, Territorio de Paz' con una práctica impuesta por la necesidad:

En el proyecto Mi Casa, Territorio de Paz, un día aprendimos que no era 'ayudarle a ella', a la mujer, sino contribuir a la casa, a la familia. Eso me confrontó, pero no iba a coger lucha con eso. Y cuando mi esposa e hijos enfermaron, todos al mismo tiempo y todos enfermaron de COVID... recuerdo que me tocaba subir y bajar cuatro pisos todos los días, la casa en que vivíamos era muy grande y me tocaba ir desinfectando y

repartiendo aromáticas y alimentos por todo lado. Todos enfermaron menos yo y no pudimos contratar a nadie... me tocó asumirlo yo. A partir de esa vivencia, ahora me involucro más. De hecho, disfruto cocinar, desde esos días me gusta aprender a hacer recetas que veo en internet, es como algo especial que hago para mi familia y que yo mismo disfruto. Y ahora soy el encargado de hacer las aromáticas y bebidas en la familia. (Santiago, familia Mendoza Soto, comunicación personal, mayo 2025).

Esta redefinición del rol no solo se dio en las tareas domésticas, sino también en el ejercicio de la paternidad. Carlos, de la familia Moreno Parra, narra cómo, en medio de la incertidumbre económica, el confinamiento le trajo un regalo inesperado: el tiempo para presenciar de cerca la niñez de sus hijos.

Uno se mata trabajando afuera y no ve nada. Llega cansado, los niños ya van a dormir. En el encierro, con todo el miedo de la plata y de que el negocio se quebrara, yo pude ver a mis hijos aprender a leer. Me sentaba con ellos en las tardes a hacer las tareas, cosa que antes hacía Inés, la persona que los cuidaba o mi esposa... Ese tiempo fue precioso, disfrute la inteligencia de mis hijos y me sentía un héroe enseñándoles. Eso... eso no tiene precio. Fue lo bueno de lo malo, darme cuenta de lo que me estaba perdiendo y poder disfrutar ese tiempo de calidad con mis hijos. (Carlos, familia Moreno Parra, comunicación personal, mayo 2025)

Esta reorganización de la vida práctica estuvo acompañada de una gestión consciente de la carga emocional. Las familias describen un esfuerzo deliberado por cuidar su salud mental. Clara, matriarca de la familia Asprilla Rivas, narra cómo la música no fue un pasatiempo, sino una herramienta de supervivencia psicológica ante la tensión del confinamiento en hacinamiento:

Mis nietos, sobre todo los más chiquitos, estaban llenos de energía, y nosotros llenos de frustración, de tristeza... éramos doce personas encerradas en un espacio pequeño, y un día uno se puso a pegarle al bombo sin permiso. Yo iba a regañarlo, pero lo miré... y entendí que eso era su forma de hablar. Entonces les dije: '¿saben qué? Ensayemos'. Y esa decisión transformó la energía, la angustia en música, como nos lo han enseñado mis ancestros. Nos salvó. La música nos salvó... Si no hubiéramos cantado, nos habríamos enfermado. Porque el encierro aprieta, y si uno no tiene por dónde soltar, se rompe. Nosotros soltamos con bombo y marimba (Clara Aguilar, familia Asprilla Rivas, comunicación personal, mayo 2025)

De manera similar, otras familias aplicaron estrategias de afrontamiento que ya poseían para regular su propia angustia. Tal como se describió en el eje anterior, Carolina, de la familia Ortiz Castro, activó intensivamente su práctica de "*enfocarse en otros*", utilizando el cuidado de su comunidad como un mecanismo consciente para bajar la intensidad emocional de su propia experiencia durante el confinamiento.

Paralelamente, las familias describen un despliegue de creatividad para generar actividades que funcionaron como anclajes de afecto y normalidad. En algunos hogares, fueron las voces de los más jóvenes las que revelaron necesidades latentes, provocando un cambio en las rutinas. Isabel, de la familia Rojas Morales, recuerda el impacto de las palabras de su hija adolescente:

Mi hija nos dijo un día: 'Papá, mamá, qué bueno esta situación de pandemia porque yo hace tiempo no los veía aquí en la casa porque no jugamos'. ¡Eso fue como un baldado de agua fría! Nos dimos cuenta de que nuestra vida ajetreada nos había alejado de esos espacios sencillos. Redescubrimos los juegos de mesa y se convirtió en nuestro ritual de

las noches en el cual nos reíamos y disfrutábamos en tiempo juntos. (Isabel, familia Rojas Morales, comunicación personal, mayo 2025)

Esta transformación de rutinas también se manifestó en gestos más pequeños, pero igualmente significativos. En la familia Moreno Parra, la tía Daniela implementó una "trampa de cosquillas". Martín, el hijo mayor, relata:

Ah, sí, la trampa de cosquillas. Era en el pasillo. Si uno pasaba, mi tía saltaba de la nada y le hacía cosquillas a uno. A veces uno ya sabía y entonces pasaba corriendo para que no lo cogiera, pero casi siempre nos atrapaba y moríamos de risa. (Martín Moreno, 13 años, comunicación personal, mayo 2025)

Su hermano menor, Simón, complementa el recuerdo, enfatizando la ruptura de la monotonía: “¡Era muy chistoso! Uno estaba aburrido y de repente ¡pum!, cosquillas. Nos reíamos mucho. Era lo mejor del pasillo y lo mejor que recuerdo del encierro para mí” (Santiago Moreno, 10 años, comunicación personal, mayo 2025)

Estos actos creativos también sirvieron como respuesta a las limitaciones materiales, como recuerda Camila, de la familia Vargas Ruiz, al celebrar su aniversario:

Mandamos a traer hamburguesas, a domicilio pues... y yo le decoré el plato a mi esposo, decía, creo que decía, 'Te amo', no sé, con la salsa de tomate [se ríe]... tratábamos como de darnos esos pequeñitos detalles, pero que marcan y hoy los recordamos con mucho amor y obvio, mucha risa, fue bonito, nuestro mejor aniversario diría yo. (Camila, familia Vargas Ruiz, comunicación personal, mayo 2025)

Finalmente, las familias crearon rutinas que les dieron estructura y un sentido de propósito. Ricardo, de la familia Castillo Pérez, describe el devocional diario no solo como una práctica espiritual, sino como un ancla de bienestar en medio del caos exterior:

Para mí, el devocional era el ancla del día. Afuera todo era caos, noticias, miedo. Pero a las 10 de la mañana, en nuestra sala, sabíamos que había un momento de paz. No era solo orar, era mirarnos a la cara, preguntarnos de verdad ‘¿cómo estás?’. Fue aprender a cuidarnos el espíritu e invocar a Dios en nuestra casa y eso nos trajo mucha paz, la paz de Dios que sobrepasa todo entendimiento como dice la biblia, estábamos en paz y felices... no tiene sentido, pero fue nuestra realidad (Ricardo Castillo, familia Castillo Pérez, comunicación personal, mayo 2025)

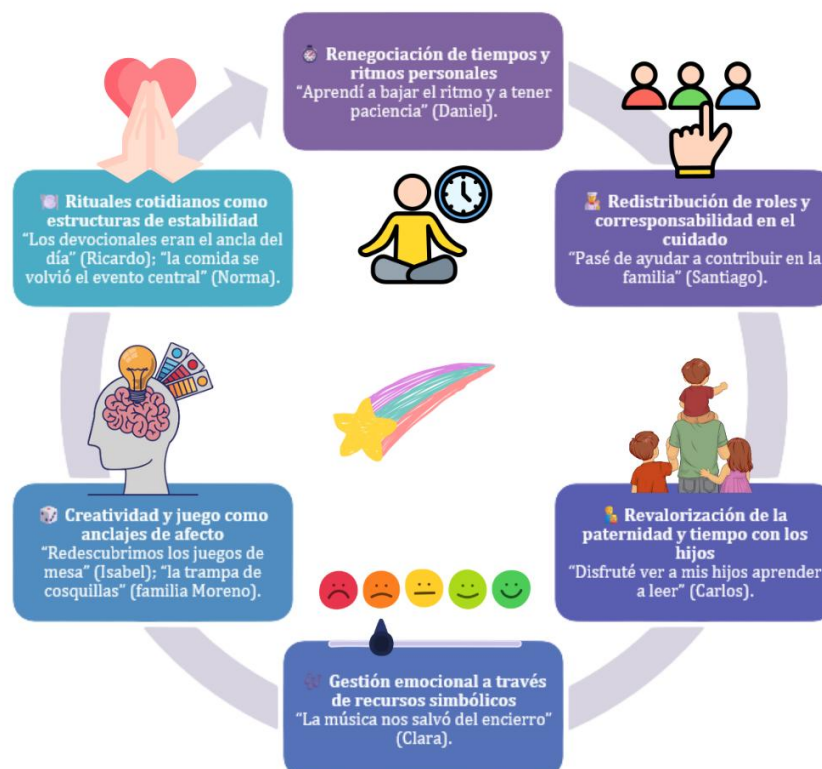
Su esposa, Norma, complementa esta visión desde la gestión de lo cotidiano, explicando cómo el manejo de los recursos y la comida se transformó en un ritual central que cohesionaba a la familia:

Mi preocupación era la comida. Con todos en casa, el mercado no duraba nada. Pero aprendimos a organizarnos, a hacer rendir todo. Mi hija Andrea se ponía a inventar recetas con lo que había, y eso nos unía. La expectativa de la comida, de sentarnos todos a la mesa bien arreglada, se volvió el evento del día. Era un pequeño lujo en medio de todo, un momento de alegría que todos esperábamos y disfrutamos de nuevas recetas muy saludables (Norma Castillo, familia Castillo Pérez, comunicación personal, mayo 2025)

Así, los testimonios revelan que la vida cotidiana durante el confinamiento fue un escenario de constante negociación. Las familias respondieron a las tensiones no solo con resistencia, sino con una activa transformación de sus roles y prácticas, utilizando la creatividad, el juego y los rituales como herramientas fundamentales para reconfigurar y enriquecer su convivencia. Estas transformaciones en las dinámicas internas comenzaron, a su vez, a redefinir el significado y los límites del propio hogar.

Esquema 3

Transformaciones cotidianas durante el confinamiento



Nota: El esquema representa las transformaciones cotidianas que las familias narraron en las entrevistas semiestructuradas realizadas durante la investigación. (Elaboración propia, 2025)

3. El Hogar Resignificado

Las narrativas describen cómo la casa dejó de ser solo un espacio físico para transformarse en el centro de toda actividad; cómo sus límites se expandieron para tejer redes de solidaridad; y cómo, en su núcleo más íntimo, se convirtió en el único lugar para procesar la pérdida.

Esta transformación implicó con la reconfiguración interna del espacio. Las familias reorganizaron activamente sus viviendas para adaptarlas a las nuevas necesidades donde, como lo expresó Andrea, “todo ocurría en casa: el estudio, el trabajo, el ocio, todo” (Andrea Castillo, familia Castillo Pérez, comunicación personal, mayo 2025). Esta multifuncionalidad fue una experiencia general en todas las familias, pero el significado que se le atribuyó varió. Para Mateo, de la familia Rojas Morales, la calidad de la convivencia no dependía del tamaño: “Aunque mi casa es pequeña, la paz no la mide el espacio” (Mateo, familia Rojas Morales, comunicación personal, mayo 2025). En cambio, para Santiago, de la familia Mendoza Soto, la amplitud de su casa se convirtió en un reto: “La casa en que vivía era de cuatro pisos... me tocaba subir y bajar todo el día y cansado ya pensé: ¿para qué una casa tan grande?” (Santiago, familia Mendoza Soto, comunicación personal, mayo 2025).

Más allá de la reconfiguración interna, un hallazgo significativo es cómo las familias se negaron a vivir el confinamiento de forma aislada. Lejos de cerrarse, transformaron sus hogares en nodos desde los cuales se proyectaba la vida comunitaria. Esta expansión de los límites del hogar se manifestó de diversas maneras, desde la creación artística hasta la gestión de la solidaridad.

Algunas familias convirtieron sus hogares en centros de producción creativa para conectar con otros. Ricardo, de la familia Castillo Pérez, narra cómo una rutina familiar interna evolucionó hasta convertirse en un "programa radial" que rompía el aislamiento de muchos:

A raíz de los devocionales, un hermano de la iglesia y yo nos inventamos un programa de radio virtual. Lo llamamos *Mi Casa y Yo Serviremos a Jehová*. Lo hacíamos cada uno desde la casa, con los celulares, el computador de Andrea y ayuda técnica de los hijos que saben mover bien esos aparatos. Poníamos música, hablábamos de la palabra,

contábamos chistes, mandábamos saludos, compartíamos recetas, hicimos un concurso bíblico... mejor dicho, eso hicimos de todo. Se conectaba gente de todos lados, de la iglesia, amigos. Era un espacio para reírnos, para sentir que no estábamos solos. La casa se volvió como una estación de radio que transmitía esperanza. (Ricardo Castillo, familia Castillo Pérez, comunicación personal, mayo 2025)

De manera similar, la familia Silva Gómez utilizó la música como un puente para llegar a su comunidad más cercana y a sus redes digitales. Sofía relata:

Nosotros cantábamos en el balcón. Los vecinos se asomaban, aplaudían. Era un momento muy bonito de unión. También grabábamos las canciones, mensajes de aliento, y las compartíamos por redes sociales. Era nuestra forma de decir ‘aquí estamos, no estamos solos’. (Sofía Silva, familia Silva Gómez, comunicación personal, mayo 2025)

En otros casos, el hogar se convirtió en una base de operaciones para la gestión de la solidaridad. Las familias no solo recibieron ayuda, sino que activamente la organizaron y distribuyeron. Mateo, de la familia Rojas Morales, describe cómo su rol pastoral le permitió identificar y responder a la "pobreza oculta" en su sector de estrato alto:

Aquí el gobierno nunca llegó con mercados, ni fundaciones ni nadie. Eso lo hicimos los vecinos y la iglesia... Dejamos mercados en unas casas súper lujosas, herencias del pasado, pero las familias allí dentro estaban pasando hambre, no tenían cómo comprar comida y les daba pena pedir. Me lo dijeron a mí, pues como pastor me tenían confianza. Dejábamos el mercado en la puerta y avisábamos por WhatsApp para que lo recogieran, pero sin contacto para prevenir contagios. (Mateo, familia Rojas Morales, comunicación personal, mayo 2025)

Esta agencia para gestionar la ayuda también fue descrita por la familia Vargas Ruiz, quienes se organizaron para apoyar a otras comunidades. Camila cuenta: “Nosotros, con un grupo de amigos, empezamos a recoger mercados para llevarle a las familias de El Retiro, que sabíamos que la estaban pasando muy mal. Lo coordinábamos todo desde la casa, por teléfono y WhatsApp” (Camila, familia Vargas Ruiz, comunicación personal, mayo 2025).

Así mismo, Clara, matriarca de la familia Asprilla Rivas, narra una iniciativa emblemática de esta transformación del hogar en un centro de resistencia cultural y comunitaria, ella adaptó la práctica ancestral del "comadreo", convirtiendo su casa y su música en un motor de sostenimiento para otras mujeres:

El comadreo es una práctica de nuestras ancestras, es cuidarnos entre comadres. Con la pandemia, muchas mujeres vendedoras de chontaduro se quedaron sin nada. Entonces empezamos a cantar desde mi casa, a transmitir por Facebook. Con eso recogíamos mercados y ayudas y las repartíamos. Pero no era solo las ayudas, era la palabra, el canto que sana, el saber que no estábamos solas. Mi casa se volvió un epicentro de resistencia, un lugar donde el canto y la solidaridad nos salvaron de enfermarnos de tristeza y donde las comadres iban y llevaban lo que tenían, que si arroz, que si sal, que si algo o las manos para hacer y hacíamos sancochos comunitarios y todas podíamos comer y llevar para la casa... nos criticaban que nos íbamos a contagiar pero si era así nos mataba era el hambre y eso no lo íbamos a permitir [se ríe] (Clara Aguilar, familia Asprilla Rivas, comunicación personal, mayo 2025)

Finalmente, para algunas familias, la redefinición del hogar alcanzó su dimensión más profunda al convertirse en el único escenario posible para el duelo. La narrativa de la familia Mendoza Soto es un testimonio crudo de esta experiencia. Santiago narra la dolorosa pérdida de

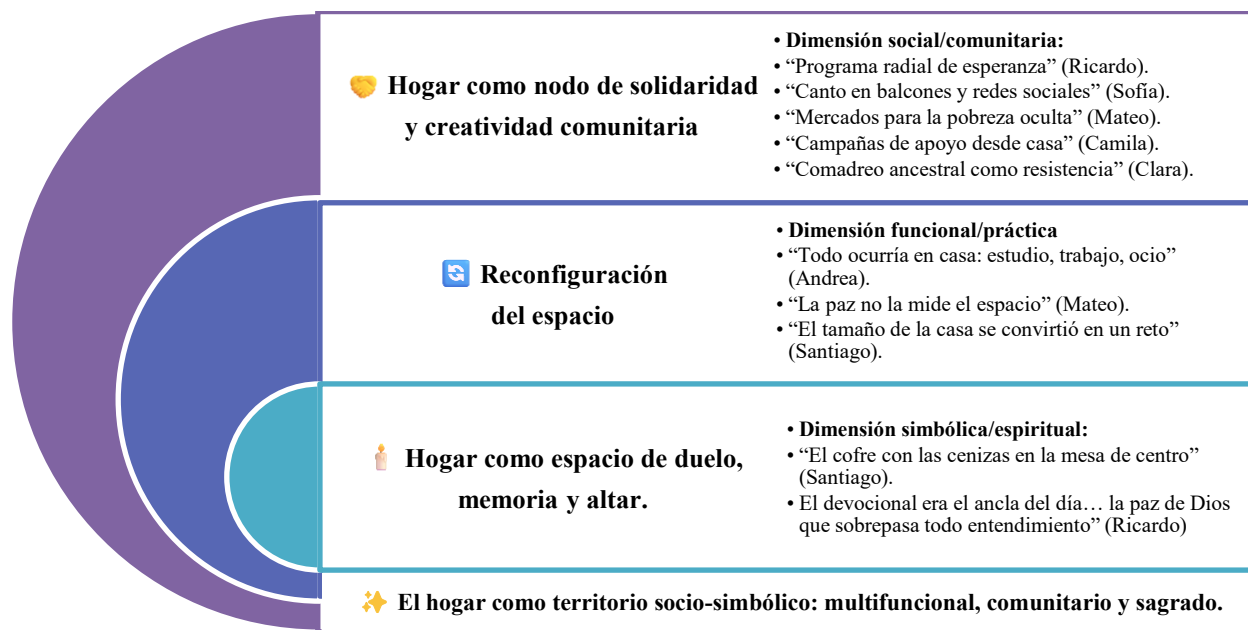
su padre a la distancia y el momento en que el hogar se transformó en un lugar sagrado para el recuerdo:

No nos pudimos reunir para llorar al viejo... solo por videos por videollamada... lo perdimos porque no nos dejaron ver nunca más. [...] En el cofre lo puse en la mesa de centro y cada uno se arrima. A llorar al viejo, al indio Mendoza quien fue nuestro padre y de quien no logramos darle un último adiós. (Santiago, familia Mendoza Soto, comunicación personal, mayo 2025)

De este modo, las narrativas revelan que el hogar fue el epicentro de la resignificación. Se transformó internamente para albergar todas las facetas de la vida; expandió sus fronteras para convertirse en un centro de producción creativa y solidaridad comunitaria; y se profundizó simbólicamente para acoger los rituales más íntimos del duelo y la memoria.

Esquema 4

El hogar resignificado como territorio socio-simbólico



Nota. El esquema presenta los sentidos atribuidos al hogar por las familias entrevistadas, en su tránsito de espacio material a territorio socio-simbólico durante el confinamiento. (Elaboración propia, 2025)

Finalizamos esta parte planteando que, los hallazgos describen un recorrido que va desde las bases relacionales que las familias traían consigo antes de la crisis, pasando por las transformaciones prácticas y emocionales que implementaron para sostener la convivencia, hasta la resignificación profunda del hogar como espacio físico, social y simbólico. Estas narrativas, centradas en la experiencia vivida, ofrecen un panorama detallado de las dinámicas familiares durante el confinamiento y sientan las bases para la discusión sobre los significados y aprendizajes que emergieron de este periodo.

Discusión

El propósito de este trabajo ha sido comprender cómo las familias participantes del proyecto *Mi-Casa, Territorio de Paz* han resignificado su convivencia cinco años después del confinamiento por COVID-19. El análisis de sus narrativas muestra que la pandemia no fue vivida únicamente como una crisis sanitaria y social, sino también como un catalizador de significados que puso a prueba dinámicas internas, activó recursos familiares y comunitarios, y transformó el hogar en un territorio cargado de nuevos sentidos. Lejos de constituir un evento externo con efectos homogéneos, el confinamiento fue resignificado como un proceso situado. Cada familia, desde sus trayectorias y recursos propios, reconstruyó activamente la convivencia y convirtió la adversidad en una oportunidad para fortalecer la cohesión, reorganizar rutinas y elaborar narrativas de resiliencia.

Esta interpretación se fundamenta en la articulación de tres pilares teóricos que permiten comprender los hallazgos desde distintos ángulos. El primer pilar, el enfoque sistémico, explica las dinámicas internas de la familia y su capacidad de adaptación en contextos de crisis. Desde esta perspectiva, la familia es un sistema abierto que reorganiza roles, reglas y límites para sostener la homeostasis (Minuchin, 1974). Esta mirada se complejiza con el modelo de resiliencia familiar, que describe cómo las capacidades internas se activan frente a las demandas del entorno (Patterson, 2002). A ello se suman las propuestas de Galtung (1996) y Lederach (2003), quienes amplían la comprensión del conflicto: lejos de ser un signo exclusivo de disfuncionalidad estructural, constituye también una oportunidad para la transformación positiva de las relaciones.

El segundo pilar, el enfoque ecológico, sitúa a las familias en un entramado de sistemas interdependientes en el que los procesos de un nivel repercuten en los demás (Bronfenbrenner,

1987). Desde esta lente, los hallazgos de este estudio se interpretan como: (a) una sobrecarga funcional del microsistema doméstico, al concentrar trabajo, escolaridad, cuidado y ocio en el hogar; y (b) la mediación de recursos del exosistema, entre los que se cuenta, para varias de las familias entrevistadas, el programa municipal *Mi-Casa, Territorio de Paz*, que operó como recurso organizativo y simbólico disponible. Asimismo, frente a la adversidad, la acción colectiva y los significados compartidos se tradujeron en recursos psicosociales de resistencia (Martín-Baró, 1998). Comprender el hogar como espacio socio-simbólico, donde se reconfiguran las fronteras entre lo público y lo privado, permite ubicar estas transformaciones en una cartografía de prácticas y memorias (Jelin, 2002), mientras que la tesis de la transformación de la intimidad ayuda a explicar los cambios en los patrones comunicativos y afectivos emergentes en ese espacio (Giddens, 1992).

El tercer pilar, la perspectiva narrativo-hermenéutica, se centra en la construcción de significado y en el modo en que las familias resignificaron retrospectivamente su experiencia. Ricoeur (1983) plantea que comprendemos nuestra vivencia en la medida en que somos capaces de narrarla, mientras que White y Epston (1990) muestran cómo los relatos familiares funcionan como recursos para dotar de coherencia y continuidad a la identidad colectiva. En este sentido, Jelin (2002) resalta el papel de la memoria en la elaboración de sentidos compartidos, y Folkman (2008) subraya el afrontamiento centrado en el significado como un recurso para reinterpretar la adversidad. Así, este enfoque permite entender por qué los hogares recuerdan de una determinada manera la experiencia del confinamiento y cómo integran pérdidas y aprendizajes en tramas significativas.

Con este andamiaje teórico, la discusión se estructura a partir de los ámbitos de resignificación que emergen de los hallazgos y que dialogan simultáneamente con los objetivos

específicos de la investigación y con los antecedentes revisados. En primer lugar, los vínculos preexistentes como base de la resiliencia, donde se explora cómo las dinámicas relacionales previas al confinamiento sostuvieron la capacidad adaptativa de las familias. En segundo lugar, las transformaciones cotidianas como ejercicio de agencia frente a la crisis, que muestran la creatividad con la que los hogares reorganizaron rutinas, redistribuyeron roles y resignificaron las tensiones. Finalmente, el hogar como territorio socio-simbólico, que permite comprender cómo el espacio doméstico fue expandido y reinterpretado a través de relatos, memorias y prácticas comunitarias. Estos tres ejes constituyen las claves interpretativas de la resignificación de la convivencia familiar.

La resiliencia desde los vínculos preexistentes: una mirada relacional

Los hallazgos muestran que la convivencia familiar durante el confinamiento por COVID-19 no puede comprenderse sin atender a la calidad de los vínculos y estructuras relacionales previas. En sus narrativas, las familias describen procesos de afrontamiento, reorganización y reinterpretación de la adversidad. Así lo expresó Isabel (familia Rojas Morales), “el COVID evidenció las grietas que había en las familias. No es que el COVID las haya generado, sino que evidenció, puso de manifiesto que ya estaban fragmentadas. Para nosotros fue diferente, fue una oportunidad para fortalecernos” (comunicación personal, mayo 2025). En su caso, una trayectoria de veinte años de respeto y comunicación sólida fue decisiva para transformar la crisis en oportunidad. De manera semejante, Camila (familia Vargas Ruiz) destacó que la honestidad cultivada desde antes del confinamiento les permitió vivir la experiencia como una “luna de miel extendida y a la vez una prueba de fuego superada”. Andrea (familia Castillo Pérez) subrayó que los límites preexistentes y el respeto por la autonomía de cada miembro hicieron innecesario “negociar desde cero” en el encierro.

Los anteriores testimonios, junto con la fe compartida, el legado cultural y los proyectos de vida comunes, permiten interpretar las experiencias a la luz de lo que la literatura conceptualiza como *resiliencia familiar*: la capacidad de activar recursos internos y simbólicos para sostener la convivencia en contextos críticos (Patterson, 2002; Walsh, 2003). En este sentido, hablar de resiliencia significa situar en clave analítica aquello que las familias describen como prácticas cotidianas de cuidado, fe y continuidad, y que la teoría conceptualiza como procesos resilientes.

Dicha resiliencia no emergió como un recurso improvisado, sino como la activación de un capital relacional en la historia de cada hogar. La comunicación cotidiana, la gestión temprana de los conflictos, los límites claros, los proyectos comunes, la espiritualidad compartida y las experiencias previas de adversidad constituyeron soportes que permitieron sostener la vida en común en condiciones de encierro forzado. Sin embargo, esta resiliencia no se manifestó de manera uniforme: lo que en una familia resultó decisivo —como la comunicación directa en el caso de los Ortiz Castro— no lo fue necesariamente en otras, donde cobraron centralidad la espiritualidad, el legado cultural o los proyectos de vida colectivos. Esta diversidad muestra que la resiliencia no es un conjunto homogéneo de recursos, sino un entramado situado que cada familia activó según su historia y contexto. Al respecto, Patterson (2002) nos dice que la adaptación no es una respuesta estandarizada, sino como una interacción singular entre demandas externas y recursos internos disponibles. Walsh (2003) refuerza esta idea al señalar que los procesos resilientes son configuraciones dinámicas que cada sistema familiar construye y resignifica según sus creencias, valores y experiencias compartidas.

Lo común a todas las familias es que, a través de distintas combinaciones de soportes, lograron sostener la vida en común, mostrando que la convivencia en crisis no depende de un

único factor protector, sino de la capacidad de cada hogar para movilizar aquello que ya tenía disponible y dotarlo de un nuevo significado (Patterson, 2002; Walsh, 2003).

En continuidad con lo anterior, la noción de funcionalidad sistémica desarrollada por Minuchin (1974) ofrece una clave para comprender cómo se sostuvieron —o se tensionaron— las dinámicas familiares durante el confinamiento. Los testimonios muestran que la convivencia se apoyó en estructuras relacionales ya consolidadas, que actuaron como anclajes frente a la presión del encierro. En este sentido, la afirmación de Carolina Ortiz de que en su hogar los conflictos se resolvían “en el momento, para que eso no se haga más grande” revela cómo las reglas relacionales previas funcionaron como mecanismos de regulación que garantizaron la homeostasis aún bajo condiciones extremas. De manera similar, Andrea Castillo destacó que el respeto por los espacios individuales fue un recurso protector frente a la sobrecarga doméstica: “en mi casa de alguna otra forma todos viven en su mundo [...] nos respetamos el espacio, como siempre” (comunicación personal, mayo 2025).

En estos relatos se ejemplifica lo que Minuchin (1974) denomina funcionalidad sistémica: la capacidad de un sistema familiar para sostener el equilibrio mediante límites claros, jerarquías flexibles y reglas compartidas que permiten contener el estrés. El confinamiento, al operar como un estresor, reveló tanto la solidez de estas estructuras como sus fragilidades. En algunos hogares, los mecanismos de comunicación y organización facilitaron la contención y hasta la creatividad, mientras que, en otros, como señaló Isabel Rojas, “el COVID evidenció las grietas que ya había en las familias”, dejando al descubierto desconexiones previas que dificultaron la convivencia. Estas respuestas contrastantes evidencian cómo la organización interna del sistema familiar puede actuar como factor resiliente o, por el contrario, amplificar el malestar en situaciones de crisis.

Finalmente, la cohesión afectiva, la comunicación efectiva y la fe compartida —como lo expresaron la familia Silva Gómez y la familia Castillo Pérez— muestran que no se limitaron a reglas o jerarquías funcionales, sino que se articularon con recursos simbólicos capaces de otorgar sentido a la adversidad. A la luz del concepto de afrontamiento centrado en el significado desarrollado por Folkman (2008), estas narrativas muestran que las familias no solo respondieron a los estresores reacomodando conductas, sino que revaloraron cognitivamente la crisis y la reinterpretaron desde sus valores, creencias y proyectos comunes. Esta perspectiva dialoga con lo que Walsh (2003) denomina sistemas de creencias familiares: marcos compartidos que sostienen la esperanza y fortalecen la conexión en momentos críticos.

La espiritualidad y los legados culturales funcionaron como expresiones concretas de este afrontamiento. Clara (familia Asprilla Rivas), desplazada por la violencia armada, afirmó que la música y el comadreo eran herencias ancestrales “que nos mantienen en pie” (comunicación personal, mayo 2025). De manera semejante, Sofía (familia Silva Gómez) resignificó la frustración de un viaje cancelado como oportunidad de unión familiar gracias a su fe en Dios.

Así, el afrontamiento centrado en el significado no fue un proceso abstracto, sino una práctica materializada en gestos concretos: reorganizar la mesa como un lugar especial de encuentro, transformar la oración en un ritual de cuidado mutuo o asumir el servicio comunitario como vía para tramitar la angustia. Estas prácticas muestran que la resiliencia implicó un trabajo activo de interpretación y conexión emocional, más allá de respuestas conductuales o ajustes estructurales.

De este modo, la resignificación de la convivencia no se explica únicamente por estructuras organizativas, sino también por la capacidad de las familias para movilizar marcos

simbólicos que, al redefinir el sufrimiento, sostuvieron la vida en común e incluso proyectaron esperanza hacia afuera.

Al contrastar estos resultados con los antecedentes, surge una contribución. Este hallazgo posiciona las narrativas de las familias participantes como una contra-narrativa relevante frente a la literatura dominante documentó durante ese periodo de confinamiento el alarmante incremento de la violencia familiar en Cali (Personería de Cali, 2020) y en otros lugares (Johnson, Saletti-Cuesta & Tumas, 2020; Reyes-Bossio et al., 2021). El análisis aquí presentado no niega esa dolorosa realidad, sino que la matiza y la complejiza, muestra que los vínculos previos actuaron como un filtro que, si bien no eliminó las tensiones, redujo la probabilidad de que el estrés derivara en violencia, alineándose con investigaciones que identificaron el afecto y la espiritualidad como factores protectores o recursos resilientes (Benítez, Martínez y Tartakowsky, 2021; Santos et al., 2023; Rodríguez Ugalde, 2023).

En definitiva, este primer ámbito revela que la resignificación de la convivencia familiar durante el confinamiento se enraizó en el entramado relacional y simbólico previo. Las familias no improvisaron esta capacidad, sino que la activaron a partir de historias, rutinas, creencias y valores compartidos que les permitieron reinterpretar la adversidad y sostener la esperanza. Este proceso se consolida en el tiempo como aprendizajes y continuidades que dotan de sentido a la experiencia (Jelin, 2002; Walsh, 2003; White y Epston, 1990).

Esta constatación responde de manera central al objetivo específico 1, al describir las actividades y prácticas que estructuraron la vida familiar durante el confinamiento, y al mismo tiempo sienta las bases para el objetivo específico 3, al evidenciar los marcos de significado preexistentes sobre los cuales las familias construyeron nuevas interpretaciones. Lo anterior confirma que la resignificación de la convivencia hunde sus raíces en capitales relacionales y

simbólicos ya existentes, que, al ser puestos a prueba, revelaron tanto fragilidades como —y esto es lo central— potencias transformadoras. Sobre esta base se desplegaron nuevas estrategias y formas de convivencia, que serán analizadas en la siguiente dimensión.

Transformaciones cotidianas: agencia, afrontamiento y reconstrucción del significado

Mientras que el primer ámbito reveló una de las bases sobre las que se sostuvo la convivencia familiar, este segundo se enfoca en aquello que la dinamizó: la agencia. Los hallazgos muestran que el confinamiento no fue vivido únicamente como una experiencia de resistencia pasiva, sino como un escenario de reconfiguración activa de la vida cotidiana. Las familias no se limitaron a soportar la sobrecarga doméstica, sino que desplegaron un conjunto de prácticas —redistribución de roles, renegociación de rutinas, gestión emocional y creación de rituales— que les permitieron sostener la convivencia y otorgarle nuevos significados al tiempo compartido. En este sentido, lo relatado conecta simultáneamente con los tres objetivos específicos: describir las prácticas cotidianas que estructuraron la vida familiar (objetivo 1), identificar las estrategias de convivencia (objetivo 2) y explorar los significados atribuidos a esa experiencia cinco años después (objetivo 3).

Estos relatos muestran que la agencia familiar no solo reorganizó tareas, sino que también transformó significados y vínculos. Las voces de los participantes ilustran estas transformaciones: Daniel (familia Ortiz Castro) relató cómo la convivencia ininterrumpida, con su esposa y su bebé recién nacida, lo obligó a bajar el ritmo y aprender a escuchar: “La pandemia me obligó a bajarle al ritmo, a escuchar más. (...) Fue aprender a tener paciencia, a la fuerza, pero fue un buen aprendizaje”. Este testimonio muestra que los ajustes no fueron solo prácticos, sino también emocionales, convirtiendo la tensión en oportunidad de crecimiento relacional. De

manera semejante, Santiago (Familia Mendoza Soto) recordó cómo, cuando su esposa e hijos enfermaron simultáneamente, debió asumir en solitario el cuidado doméstico, resignificando su rol masculino: “no era ‘ayudarle a ella’, sino contribuir a la casa, a la familia”. Esta experiencia se vinculó directamente con aprendizajes previos en el proyecto *Mi-Casa, Territorio de Paz*, que operó como exosistema de apoyo (Bronfenbrenner, 1987), al ofrecer un lenguaje relacional que permitió reinterpretar la corresponsabilidad. Carlos (familia Moreno Parra), por su parte, resignificó la incertidumbre económica como un “regalo inesperado”, al poder acompañar de cerca la niñez de sus hijos: “me sentía un héroe enseñándoles... eso no tiene precio”.

Estas transformaciones confirman lo planteado por Minuchin (1974): la funcionalidad de un sistema familiar se expresa en su capacidad para reconfigurar reglas y roles bajo presión. El confinamiento actuó como estresor que obligó a renegociar funciones, revelando la plasticidad de cada hogar. Al mismo tiempo, Galtung (1996) y Lederach (2003) ayudan a comprender que esas tensiones no se limitaron a ser obstáculos, sino que fueron transformadas en oportunidades de *paz positiva*: la redistribución de roles y el involucramiento de los hombres en el cuidado representan cambios estructurales y relacionales que amplían la equidad y la cooperación dentro del hogar.

Asimismo, el microsistema familiar se sobresaturó al concentrar en un solo espacio el trabajo, la escolaridad, la vida religiosa y el ocio (Bronfenbrenner, 1987). La respuesta a esta sobrecarga fue heterogénea, pero en varios casos se vio potenciada por recursos del exosistema, como el proyecto *Mi-Casa, Territorio de Paz*, que no creó capacidades desde cero, sino que reforzó repertorios ya existentes, dotándolos de un nuevo lenguaje para ser vividos y narrados.

Desde una perspectiva psicosocial, La teoría psicosocial de Martín-Baró (1998) ilumina otra dimensión: la agencia de Santiago (familia Mendoza Soto) o Clara (familia Asprilla Rivas)

puede leerse como actos de concientización. Cuando Santiago resignifica el cuidado como contribución y Clara convierte la música en un recurso de resistencia, no solo reorganizan la práctica, sino que generan praxis transformadoras en el microescenario del hogar. Aquí lo simbólico adquiere una relevancia particular: la música, el humor y la espiritualidad operan como recursos culturales que sostienen la salud emocional y cohesionan al grupo.

En esa misma línea, Ricardo (familia Castillo Pérez) describió los devocionales como un verdadero “ancla de paz” frente al caos exterior, mientras Norma (familia Castillo Pérez) relató cómo la organización de las comidas se transformó en un ritual cohesionador para su familia. Con ello muestran que la vida cotidiana no se redujo a la administración funcional de recursos, sino que se transformó en un escenario de reinterpretación simbólica. La fe, el cuidado y los rituales compartidos actuaron como marcos de sentido que otorgaron estabilidad emocional y que, cinco años después, son recordados como hitos de esperanza y cohesión.

Paralelamente, la creatividad y el humor se desplegaron como estrategias de resistencia afectiva. Las “trampas de cosquillas” relatadas por los niños Moreno Parra, el redescubrimiento de los juegos de mesa en la familia Rojas Morales o las celebraciones improvisadas narradas por Camila (familia Vargas Ruiz), pueden comprenderse como narrativas alternativas (White & Epston, 1990): irrupciones creativas que desafiaron la historia dominante de monotonía y miedo.

Estos actos aparentemente simples interrumpieron el peso de la rutina para generar relatos de afecto, humor y cohesión, abriendo la posibilidad de recordar el confinamiento no solo como carencia, sino como un tiempo de alegría compartida. Desde la perspectiva hermenéutica de Ricoeur (1983), se trata de procesos de *refiguración* narrativa, donde los acontecimientos cotidianos —un juego, una risa, un gesto cómplice— con tensiones y aprendizajes se integran en tramas de sentido compartido, dotando de coherencia y profundidad al recuerdo.

De este modo, lo que en su momento pudo parecer un gesto mínimo —un detalle, una rutina, una ocurrencia improvisada— adquiere, al ser narrado, la condición de hito que sostuvo la esperanza y reforzó los vínculos. Estas prácticas, al inscribirse en la memoria familiar, revelan que la resignificación de la convivencia se tejió tanto en los rituales compartidos como en la delicadeza de los gestos cotidianos, donde lo simbólico y lo afectivo se fundieron en un mismo acto. En este sentido, el relato familiar transforma la cotidianidad en un símbolo de esperanza compartida, capaz de proyectar hacia el futuro los aprendizajes del confinamiento.

Al contrastar las experiencias recogidas con la literatura existente, se observa un campo de tensiones y matices. Diversos estudios en América Latina documentaron cómo el confinamiento intensificó la sobrecarga femenina en las tareas de cuidado y profundizó desigualdades de género y sociales (Meza-de-Luna et al., 2022; Cárdenas, 2022; Gómez & Escobar-Mamani, 2021). Sin desconocer esta realidad ampliamente constatada, los relatos analizados en esta investigación ofrecen una narrativa complementaria que visibiliza procesos de corresponsabilidad masculina. En varios hogares, algunos hombres asumieron labores domésticas y de cuidado de manera activa, abriendo posibilidades de mayor equidad en las dinámicas familiares.

De manera convergente con investigaciones recientes, este estudio confirma la importancia de la comunicación, el apoyo mutuo y la creatividad como factores protectores frente al estrés (Santos et al., 2023; Martínez-Líbano, 2023; Toiber-Rodríguez et al., 2023). Asimismo, los testimonios resaltan la función de la espiritualidad y los rituales cotidianos como recursos de afrontamiento, en línea con hallazgos que señalan la fe y las redes de apoyo como marcos de sentido en la crisis (Rodríguez Ugalde, 2023; Reyes-Bossio et al., 2021).

No obstante, el aporte distintivo de esta investigación es doble: por un lado, muestra cómo, cinco años después, estas estrategias no solo se recuerdan como mecanismos de sobrevivencia, sino como hitos resignificados en la memoria familiar, lo que permite comprender la convivencia no únicamente como adaptación, sino como invención creativa de nuevos modos de estar juntos; y, por otro, sugiere que estas prácticas pudieron verse potenciadas por iniciativas comunitarias como *Mi-Casa*, *Territorio de Paz*, que actuaron como un exosistema de apoyo ofreciendo marcos simbólicos y relacionales que facilitaron formas emergentes de corresponsabilidad y creatividad en algunos hogares.

En definitiva, este segundo ámbito muestra que las familias no vivieron el confinamiento únicamente como una restricción impuesta, sino como un espacio de agencia creativa, donde la cotidianeidad se convirtió en escenario de resistencia. Frente a la violencia estructural del encierro —la pérdida de libertad, la incertidumbre y la monotonía—, los hogares no respondieron con pasividad, sino con la poética de lo cotidiano. A través de la redistribución del cuidado, la gestión emocional y la invención de nuevos rituales, ejercieron su poder para transformar la crisis en un relato de aprendizaje y fortalecimiento colectivo. Esta constatación prepara el terreno para el tercer eje, en el que se analiza cómo el hogar fue resignificado como territorio socio-simbólico.

El hogar resignificado como territorio socio-simbólico

Las narrativas recopiladas ponen de relieve la plasticidad del hogar y su capacidad para resignificarse frente a una crisis que lo sobrecargó de funciones. Durante el confinamiento, la casa dejó de ser únicamente un espacio físico destinado a la residencia para convertirse en el escenario central de toda la vida cotidiana: escuela, oficina, templo, lugar de ocio y, en algunos casos, espacio de duelo. Andrea Castillo lo sintetizó en una frase contundente: “todo ocurría en

casa: el estudio, el trabajo, el ocio, todo”. Esta experiencia de saturación funcional atravesó a todas las familias, pero lo que cambia es el sentido que cada una le atribuyó a esa sobrecarga. Para Mateo Rojas, por ejemplo, “aunque mi casa es pequeña, la paz no la mide el espacio”, lo que evidencia que el valor del hogar no dependía de su tamaño material, sino de la calidad de los vínculos que lo habitaban. En contraste, Santiago Mendoza relató cómo la amplitud de su vivienda de cuatro pisos se convirtió en una carga física y emocional: “me tocaba subir y bajar todo el día y cansado ya pensé: ¿para qué una casa tan grande?”. Estos contrastes muestran que la experiencia del hogar en el confinamiento no puede analizarse en términos meramente estructurales, sino en la interacción entre recursos materiales, condiciones subjetivas y entramados afectivos.

En este escenario de saturación, también se reconfiguraron las fronteras entre lo público y lo privado. La casa, tradicionalmente asociada a la intimidad, se transformó en un espacio multifuncional donde convergían responsabilidades laborales, escolares, religiosas y de cuidado, fusionando esferas que, en condiciones normales, permanecían separadas. Siguiendo a Giddens (1992), puede interpretarse que la intimidad se volvió reflexiva: expuesta a nuevas formas de visibilidad y control, pero también fortalecida en su capacidad de generar confianza y cooperación.

Sin embargo, esta apertura no estuvo exenta de tensiones. La superposición de mundos distintos en un mismo espacio produjo roces y agotamiento, como relató Daniel (familia Ortiz Castro) al describir que “antes, con el trabajo, uno salía y como que se reseteaba. En la casa no había reseteo”. Frente a ello, las familias implementaron estrategias de regulación: desde el respeto por los tiempos individuales hasta la creación de rituales que marcaran el orden cotidiano, como la organización de las comidas narrada por Norma. De este modo, el hogar se

convirtió en un escenario híbrido, simultáneamente refugio íntimo y lugar expuesto, donde la convivencia se reescribió bajo la tensión entre la cercanía obligada y la apertura hacia los otros.

En este marco, uno de los aspectos más significativos fue la expansión de las fronteras del hogar hacia la comunidad. Varias familias transformaron sus viviendas en nodos de solidaridad y creatividad que irradiaban hacia afuera, enlazando las interacciones domésticas con vecinos, iglesias y redes digitales para sostener la convivencia en medio del aislamiento. Ricardo (familia Castillo Pérez) relató cómo los devocionales familiares, inicialmente pensados como práctica íntima, evolucionaron hasta convertirse en un “programa radial casero” transmitido por redes sociales: “la casa se volvió como una estación de radio que transmitía esperanza”. Sofía (familia Silva Gómez) describió los cantos desde su balcón como un puente afectivo con la comunidad: “era nuestra forma de decir ‘aquí estamos, no estamos solos’”. En contextos populares, Clara (familia Asprilla Rivas) resignificó el comadreo ancestral como estrategia de resistencia, afirmando: “mi casa se volvió un epicentro de resistencia, un lugar donde el canto y la solidaridad nos salvaron de enfermarnos de tristeza”. En contraste, Mateo (familia Rojas Morales) narró cómo en sectores de estrato seis emergió lo que él denomina “pobreza oculta”, donde los mercados debían dejarse discretamente para no vulnerar la dignidad de familias empobrecidas en casas lujosas.

Estos testimonios, al ser leídos en conjunto, muestran que la apertura del hogar no se produjo de manera homogénea, sino atravesada por tensiones estructurales. Mientras en unos sectores el hogar se convirtió en plataforma creativa y de resistencia comunitaria, en otros se configuró como escenario de solidaridad silenciosa, condicionada por el peso del estatus y la vergüenza. En ambos casos, lo que emerge es la evidencia de que el hogar, lejos de ser un simple espacio de reclusión, funcionó como mediador simbólico entre la intimidad y lo colectivo,

revelando cómo el macrosistema de desigualdades y valores culturales moduló la manera en que se expresaron las prácticas de cuidado y apoyo mutuo.

El hogar también adquirió una dimensión profundamente simbólica al convertirse en escenario del duelo. La familia Mendoza Soto, impedida por las restricciones sanitarias de realizar rituales funerarios tradicionales, transformó su sala en un altar improvisado: colocaron las cenizas del padre en la mesa de centro y, como relató Santiago, “cada uno se arrimó a llorar al viejo, al indio Mendoza, de quien no logramos darle un último adiós”. Este gesto sencillo condensó la imposibilidad de lo colectivo y la necesidad de ritualizar la ausencia en el único espacio disponible: la casa. Puede interpretarse, siguiendo a Ricoeur (1983), como una mediación narrativa que permitió integrar la pérdida en una trama de sentido, evitando que quedara como un hecho mudo y sin palabras.

En ausencia de ceremonias públicas, las familias elaboraron rituales alternativos que resignificaron el dolor y abrieron la posibilidad de compartirlo en un círculo íntimo. En línea con White y Epston (1990), estas prácticas pueden comprenderse como narrativas alternativas que externalizaron el trauma y habilitaron un relato de cohesión y memoria compartida. No se trató únicamente de llorar al difunto, sino de reinscribir su recuerdo en la vida cotidiana, de modo que la mesa del comedor se convirtió en altar y la sala en santuario.

Cinco años después, este tipo de experiencias son evocadas en clave de lo que Jelin (2002) denomina trabajos de la memoria: procesos en los que el pasado no se limita a ser recordado, sino activamente reinterpretado desde el presente. En este caso, el duelo vivido en el hogar no solo testimonia la fragilidad de las familias ante la pandemia, sino también su capacidad de elaborar significados colectivos frente a la pérdida. Así, la casa dejó de ser

únicamente un lugar de encierro para convertirse en un espacio solemne donde el dolor pudo ser compartido y resignificado en comunidad.

Al poner en diálogo estas experiencias con los antecedentes revisados, se hace evidente un contraste sugerente. Diversos estudios coincidieron en caracterizar el hogar durante el confinamiento como un espacio marcado por la tensión, la saturación de funciones y el aumento de conflictos intrafamiliares (Reyes-Bossio et al., 2021; Gómez & Escobar-Mamani, 2021). Sin desconocer esa realidad ampliamente documentada, los relatos aquí recogidos muestran que, además de escenario de sobrecarga y riesgo, el hogar también fue resignificado como un territorio socio-simbólico. Lejos de ser únicamente un contenedor de estrés, las viviendas se narran como refugios afectivos frente al miedo, nodos de solidaridad comunitaria y escenarios para elaborar la memoria del duelo.

En convergencia con investigaciones que subrayan la importancia de las redes comunitarias y los recursos simbólicos como factores protectores (Santos et al., 2023; Pedraza-Valdez, Flores-Guerrero & Mendoza-Newman, 2023), este estudio amplía la mirada al mostrar que las familias no fueron receptoras pasivas de ayuda, sino productoras activas de solidaridad desde el espacio doméstico. Esta dimensión productiva y creadora confirma que el hogar, en contextos de crisis, no puede reducirse a un lugar de encierro: se convierte en un territorio híbrido donde lo íntimo y lo comunitario se entrelazan, generando prácticas que, cinco años después, permanecen como hitos de memoria y cohesión familiar.

En esta clave, el tercer eje dialoga directamente con el objetivo específico 3: explorar los significados que las familias atribuyen a su experiencia de convivencia durante el confinamiento. Las narrativas evocan el hogar no solo como refugio material, sino como territorio expandido hacia la comunidad y como espacio sagrado para elaborar pérdidas y sostener la memoria

colectiva. Es así como, el hogar resignificado aparece como un espacio múltiple: privado y comunitario, cotidiano y trascendente, funcional y simbólico, donde se condensan los sentidos más profundos de la convivencia en tiempos de crisis.

El análisis de los tres ámbitos permite comprender de qué manera, cinco años después del confinamiento por COVID-19, las familias participantes del proyecto *Mi-Casa, Territorio de Paz* resignificaron su experiencia de convivencia. En conjunto, los hallazgos muestran que la adversidad no fue asumida únicamente como una carga, sino como un proceso situado en el que las familias activaron recursos internos, reorganizaron su vida cotidiana y dotaron de nuevos sentidos al espacio doméstico.

Tres ejes principales permiten enlazar los referentes teóricos con los hallazgos: la resiliencia como proceso multidimensional (Minuchin, 1974; Patterson, 2002; Folkman, 2008; Ricoeur, 1983); la agencia como capacidad de reconfigurar roles, rutinas y significados frente a la crisis (Martín-Baró, 1998; Lederach, 2003); y la reconfiguración del hogar como frontera público-privada y espacio socio-simbólico (Bronfenbrenner, 1987; Jelin, 2002; Giddens, 1992). A estos se suma un eje complementario: la comunidad como recurso de supervivencia y construcción de paz (Bronfenbrenner, 1987; Lederach, 2003; Galtung, 1996), que evidencia cómo las familias no fueron receptoras pasivas de apoyo, sino productoras activas de solidaridad.

Estos aportes, en diálogo con los antecedentes, evidencian que la convivencia familiar durante el confinamiento fue un proceso heterogéneo: junto a tensiones y riesgos ampliamente documentados, emergieron prácticas resilientes, expresiones de agencia, narrativas transformadoras y dinámicas de solidaridad. De este modo, los resultados aportan una mirada crítica y situada sobre la convivencia en contextos de crisis, mostrando que el hogar puede

constituirse en un espacio de construcción de paz cotidiana incluso en escenarios de incertidumbre.

A modo de conclusión, lo que muestran las experiencias de las familias es que la convivencia durante el confinamiento no fue un simple ejercicio de aguante, sino un proceso creativo de reinención cotidiana. Lejos de reducirse a la respuesta a un evento excepcional, las familias reconstruyeron significados, revitalizaron prácticas y expandieron las fronteras de su hogar como espacio de cuidado, comunidad y memoria. Al situar el análisis en clave fenomenológica, este estudio revela que lo extraordinario de la pandemia se entrelazó con lo ordinario de la vida doméstica, y que allí —en devocionales, juegos, comidas compartidas o cantos colectivos— se gestaron pequeñas pedagogías de la convivencia, donde la risa, la fe y la solidaridad se convirtieron en recursos para sostener el ánimo y reforzar los vínculos. Esta mirada no niega los riesgos ni las tensiones ampliamente documentadas, pero sí subraya que las familias fueron capaces de inscribir la adversidad en narrativas de continuidad y construcción de paz, dejando aprendizajes que hoy, cinco años después, se recuerdan como hitos de cohesión y resiliencia comunitaria.

Este trabajo también reconoce sus alcances y limitaciones. La ventana de observación se restringe a familias vinculadas al proyecto *Mi-Casa, Territorio de Paz*, lo que sitúa los hallazgos en un contexto particular de acompañamiento comunitario y urbano. Si bien ocho familias participaron, en cuatro de ellas no todos los integrantes estuvieron presentes en las entrevistas, ya sea por migración, diferencias horarias o compromisos laborales, lo que limitó la reconstrucción completa de algunas memorias familiares. Además, al realizarse cinco años después del confinamiento, las narrativas están mediadas por procesos de memoria colectiva, con el riesgo de reinterpretación selectiva o idealización (Jelin, 2002).

Un alcance no previsto de este estudio fue el efecto transformador que generó en las propias familias participantes. Más allá de la producción de conocimiento académico, el proceso de narrar sus experiencias en el marco de la investigación se constituyó en un espacio de validación y gratificación. Durante las entrevistas, los integrantes de las familias reconocieron el valor de acciones cotidianas que inicialmente consideraban pequeñas o irrelevantes —como preparar una receta, inventar un juego o acompañar una tarea escolar—, pero que al ser evocadas y reconocidas por otros adquirieron un nuevo sentido como aportes significativos a la convivencia. En este sentido, la investigación funcionó como un escenario de reescritura de la experiencia que resignificaron las memorias familiares y reforzaron sentimientos de gratitud y cohesión (White & Epston, 1990).

De manera específica, cabe señalar que la investigación se centró en la resignificación de la convivencia desde la perspectiva de los adultos. Si bien en una de las entrevistas familiares participaron un niño y un adolescente, cuyas voces enriquecieron la reconstrucción narrativa, el análisis permaneció focalizado en los adultos. Esto abre la posibilidad de futuros estudios que profundicen en las experiencias infantiles y juveniles durante la pandemia. Del mismo modo, aunque la dimensión económica apareció solo de manera tangencial en algunos relatos, su articulación con las redes de apoyo familiares y comunitarias constituye un campo interesante para investigaciones posteriores. Finalmente, resultaría pertinente ampliar la mirada hacia procesos de resignificación de la convivencia en contextos rurales o en comunidades migrantes, donde las prácticas culturales, las condiciones territoriales y los significados atribuidos al hogar difieren de los entornos urbanos aquí analizados.

En conjunto, esta investigación ofrece una mirada situada y crítica sobre la convivencia familiar en tiempos de crisis, mostrando que la adversidad no actúa por sí sola como oportunidad

de transformación, sino que fueron las propias familias, apoyadas en sus vínculos preexistentes y en sus prácticas cotidianas, quienes lograron resignificarla y convertirla en un recurso de cohesión y aprendizaje. Este horizonte invita a continuar diseñando políticas y programas de acompañamiento familiar que reconozcan y fortalezcan las capacidades ya presentes en los hogares y comunidades, de modo que el hogar pueda afirmarse como un verdadero territorio de paz, incluso en los momentos de mayor incertidumbre. Así, la investigación confirma que, aun en escenarios adversos, las familias no son receptoras pasivas de la crisis, sino protagonistas capaces de transformarla en experiencias de cohesión, memoria y esperanza compartida.

Referencias Bibliográficas

- Alcaldía de Santiago de Cali. (2020). *Proyecto Mi Casa, Territorio de Paz*. Secretaría de Paz y Cultura Ciudadana.
- Benítez Corona, L., Martínez Rodríguez, R. C., & Tartakowsky Pezoa, V. (2023). La importancia del vínculo en la resiliencia familiar durante el COVID-19. *Derecho y Religión*, 18. <https://doi.org/10.30827/dreh.vi18.18015>
- Bronfenbrenner, U. (1987). *La ecología del desarrollo humano*. Paidós.
- Cabrera, N., Carbonell, Á., & Giró, J. (2021). Entre la cooperación y el conflicto: Convivencia familiar durante el confinamiento por COVID-19. *Revista de Estudios Sociales*, 76, 38-52. <https://doi.org/10.7440/res76.2021.04>
- Cárdenas Poveda, M. (2022). Impacto de la pandemia COVID-19 en las mujeres colombianas a la luz del quinto objetivo de desarrollo sostenible de la agenda 2030: 2020-2021. *Revista del Instituto de Investigaciones Jurídicas*, 162. <https://doi.org/10.22201/ijj.24484873e.2021.162.17067>
- CEPAL (Comisión Económica para América Latina y el Caribe). (2020). *Informe especial COVID-19 No. 3: El desafío social en tiempos del COVID-19*. Naciones Unidas. <https://repositorio.cepal.org/handle/11362/45527>
- CEPAL (Comisión Económica para América Latina y el Caribe). (2021). *La autonomía de las mujeres en escenarios de pandemia*. CEPAL.
- Chung, G. K.-K., Chan, Y.-H., Chan, S.-M., Chen, J.-K., Wong, H., & Chung, R. Y.-N. (2022). The impact of trust in government on pandemic management on the compliance with voluntary COVID-19 vaccination policy among adolescents after social unrest in Hong

- Kong. *Frontiers in Public Health*, 10, 992895.
<https://doi.org/10.3389/fpubh.2022.992895>
- Chung, G., Lanier, P., & Wong, P. Y. J. (2020). Mediating effects of parental stress on harsh parenting and parent-child relationship during Coronavirus (COVID-19) pandemic in Singapore. *Journal of Family Violence*, 37(5), 801–812. <https://doi.org/10.1007/s10896-020-00200-1>
- Conejo, L. D., Chaverri-Chaves, P., & León-González, S. (2020). Las familias y la pandemia de la COVID-19. *Educare*, 24(Suppl. 1), 37–40. <https://doi.org/10.15359/ree.24-s.10>
- Duan, L., & Zhu, G. (2020). Psychological interventions for people affected by the COVID-19 epidemic. *The Lancet Psychiatry*, 7(4), 300–302. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(20\)30073-0](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(20)30073-0)
- Fallon, B., Lefebvre, R., Collin-Vézina, D., Houston, E., Joh-Carnella, N., Malti, T., Filippelli, J., Schumaker, K., Manel, W., Kartusch, M., & Cash, S. (2020). Detecting economic hardship for child welfare-involved families during the COVID-19 pandemic: A rapid partnership response. *Child Abuse & Neglect*, 110(Pt 2), 104706.
<https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2020.104706>
- Fernández, A. M. (2025). La familia en el confinamiento: Emociones, convivencia, valoración y resiliencia. *Pensamiento y Acción Interdisciplinaria*, 10(2), 53–78.
<https://doi.org/10.29035/pai.10.2.53>
- Fernández-Poncela, A. M. (2024). Repugnancia, asco, ira, odio: Pandemia de emociones. *Cuicuilco. Revista de Ciencias Antropológicas*, 31(89), 215–239.
- Folkman, S. (2008). The case for positive emotions in the stress process. *Annals of Behavioral Medicine*, 36(1), 1–14. <https://doi.org/10.1007/s12160-008-9056-z>

- Galtung, J. (1996). *Peace by peaceful means: Peace and conflict, development and civilization*. Sage Publications.
- Giddens, A. (1992). *The transformation of intimacy: Sexuality, love and eroticism in modern societies*. Stanford University Press.
- Gómez-Arteta, I., & Escobar-Mamani, F. (2021). Educación virtual en tiempos de pandemia: Incremento de la desigualdad social en el Perú. *Revista Chakiñan de Ciencias Sociales y Humanidades*, 15, 152–165. <https://doi.org/10.37135/chk.002.15.10>
- Jelin, E. (1976). *Familia y unidad doméstica: mundo público y privado*. CEDES.
- Jelin, E. (2002). *Los trabajos de la memoria*. Siglo XXI Editores.
- Johnson, M. C., Saletti-Cuesta, L., & Tumas, N. (2020). Emociones, preocupaciones y reflexiones frente a la pandemia del COVID-19 en Argentina. *Ciência & Saúde Coletiva*, 25(1), 2447-2456. <https://doi.org/10.1590/1413-81232020256.1.10472020>
- Kovács, M. (2003). Situaciones límite y experiencias radicales en contextos de crisis existenciales. *Revista de Psicología UCA*, 9(2), 29-39.
- Lederach, J. P. (2003). *The little book of conflict transformation*. Good Books.
- Martín-Baró, I. (1998). *Psicología de la liberación*. Trotta.
- Martínez-Líbano, J. (2023). Vínculos familiares durante el confinamiento por la pandemia de COVID-19: Una revisión sistemática. *Mental Health: Global Challenges*, 6(1), 29–38. <https://doi.org/10.56508/mhgcj.v6i1.147>
- Meza-de-Luna, M. E., Conde Morelos Zaragoza, T. M., & Meza-de-Luna, L. (2022). Conciliación trabajo-familia con y sin niños y niñas, durante el confinamiento por COVID-19 en México. *Psicoperspectivas*, 21(2). <https://doi.org/10.5027/vol.21-issue1-fulltext-2467>
- Minuchin, S. (1974). *Families and family therapy*. Harvard University Press.

- Muñoz-Zapata, D., García-Vásquez, L., & Zapata-Posada, J. (2023). Narrativas familiares y estrategias de sobrevivencia en Medellín durante la pandemia. *Revista Colombiana de Estudios Sociales*, 15(1), 89-105.
- Muñoz-Zapata, E., Ramírez-Arcos, A., & González-Villalobos, C. (2023). Estrategias familiares y comunitarias para enfrentar la crisis económica generada por la pandemia del COVID-19 en Colombia. *Revista Latinoamericana de Estudios de Familia*, 15(1), 45-67.
<https://doi.org/10.17151/rlef.2023.15.1.4>
- ONU (Organización de las Naciones Unidas). (2022). *Informe sobre el impacto del COVID-19 a nivel global*. Departamento de Asuntos Económicos y Sociales (DAES).
<https://www.un.org/development/desa/publications/>
- ONU Mujeres. (2020). *El impacto del COVID-19 en las mujeres*. Naciones Unidas.
<https://www.unwomen.org/es/digital-library/publications/2020/03/policy-brief-the-impact-of-covid-19-on-women>
- Organización Mundial de la Salud [OMS]. (2020). *Declaración de pandemia global COVID-19*.
<https://www.who.int/es/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019>
- Organización Mundial de la Salud [OMS]. (2021). *Impacto de la COVID-19 en la salud mental*.
<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-and-covid-19>
- Organización Panamericana de la Salud (OPS). (2020). *Informes de situación COVID-19*.
<https://www.paho.org/es/informes-situacion-covid-19>
- Partington, L. C., Knowles, A., & Kirk, C. (2022). Family functioning during COVID-19 pandemic: Exploring resilience and vulnerabilities. *Family Relations*, 71(3), 789-806.
<https://doi.org/10.1111/fare.12629>
- Patterson, J. (2002). Integrating family resilience and family stress theory. *Journal of Marital*

- and Family Therapy*, 28(3), 243–261.
- Pedraza-Valdez, J., Maldonado-Cervantes, A., & García-Solano, C. (2023). Construcción del sentido de la pandemia1 en familias mexicanas: Un análisis cualitativo. *Psicología y Sociedad*, 29(4), 203-221.
- Pérez Viejo, J. M., Dorado Barbé, A., Rodríguez-Brioso Pérez, M. M., & López Pérez, J. (2020). Resiliencia para la promoción de la salud en la crisis COVID-19 en España. *Revista de Ciencias Sociales (Ve)*, XXVI(4). <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=28065077005>
- PNUD. (2022). *Evaluación de impacto socioeconómico COVID-19 en Colombia*.
<https://www.undp.org/es/colombia>
- Prime, H., Wade, M., & Browne, D. T. (2020). Risk and resilience in family well-being during the COVID-19 pandemic. *American Psychologist*, 75(5), 631–643.
<https://doi.org/10.1037/amp0000660>
- Reyes-Bossio, M., Reyes-Figueroa, C., & Luna-Victoria, A. (2021). Estrés y depresión en familias peruanas durante el confinamiento por COVID-19. *Interacciones*, 7(1), e179.
<https://doi.org/10.24016/2021.v7n1.179>
- Reyes-Bossio, M., Saavedra-Campos, J., Sotomayor-Gálvez, V., & Cuarez-Palacios, D. (2021). Efectos psicológicos de la pandemia en familias vulnerables. *Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Pública*, 38(1), 53–60.
- Reyes-Bossio, M., Saavedra-Campos, M., Sotomayor-Gálvez, L., & Cuarez-Palacios, C. (2021). Espiritualidad y afrontamiento familiar en América Latina durante la pandemia. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 53(1), 30–47.
- Reyes-Bossio, M., Zapparigli, E., Caycho-Rodríguez, T., Carbajal, C., Castaman, L., Pino, G.,

- Sanchez, R., & Barbosa-Granados, S. (2022). Cross-cultural validity of the five items Mindful Attention Awareness Scale (MAAS-5) in Peru and Mexico during the COVID-19 pandemic. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 35. <https://doi.org/10.1186/s41155-022-00218-y>
- Ricoeur, P. (1983). *Tiempo y narración*. Fondo de Cultura Económica.
- Rodríguez Ugalde, E. (2023). Estrategias de resiliencia en ambientes familiares y educativos durante la pandemia. *Revista ConCiencia EPG*, 8(Esp.). <http://portal.amelica.org/ameli/journal/717/7174016004/>
- Rodríguez Ugalde, L. (2023). Comunicación empática y resiliencia familiar en pandemia. *Revista de Psicología Comunitaria*, 9(2), 78–92.
- Rodríguez-Rey, R., Garrido-Hernansaiz, H., & Collado, S. (2020). Psychological impact and associated factors during the initial stage of the coronavirus (COVID-19) pandemic among the general population in Spain. *Frontiers in Psychology*, 11, 1540. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.01540>
- Russo de Sánchez, A. R., Reales Silvera, L. P., & Mayor Molinares, D. P. (2022). Programa de educación emocional "Aventurémonos en Familia": Una estrategia para la promoción de la salud mental, la funcionalidad familiar y la prevención de violencia. *Human Review: International Humanities Review / Revista Internacional de Humanidades*, 14(2).
- Santos, A. J., Kislaya, I., Matias-Dias, C., & Machado, A. (2024). Health beliefs and attitudes toward Influenza and COVID-19 vaccination in Portugal: A study using a mixed-method approach. *Frontiers in Public Health*, 11, 1331136. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2023.1331136>

- Santos, A., Costa, P., & Silva, L. (2023). Estrategias de resiliencia familiar en Portugal ante el COVID-19. *International Journal of Psychology*, 58(2), 99–115.
- Santos, M., Costa, A., & Silva, F. (2023). Esperanza y funcionalidad familiar durante la pandemia de COVID-19 en Portugal. *Revista Iberoamericana de Psicología y Salud*, 14(2), 124-137. <https://doi.org/10.23923/j.rips.2023.02.015>
- Santos, S., Martins, M. V. C., Veríssimo, M., & Pereira, C. R. (2023). Family functioning and hope during the COVID-19 pandemic in Portugal. *Frontiers in Psychology*, 14, 1109876. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1109876>
- Secretaría de Salud del Valle del Cauca. (2021). *Informe de Salud Mental durante la pandemia COVID-19*. Gobernación del Valle del Cauca.
- Spinelli, M., Lionetti, F., Pastore, M., & Fasolo, M. (2020). Parents' stress and children's psychological problems in families facing the COVID-19 outbreak in Italy. *Frontiers in Psychology*, 11, 1713. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.01713>
- Toiber-Rodríguez, M. N., Montero-Pardo, X., Padilla-Bautista, J. A., Aguilar-Delgadillo, C., & Espinoza-Salgado, F. S. (2023). Estrategias de afrontamiento ante la pandemia por COVID-19 en familias nucleares: Diferencias entre padres e hijos. *Psicología y Salud*, 32(3). <https://doi.org/10.25009/pys.v32i3.2800>
- UNICEF. (2020). *Guía para padres sobre el coronavirus (COVID-19)*. <https://www.unicef.org/parenting/coronavirus-covid-19-guide-parents>
- UNICEF. (2020). *Protecting children during COVID-19: Findings and lessons from rapid assessments around the world*. UNICEF.
- Valle-Morfin, A., Obregón-Patiño, N., & Torres-Velázquez, A. (2021). Corresponsabilidad y

convivencia: estudio en estratos altos de Cali. *Cuadernos de Trabajo Social*, 22(1), 55–70.

Valle-Morfin, M. E., Obregón-Patiño, J. P., & Torres-Velázquez, L. E. (2021). Organización familiar durante el confinamiento en familias mexicanas. *Revista Latinoamericana de Estudios de Familia*, 13(2), 120–139. DOI: [10.17151/rlef.2021.13.2.7](https://doi.org/10.17151/rlef.2021.13.2.7).

Walsh, F. (2004). Family resilience: A framework for clinical practice. *Family Process*, 43(1), 1–18. DOI: [10.1111/j.1545-5300.2003.00001.x](https://doi.org/10.1111/j.1545-5300.2003.00001.x)

Walsh, F. (2004). *Strengthening Family Resilience* (2nd ed.). Guilford Press.

Wang, C., Pan, R., Wan, X., Tan, Y., Xu, L., McIntyre, R. S., Choo, F. N., Tran, B., Ho, R.,

- Sharma, V. K., & Ho, C. (2020). A longitudinal study on the mental health of general population during the COVID-19 epidemic in China. *Journal of Affective Disorders*, 277, 393–400. Doi. [10.1016/j.jbbi.2020.04.028](https://doi.org/10.1016/j.jbbi.2020.04.028)

White, M., & Epston, D. (1990). *Medios narrativos para fines terapéuticos*. Paidós.

Anexos

He incluido anexos:

- Anexo 1. Guía para entrevista semiestructurada
- Anexo 2. Categorías de Análisis
- Anexo 3. Consentimiento Informado
- Anexo 4. Protocolo de Atención en Crisis

Anexo 1. Guía para entrevista semiestructurada

1. Sección introductoria:

- Saludo cordial, agradecimiento por la participación y presentación del propósito de la entrevista.
- Confirmación verbal del consentimiento informado previamente proporcionado.
- Registro de datos sociodemográficos básicos (edad, género, composición familiar, ubicación geográfica y nivel socioeconómico).
- Frase introductoria para conectar con los recuerdos:
 - "Me gustaría invitarte a viajar en el tiempo y traer a la mente esos días en que, de repente, todos permanecemos en casa. Tomémonos un momento para recordar cómo eran esos tiempos en casa."
- Pregunta rompehielo:
 - ¿Dónde y con quién vivías durante el primer confinamiento por COVID-19?

2. Sección central:

Comunicación Familiar:

- ¿Cómo describiría la comunicación en su familia durante el confinamiento? ¿Qué aspectos cambiaron o permanecieron iguales?
- ¿Qué transformaciones notó en la forma en que su familia expresaba emociones, ideas o necesidades durante ese período?
- ¿Podría describir algún momento en que la comunicación familiar fuera especialmente importante?
- ¿Cómo resolvían los desacuerdos o problemas en casa durante el confinamiento?
- ¿Puede compartir un ejemplo de un conflicto significativo en ese periodo y cómo reaccionó su familia?
- ¿Hubo cambios en cómo gestionaban los conflictos antes y después del confinamiento?

- ¿Existen estrategias o acuerdos que hayan surgido en ese tiempo y aún mantengan?

Línea de tiempo:

- Les invito a construir una línea de tiempo con los momentos más significativos durante el confinamiento (positivos o desafiantes).
- ¿Qué actividades o rutinas realizaban juntos durante el confinamiento? ¿Hubo alguna especialmente importante o ritual?
- ¿Cómo manejaron los momentos de mayor estrés o incertidumbre? ¿Qué acciones o prácticas ayudaron a sobrellevar estas situaciones?
- ¿Podría describir una situación en que debieron adaptarse a cambios inesperados? ¿Qué aprendieron de esta experiencia?
- ¿Qué elementos, actividades o hábitos facilitaron o dificultaron la convivencia familiar en ese tiempo?

Cartografía social del hogar:

- Realicen un dibujo de la casa donde vivieron el confinamiento, marcando los espacios más significativos.
- ¿Cómo distribuían y utilizaban los espacios antes del confinamiento? ¿Tuvieron que realizar cambios durante este?
- ¿Qué espacios fueron más importantes para cada miembro de la familia durante el confinamiento?
- ¿Cómo gestionaban la privacidad y el compartir espacios en casa?
- ¿Qué conflictos surgieron en relación al uso del espacio y cómo los resolvieron?
- ¿Cómo organizaban su día a día en familia? ¿Hubo rutinas nuevas esenciales?
- ¿Cómo distribuían las responsabilidades domésticas y organizaban los tiempos?
- ¿Cómo organizaron la comida, el uso del internet y los servicios del hogar? ¿Hubo dificultades en su administración? ¿Qué estrategias utilizaron para garantizar un acceso equitativo a estos recursos?

Reflexiones sobre convivencia y aprendizajes:

- ¿Cómo describiría la convivencia familiar durante el confinamiento?
- Cinco años después, ¿cómo percibe la convivencia familiar y cómo ha cambiado su manera de recordarla?
- ¿Qué aprendizajes sobre la convivencia familiar surgieron o se fortalecieron? ¿Siguen vigentes o han cambiado?
- ¿Cómo han cambiado sus recuerdos sobre la convivencia con el paso del tiempo?
- ¿Notaron cambios en las relaciones familiares durante y después del confinamiento? ¿Cómo se manifestaron?
- ¿En qué actividades del proyecto *Mi-Casa, Territorio de Paz* participaron? ¿Cómo influyó esta participación en la forma en que hoy recuerdan la convivencia familiar durante el confinamiento?
- Desde su rol familiar (madre, padre, hijo/a, abuelo/a, cuidador/a, etc.), ¿cómo contribuyó a la construcción de relaciones familiares durante este periodo? ¿Han cambiado sus percepciones sobre el rol desempeñado?

3. Sección de cierre:

- Espacio de reflexión general sobre la experiencia de participar en el estudio.
- Oportunidad para que los participantes expresen emociones adicionales, realicen aclaraciones o agreguen información no abordada previamente.
- Agradecimiento por la participación y cierre respetuoso de la entrevista.

Anexo 2. Categorías de Análisis

Categoría	Definición	Subcategorías	Definición	Preguntas del instrumento
La convivencia familiar Abarca la interacción y coexistencia diaria entre los miembros de una familia que comparten un hogar. Se refiere a cómo se comunican, se relacionan, colaboran en actividades cotidianas y se apoyan mutuamente que permiten la construcción de vínculos afectivos y el sostenimiento del bienestar familiar (Minuchin, 1974; Bronfenbrenner, 1987; Jelin, 1976; Giddens, 1992; Martín-Baró, 1998).	Interacción familiar: Se refiere a los procesos de comunicación, expresión emocional y gestión de conflictos dentro del hogar, que dan forma a las relaciones familiares y a la manera en que afrontan desafíos en la convivencia (Minuchin, 1974; Giddens, 1992; Galtung, 1996; Lederach, 2003)	Comunicación Familiar	Según Minuchin (1974), la comunicación familiar se refiere al intercambio verbal y no verbal entre los miembros del hogar, que estructura las relaciones familiares y facilita la expresión de ideas, emociones y necesidades, contribuyendo al fortalecimiento de los vínculos afectivos esenciales para la funcionalidad del sistema familiar.	Frase para conectar con los recuerdos: <i>"Me gustaría invitarte a viajar en el tiempo y traer a la mente esos días en que, de repente, todos permanecemos en casa. Tomémonos un momento para recordar cómo eran esos tiempos en casa."</i> Pregunta Rompehielo: RH: ¿Dónde y con quién vivías durante el primer confinamiento por Covid-19? (1) ¿Cómo describiría la comunicación en su familia durante el confinamiento? ¿En qué aspectos cree que cambió o se mantuvo igual? (2) ¿Qué transformaciones notó en la forma en que su familia expresaba emociones, ideas o necesidades durante este período? (3) ¿Podría describir algún momento en el que la comunicación familiar fuera especialmente importante? (4) Cuando surgían desacuerdos o problemas en casa durante el confinamiento, ¿cómo los abordaban o resolvían? (5) ¿Podría compartir algún ejemplo de un conflicto significativo durante este periodo y cómo su familia reaccionó ante él? (6) ¿Hubo cambios en la manera en que los conflictos se gestionaban en su familia antes y después del confinamiento? (7) ¿Existen estrategias o acuerdos que hayan surgido en ese tiempo y que aún se mantengan en su convivencia familiar?
		Gestión de Conflictos	La gestión de conflictos en el contexto familiar comprende los procesos mediante los cuales las tensiones y desacuerdos son abordados o ignorados, impactando la dinámica de convivencia. Desde una perspectiva de transformación del conflicto, implica la búsqueda de soluciones constructivas que fomenten el aprendizaje mutuo y la cohesión familiar (Galtung, 1996; Lederach, 2003)	

		Estrategias de Afrontamiento y Adaptación	Se refiere a los mecanismos individuales y colectivos que las familias desarrollan para gestionar el estrés y adaptarse a cambios o situaciones adversas en su convivencia. Estas estrategias facilitan la reorganización familiar frente a desafíos como el confinamiento (Minuchin, 1974; Martín-Baró, 1998; Patterson, 2002).	(8) Les invito a construir una línea de tiempo con los momentos más significativos de su familia durante el confinamiento. Pueden incluir momentos positivos o desafiantes. (9) ¿Qué actividades o rutinas solían realizar juntos durante el confinamiento? ¿Hubo alguna que se volviera especialmente importante para ustedes? -rituales (10) ¿Cómo manejaron los momentos de mayor estrés o incertidumbre en familia? ¿Hubo acciones o prácticas que les ayudaron a sobrellevar la situación? (11) ¿Por favor describa alguna situación en la que tuvieron que adaptarse a cambios inesperados? ¿Cómo lo hicieron y qué aprendieron de esa experiencia? (12) ¿Podría describir algunos elementos, actividades o hábitos que facilitaron u obstaculizaron la convivencia en familia durante este tiempo?
	Coexistencia en casa: Analiza cómo las familias gestionaron el espacio, las rutinas y los recursos compartidos en su hogar durante el confinamiento (Bronfenbrenner, 1987; Jelin, 1976; Galtung, 1996; Lederach, 2003)	Uso del Espacio en Casa	Se refiere a la manera en que las familias organizaron y resignificaron las áreas de su vivienda para adaptarse a las necesidades derivadas del confinamiento. Jelin (1976) plantea que los espacios físicos del hogar no solo son empleados funcionalmente, sino que también adquieren nuevos significados en la convivencia familiar. Durante el confinamiento, esta adaptación incluyó la distribución de espacios	(13) Para empezar, les propongo realizar un ejercicio. Dibujen un mapa de la casa donde vivieron el confinamiento y marquen los espacios más significativos. (14) ¿Cómo distribuían y usaban los espacios de su casa antes del confinamiento? ¿Tuvieron que hacer cambios? (15) ¿Qué espacios fueron más importantes para cada miembro de la familia durante el confinamiento? (16) ¿Cómo gestionaban la privacidad y el compartir espacios en el hogar? (17) ¿Qué conflictos surgieron en relación con el uso del espacio y cómo los resolvieron? (18) ¿Cómo organizaban su día a día en familia durante el confinamiento? ¿Hubo rutinas nuevas?

			para el trabajo, el estudio, el ocio y el descanso. (Galtung, 1996; Lederach, 2003).	(19) ¿Qué actividades se volvieron esenciales para la convivencia en casa? (20) ¿Cómo distribuían las responsabilidades del hogar y la organización de tiempos? (21) ¿Cómo hicieron para organizar la comida, el uso del internet y los servicios de la casa durante el confinamiento? (22) ¿Tuvieron dificultades para administrar estos recursos? ¿Cómo lo resolvieron? (23) ¿Qué estrategias utilizaron para garantizar que todos los miembros de la familia tuvieran acceso equitativo a estos recursos?
		Rutinas Familiares	Según Bronfenbrenner (1987), las rutinas familiares son patrones repetitivos de actividades diarias que estructuran la vida en el hogar y configuran un marco de interacciones constantes dentro del microsistema familiar. Durante el confinamiento, estas rutinas organizaron horarios y actividades recurrentes.	
		Manejo de Recursos	El manejo de recursos en el hogar implica las estrategias y dinámicas utilizadas por las familias para administrar bienes esenciales tales como alimentos, tecnología, espacio, etc. Durante el confinamiento, estas estrategias fueron clave para satisfacer las necesidades y garantizar la funcionalidad de la vida cotidiana (Jelin, 1976; Galtung, 1996).	

Resignificación del Confinamiento	Se refiere al proceso mediante el cual las familias reinterpretan y otorgan nuevos significados a su experiencia del confinamiento, desde su presente, a través de narrativas, memorias y la reconstrucción del significado (Ricoeur, 1983; Jelin, 2002; White & Epston, 1990).	Narrativas Familiares sobre el Confinamiento	Proceso mediante el cual las familias reinterpretan su experiencia del confinamiento a través del relato, otorgándole un nuevo sentido desde el presente (Ricoeur, 1983).	(24) ¿Cómo describiría la convivencia en su hogar durante el confinamiento? (25) ¿Cómo percibe la convivencia familiar cinco años después del confinamiento? ¿En qué aspectos ha cambiado su manera de recordarla? (26) ¿Qué aprendizajes sobre la convivencia familiar surgieron o se han fortalecido en su familia a raíz del confinamiento? ¿Siguen vigentes o han cambiado con el tiempo? (27) ¿Cómo han cambiado sus recuerdos sobre la convivencia en el confinamiento con el paso del tiempo?
		Memoria Colectiva del confinamiento	Hace referencia al proceso mediante el cual las familias reconstruyen su pasado, destacando ciertos recuerdos del confinamiento según su presente y su contexto actual. (Jelin, 2002).	(28) ¿Notaron cambios en las relaciones entre los miembros de su familia durante y después del confinamiento? ¿Cómo se manifestaron estos cambios? (29) ¿Qué aprendizajes sobre la convivencia surgieron o se han fortalecido en su familia a raíz del confinamiento? ¿Siguen vigentes o han cambiado?
		Reescritura del confinamiento	Transformación activa del significado del confinamiento, integrándolo en la identidad familiar como aprendizaje, crecimiento o punto de inflexión en sus relaciones (White & Epston, 1990).	(30) ¿En qué actividades del proyecto <i>Mi-Casa, Territorio de Paz</i> participaron durante el confinamiento? -- ¿Cómo influyó su participación en el proyecto 'Mi Casa, Territorio de Paz' en la forma en que ahora recuerda y resignifica la convivencia familiar durante el confinamiento? (31) Desde su rol en la familia (madre, padre, hijo/a, abuelo/a, cuidador/a, etc.), ¿cómo contribuyó a la construcción de las relaciones familiares durante el confinamiento? ¿Han cambiado sus percepciones sobre el rol que desempeñó?

Nota. Elaboración propia.

Anexo 3. Consentimiento Informado



Estimado(a) participante

Desde la Maestría en Asesoría Familiar, la estudiante Yenifer Luna Gómez, de la Pontificia Universidad Javeriana Seccional Cali, está llevando a cabo la investigación titulada:

“Convivencia familiar en participantes del proyecto *Mi-Casa, Territorio de Paz* en Cali, cinco años después del confinamiento por COVID-19”. El objetivo general es:

Comprender la resignificación de la convivencia familiar entre los participantes del proyecto *Mi-Casa, Territorio de Paz* en Cali, cinco años después del confinamiento por COVID-19. Y, los objetivos específicos son: 1. Describir las actividades y prácticas cotidianas que estructuraron la vida familiar en casa durante el primer confinamiento. 2. Identificar las estrategias de convivencia que las familias reconocen como resultado de su participación en el proyecto *Mi-Casa, Territorio de Paz*, cinco años después. 3. Explorar los significados que las familias atribuyen actualmente a su experiencia de convivencia durante ese periodo.

Esta investigación adopta un enfoque cualitativo de tipo fenomenológico, con muestreo intencional basado en criterios específicos. Para la recolección de datos, se utilizará una entrevista semiestructurada, complementada con técnicas interactivas como la línea de tiempo y la cartografía social, las cuales han sido validadas por profesionales en asesoría familiar.

Se adoptarán rigurosas medidas éticas, como este consentimiento informado y un protocolo de atención en crisis. La recolección de la información se realizará mediante entrevistas virtuales a través de Google Meet, y se documentará mediante grabaciones de audio (con su autorización verbal) y transcripciones, permitiendo un análisis reflexivo, profundo y ético de las experiencias compartidas.

Se le invita cordialmente a participar en esta investigación. Las entrevistas tendrán una duración aproximada de 60 a 90 minutos y se llevarán a cabo en un ambiente virtual seguro y confidencial. Su

participación contribuirá a una mayor comprensión sobre la forma en que las familias resignifican su experiencia de convivencia en contextos de crisis, aportando conocimiento valioso para futuras intervenciones sociales.

Es posible que, durante la entrevista, usted experimente emociones relacionadas con recuerdos del confinamiento. Si esto ocurre, podrá expresar libremente sus emociones, hacer una pausa o finalizar la entrevista en cualquier momento. Contamos con un protocolo de apoyo emocional en caso de requerirlo.

La decisión de participar en la investigación es completamente PERSONAL, LIBRE y VOLUNTARIA.

- Sus datos personales y la información obtenida son completamente CONFIDENCIALES, por el contrario, se utilizará un CÓDIGO/PSEUDÓNIMO para identificarlo.
- En el transcurso del estudio usted podrá SOLICITAR información actualizada sobre el mismo.
- En el transcurso del estudio usted podrá RETIRARSE en cualquier momento, agradeciendo que nos informe las sus razones.
- En el transcurso del estudio nosotros podremos retirarnos en cualquier momento, y le explicaremos nuestras razones.
- NO recibirá ningún beneficio económico por su participación.
- NO tendrá que hacer un gasto económico durante su participación.

La investigación se enmarca en los artículos 2, 3, 10, 15, 17, 23, 24, 29, 36, 45, 46, 47, 48, 49, 50 y 52 de la **Ley 1090 del 06 de septiembre del año 2006**, establecida por el Congreso de la República de Colombia, por medio de los cuales se establecen las normas pertinentes frente a aspectos científicos, técnicos y administrativos para la investigación en psicología, y los artículos 5, 8, 10, 11, 12, 14, 15 y 16 de la **Resolución No. 008430 de 1993** que regula de los aspectos éticos de la investigación en seres humanos en áreas de la salud.

Si considera que no hay dudas ni preguntas acerca de su participación, puede firmar el siguiente Consentimiento Informado.

Una vez leída y comprendida la información anterior en pleno uso de mis capacidades, manifiesto mi participación en la investigación. En tal sentido, la firma del consentimiento informado implica autorización para la entrevista semiestructura y línea de tiempo.

Yo, _____, identificado con CC _____ declaro que he sido informado(a) de los objetivos, fines del presente estudio a realizar por estudiantes de la Pontifica Universidad Javeriana Cali. Y obrando en forma **AUTÓNOMA Y CONSCIENTE, ACEPTO** la participación en esta investigación. Se firma a los días ____ del mes _____ del año 20____.

“Una vez concluida la investigación, se convocará a los participantes de cada ciudad para presentarles los resultados más relevantes obtenidos. Esta presentación se realizará de forma grupal, y la asistencia será totalmente voluntaria. Los participantes podrán optar por asistir de manera presencial o virtual, según su preferencia. Asimismo, si lo desean, podrán elegir si desean mantener su anonimato durante esta sesión”.

FIRMA PARTICIPANTE

Nombre: _____

CC: _____

Teléfono: _____

FIRMA ESTUDIANTE-INVESTIGADORA

YENIFER LUNA GÓMEZ

CC: 1112300212

lunagomez@javerianacali.edu.co

MÓVIL: +18684649025

TESTIGO

Nombre: _____

CC: _____

FIRMA DE LA DOCENTE ENCARGADA

MYRIAM JANNETH ROMAN MUÑOZ

CÉDULA DE CIUDADANÍA 59820179

DIRECTORA DE TRABAJO DE GRADO

mroman@javerianacali.edu.co

Anexo 4. Protocolo de Atención en Crisis

PROTOCOLO DE ATENCIÓN EN CRISIS DURANTE ENTREVISTA SEMIESTRUCTURADA

Adaptado por: Yenifer Luna Gómez

Basado en: Córdoba, Ortiz y Hoyos (2024). Grupo de Investigación Bienestar, Trabajo, Cultura y Sociedad (BITACUS). Pontificia Universidad Javeriana de Cali

Este protocolo establece lineamientos para el manejo de crisis emocionales o psicológicas que pudieran surgir durante la recolección de información en el estudio titulado: “Convivencia familiar en participantes del proyecto *Mi-Casa, Territorio de Paz* en Cali, cinco años después del confinamiento por COVID-19”.

El protocolo tiene como propósito principal garantizar el bienestar emocional, la autonomía y la protección de las personas participantes durante el proceso investigativo.

Criterios de identificación y actuación

Durante las entrevistas se suspenderá la grabación y/o el desarrollo del instrumento si se observan se interrumpirá inmediatamente si se observan signos de angustia emocional, como llanto excesivo, ansiedad, enojo o pensamientos auto lesivos. En estos casos, la investigadora ofrecerá contención emocional, validación empática y, si es necesario, se orientará al participante hacia servicios profesionales de salud mental.

Plan de Apoyo en Crisis

Antes de iniciar la recolección de información, la investigadora se familiarizará con las rutas de atención psicológica disponibles en Cali y coordinará con el Centro de Bienestar Universitario de la Pontificia Universidad Javeriana – Cali la posibilidad de realizar remisiones si algún participante lo requiere. También se elaborará una lista actualizada de servicios de salud mental públicos y gratuitos.

Durante la entrevista, si se identifica una crisis emocional, se suspenderá la entrevista y la grabación. Se ofrecerá contención emocional mediante pausas, respiración consciente o validación verbal, y se consultará al participante sobre cómo desea proceder: continuar, pausar o retirarse. Su decisión será respetada en todo momento.

Si es necesario, se orientará al participante hacia servicios de salud mental.

Contactos de Apoyo y Servicios en Cali

Entidad / Profesional	Contacto
Línea 106 de atención en salud mental	 106 (24 horas – gratuita)
Secretaría de Salud Pública de Cali	 602 4865555 – Opción 1
Fundación Valle del Lili (salud mental)	 602 331 9090
Hospital Universitario del Valle (HUV)	 602 553 0044
Centro de Bienestar PUJ Cali	bienestaruniv@javerianacali.edu.co

Firmas

FIRMA ESTUDIANTE INVESTIGADORA

Yenifer Luna Gómez

CC: 1112300212

Correo: lunagomez@javerianacali.edu.co

FIRMA DIRECTORA DE TRABAJO DE GRADO

Myriam Janneth Román Muñoz

CC: 59820179

Correo: mroman@javerianacali.edu.co