



**UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO**  
**FACULTAD DE PSICOLOGÍA**  
**DIVISIÓN DE ESTUDIOS PROFESIONALES**



**FACTORES QUE FAVORECEN EL PROCESO DE RESILIENCIA EN  
MUJERES QUE LLEVAN A CABO UN TRABAJO REMUNERADO Y  
ACTIVIDADES DOMÉSTICAS Y DE CRIANZA**

Tesis para obtener el Título de  
Licenciada en Psicología

Presenta:

Karen Alejandra González Flores

Directora: Dra. Tania Esmeralda Rocha Sánchez

Revisora: Dra. Olivia Tena Guerrero

Sinodales: Dra. Patricia Corres Ayala

Dra. Patricia de Buen

Dra. Melissa García Meraz

CIUDAD UNIVERSITARIA, CD.MX.  
Octubre, 2016

PAPIIT No. IN304311-3



Universidad Nacional  
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

**Biblioteca Central**



**UNAM – Dirección General de Bibliotecas**  
**Tesis Digitales**  
**Restricciones de uso**

**DERECHOS RESERVADOS ©**  
**PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL**

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

## AGRADECIMIENTOS Y DEDICATORIAS

En primera instancia dedico este trabajo a mis padres, ellos fueron la fuente de inspiración de esta tesis: a mi mamá por ser un modelo a seguir, por siempre luchar por lo que quiere y por transmitirme esa misma tenacidad; a mi papá porque creciendo en una sociedad basada en el patriarcado me enseñó a vivir la equidad desde casa y porque siempre es quien más me impulsa a perseguir mis sueños.

Dedico este trabajo a mis hermanas, Daniela y Andrea, porque siempre están a mi lado sin importar lo que pase, sin ellas mi vida sería muy gris.

Agradezco el apoyo de todos los profesores y colegas que me acompañaron en esta etapa escolar de mi vida porque me enseñaron un mundo nuevo e increíble visto con los ojos de la psicología, en especial a mi gran amigo Alejandro Fuentes que ha crecido conmigo desde la prepa y luego en la universidad.

A la Universidad Nacional Autónoma de México y a la Facultad de Psicología por brindarme tanto conocimiento y tantas oportunidades de crecimiento personal.

Al Programa de Apoyo a Proyectos de Investigación e Innovación Tecnológica (PAPIIT) de la UNAM, ya que el presente trabajo formó parte del proyecto "Factores individuales, sociales y culturales vinculados al género que delimitan la salud mental, emocional y la autonomía psicológica de las mujeres en la actualidad IN304311".

También quiero agradecer a mis ahora exjefas Jessica Caldwell y Jessica Soulé, pues me guiaron y me enseñaron a aplicar todo el conocimiento que adquirí

en la realización de esta tesis y a lo largo de mi carrera, y a verlo desde una perspectiva de negocio.

A la Dra. Tania Rocha, mujer que admiro y que siempre me retó a dar más, gracias por todas esas horas en las aulas de la escuela y por las pláticas interminables sobre género.

Por último, quiero agradecer a todas las mujeres que compartieron su historia conmigo, por ser tan valientes y por enseñarme tanto.

## ÍNDICE

ÍNDICE.....	i
INTRODUCCIÓN.....	1
CAPÍTULO I	
1.1 Roles y Relaciones de Género en México: Un Panorama Introdutorio.....	9
CAPÍTULO II	
2.1 La Relación Familia-Trabajo en la Vida de las Mujeres y sus Implicaciones.....	21
CAPÍTULO III	
3.1 Resiliencia .....	39
CAPÍTULO IV	
4.1 Método.....	54
4.2 Justificación.....	54
4.3 Planteamiento del problema.....	55
4.4 Objetivos Generales.....	57
4.5 Participantes .....	58
4.6 Procedimiento.....	59
4.7 Ejes Temáticos.....	60
4.8 Abordaje Metodológico y Marco Interpretativo .....	64
CAPÍTULO V	
5.1 Presentación, Análisis e Interpretación de los Resultados.....	68
5.2 Conociendo a las Mujeres: Caracterización de las Participantes.....	68
5.3 Área Explorada: Conflicto Familia-Trabajo .....	76

5.1 Procesos y Prácticas de Resiliencia.....	89
CAPÍTULO VI	
6.1 Discusión y Conclusiones .....	100
REFERENCIAS.....	102

# FACTORES QUE FAVORECEN EL PROCESO DE RESILIENCIA EN MUJERES QUE LLEVAN A CABO UN TRABAJO REMUNERADO Y ACTIVIDADES DOMÉSTICAS Y DE CRIANZA

## INTRODUCCIÓN

A lo largo del tiempo, se ha creído que hombres y mujeres son completamente distintos tanto en lo físico, como en lo emocional y psicológico, al punto de creer que debido a su sexo, las expectativas y exigencias deben ser distintas para cada uno (Gallego, 2007). Sin embargo, se ha demostrado que existen mayores similitudes a nivel biológico (Fernández, 1996), entendiendo que la socialización juega un papel primordial para crear estas diferencias entre hombres y mujeres; a los hombres se les enseña a desempeñar un rol “masculino”, entendiendo este como un rol enfocado al logro, a la agresividad, a la dominación, el ser proveedor, etc. mientras que a las mujeres se les enseña a vivir un rol “femenino”, entendiendo este como un rol cariñoso, maternal, de sumisión, etc. (INMUJERES, 2007). Estos roles se promueven bajo una lógica de inmutabilidad y no sólo se traducen en una separación de actividades y espacios, sino en una forma de clasificar a las personas y de controlar y limitar sus derechos y posibilidades. Estos roles moldean la sexualidad de las personas y son una base importante para las desigualdades sociales que se viven en torno a los sexos (Diaz-Loving, Rocha & Rivera, 2007; Rocha, 2011). Sin embargo, a pesar de existir tendencias de cómo una sociedad clasifica los roles femeninos y masculinos, los aprendizajes que tendrá cada persona dependerán de distintas variables, como lo son el contexto, la situación económica, sociodemográfica, inclusive si la sociedad está mayormente orientada a la equidad o no. En el momento en que una persona se apropia de los comportamientos asignados a los roles, ha logrado construir su identidad de género; pero debe tomarse en cuenta que el género se moldea con base a las estructuras de poder (Gallego, 2007; Gutman, 1997).

El proceso de socialización enfatiza que en los varones se refuerzan características y comportamientos ligados al poder, el dominio, la sabiduría, la racionalidad, etc. En tanto, en las mujeres, lo que se exagera es el cuidado de los demás, la protección, la expresividad, la dependencia; todos estos aspectos que se esperan en las personas de acuerdo a su sexo, son los estereotipos creados alrededor de estos roles (De Garay, Diaz-Loving, Frías, Limón, Lozano, Rocha & Zacarías, 2009; Diaz-Loving, Rocha & Rivera, 2007; García-Retamero & López-Zafra, 2006; Rocha & Diaz-Loving, 2005). La socialización provoca que los roles de género prevalezcan a lo largo del tiempo, ya que es la misma sociedad quien empuja a que las personas asuman esas características, comportamientos e incluso maneras de pensar, creándose un sentido de pertenencia como hombres o como mujeres (Diaz-Loving, Rocha & Rivera, 2007; Lamas, 1999). Los comportamientos esperados para cada sexo se clasifican de la siguiente manera (INMUJERES, 2007): el rol vinculado a labores domésticas y de crianza, el cual se adjudica al género femenino, y se asocia al ámbito privado; en tanto, está el rol de proveedor económico, el cual se identifica con el género masculino y se asocia con el ámbito público.

Hoy en día, a pesar que en México se sigue viviendo una estructura patriarcal (Postigo, 2001) es decir una sociedad que se inclina hacia lo masculino, dando el poder y dominio a los hombres, se observa que las mujeres han tenido diversos avances en materia de derechos y posibilidades, incluso, algunas investigaciones dan cuenta que esta separación de características y atributos entre hombres y mujeres cada vez es más difusa, pues las mujeres hoy en día no sólo dan cuenta de aspectos estereotípicamente pensados como de hombres sino que tienen una fuerte inclusión en ámbitos que anteriormente estaban captados por los hombres. (Rocha, 2011). Sin embargo, a pesar de estos cambios, también se ha señalado que el posicionamiento y la aceptación de estas transformaciones por parte de los hombres no es equiparable, en el sentido de que no se observa el mismo involucramiento en el ámbito privado, que el que tiene la mujer en el público (Cruz, 2011). En gran medida, se sigue considerando que la principal



ocupación y obligación de las mujeres es la familia, teniéndose que ocupar ellas de la crianza de los hijos y del cuidado de la casa, siendo que únicamente se le han sumado roles, en lugar de observarse una mayor equidad entre los géneros. Empero esta situación, se han tenido impactos positivos siendo que las mujeres tienen mayores accesos a recursos para lograr sus metas, se observa que esos recursos son un empuje en sus vidas para tomar decisiones, cambiando su percepción en cuanto a eficacia y utilidad dentro de la sociedad (Cruz, 2011; García-Retamero & López-Zafra, 2006; Gómez, 2003; INEGI, 2012).

Lo antes mencionado, ha sido resultado de las múltiples luchas y resistencias que se han generado desde los movimientos feministas siendo que en los años de la Revolución Francesa -1789 al 1799- las mujeres empezaron a cuestionarse sobre el papel que jugaba la mujer en la sociedad y buscaban que su participación fuera mucho más activa (Macías, 2002). En un inicio, las puertas se abrieron sobre todo en el ámbito académico, pero hoy en día se observa en muchos más ámbitos como el académico, laboral, social, etc. Sin embargo, este suceso ha causado un shock cultural entre lo que la mujer “debería” estar haciendo y lo que en realidad está haciendo, entre otras cosas por el apego a estas visiones estereotipadas sobre las mujeres destinadas a casarse, tener hijos, dedicarse al hogar, ser “buenas madres”, “buenas esposas” (Navarro, 2010). Estas exigencias, juegan un papel fundamental en la manera en la que las mujeres se viven ante sus propias transiciones, sobre todo cuando se involucran en escenarios y actividades del ámbito público, como lo es tener un trabajo remunerado, dando pie al surgimiento de dudas, remordimientos, cuestionamientos, culpas, y malestar en general (Rocha & Cruz Del Castillo, 2013; Spindola & Da Silva, 2002).

Para diversas autoras este tipo de malestares ha sido abordado como un conflicto interrol (Jiménez & Moyano, 2008) o como conflicto trabajo-familia, aludiendo al malestar que se genera como “la consecuencia de las presiones incompatibles derivadas de los roles laborales y familiares” (Martínez, Vera,

Paterna & Alcázar, 2002 pp. 305) e identifican tres tipos distintos de conflicto: cuando no es posible conciliar los tiempos de ambos roles, el conflicto que origina tensión, agotamiento y estrés, y el basado en las conductas y expectativas incompatibles entre ambos. Y a pesar que hoy en día se observen cambios en los roles de las mujeres, se observa que son estas las que deben vivir dobles o triples jornadas, como una de las muy comunes soluciones que se le dan a este conflicto (Luque, 2008). La socióloga Laura Balbo (Torns, 2001) habla sobre una doble presencia, en donde la vida cotidiana de las mujeres se conforma de una actividad laboral y el trabajo doméstico-familiar, sin existir alguna otra alternativa, dando así una falsa conciliación ya que no hay lugar para su vida personal. Esta doble presencia, se refiere a que las mujeres deben enfrentar una doble carga de trabajo, la cual se vive de manera sincrónica, en un mismo lapso de tiempo ya que no es posible desprenderse del hogar y es constante a lo largo de toda su vida, a diferencia de las dobles jornadas, las cuales se refieren a jornadas laborales que se desarrollan de manera diacrónica, es decir en momentos distintos del día y pueden o no ser constante a lo largo de la vida. Suponer una suerte de conciliación de roles implicaría que las mujeres contaran con los recursos necesarios para que esto no les afecte su salud física, mental y psicológica. Empero, esta conciliación no dependerá completamente de las mujeres; sino que existen barreras de carácter macro estructural como las que ha señalado Mabel Burin (1996; Burin, 2008): “techo de cristal”, “piso pegajoso” y “fronteras de cristal”, las cuales toman en cuenta a un todo, como es el impacto de la sociedad en la vida de las mujeres. Estas 3 barreras, las cuales serán descritas en el marco teórico, causan malestares a las mujeres, haciéndolas vulnerables y viviendo un constante riesgo debido a las tensiones que surgen en estas situaciones. Y a pesar que estas barreras se adjudican a la mujer, no se debe olvidar que el contexto es el factor principal para que las mujeres deban afrontar este tipo de situaciones; lamentablemente no es suficiente que una mujer decida vivir su vida de cierta manera, la misma sociedad empujará para que las mujeres afronten estas situaciones de una manera particular, lo cual incidirá directamente en su salud y bienestar.

Al respecto, es necesario señalar que la salud mental de las mujeres ha sido abordada desde 3 distintos modelos (Tena, 2006): el modelo psicopatológico (la enfermedad es una desviación de la norma), el emotivo-sensible (la salud requiere de armonía y equilibrio, dependiendo del individuo si se logra o no) y, por último, el tensional-conflictivo (el malestar se vive por las opresiones vividas en el día a día). Estos modelos que serán explicados con mayor detalle en el marco teórico, sugieren explicaciones a la salud mental de las mujeres, siendo el último modelo el único de los 3 que considera lo externo como parte del escenario que causa opresión sobre las vivencias de las mujeres. La condición de género de la mujer, por ende, se ve en constantes malestares, debido a la desigualdad que se sigue dando y es que es un elemento explicativo ineludible para el bienestar mental de las mujeres. Sin embargo, no es una situación fija en la cual no se puedan observar cambios; pero hasta ahora, el hecho de que las mujeres tengan acceso a la educación, la salud y al tener un trabajo remunerado, no ha sido suficiente. Es por eso, que la resiliencia es un constructo sumamente importante, ya que implica que a pesar de las adversidades y malestares, existen factores tanto externos como internos que pueden facilitar el tránsito de las mujeres para transformar su entorno, saliendo fortalecidas de la situación que cause malestar.

Rutter (1993, en López, 2008) define a la resiliencia como una “respuesta global en la que se ponen en juego los mecanismos de protección, entendiendo por éstos no la valencia contraria a los factores de riesgo, sino aquella dinámica que permite al individuo salir fortalecido de la adversidad, en cada situación específica y respetando las características personales”. Grotberg (1995, en López, 2008), a diferencia de Rutter crea un modelo para generar resiliencia, el cual consiste en hacer verbalizaciones del tipo “yo tengo”, “yo soy”, “yo puedo” y “yo estoy”. Estas verbalizaciones lo que crean son factores que constituyen la resiliencia; es decir se fomenta la autoestima, la confianza en sí mismo y en el entorno, la autonomía y la competencia social. Infante (2001, en López, 2008) define a la resiliencia como un proceso dinámico que incluye tres componentes esenciales: la noción de adversidad, trauma, riesgo o amenaza al desarrollo humano, la adaptación positiva o superación de la adversidad, y por último el

proceso que considera la dinámica entre mecanismos emocionales, cognitivos y socioculturales que influyen sobre el desarrollo humano.

Judith López (2008) nos dice que para que una persona sea considerada resiliente, se deben considerar tanto sus habilidades y capacidades individuales, así como las herramientas familiares y comunitarias con las que cuenta para poder afrontar las crisis y situaciones de adversidad; es decir, estas variables son esenciales en el término de resiliencia. Las variables individuales se conforman del temperamento y tipo de apego que tenga la persona, la inteligencia, capacidades y habilidades para desarrollar relaciones íntimas, orientación al logro, capacidad de construir significados producidos para eventos vividos, mecanismos de defensa intrapsíquicos y esperanza. Las variables familiares conllevan el funcionamiento familiar, considerando las relaciones más no la estructura; es decir, que la calidad en las relaciones sea favorable sin hacer diferenciación en aquellas familias que salen del modelo tradicional, como lo son las monoparentales, compuestas, etc. Y por último las variables comunitarias definidas como las redes de apoyo adicionales a las familiares, las cuales brindan seguridad y confianza como lo son la escuela o el trabajo, y un sentimiento cultural de pertenencia.

En Psicología los estudios que se han realizado en torno a la resiliencia, en un inicio se enfocaron en niños y niñas que vivieron situaciones traumáticas, de mucha tensión, crisis, extremadamente adversas y que su consecuencia fue una vivencia llena de dolor y sufrimiento para ellos (Kotliarenco, Cáceres & Fontecilla, 1997; Athié & Gallegos, 2009; Castañeda, Guevara & Rodríguez, 2005).. En estos estudios se encontraba que existían niños y niñas que al crecer, se convirtieron en adultos pero que no se presentaban con desórdenes psicológicos debido a la crisis; al contrario, desarrollaban habilidades, mecanismos y capacidades para convertirse en personas capaces de afrontar situaciones similares, de crisis y adversas, de manera eficaz e inclusive saliendo fortalecidos de esas situaciones. Posteriormente los estudios se fueron enfocando a situaciones de duelo, violencia en adolescentes, violencia de género, enfermedades degenerativas. Todo esto

supuso que la resiliencia tendría que ser estudiada a partir de la crisis, de situaciones traumáticas, adversas, la cual desencadena mecanismos y habilidades para afrontar de manera más o menos resiliente dicha situación (Castañeda, Guevara & Rodríguez, 2005; López, 2008; Athié & Gallegos, 2009).

Empero existen autores como, Robert Brooks y Sam Goldstein (2004) que consideran que la resiliencia también puede enfocarse en las situaciones que se viven en el día a día, que si bien no son consideradas situaciones de crisis, sí conllevan tensiones, situaciones desventajosas, traumas, etc. Lo que estos autores proponen es que la resiliencia puede ser aplicada a toda la población en general, pues no se sabe en qué momento cualquier persona, cualesquiera sean sus bases, educación, entorno, etc., en un futuro tenga que experimentar alguna situación que logre un quiebre en su vida; sin embargo, las personas que vivan su día a día de manera resiliente, contarán con las herramientas necesarias para hacerle frente a cualquier situación. Inclusive, estos autores señalan que la resiliencia tampoco debería estar enfocada únicamente para enfrentar situaciones de tragedia y crisis, sino que es importante tener una mentalidad resiliente para todos los aspectos de la vida diaria.

Es por lo anterior, que considero fundamental retomar este concepto de resiliencia como un proceso del cual es posible dar cuenta ante los malestares que enfrentan las mujeres en la relación familia-trabajo remunerado dada las expectativas, estereotipos y roles de género. A lo largo de este documento se revisarán los roles que son asignados a los seres humanos por el simple hecho de pertenecer a un sexo biológico, así como las relaciones que se generan a partir de la socialización y pertenecer a una sociedad patriarcal como lo es México. De igual forma, se revisarán las implicaciones que existen en la ejecución del rol trabajo-familia en la vida de las mujeres y finalmente cómo la resiliencia se vuelve un punto clave en la vida de estas mujeres, para afrontar situaciones de riesgo como lo es vivir este rol trabajo-familia.

Mi interés al realizar esta tesis es comprender cómo las mujeres en el día a día pueden vivir desde un lugar resiliente, específicamente cuando se vive este conflicto familia-trabajo, ya que da cuenta de las demandas contradictorias y las barreras que prevalecen en torno a la manera en la que las mujeres desempeñan tareas del hogar y la crianza, y a su vez tienen un trabajo remunerado. Entiendo completamente que la resiliencia se ha estudiado en situaciones de riesgo como es la violencia, fenómenos naturales y se ha enfocado de manera individualista. Mi interés para incluir resiliencia en el tema de conflicto familia-trabajo, es porque identifiqué que en estas situaciones de igual forma se viven contradicciones, se encuentran barreras y se generan malestares que pueden provocar problemas físicos y psicológicos.

## CAPÍTULO 1

### ROLES Y RELACIONES DE GÉNERO EN MÉXICO: UN PANORAMA INTRODUCTORIO

El sexo es una variable que se utiliza para clasificar a los seres humanos; este es asignado desde el momento en que un bebé está dentro de la madre y pareciera que al definir el sexo, se asignan a ese bebé características personales que se identifican ya sea con el género femenino o con el género masculino. Sin embargo, es importante diferenciar ambos. El sexo tiene como raíz el fenómeno biofisiológico y es una clasificación, una variable, mientras que el género es de índole sociocultural, es decir una categoría de análisis (Jayme, 1999), a partir del momento en que se asigna el sexo de este ser humano, se constituye una predestinación cultural, e inmediatamente se crean expectativas sociales, de roles y rasgos de personalidad, marcando así un deber ser desde el primer instante. A partir de este momento y a lo largo de la vida de las personas, se dará esta construcción de identidad de género. La infancia sobre todo, es un momento en la vida en la cual se está motivado intrínsecamente a asumir los roles que la sociedad dicta, ya que estos roles de género son la expresión pública de la identidad de género.

A lo largo de la historia se ha insistido en la diferenciación de hombres y mujeres en todos los ámbitos de sus vidas, es decir en lo físico, en lo mental, en lo emocional, en lo psicológico y en lo social, creándose así una lógica de género donde existe una dicotomía de hombre-mujer (Rocha, 2011) y en donde las expectativas que existen en torno a las mujeres, únicamente se entienden en relación con las expectativas de los hombres (Gallego, 2007). El hecho de vestir de manera distinta a niños y niñas, de asignar colores, permitir actividades distintas como son el juego, el deporte, etc., en diferenciarlos en cada aspecto, es la manera que en transmitimos lo que es un rol femenino y un rol masculino. Estas fuerzas de socialización de los géneros, se conciben desde el primer momento en

la vida de cualquier persona, reafirmando así estas creencias y reafirmando que los sexos/géneros son distintos (Jayme, 1999).

Existen tendencias que interpretan cualquier proceso biológico, por ejemplos las diferencias a nivel de cerebro , como determinante fijo y permanente de la conducta de cada uno de los sexos (Fernández, 1996); sin embargo, el sexo y no el género, es “inmutable” en tanto alude a aquellas características fisiológicas, cromosómicas, anatómicas y biológicas que no son transformables de forma “natural”, mientras que el género al aludir a las ideas, creencias, atribuciones, roles y normas que las culturas construyen sobre las personas son modificables (INMUJERES, 2007). Incluso, se ha comprobado mayor similitud a nivel cerebral (Fernández, 1996), mas no a nivel conductual, siendo regido este por la socialización y un proceso de aprendizaje, por la interacción de biología-cultura, ya que la diversidad y consistencia de las mismas diferencias está condicionada a los patrones culturales (Fernández, 1996; Rocha, 2011). Juan Fernández (1996) explica que la diferenciación sexual puede ser vista como a) identidad sexual: que es un auto reconocimiento como hombre o como mujer; b) orientación sexual: que es la elección de parejas sexuales; y c) comportamiento genérico: que son las conductas consideradas socialmente como idóneas para cada sexo.

Desde que las personas nacen, la misma cultura, la familia, el medio en el que se desarrollan, etc., moldean estas conductas socialmente aceptadas para cada sexo, el deber ser, la manera de comportarse, lo que se debe pensar, incluso sentir y hasta creer; los padres muestran y enseñan a sus hijos e hijas lo que un niño y una niña tienen que ser, lo que está permitido, el rol que cada uno desempeñará en la sociedad, las normas de género, lo que está bien, lo que está mal. De acuerdo al sexo biológico, la sociedad asigna un rol y un conjunto de atributos que dan espacio para conformar una suerte de identidad respecto a vivirse como hombre o mujer (Rocha, 2011). La identidad de género es resultado de un conjunto de factores cognitivos y emocionales, durante la infancia, ya que



esta identidad personal no está libre de la influencia socio cultural (Jayme, 1999). Mientras que a los niños se les enseña que deben jugar con carros, muñecos, videojuegos, armas, que no deben llorar ni mostrar sus sentimientos, se les trata de manera brusca para que se aguanten “como los machos”, se les permite que se ensucien, que corran y griten; a una niña se le enseña a jugar con muñecas, “a la mamá”, a “la casita”, a “la cocinita”, se le trata delicadamente, debe ser educada y con modales, tranquila, limpia, ordenada, estar siempre arreglada y presentable; sin embargo, debe resaltarse que a pesar de ello , el tipo de aprendizajes que tendrá una persona sobre los roles se verá influido por factores de corte sociodemográfico, el contexto, la situación socioeconómica, el tipo de familia si es que es biparental, monoparental, extendida, y la etnicidad, por ejemplo, cuando una sociedad tiende a la equidad dando los mismos accesos a hombres y mujeres tanto a recursos como a poder, se interpreta el comportamiento de las mujeres como agresivo, siendo esta característica identificada con un rol masculino; de igual forma se percibe que siguen menos las reglas, ya que cuestionan situaciones que en sociedad tradicionales se esperaría realizaran sin cuestionar, denotando así una transformación en los roles, en las características e incluso en los estereotipos (Fernández, 1996; Rocha, 2011). Sin embargo y a pesar de esto, cuando una persona posee características asumidas como femeninas, es decir cariñosa, maternal, etc. la misma sociedad clasificará a ésta como mujer, sobre todo porque el género que la sociedad define como “femenino” se construye en cada cultura y momento histórico con base en la diferenciación sexual (INMUJERES, 2007); o bien si lo que muestra son características como orientación al logro, agresividad, dominante, etc. será considerado como hombre; empero, cuando una mujer deja de ser femenina en forma convencional, es decir madre, mujeres que dedican exclusivamente a las tareas del hogar, hembra, ser-para-otros, no se considera que esté en la búsqueda de nuevas formas de ser en el mundo, sino que está imitando y asumiendo características masculinas compitiendo directamente con el hombre, mientras que esto no sucede de la misma forma con los hombres, de inicio ha sido menos visible la incorporación de características femeninas en los hombres, y cuando estos las asumen se

consideran estables y permanentes (Castañeda, 2006; Rocha, 2011). De hecho, Sandra Bem (1981, en Díaz-Loving, Rocha & Rivera, 2007; Rocha, 2011) le llama androginia a la posibilidad de que en una persona coexistan rasgos que en un sistema perfectamente articulado que supone esta lógica binaria, sexista y androcéntrica, se consideren mutuamente excluyentes. Esto proviene de la consideración de lo femenino y masculino como normas inmutables que desafortunadamente moldean la sexualidad y crean una desigualdad en todo sentido. Sin embargo, en el momento en que la persona se apropia y adjudica estos comportamientos, adecuándose a las exigencias de lo socialmente establecido, habrán construido su identidad de rol de género (Gutman, 1997), sin olvidar que el género se construye a través de las relaciones básicas de poder y estas son jerarquizadas en una estructura patriarcal (Gallego, 2007), es decir una sociedad que se inclina claramente hacia lo masculino, donde el hombre es quien tiene el poder y dominio sobre todas las cosas y en todas las estructuras de poder como lo son la familia, trabajo remunerado, política, sexualidad, cultura y a la vida propiamente de la mujer (Postigo, 2001).

Marcela Lagarde (1998, en Castañeda, 2006 pp. 203) considera que la identidad “se conforma como un conjunto de dimensiones y procesos dinámicos y dialécticos que se producen en las intersecciones entre las identidades asignadas y la experiencia vivida que exhala diversidad de condiciones del sujeto. La experiencia del sujeto en torno a su ser y a su existir; es heterogénea ya que contiene elementos descriptivos, elementos interpretativos y elementos sin elaborar” y declara que las mujeres como sujetos de género, formarán su identidad alrededor de un cuerpo sexuado esencialmente para los hombres y para la reproducción; aunque cabe mencionar que esto no significa que sea definitiva y no pueda llegar a modificarse. Esto puede observarse en que en la actualidad, se han transformado tanto los hombres como las mujeres, evidenciándose en algunas mujeres las tareas que desempeñan así como la manera en que las hacen, como por ejemplo la orientación al logro, la agencia y la productividad, mientras que en los hombres se observa una valoración de mayor importancia a

su papel como padres, teniendo una mayor comunicación con sus hijos e hijas y teniendo un papel mucho más activo en su cuidado (Rocha, 2011).

De acuerdo a distintos autores y autoras (De Garay, Diaz-Loving, Frías, Limón, Lozano, Rocha & Zacarías, 2009; Diaz-Loving, Rocha & Rivera, 2007; García-Retamero & López-Zafra, 2006; Rocha & Diaz-Loving, 2005) bajo un proceso de socialización estereotipado, el énfasis en la educación de las personas exaltaría que los roles que un hombre debe asumir deberían enfocarse a la acción, enfatizando el poder, la producción, la protección, la sabiduría, el dominio, la racionalidad, la violencia, la competición y la autoridad. Mientras que una mujer exigiría roles que estarían enfocados a la expresividad, con un particular énfasis en las interacciones humanas, la dependencia, el cuidado de los demás y el apoyo social. Los roles de género son entonces el conjunto de conductas estereotipadas por la cultura y son diferenciadas para hombres y mujeres, y que al mismo tiempo se han vuelto expectativas de la manera en que una persona debe comportarse (INMUJERES, 2004), como lo menciona Teresa Gallego (2007) el género es de carácter relacional e implica poder. De acuerdo con Cinthia Cruz (2011), se plantea que es a partir de la socialización, que se forman valores acerca de qué tipo de trabajo es para hombres y qué tipo para mujeres, es decir, la división básica que se realiza más allá de la clase social, el grupo étnico, el estrato generacional, corresponde a una división sexual del trabajo (INMUJERES, 2007): las mujeres biológicamente dan a luz y por lo tanto se cree o se asume que es a ellas a quien les corresponde el cuidarlos, ser las encargadas del hogar, lo maternal, el cuidado; ergo a los hombres les corresponderá el ámbito público y masculino. Esto denota que en la gran mayoría de las culturas, existe esta división hombre-mujer, como canon continuo que va de lo femenino a lo masculino; haciendo aún más difícil romper con esta dicotomía. Sin embargo, no es posible hacer una separación sobre lo que es biológico y lo que es cultural, por lo que el género se vuelve un constructo complejo y multifacético, compuesto de características biológicas, psicológicas, sociales y culturales, sin permanecer de manera estática, sino que al interactuar entre ellas, se vuelve un proceso dinámico

y flexible que está abierto a modificaciones (Fernández, 1996; Lamas, 1999; Rocha, 2011).

Los roles de género están completamente vinculados con las normas sociales, definiendo a éstas como reglas y expectativas que son utilizadas en una sociedad para que sus miembros regulen su conducta, resumiéndose en creencias compartidas sobre los patrones, ideas y comportamientos correctos dentro de un grupo (Cruz, 2011). Sin embargo, estas reglas no necesariamente serán congruentes entre sí, siempre existirán contradicciones, sobre todo al no ser normas estáticas, sino que son muy susceptibles al cambio y a las situaciones culturales, políticas, globales, económicas, educativas, etc. Este dinamismo también se debe a que, a diferencia de una norma legal por ejemplo que está escrita y definida de manera clara, las normas sociales se transmiten a través de la socialización; pudiéndose identificar tanto una transmisión horizontal (sucede entre pares) como una transmisión vertical (se da de los padres a su descendencia y de generación en generación) (Cruz, 2011; Diaz-Loving, Rocha & Rivera, 2007).

La socialización se define como el proceso a partir del cual la sociedad prepara a las personas para que asuman características, cualidades, comportamientos, maneras de pensar; es decir lo que se espera de ellos por el simple hecho de pertenecer a un sexo u otro, y lo que surge de este entrenamiento es un sentido de pertenencia como hombres o como mujeres (Diaz-Loving, Rocha & Rivera, 2007; Lamas, 1999). La manera en que las personas fomentan este deber ser, se da de diversas maneras, las cuales interactúan todas ellas entre sí; una de ellas es a través de los factores socio-culturales como el hecho de que se vinculen ciertas labores de acuerdo al sexo, las prácticas que conllevan una mentalidad machista y patriarcal. Sobre todo en la diferencia que se hace al establecer que una mujer está a cargo del ámbito privado, mientras que al hombre se le fomenta que debe hacerse cargo del público, dando como resultado

un acceso diferente para cada sexo tanto en el hogar, la fuerza laboral y las instituciones políticas y sociales.

Este patriarcado que se sigue viviendo hoy en día en México, se refiere a un orden social, basado en relaciones asimétricas de poder, en donde se considera superior a lo masculino e inferior a lo femenino (Fernández & Duarte, 2006). Estas ideologías pertenecientes al sistema patriarcal se basan en un machismo, en donde la represión, la dominación y la violencia hacia las mujeres, muchas veces pasan inadvertidos o se asumen como naturales y lógicos.

De igual forma, existen muchas similitudes, en distintas culturas, sobre los comportamientos esperados para cada sexo. Los roles que se desprenden de estos comportamientos son: 1) rol vinculado a las labores domésticas y de crianza y 2) rol de proveedor económico. El rol doméstico es vinculado con las expectativas de género femenino, atribuido a las mujeres, ya que son características vinculadas con la comunalidad, cuidar de los demás, es decir se mueven en un espacio privado que se reduce al hogar y la familia teniendo un papel protagónico que no es valorado por la sociedad, mientras que el rol de proveedor se vincula con el género masculino, atribuido a los hombres, ya que sus características son de agencia, es decir competencia, independencia, los cuales se vinculan con el trabajo (INMUJERES, 2007).

Estas ideologías, transformadas en prácticas y estructuras, se pueden encontrar de manera distinta en las culturas, ya sea apegados a lo tradicional o a lo moderno, sin que esto signifique que no existan matices en este devenir de moderno y tradicional, es más bien visto como un continuo pudiendo así encontrar sociedades que se encuentren en transición. Las ideologías, prácticas y estructuras tradicionales son aquellas en las que el hombre es más importante que la mujer y su puesto en la sociedad tiene un mayor valor, su dominación es evidente; mientras que una sociedad moderna es aquella que se apega a los principios de equidad e igualdad entre géneros (Rocha, 2011).

México, por su parte, es una sociedad que en la actualidad ha sido considerada como en transición ya que las mujeres, se viven y se involucran en ámbitos que dentro de una sociedad tradicional, son considerados únicamente para los hombres, sin que esto signifique que en los hombres no se presenten cambios similares y se involucren en ámbitos considerados dentro de las sociedades tradicionales para mujeres, sin embargo, ha sido mucho más lento y menos palpable, observándose muy poco su involucramiento en roles asociados al trabajo reproductivo y doméstico; sobre todo considerando que en Latinoamérica prevalece una estructura patriarcal y asimétrica en los roles (Rocha, 2011). Las transformaciones que se originan en las sociedades modernas, así como en las que están en transición, inciden sobre todo en la formación de las identidades femeninas, y se puede observar en que ya no es indispensable en la vida de una mujer dedicarse únicamente a la labor reproductiva y maternal (Lamas, 2002; Martínez et. al, 2002; Rocha, 2011).

Una estructura patriarcal se establece a través de las relaciones de poder que implican un dominio del hombre por sobre todas las cosas (Gallego, 2007). Dentro de esta estructura están implícitos los “conocimientos en común”, las “tipificaciones” que a su vez se traducen en instituciones que son las que legitiman los roles adjudicados a cada sexo, pero debe tomarse en cuenta que el poder no significa únicamente prohibición, también implica prescribir conductas, creencias, dándose así que el patriarcado ha definido la sexualidad de la mujer como únicamente reproductivo (Postigo, 2001). Esto hace que sea mucho más difícil que exista una equidad de género, ya que aunque a nivel político se establezca que tanto hombres como mujeres son iguales y deben tener las mismas oportunidades, en el cotidiano nos encontramos que las instituciones siguen empujando a que los valores tradicionales y la identidad social se cumpla a favor del poder patriarcal; y esto coincide con lo que menciona Gallego (2007) que hoy en día aun no es posible esperar una equidad entre hombres y mujeres, si no se elimina por completo las distintas formas de discriminación como lo es facilitar y promover que una mujer se encuentre en posiciones de poder existiendo una

segregación vertical y horizontal, que una mujer no se vea en posiciones de tener que elegir entre una vida profesional y una familiar.

Esto se pone de manifiesto cuando se observa que en México, en 1930 el 60.5% de los hombres eran económicamente activos y únicamente el 2.8% de las mujeres pertenecían a este grupo (Cruz, 2011); para el Censo de 1970, las mujeres constituían el 16.4 % de la población denominada “económicamente activa”. De 15, 071,713 mujeres, sólo 2, 466,527 eran consideradas como activas. En 1980 el porcentaje de mujeres económicamente activas aumentó al 23%, por lo que si se hace la comparación, de 1930 a 1970 existió un crecimiento del 3.4% por cada 10 años, mientras que de 1970 a 1980 el aumento fue de 6.6%, lo cual es un aumento de casi 50% en sólo 10 años. En la actualidad, según los datos de la ENOE (Encuesta Nacional de Ocupación y Empleo, 2013) hay 41, 814,976 mujeres en una edad que van de los 14 años a los 65 años y más, de las cuales 17, 779,893 son económicamente activas, es decir el 42.5% del total, contrastándose con el 16.4% que representaban hace 40 años. Y de este porcentaje, el 94.7% obtienen una remuneración económica, al tener una ocupación activa, mientras que el resto se encuentra desempleada. De las más de 41 millones de mujeres, el 32% de ellas son solteras, el 42% son casadas, el 12.3% son mujeres en unión libre, el 4.4% son separadas, el 1.7% son divorciadas y el 7.2% son mujeres viudas. El 45.8% de las mujeres solteras son personas económicamente activas; el 39.3% de las mujeres casadas también son económicamente activas; el 39.4% de las que se encuentran en unión libre reportaron ser económicamente activas; el 65.7% de las mujeres separadas son población económicamente activa; el 71.6% de las mujeres divorciadas son población económicamente activa; y el 29.9% de las mujeres viudas son económicamente activas.

En cuanto a las mujeres que son económicamente activas se reportan 17, 779,893 personas, de las cuales el 29.4% no tienen hijos, siendo el rango de edad de 20-29 años, el que presenta la mayor cantidad de mujeres representando así el

47.5% de la población. De este total de mujeres económicamente activas, el 35.2% reportan tener de 1 a 2 hijos, siendo el rango de edad 30-39 años, el que presenta la mayor cantidad de mujeres representando el 33.2% de la población. El 28.4% del total de mujeres reportan tener de 3 a 5 hijos, siendo los rangos de edad de 20-29 años, 30-49 años y 50-59 años los que concentran casi por igual esta representación, teniendo cada uno el aproximadamente el 30%. Ya por último, el 6.8% de estas mujeres tienen más de 6 hijos.

Se han tomado datos del 2013 debido a que la ENOE presenta resultados cada 3 años, sin embargo, en los adelantos que se tienen del primer trimestre del 2015 (Instituto Nacional de Estadística y Geografía, n.d.), la población de mujeres que son económicamente activas, ha aumentado en un 4.8% en relación al 47.5% del año 2013. De igual manera, en este primer trimestre se han reportado en el Distrito Federal, un total de 8, 163,742 hombres y mujeres mayores de 14 años que son económicamente activos, de este total las mujeres representan el 41%.

Todos estos datos ponen como manifiesto que hoy en día la participación de las mujeres en el ámbito laboral, ha aumentado a lo largo de los años, representando prácticamente el mismo porcentaje de hombres que son económicamente activos. Sin embargo, esto no significa que la equidad entre hombre y mujer se esté generando a partir de esto, ya que de acuerdo a Gallego (2007) aunque existe una mayor presencia de las mujeres en los ámbitos de poder a nivel superficial, la igualdad entre sexos sigue siendo un ideal y no un verdadero derecho real y aplicable a las sociedades. De igual forma Cruz (2011) menciona que son las mujeres quienes generalmente trabajan más horas que los hombres, tienen menor experiencia laboral, reciben ingresos menores, realizan más actividades a la vez como es el caso de aquellas mujeres que realizan trabajo doméstico, están al mando en la crianza de los hijos y tienen un trabajo remunerado, y se les sigue exigiendo que en primer lugar sean hogareñas, femeninas, trabajadoras, discretas, dulces, atentas, castas y abnegadas, viéndose así reflejadas las desigualdades entre los sexos a un nivel más profundo.



Inclusive, cuando se revisa la participación de la mujer en la historia universal, se hace evidente que su contribución principal ha sido el trabajo doméstico. La cronología realizada por Strobel y Bingham (2004, en Cruz, 2011) delimita 5 etapas en las cuales van colocando a la mujer que inicia en el año 1000 a.C., seguido del año 1000 a.C. al año 500 d.C., del año 500 d.C. a 1450 d.C., de 1450 a 1918 y por último de 1918 al presente. Lo que nos muestra es que no es sino hasta la quinta etapa (1919 al presente) que a nivel mundial se puede identificar que las mujeres inician una vida laboral enmarcada de una movilización política y económica, derivada de la primera y segunda Guerra Mundial, cuando los hombres se van a la guerra y las mujeres son quienes ocupan sus lugares en la industria. También se pone de manifiesto que desde la etapa 1 y 2 (año 1000 a.C., seguido del año 1000 a.C. al año 500 d.C.) se va haciendo la separación del tipo de trabajo/actividades que una mujer puede realizar y cómo, a partir de que las tareas productoras se consideran como el estatus de una persona, las mujeres son marginadas y se presentan desventajas en comparación con los hombres en cuanto a los cargos que asumen y la remuneración que reciben. Otro punto a resaltar es que en la etapa número 3 (del año 500 d.C. a 1450 d.C.) se visualizan mujeres con roles de relevancia política y social, y se empieza a vislumbrar un mayor acceso a la educación aunque únicamente las mujeres de renombre tuvieron acceso a esta. En la etapa 4 (1450 a 1918 ) aparece el trabajo formal remunerado para las mujeres y un mayor acceso a la educación, pero se debe prestar especial atención a que el poder ejercido por los hombres también se ve evidente aquí, ya que estas mujeres únicamente podían involucrarse en la instrucción y la educación, siendo que estas actividades las mantuvo en el hogar; y esto concuerda con lo sucedido en Latinoamérica en el Siglo XIX, donde las mujeres podían estudiar, pero únicamente podían elegir entre tres distintas vocaciones: escuelas para aprender a coser y cocinar, escuelas normales para prepararse como maestras de primaria o escuelas normales para prepararse como maestras de secundaria (Cruz, 2011).

En México, aún es muy evidente la asimetría que existe entre hombres y mujeres, sobre todo cuando se hace una distinción en los niveles de escolaridad, ya que las mujeres que tienen niveles bajos de educación son las que siguen considerando que el papel de la mujer es el estar al cuidado del hogar y la familia, mientras que las que tienen niveles superiores de educación, cuestionan esto y se ha registrado un cambio en esta concepción (Cruz, 2011). De acuerdo al Instituto Nacional de Estadística, Geografía e Informática (INEGI, n.d.) esta inequidad se observa de igual forma en las remuneraciones que reciben tanto hombres como mujeres en puestos similares, laborando las mismas horas y teniendo el mismo nivel de estudio, ya que las mujeres reciben un ingreso 8.8% menor que los hombres y crece hasta 30% cuando el puesto se incrementa en responsabilidades. Empero, se ha demostrado que las mujeres con mayor educación, cuentan con mayores recursos para la toma de decisiones en su vida, de igual forma el tener un trabajo remunerado fuera de casa tiene un impacto positivo en las mujeres en relación a tener un mayor acceso de recursos para el logro de sus metas, así como el hecho de que su percepción cambia en cuanto a su eficacia y utilidad dentro de la sociedad, crecen sus expectativas personales y se amplía el número de actividades que están dispuestas a realizar (Cruz, 2011; García-Retamero & López-Zafra, 2006; Gómez, 2003; INEGI, 2012).

Toda esta descomposición que hago sobre los roles de género en México, me permite detectar y comprender, que hay una vigencia en la división de tareas y roles, de manera que pese a los grandes cambios, se sigue suponiendo o asumiendo que las labores ligadas al ámbito privado (tareas domésticas y de crianza) son inherentes a las mujeres, de manera que pese a su participación, en realidad esto conduce a una doble demanda y lo anterior tiene serias consecuencias en la vida de las mujeres.

## CAPÍTULO 2

### LA RELACIÓN FAMILIA-TRABAJO EN LA VIDA DE LAS MUJERES Y SUS IMPLICACIONES

De inicio, una de las razones por las cual elijo este tema, es porque si bien hay varones que hoy en día se dedican al cuidado de la familia y hay mujeres que como lo dicen las estadísticas se dedican cada vez más al ámbito profesional, siguen siendo las mujeres quienes enfrentan mayores dificultades y quienes enfrentan las dobles presencias. Al final, seguimos estando en una sociedad que exige de manera diferenciada a los hombres y las mujeres, colocándoles y tachándoles de roles que son casi imposibles de evitar en la sociedad.

Soledad de Lemus, Miguel Moya, Marcin Bukowsky y Juan Lupiáñez definen los estereotipos de género (2008, pp. 115) como “un conjunto estructurado de creencias, compartidas dentro de una cultura acerca de los atributos o características que poseen hombres y mujeres”. Los estereotipos se colocan como una justificación para asumir y postergar diferencias entre los seres humanos (Rocha, 2011).

Los creencias que dan como resultado los estereotipos, se conforman de las características de personalidad, atributos físicos, roles, actividades, orientación sexual, comportamientos, etc. (Fernández, 1996; Rocha, 2011). De acuerdo a diversos autores (Díaz-Loving, Rocha & Rivera, 2007; Gómez, 2004; Rocha, 2011) los estereotipos que recaen sobre el género masculino, se relacionan con la instrumentalidad, de igual forma que el rol de género, es decir, se describen como orientados al logro, competentes, asertivos, racionales, independientes, con confianza en sí mismos y autónomos, pero también son identificados con ser violentos y dominantes; en cambio, los estereotipos que recaen sobre el género femenino, se relacionan con la expresividad, es decir, aspectos como la exacerbación de lo emocional, el ser tiernas, amorosas, cuidar de los demás, pero

al mismo tiempo implicando una postura de sumisión en relación a los hombres, aludiendo a características como ser dependientes, pasivas. Para el aprendizaje de estos estereotipos, la edad en tanto determinante social, es un factor de suma importancia, ya que al crecer los estereotipos van incrementando, además que esto es matizado por experiencias de otras variables como educación, nivel socioeconómico, etc.

Estos aprendizajes se ven supeditados por las normas sociales, mencionadas en el capítulo anterior, las cuales también pueden ser clasificadas en: costumbres, tradiciones, instituciones, leyes y valores (Cruz, 2011). Las *costumbres* son aquellas prácticas que se aprenden a través de la observación y se considera que únicamente existe esa manera de realizar las cosas sin cuestionamiento, que vinculado a los roles de género, las costumbres inducen a que se repitan en mujeres las acciones relacionadas a la expresividad y en hombres la relacionada a la instrumentalidad, sin cuestionar si existe alguna otra manera de hacer las cosas por ambos sexos. En cuanto a las *tradiciones* son ideas de lo que es bueno y lo que es malo, exigiendo algunas conductas y prohibiendo otras; estas emergen de las prácticas habituales de las personas denotando que hay ciertos actos esenciales que son requeridos en alguno de los sexos convirtiéndose en creencias absolutas que se vuelven sagradas, esto vinculado a género se observa en que a una mujer se le exigirá estar al cuidado del hogar, la familia, la crianza, que su plan de vida se contemple la maternidad como una prioridad y a un hombre ser el proveedor, el que toma las decisiones importantes, teniendo en su plan de vida logros y superaciones personales. En el momento en que las costumbres y tradiciones se estandarizan en una sociedad y se organizan de manera en que se vuelven obligatorias las creencias, se forman las *instituciones*. Pueden distinguirse cinco instituciones básicas en una sociedad: la familia, la religión, el gobierno, la educación y la organización de las actividades económicas. Todas estas instituciones lo que hacen es fomentar el deber ser de los sexos, sin llegar a una formalización; este refuerzo y formalidad en los deber ser se traducen en *leyes* siendo muy común en las sociedades que con el paso del

tiempo las tradiciones lleguen a convertirse en situaciones de obligación. Por último, los *valores* son las ideas que surgen en cada persona y delimitan si las experiencias son o no importantes, además de que moldean y guían el comportamiento y los juicios de las personas (Cruz, 2011).

En conclusión, las normas sociales, en particular las normas de género, tienen un gran impacto en el comportamiento de las personas ya que establecen lo que es bien visto y lo que no, incluso delimitan el tipo de trabajo que se considera apropiado para cada género, y se convierten en un incentivo para las personas para comportarse de acuerdo a la norma ya sea como ciudadanos y ciudadanas, como trabajadores y trabajadoras, como esposos y esposas, o como cualquier rol. En un estudio realizado por Ronald Inglehart, Miguel Basañez y Alejandro Moreno (1998, en Cruz, 2011) entrevistan a hombres y mujeres de distintos países, entre ellos México, en donde se les dijo dos afirmaciones y ellos y ellas debían decidir si estaban de acuerdo con esta o no. En la primera afirmación “cuando los trabajos no son suficientes, los hombres tienen más derecho que las mujeres al empleo” el 17% de las mujeres mexicanas estuvieron de acuerdo, mientras que el 28% de los hombres lo estuvieron también. En la segunda afirmación “una mujer necesita tener hijos para sentirse realizada” incrementa el porcentaje considerablemente a 51% de acuerdo tanto mujeres como hombres. Este estudio lo que nos muestra es que, de acuerdo a la primera afirmación, siguen siendo una mayoría en hombres los que consideran superior el sexo masculino, sin dejar de lado que también hay un porcentaje en mujeres que siguen considerando esta como una norma social establecida. En cambio en la segunda afirmación, tanto hombres como mujeres siguen considerando a la mujer como una persona para otros, fraccionada y con la única posibilidad de sentirse “completa” cuando sirven, cuidan, etc. a otros.

Estas enseñanzas que la sociedad fomenta y refuerza desde la infancia promueve la construcción de identidades que se apegan a ciertas características estereotipadas basadas en una ideología patriarcal, bajo la cual los hombres se

asumen como superiores a las mujeres, quienes son consideradas más objetos que sujetos. Por ejemplo, las identidades de mujeres cobijadas con el estereotipo femenino se caracterizan por conductas dependientes, de servicio a los demás, siendo en función de algo o alguien más (Reyes-Bravo, 2005). Incluso, se hace una división muy marcada del trabajo en función de estas construcciones de género, de tal suerte que ante la supuesta dominación masculina se excluye a las mujeres de la propiedad de las tierras, las herramientas importantes, las profesiones que se vinculan con el avance científico o tecnológico o las ciencias duras, etc. (Gutman, 1998). De igual forma, la medición implícita de los estereotipos de género ha demostrado ser un predictor importante de las metas académico-profesionales de las mujeres (Lemus et al, 2008) es decir, que entre más interiorizados se encuentren estos patrones conductuales y expectativas es factible que las mujeres den mayor prioridad a las labores del hogar, al proceso de maternidad y crianza, antes que el desarrollo personal y profesional, o bien que su valía como seres humanos lo supediten al cumplimiento de estos estereotipos. Sin embargo, esta afirmación debe verse como una tendencia más no como una regla de ser mujeres, debido a que el ser humano es dinámico y cambiante de acuerdo a las circunstancias y aprendizajes que vaya teniendo a lo largo de la vida.

A través del tiempo, se han visto cuestionados estos estereotipos y modelos sobre los roles que deben asumir tanto los hombres como las mujeres, sobre todo por las mismas mujeres (Rocha, 2011). De acuerdo con Anna Macías (2002) en México, el feminismo inicia en el Siglo XVII con Sor Juana Inés de la Cruz, quien cuestiona las normas sociales y la educación nula de las mujeres, pero es hasta los inicios de 1900 que las mujeres periodistas se unen, buscando que las mujeres participen activamente en los ámbitos de la sociedad. Esto da como resultado movimientos feministas y en pro de los derechos de la mujer; logrando así avances que hoy en día se presentan en nuestro contexto, como el que una mujer pueda estudiar, votar, etc., como lo menciona de igual manera Rosario Roman (2007) en los inicios de 1900's las mujeres alzan la voz para ser tomadas en cuenta, sobre todo en el ámbito académico, pudiendo gozar el ser aceptadas para

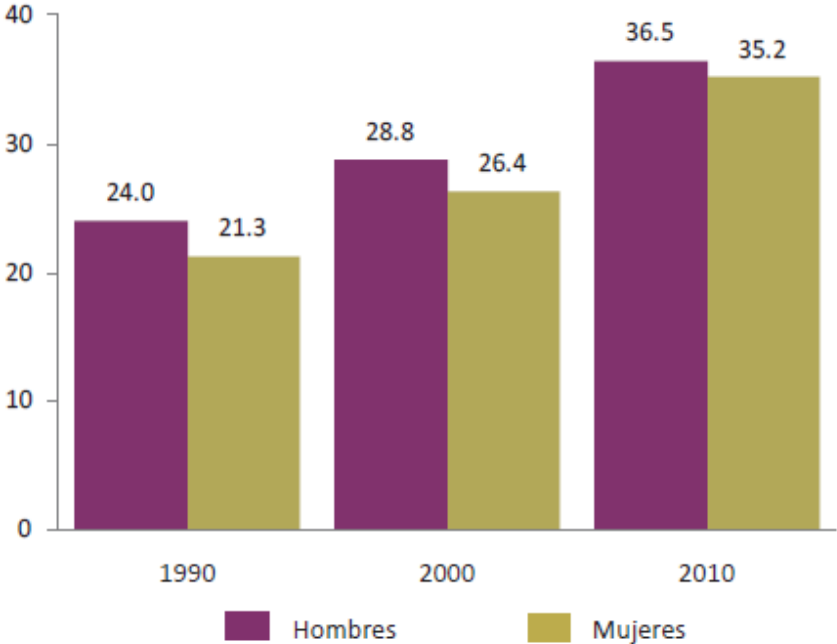
estudiar una licenciatura, alcanzando el cometido de que las mujeres realmente tengan un acceso al estudio; sin embargo, aún se veían limitadas ya que era considerado que no eran aptas para estudiar un doctorado. Fue así que en la época de 1913 surgen mujeres que inician sus estudios doctorales. A la fecha el movimiento feminista sigue y se identifica a Simone de Beauvoir (París, de 9 de enero 1908- ibíd.. 14 de abril de 1986) como la inaugural del feminismo contemporáneo (Castañeda, 2006), quien centra a las mujeres como sujetos morales, capaces de ejercer acciones libres; esta autora describe a la libertad como infinita, sin ningún tipo de límites, pero las posibilidades que se ofrecen son finitas y aumentan o disminuyen las oportunidades sobre la libertad sobre alguien y es justo lo que ella propone, que las mujeres ven coartada su libertad en su relación/situación con otros sujetos. La situación particular en la que la mujer se ve inmersa es que al ir desarrollándose se descubre en un mundo en donde se le impone que se le asuma como “el Otro”, deviniendo así un conflicto entre una reivindicación como algo esencial para su crecimiento personal y una sumisión a las exigencias que consideran a las mujeres como no esenciales. Para las feministas la misión es desmontar la estructura patriarcal y dar lugar a una mujer que se considere un ser-para-mí, más que un ser-para-otro, creando así una transformación de los sujetos sociales para que se vivan como libres (Castañeda, 2006).

Un estudio realizado por Tania Rocha (2011) en el 2004, muestra cómo esta transición que se vive en hombres y mujeres mexicanos se manifiesta a nivel de actitud, apreciando que son ellas quienes muestran una mayor disposición al cambio de los roles tradicionales y estereotípicos en comparación con la aceptación que presentan los hombres. De igual manera son ellas quienes apoyan la idea de que ambos sexos deben compartir las tareas domésticas, de crianza, responsabilidades y derechos, pero también se muestran más orientadas a un empoderamiento y a adueñarse de sí mismas. Encuentra que las mujeres que poseen un mayor grado académico, son aquellas quienes manifiestan un decremento en los estereotipos de género tradicionales. Sin embargo, aún existe

una realidad en su estudio, donde las mujeres se encargan en gran medida de las tareas del hogar y de crianza, y los hombres se hacen cargo en mayor proporción de la toma de decisiones y de los roles vinculados al poder.

Estadísticamente, se observa en México que a lo largo del tiempo, las mujeres tienen una mayor participación en la educación media y superior. El INEGI (2012) realizó una investigación comparativa entre hombres y mujeres sobre su nivel educativo en los años 90's, 2000 y 2010. La Tabla 1 nos muestra el porcentaje de hombres y mujeres en las 3 décadas que cuentan con estudios posteriores a secundaria. Tanto hombres como mujeres aumentaron conforme pasó el tiempo, de 1990 a 2010 los hombres aumentaron en un 12.5%, mientras que las mujeres aumentaron en un 13.9%.

Tabla 1:  
Porcentaje de la población de 15 años y más con educación post-básica según sexo: 1990, 2000, 2010



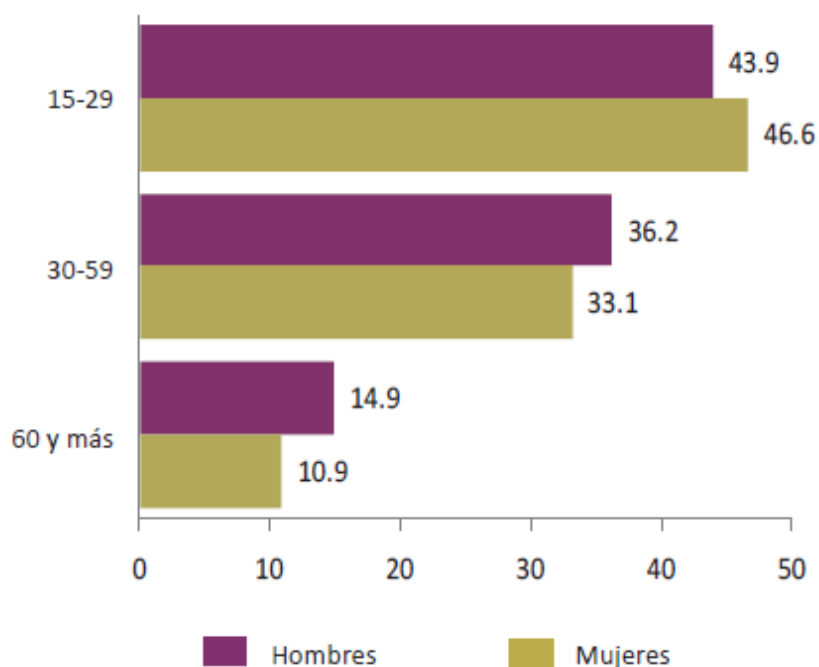
**Nota:** Fuente: Instituto Nacional de Estadística y Geografía (n.d.). *Encuesta Nacional de Ocupación y Empleo*. Recuperado el 17 de mayo, 2012, de <http://www.inegi.org.mx/sistemas/tabuladosbasicos/tabtema.aspx?s=est&c=28822>



La Tabla 1 nos muestra el censo del 2010, comparando a hombres y mujeres con estudios medios y/o superiores por grupos de edad. Reportan que el 14.9% de población mayor a 60 años con estudios post-básicos son hombres, mientras que en mujeres son 10.9%. Éste porcentaje crece considerablemente en población entre los 15-20 años de edad, reportando así que el 43.9% son hombres y el 46.6% son mujeres. Esto denota que en las nuevas generaciones se observa una mayor participación de mujeres que de hombres en los estudios medios y/o superiores, sobre todo cuando se observa el aumento de porcentajes en las diferencias de edad: en hombres existe una diferencia del 29% comparando a los mayores de 60 con los hombres entre 15-29 años; en las mujeres la diferencia en porcentaje en esas mismas edades es del 35.7%.

Tabla 2:

Porcentaje de la población de 15 años y más con educación post-básica por grupos de edad y sexo 2010.



**Nota:** Fuente: Instituto Nacional de Estadística y Geografía (n.d.). *Encuesta Nacional de Ocupación y Empleo*. Recuperado el 17 de mayo, 2012, de <http://www.inegi.org.mx/sistemas/tabuladosbasicos/tabtema.aspx?s=est&c=28822>

No obstante, algunos otros estereotipos y creencias han sido más difíciles de erradicar a pesar de que las mujeres han continuado luchando por no ser juzgadas por esas situaciones, como decidir no casarse, trabajar, ser independientes, etc.; por ejemplo el estudio realizado por Angélica Navarro (2010), en donde ella realiza entrevistas a mujeres de dos municipios del estado de Michoacán, que por diversas razones se convierten en las “jefas de familia”. Lo que ella muestra en esos resultados es que a pesar de que son las mujeres quienes empiezan a asumir el rol de proveedoras, trabajan, mantienen a sus familias, etc. siguen concibiendo esas actividades como parte de un rol masculino, se viven desde un lugar de dependencia (emocional) hacia sus esposos, no como las “jefas de hogar” si no como mujeres que deben hacer eso por la familia, y cuya pareja sigue siendo concebido como el “proveedor” principal. Por lo tanto, el logro de las mujeres al entrar y ser parte de un ámbito profesional, ha causado un choque en lo que “debería” estar haciendo una mujer según los estereotipos y lo que en realidad hacen o llegan a hacer. Sobre todo en las últimas décadas que la mujer ha tenido una gran participación e incorporación a este rol productivo, pudiendo tomar como punto de partida la industrialización en los años 30’s (Vitale, 1988) y aumentando en gran número de mujeres a partir de las Guerras Mundiales, donde los hombres abandonaron a sus familias para ir a la guerra y ellas tomaron su lugar en las industrias. Esta situación da pauta a un cuestionamiento de las mujeres acerca del modelo familiar tradicional donde el hombre es la cabeza de familia y la mujer es la encargada de la casa, ya que al término de la segunda guerra en 1945, los hombres regresan a sus hogares y se incorporan nuevamente en sus trabajos, reubicando así a las mujeres en sus ocupaciones. Sin embargo, hubo mujeres que debido a la pérdida del esposo, padres o hermanos continuaron en sus trabajos y este número de mujeres económicamente activas siguió aumentando en los 50’s y 60’s, aunque el salario de las mujeres era sumamente menor al de los hombres en ese momento. Esto dio como resultado, que en la década de los 70’s se diera inicio a una lucha de las mujeres para apelar al trabajo femenino y sus derechos y se observó en la relación de poder que se empezó a gestionar a partir de este momento, como una

mayor presencia de mujeres en la educación superior y con posiciones de autoridad en trabajos (Cruz, 2011; Vitale, 1988).

Este cambio de rol en la mujer, no representa de igual manera un adelanto en la concepción que se tiene del deber ser mujer. La sociedad les exige aun hoy en día, que para valer como mujeres deben ser “buenas hijas”, “buenas esposas”, “buenas madres”, “buenas amas de casa”, mientras que el hombre debe ser el proveedor, el que dicta las reglas; causando que, al entrar en este ámbito, a las mujeres les surjan dudas, preguntas, solicitudes de cómo conciliar ambos aspectos: el desarrollarse en lo profesional, sin dejar de lado una vida en pareja y/o una maternidad; esto se conoce como un conflicto de rol o conflicto interrol (Spindola & Da Silva, 2002). De hecho, de acuerdo a Rocha (2011) el reto que muchas de las mujeres enfrentan en la actualidad es justo el poder balancear la vida familiar con la vida laboral, lo cual no es una tarea individual, sino que está inserta en múltiples factores socioculturales.

Diversos estudios (Martínez-Pérez & Ossa, 2002; Martínez, Vera, Paterna & Alcázar, 2002; Sánchez, Saletti-Cuesta, Toro-Cárdenas, López-Fernández, Luna del Castillo & Mateo-Rodríguez, 2011) señalan que hoy en día las mujeres que combinan el rol de trabajadoras con el rol de ser madres y esposas, siguen dándole un mayor peso e importancia al hogar que al trabajo, denotando en algunos casos un conflicto al no poder desarrollarse plenamente en ninguno de los dos escenarios. Jeffrey J. Greenhaus y Nicholas J. Beutell (1985, en Jiménez & Moyano, 2008; Martínez, Vera, Paterna & Alcázar, 2002) definen el conflicto de trabajo-familia como “la consecuencia de las presiones incompatibles derivadas de los roles laborales y familiares” e identifican tres tipos distintos de conflicto: cuando no es posible conciliar los tiempos de ambos roles, el conflicto que origina tensión, agotamiento y estrés, y el basado en las conductas y expectativas incompatibles entre ambos. Estos distintos tipos de conflicto están fundamentados tanto en condiciones objetivas, como los tiempos inconciliables, así como en condiciones subjetivas, con la aparición de conflicto e incompatibilidad en conductas y

expectativas, y el surgimiento de tensión, agotamiento y estrés. Como lo menciona Juan Guerrero (2003) este proceso de roles podrá ser percibido de distintas maneras: la primera de ellas es una incompatibilidad entre los roles familiares y ocupacionales, vinculado generalmente con los conflictos en los horarios; otra percepción es una sobrecarga de rol, derivado de la combinación de exigencias, teniendo una cantidad limitada de energía para cumplir con múltiples exigencias nacientes de la combinación de roles. Ambas percepciones se vinculan con una experiencia subjetiva de estrés y/o insatisfacción. Sin embargo, existe una tercera percepción, que es la acumulación de roles, donde los beneficios de múltiples roles se suman, provocando así que las oportunidades de interacción social, desarrollo personal y autoestima aumentan si se combinan roles. Sin embargo, esto no significa que para que una mujer tenga mayores y mejores oportunidades, debe experimentar dobles o triples jornadas laborales, va más allá siendo que al ampliar sus áreas de interacción a través de distintos roles, da lugar a que se dedique a ella en lugar de sólo dedicarse a otros.

Martínez et. al (2002) identifican variables que se ven afectadas por este conflicto, como sentirse cautivos en el rol que viven, presentar un conflicto interpersonal y la relación con la pareja. En cuanto al ámbito de pareja, uno de los principales cambios que se dan de acuerdo al rol tradicional de ser mujer y hombre, es la redistribución del tiempo que se asigna a las tareas domésticas y el ajuste que existe entre el trabajo y la familia; dando como resultado dos vertientes, las mujeres que se muestran negativas al ejecutar ambos roles, es decir que tener una jornada laboral lo viven como un aumento y sobrecarga en las tareas designadas para la mujer; y las mujeres que se muestran optimistas pues lo viven como una redistribución en las tareas domésticas y un cambio en los roles sexuales. Sin embargo, de acuerdo a Bárbara Luque (2008), a pesar de los cambios existentes, aun se constata que las mujeres dedican el doble de tiempo que los hombres al trabajo doméstico; a finales del siglo XX se iniciaron los cambios de parte de las mujeres en el mercado laboral y modelo familiar, ya que si antes dejaban por completo la idea de dedicarse a un trabajo remunerado para

poder hacerse cargo de las tareas familiares, empiezan a modificar su rutina, incorporando a su vida una estrategia laboral, tratando de compatibilizar ambas esferas; pero esto pareciera no tener eco en la mayoría de las instituciones o en los hombres, ya que esta repartición de actividades no se ha dado como se esperaba, teniendo las mujeres que incorporarse al trabajo remunerado de una manera distinta a como lo hacen los varones, provocando que viven dobles o triples jornadas. Empero, estoy segura que esta no es la mejor solución para que una mujer se desarrolle, mi postura se inclina hacia una conciliación de roles entre hombres y mujeres, dando a las mujeres herramientas para que su entorno se modifique.

Según la Real Academia de la Lengua Española, conciliar significa “componer y ajustar los ánimos de los que estaban opuestos entre sí. Conformar dos o más proposiciones o doctrinas al parecer contrarias”. La conciliación entre vida familiar y profesional, sucede cuando a pesar del desgaste permanente que las mujeres viven ante el estrés de su vida diaria, cuentan con recursos para que su salud no se vea afectada, ya que como lo menciona Andrés Jiménez y Emilio Moyano (2008) el desequilibrio en los roles sociales pueden constituir un importante estresor dañino para la salud y bienestar individual. Este equilibrio del que hablan los autores, podrá manifestarse cuando las mujeres se sientan sin algún conflicto, malestar emocional o físico, derivado de la manera en que ellas han decidido fungir con sus roles, ya sea que exista una mayor equidad entre géneros o ellas busquen alternativas que les favorezcan, como los apoyos internos y externos; o cuando se perciba que los roles que llevan a cabo, implican beneficios personales como la ampliación de recursos, recompensas, fuentes alternativas de autoestima, apoyo, control, percepción de una mejora en la vida familiar y satisfacción laboral (Gómez, 2003; Martínez, Vera, Paterna & Alcázar, 2002). En esta lógica, las mujeres con malestares emocionales y psicológicos, que van desde la ansiedad, estrés, cansancio, hasta patologías crónicas como la depresión, recurren a familiares y amistades y se ha demostrado que en comparación de las mujeres que dedican exclusivamente a las tareas del hogar y

las mujeres con algún trabajo remunerado, son las segundas las que sufren menos padecimientos, ya que el contar con un trabajo remunerado, es un factor de protección ya que promueve beneficios psicológicos, económicos y sociales, a pesar de que esto signifique una carga de trabajo inmensa por la suma de sus roles (Castañeda, 2006). No obstante, no debe olvidarse que en muchas ocasiones hay mujeres que no damos cuenta de vivir este malestar ya que al ser una situación cotidiana, la consideramos como parte de nuestra vida, incluso se puede llegar a confundir el experimentar malestar (como una depresión crónica, distimia, etc.) con cansancio, estrés, racionalizando malestares como el insomnio a través de haber tenido un mal día. De acuerdo con Luque (2008) las mujeres son quienes tienen peor salud en cuanto viven mayores exigencias tanto familiares como laborales. De acuerdo a un estudio que ella realizó con mujeres y hombres de Barcelona, encontró que las mujeres le dan el doble de importancia a su vida familiar que a la laboral, mientras que los hombres lo califican de una manera equitativa; de igual forma en cuanto al tiempo, son los hombres quienes dedican el doble de tiempo a su jornada laboral en comparación de la familiar, mientras que las mujeres lo dedican de manera equitativa; este último resultado, de “no reparto” de actividades entre hombres y mujeres, tiene un efecto en estas mujeres de agotamiento, cansancio, falta de sueño, agobio, desbordamiento, angustia, estrés, entre otras cosas que causan un daño a su salud. Autores como Jiménez y Moyano, (2008) definen el equilibrio trabajo-familia como la satisfacción en todos los dominios de la vida, respondiendo de manera óptima a cada uno de ellos, con un conflicto mínimo de roles.

Sin embargo, cabe destacar que el equilibrio que pueden experimentar o no las mujeres, no dependerá completamente de ellas, pues desde un inicio se plantea como un hecho que debe vivirse como un problema; existen barreras que la misma sociedad y cultura aportan, haciendo que el cambio en el nivel cognitivo sea mucho más lento que el conductual (Navarro, 2010); es decir, como lo menciona Mabel Burin (2008) las mujeres se enfrentan con barreras como “el techo de cristal”, el “piso pegajoso” y “las fronteras de cristal”, que no permiten que

se desarrollen de manera plena en un ámbito laboral ni familiar. El primer concepto es el de “techo de cristal”, el cual consiste que, cuando una mujer se desarrolla en un ámbito laboral, llega un momento de su carrera que se encuentra con una barrera que no le permite seguir creciendo y tomar posiciones con un nivel jerárquico más alto, implicando una detención en sus trabajos. De igual forma, encontró que las mujeres que son más tradicionales en el rol de ser mujer, se encuentran con un “piso pegajoso” del cual les es difícil despegarse para asumir roles que son considerados propios del rol masculino, de forma que con frecuencia tenían que hacer esfuerzos mayores para poder cambiar la ideología del ser mujer y enfocar sus energías al ámbito laboral y no únicamente al rol de madre, esposa y mujeres que dedican exclusivamente a las tareas del hogar. Según sus estudios (Burin, 1996; Burin, 2008), este “techo de cristal” y el “piso pegajoso” se gesta desde la temprana edad, intensificándose en la pubertad, incidiendo en su salud mental y sus modos de enfermar, enfocándose la autora en las situaciones depresoras en mujeres de mediana edad; en donde destacan los factores culturales invisibles que producen condiciones discriminatorias hacia las mujeres. Estos factores culturales los observa desde la teoría pulsional del psicoanálisis, la cual explica cómo se gestan los deseos de la constitución temprana de la subjetividad femenina, identificando una diferencia entre varones y mujeres. La pulsión de dominio es el vínculo que se crea inicialmente en juegos de dominar-ser dominado-dominarse; y señala que las niñas se les enseña en ser más dóciles en ceder a las presiones y en dominar a los otros. Por lo que subjetivamente se promueve esta concepción de poder ser dominadas por otros. Esto se muestra más adelante con un poder de los afectos, por ejemplo con la maternidad, en la cual se nos hace creer que desarrollamos la capacidad para hacer crecer a los otros, ser inspiración para los otros, de forma tal que se nos “arrinconan” al punto de llegar a inhibir así nuestro propio desarrollo. Por lo tanto, el ámbito de lo privado de acuerdo a lo que la sociedad marca, se asigna como el escenario de “experticia” de las mujeres, en tanto los hombres son “conquistadores” del ámbito público. Esto a la larga, conlleva un conflicto en las

mujeres sobre la inmersión al ámbito público a través de lo laboral, pues deben luchar contra toda esta estructura patriarcal.

Otro concepto que ha incluido Burin (2008) es el de “fronteras de cristal”, el cual es visto desde la globalización y la inserción de la mujer al ámbito laboral. Estas fronteras son impuestas a las mujeres al tener que decidir entre la familia y el trabajo. El siglo XX es considerado como el siglo de la globalización, impactando al ámbito profesional de una manera muy particular. Empezó a existir movilidad y una deslocalización de los sitios de trabajo, creándose así trabajos migrantes. Los hombres han aceptado este tipo de trabajos como una oportunidad de mejorar su condición de vida y dar mayores oportunidades a sus familias; sin embargo, las mujeres suelen entrar en un conflicto, ya que siguen siendo consideradas las principales responsables de la crianza de los hijos, de los cuidados familiares y los vínculos afectivos y de intimidad en la familia. En tanto que los hombres ven esto como algo favorecedor para su crecimiento laboral, por tener un ascenso, una especialización, adquisición de nuevas tecnologías; las mujeres lo ven de manera desfavorable, inclinándose por la permanencia en su hogar como un beneficio para su familia. Finalmente la idea de una “libre elección” es coartada por las oportunidades reales y los procesos de discriminación y exclusión en el que viven hombres y mujeres, pues al final del día, son las mujeres quienes tienen que poner en una balanza la esfera pública y la privada para “decidir” qué es lo que más desean, en tanto que para los varones dicha disertación ni siquiera es un problema que se planteen.

Existen estudios (Burin, 2008; Martínez, Vera, Paterna & Alcázar, 2002; Reyes-Bravo, 2005; Spindola & Da Silva, 2002) que muestran que la ambivalencia que experimentan las mujeres de no prestar atención “suficiente” al hogar y los hijos, y tampoco desarrollarse profesionalmente como ellas quisieran, causa frustración, estrés, culpa, ansiedad y desequilibrio mental. Este conflicto interrol ocasiona que las mujeres se sientan culpables al asumir ambos roles, luchando con las creencias que se tienen sobre el deber ser de la mujer, ya que sus



actividades implican estar fuera de casa y no mantener una rutina familiar, afectando así su salud física, mental y emocional. Franca Basaglia (en Castañeda, 2006) es una autora que centra su estudios en la salud mental de las mujeres, y la define como un “ser humano hembra” que se considera como ser-para-otros, más aún como cuerpo-para-otros, siendo así que la subjetividad de la mujer se ve reducida a una sexualidad esencialmente para el hombre y para la maternidad, y se dejan de lado opciones para la mujer como la autonomía, constatando así una situación de riesgo constante al tener que ubicarse dentro de la “normalidad” y cualquier otra cosa que no encaje en sus roles se considera como “anomalía”.

Mabel Burin (2008) nos habla sobre malestar, al cual las mujeres se encuentran vulnerables en la generación de subjetividades expresadas en los espacios diferenciados por sexo y en los roles que las mujeres deben asumir: el rol maternal, de esposas y mujeres que dedican exclusivamente a las tareas del hogar. Causando de esta manera, que su salud mental se encuentre en constante riesgo debido a las tensiones que surgen de la imposición en la estructura patriarcal por una parte y la construcción de un sujeto que va de la ruptura a la sutura por la otra. De igual forma, esta misma autora sintetiza 3 paradigmas tradicionales y emergentes sobre los modelos de salud mental (Tena, 2006): 1) el modelo psicopatológico, 2) el emotivo sensible, y 3) el tensional-conflictivo. Los primeros 2 modelos insinúan que “por naturaleza” las mujeres siempre tendrán algo de locura, o por otro lado, que no se les considerará enfermas mientras mantengan un equilibrio en su vida. Ambos se centran en el individuo, y es hasta el tercer modelo que consideran a lo externo como un detonador que excluye, es alienante y genera malestares, ya que supone que los conflictos, crisis y enfermedades son un cotidiano en la vida, sobre todo cuando se centra en mujeres. Yo concuerdo con esta última postura, al considerar que a pesar de todos los avances que se han experimentado a nivel global y en México específicamente, las mujeres siguen enfrentándose día a día con discriminaciones, considerándoles “normales” y algo que dan por hecho deben experimentar, tanto que no se cuestionan porqué sólo nosotras como mujeres

debemos enfrentar esas desventajas, cuando los hombres no las enfrentan sólo por el simple hecho de haber nacido hombres. Es desde esta postura que se estará abordando este trabajo de investigación, al concordar que sigue existiendo una doble exigencia y un doble discurso hacia las mujeres, ya que no deja de situarlas como principales responsables de la crianza y cuidado de los hijos, ya que a pesar de las políticas que hoy en día existen se sigue generando información, prácticas y discursos que fortalecen lo anterior.

El malestar es una identificación del conflicto entre el deber ser y el querer ser individual y pueden determinarse diferentes tipos de malestares que las mujeres asemejan (Tena, 2006): 1) malestares que surgen de una desigualdad de género, cuando se ven desfavorecidas en sus derechos, son mujeres que se sienten violentadas en su identidad y subjetividad por los estereotipos de género, 2) malestares que surgen de las condiciones económico-sociales y de una ampliación hacia nuevos ámbitos en la vida de una mujer, como su incorporación en el ámbito laboral y político.

Otra autora que aborda el tema de la salud mental de las mujeres es Marcela Lagarde (1990) y señala que la condición de género de las mujeres está supeditada a la opresión, ubicándose en dos ejes fundamentales, la sexualidad y el poder, y se hallan como seres humanos cautivos de su condición de género en una estructura patriarcal. Lo que esta opresión causa de acuerdo a esta autora, es la locura por el acontecimiento entre el cumplimiento y la transgresión de lo que es considerado acorde al género femenino, ya sea que una mujer “enloquezca” por ser “muy mujer” o enloquezca por el hecho de no ser lo “suficientemente mujer” o incluso no querer serlo. Estas afirmaciones inducen a una idea de malestar permanente y es visto como parte de su existencia y afecta a todas las mujeres en tal medida en que no cumplen exactamente con el deber ser que se les exige desde una estructura patriarcal, ya que este malestar de manera histórica se considera como una naturaleza biológica de las mujeres (Tena, 2006).

Martha Castañeda (2006) precisa dimensiones de identidad y subjetivas de mujeres académicas, como parte de un proyecto de investigación en el cual se encuentra inmersa sobre “Mujeres académicas de la UNAM: género, trabajo y salud mental”, las cuales son completamente compatibles con mujeres con alguna otra profesión o trabajo remunerado, a pesar de que no sean académicas. Estas dimensiones son relevantes para considerar la salud mental de las mujeres:

- Autoconcepción de las mujeres respecto a su ser genérico
- El desarrollo de relaciones con el otro, para el otro y por el otro
- El papel que ocupan los afectos en la vida propia
- La vivencia del poder y sus efectos
- La vivencia de la violencia de género
- El sentido de pertenencia a distintas colectividades
- La capacidad de nombrarse en primera persona
- El desarrollo de las capacidades propias
- La situación de subordinación o de autonomía
- La valoración del trabajo doméstico y extra-doméstico (que en este caso se considera el trabajo remunerado)
- La valoración del matrimonio y la maternidad
- La presencia de la idea del futuro

Se debe tomar en cuenta que todas estas dimensiones son condiciones base, sin ser restrictivas, que promueven o disipan la posibilidad de una salud mental en las mujeres. Y concuerdo con esta autora, cuando menciona que la condición de género es un elemento explicativo ineludible para el bienestar mental de las mujeres. Siendo así, que una mujer al estar inmersa en una sociedad patriarcal, donde se ve dominada por el hombre y se le discrimina, verá afectada su salud mental; pero esto no significa que deba ser así y que no existe oportunidad para las mujeres el poder experimentar este bienestar; pero sí es necesario un cambio no sólo, por ejemplo, en el hecho de que una mujer pueda acceder al ámbito laboral, sino que se le presenten las mismas oportunidades que

a los hombres, ya que ellos no experimentan tensión y conflicto al tener que decidir entre una vida familiar y una laboral. Y esto, debe ocurrir tanto a nivel individual, como a un nivel institucional.

Ante todos estos factores estructurales que tienen incidencia en la vida de las mujeres, se vuelve muy importante explorar factores que puedan ser de protección a la salud. Es por eso, que un término como resiliencia se vuelve un punto clave, ya que considera tanto factores externos como internos; dando pie a que a través de la fusión de estos factores, una persona pueda salir fortalecida de cualquier situación que se le presente, desde mi punto de vista que una mujer tenga la posibilidad y se lleve a cabo el modificar su entorno, para poder experimentar este bienestar y salud mental. En el marco de estos procesos sin embargo, existen distintas formas de posicionarse ante este conflicto, muchas mujeres desisten, algunas mujeres se mantienen a costa de su salud, otras resignifican.

## CAPÍTULO 3

### RESILIENCIA

La resiliencia es un término que en sus inicios, fue utilizado en la física para denominar aquellos materiales, que al aplicar una fuerza sobre ellos, su forma original se deformaba, pero oponen una resistencia para no romperse, y al momento en que la fuerza deja de hacer presión, el material es capaz de regresar a su forma original (Horno, 2009). Este término ha sido introducido a la Psicología, para explicar por qué personas distintas que viven un mismo acontecimiento, el cual es considerado traumático o de crisis y adversidad, reaccionan y sobrellevan la situación de manera diferente, siendo que a unos les afecta psicológicamente pudiendo ser situaciones adversas que no son fáciles de superar y otros utilizan capacidades, mecanismos, habilidades, etc., para salir fortalecidos de esa situación. Siendo así, que este constructo que viene de la física, no puede ser visto literalmente, ya que dentro de esta perspectiva se espera una transformación y no necesariamente regresar a la “forma original” que existía previo a la situación de crisis.

En la actualidad ninguna persona está exenta para que en algún momento de su vida tenga que enfrentar algún conflicto, alguna crisis, algún padecimiento, frustraciones, etc. sobre todo en las sociedades en proceso de desarrollo como América Latina que viven procesos de empobrecimiento relativo y de exacerbación de la inequidad que genera frustración y resentimiento social (Suárez, 2004). Sin embargo, cabe mencionar que las personas cuentan con diversas herramientas que les ayudan a sobrellevar de una mejor manera cualquier situación. Este proceso involucra la presencia de herramientas, entendidas como capacidades, habilidades y estrategias, vinculadas tanto con factores internos como externos que pueden en mucho, favorecer un proceso de emancipación. Dentro de estos factores, se pueden identificar aquellos que tienen que ver con lo que cada persona ha desarrollado en función de su historia de vida, de los procesos de socialización a los que ha estado expuesta y por supuesto de las oportunidades

reales que ha tenido para generar cambios, a saber aspectos como autoestima, autonomía, competencia social, confianza en sí misma, etc., mientras que a su vez están los externos que coadyuvan a dicha transformación como son las relaciones interpersonales, redes de apoyo, redes familiares y comunitarias, etc. (Saavedra & Villalta, 2008). Este proceso dinámico de factores internos y externos es conocido como resiliencia.

La resiliencia ha sido introducido a las ciencias sociales, volviéndose transdisciplinar su estudio (Suárez, 2004): en Antropología se aproximan al término reuniendo las tradiciones de las comunidades y la preservación de las mismas como un sostén en la identidad individual y comunitaria; en Sociología se asumen las estructuras y funciones sociales como pilares fundamentales de la resiliencia ya sea que limiten o fomenten la misma; en el Sector Salud todos los agentes son vectores de la capacidad resiliente; en el Sector de Economía es utilizado como una estrategia en contra de la pobreza y para la promoción de una mejor calidad de vida; en el Trabajo Social es una herramienta que se utiliza para ayudar a los más necesitados y como medio de fortalecimiento en su capacidad de superación; en el Derecho se asocia con los organismos y la legislación que vela por los derechos humanos; y por último en la Psicología para observar el desarrollo psicosocial de las personas en tanto que viven un acontecimiento, el cual es considerado traumático o de crisis y adversidad, estudiando su manera de reaccionar y sobrellevar la situación de manera diferente, ya sea que se adapten y acepten la situación y/o utilicen capacidades, mecanismos, habilidades, etc., para salir fortalecidos de esa situación transformando su entorno. Todos estos enfoques han provocado que se voltee a ver no únicamente a las personas que viven situaciones adversas como “víctimas” sino que se estudie, se promueva, se entienda, el proceso de aquellos que han tenido éxito frente a la adversidad, cambiando su entorno, provocando cambios, enriqueciéndose como personas y convirtiéndose en modelos de cambio (Galende, 2004).

En las ciencias sociales, el concepto de resiliencia fue desarrollado inicialmente por Michael Rutter en Estados Unidos y por Emmy Werner en Inglaterra, posteriormente se extendió hacia Europa y por último llegó a Latinoamérica (Suárez, 2004). A partir de esto, se crean 3 distintas corrientes que consideran de manera diferente a la resiliencia: la corriente norteamericana se centra en el individuo y se considera pragmática y conductista; la corriente europea tiene enfoques psicoanalistas y por último está la corriente latinoamericana la cual se teoriza como comunitaria y se enfoca en lo social ya que lo considera como la respuesta lógica a los problemas del contexto (López, 2008; Suárez, 2004). Esta última propuesta, es la que en mi opinión considero más completa, ya que toma en cuenta tanto al individuo como a su entorno, se pone especial atención a la historia de vida y a la situación particular de cada sujeto con lo cual se amplía el panorama y se comprende cómo ese sujeto o esa sociedad en particular realiza un proceso resiliente.

Rutter (1993, en López, 2008) define a la resiliencia como una “respuesta global en la que se ponen en juego los mecanismos de protección, entendiendo por éstos no la valencia contraria a los factores de riesgo, sino aquella dinámica que permite al individuo salir fortalecido de la adversidad, en cada situación específica y respetando las características personales”. Infante (2001, en López, 2008) define a la resiliencia como un proceso dinámico que incluye tres componentes esenciales: la noción de adversidad, trauma, riesgo o amenaza al desarrollo humano, la adaptación positiva o superación de la adversidad, y por último el proceso que considera la dinámica entre mecanismos emocionales, cognitivos y socioculturales que influyen sobre el desarrollo humano. Edith Grotberg (1995, en Grotberg, 2004; López, 2008), es una autora que posee el mismo enfoque anglosajón que Rutter, pero a diferencia de él, define la resiliencia como “capacidad humana para enfrentar, sobreponerse y ser fortalecido o transformado por las experiencias de adversidad” de igual forma, propone un modelo sobre resiliencia que incluye factores tanto internos como externos, recurriendo al lenguaje como indicador, alude al proceso bajo el cual una persona

puede reconocer lo que tiene (“yo tengo”), lo que es (“yo soy”), lo que puede lograr (“yo puedo”) y dónde se posiciona la persona (“yo estoy”). Estas verbalizaciones reflejan la posición resiliente de las personas ya que involucran aspectos que son considerados pilares de este constructo como autoestima consistente, independencia, sentido del humor, moralidad, creatividad, iniciativa, capacidad de pensamiento crítico, la confianza en sí mismo y en el entorno, la autonomía y capacidad de relacionarse (Melillo, 2004a; Melillo, Soriano, Méndez & Pinto, 2004).

Los pilares de resiliencia según Aldo Melillo, Ricardo Soriano, José Méndez y Pastor Pinto (2004) logran proteger a los seres humanos más allá de la adversidad, sin embargo estos pilares están totalmente enfocados en aquellos factores internos que han encontrado tienen en común aquellas personas que han actuado de manera resiliente en situaciones adversas. Estos autores los describen de la siguiente manera:

- Autoestima consistente: base de todos los pilares, fruto de un cuidado afectivo en la niñez.
- Introspección: capacidad de preguntarse a sí mismo y ser sincero en la respuesta.
- Independencia: saber fijar límites entre uno mismo y el medio adverso, mantener distancia emocional y física sin llegar a un aislamiento.
- Capacidad de relacionarse: posibilidad de establecer lazos y afectos.
- Iniciativa: capacidad de la persona de ponerse a prueba en tareas progresivamente más exigentes.
- Humor: capacidad de encontrar lo cómico en la tragedia.
- Creatividad: posibilidad de crear orden, belleza y finalidad a partir del caos y desorden; capacidad de reflexión.
- Moralidad: extender el deseo personal de bienestar a los otros y la capacidad de comprometerse con valores; considerar límites mutuos.



- Capacidad de pensamiento crítico: es el pilar que surge de la combinación de los demás pilares, analiza las causas y responsabilidades acerca de la adversidad y propone modos de enfrentarla y transformarla.

Las 4 áreas propuestas por Grotberg (2004) agrupan factores resilientes como autoestima, confianza en sí mismo y en el entorno, autonomía y competencia social, que como podemos darnos cuenta, concuerdan con los pilares antes mencionados por otros autores. Y lo que esta autora menciona es que al interactuar estos factores, la resiliencia podrá darse, sin que se convierta en una especie de “check-list” en el cual las personas necesitan cumplir con todos o ciertos factores para ser considerados resilientes; sin embargo, un solo factor no es suficiente. Más bien deben entenderse como guías que se han encontrado como comunes en aquellas personas que presentan un discurso resiliente, pudiendo inclusive haber otras distintas. A manera de guía los rasgos de resiliencia se agrupan de la siguiente manera:

- Yo tengo:
  - Personas en quienes confío y me quieren incondicionalmente
  - Personas que me ponen límites para que aprenda a evitar los peligros o problemas
  - Personas que me muestran por medio de su conducta la manera correcta de proceder
  - Personas que quieren que aprenda a desenvolverme solo (a)
  - Personas que me ayudan cuando estoy enfermo (a) o en peligro o cuando necesito aprender
- Yo soy:
  - Una persona por la que otros sienten aprecio y cariño
  - Feliz cuando hago algo bueno para los demás y les demuestro mi afecto
  - Respetuoso (a) de mí mismo (a) y del prójimo

- Yo estoy:
  - Dispuesto (a) a responsabilizarme de mis actos
  - Seguro (a) de que todo saldrá bien
- Yo puedo:
  - Hablar sobre cosas que me asustan o me inquietan
  - Buscar la manera de resolver mis problemas
  - Controlarme cuando tengo ganas de hacer algo peligroso que no está bien
  - Buscar el momento apropiado para hablar con alguien o actuar
  - Encontrar a alguien que me ayude cuando lo necesito

Grotberg es una autora que si bien tiene un enfoque con raíz anglosajona, la he tomado como una de mis bases de análisis, ya que considera tanto a los factores internos como externos, habla sobre el discurso resiliente y por último toma en cuenta el género en los estudios que ella realiza. Su área de estudio es la violencia en adolescentes, pero toma en cuenta que las expectativas asociadas a cada género, son distintas de acuerdo a su sexo, por lo que la resiliencia en ambos no puede esperarse de la misma manera. Al realizar los análisis de sus estudios (Grotberg, 2004), toma en cuenta que es esperado en los hombres que su respuesta sea mucho más agresiva, que oculten sus sentimientos, que no lloren y que la violencia sea vista como la manera adecuada frente a las sensaciones de miedo o vulnerabilidad. De igual forma, declara que los hombres reciben menos apoyos que las mujeres ya que se espera que ellos sean capaces de lidiar con las adversidades de la vida en forma independiente y sin mayor apoyo, existe una expectativa hacia ellos que deben ser fuertes y que constantemente deben demostrar su capacidad como hombres.

La resiliencia según Aldo Melillo (2004a) es un proceso, que únicamente sucede cuando existe un punto de apoyo en el medio ecológico social de la persona; y concuerdo completamente en que sin este soporte, el proceso resiliente no podrá efectuarse de manera efectiva, provocando así una vivencia de

conflicto. Algo que en mi opinión es sustancial para comprender la resiliencia y es mencionado por este autor, es que la resiliencia no debe enfocarse únicamente en el individuo, ni en el entorno, será una combinación de ambas y la manera en que estas se entretrejan, olvidando así la vieja noción de fortaleza o debilidad en el individuo. De igual forma, la resiliencia, no debe considerarse como un retorno al ser anterior de la adversidad, sino todo lo contrario, la persona no vuelve a ser la misma, y será a través de esa adversidad o conflicto, que se realice un cambio en su ser, la resiliencia consiste en reconstruirse y comprometerse con una nueva dinámica de vida (Vanistendael & Lecomte, 2004)

Esta adversidad, entendida como situaciones críticas que experimenta cualquier persona, es la que provoca que las personas creen nuevos significados a sus experiencias, otorguen un valor a lo vivido y determinen un sentido a lo que han experimentado, es decir, la adversidad genera que las personas aprendan, y ese aprendizaje es un conocimiento y un recurso que podrá ser utilizado posteriormente tanto a nivel mente, cuerpo y acción socio-comunitaria, integrándose así una subjetividad resiliente (Galende, 2004). El trauma, adversidad o conflicto puede ser el punto de partida por el cual una persona se estructure de manera neurótica o psicótica, pero también puede ser un momento crucial en el cual se genere una estructura fuerte y útil y será este último punto, cuando se considere que se ha llevado a cabo un proceso de resiliencia (Melillo, 2004a). En ese sentido la resiliencia desde como pretendo abordarla en este trabajo no se traduce en un estado (ser) sino en la forma en la que se da significado a los eventos. De acuerdo a Cyrulnik (2002, en Jaramillo, 2004) la resiliencia es un proceso, el cual es dinámico y está vinculado con el desarrollo de la persona y su historia dentro de una cultura y no debe verse como si una persona es más o menos resiliente que otra, ya que es un continuo devenir y un proceso que no es posible llegar a cerrar.

Como lo menciona Stefan Vanistendael y Jacques Lecomte (2004) el ser humano siempre tiene la necesidad de dar sentido a su vida, sobre todo en las

situaciones difíciles. En el momento en que saben el “por qué” de su situación, el “cómo” será mucho más fácil de sobrellevar. Crear vínculos positivos con la vida, implica utilizar estrategias simultáneas como hallar ese vínculo en otras personas, como lo son los hijos, la familia, amigos, el tener responsabilidades y compromisos con otro- de igual forma, el sentirse amado brinda un sentido a la vida, dando una razón por la cual se debe seguir viviendo y luchando.

De acuerdo con Judith López (2008) para que una persona sea considerada resiliente, se contemplan sí las habilidades y capacidades que tiene para afrontar las crisis, pero también todas aquellas herramientas individuales, familiares y comunitarias con las que cuentan; es decir, estas tres últimas variables son esenciales en el término de resiliencia. De acuerdo con la autora, las variables individuales se conforman del temperamento y tipo de apego que tenga la persona, la inteligencia, capacidades y habilidades para desarrollar relaciones íntimas, orientación al logro, capacidad de construir significados producidos para eventos vividos, mecanismos de defensa intrapsíquicos y esperanza. Las variables familiares están enfocadas al funcionamiento familiar, más que a la estructura; es decir, importan más la calidad de las relaciones y el apoyo que existe en su relación, que si esta es una familia tradicional, monoparental, etc. Y por último las variables comunitarias son redes de apoyo extra a las familiares, fuentes de seguridad y confianza como lo son la escuela o el trabajo y un sentimiento cultural de pertenencia. De igual forma, la religiosidad (Melillo, 2004b) es una variable que bien puede ser considerada comunitaria, que funciona como un factor protector tanto en lo individual como en lo colectivo; por medio de la fe, una persona que es resiliente, descubre la posibilidad de ser aceptada sin condiciones y de acuerdo a lo mencionado por Vanistendael y Lacomte (2004) existe una correlación positiva entre la fe religiosa y la resiliencia o de manera más general, con la salud mental. Sin embargo, no debe olvidarse que los estereotipos de género, las normas sociales, el deber ser de la mujer y del hombre, es decir que la mujer se viva en una esfera privada y el hombre en una esfera pública, van a sesgar estas variables de la resiliencia, ya que son vistas con las normas de

género establecidas en cada sociedad (García-Retamero & López-Zafra, 2006; Rocha & Diaz-Loving, 2005).

De acuerdo a Manuel Castells (en Melillo, 2004b) las identidades que cada persona asume, a pesar de siempre estar vinculadas con estas normas sociales, estereotipos y relaciones de poder, pueden identificarse tres tipos: una identidad legitimadora o hegemónica, la cual se asume por las instituciones dominantes de la sociedad. Una segunda identidad es de resistencia, como la que asumen aquellos actores sociales que se encuentran en una posición de desventaja en cuanto a poder, como lo son sectores de pobreza extrema, las personas homosexuales, etc. Y por último, la tercera identidad es denominada de proyecto, la cual se identifica por aquellos actores sociales que consideran los materiales culturales de los cuales disponen y con base en estos, construyen nuevas identidades, desafiando y haciendo críticas de las hegemónicas, redefiniendo así su posición en la sociedad. En el marco de este trabajo, es importante retomar estas ideas, sin embargo recalcaría que la identidad no sería algo fijo, sino más bien retomaría la postura como la posibilidad de resistencia y transformación ubicada en aquellas personas que en diferentes medidas o formas intentan alejarse, cuestionar o transformar un modelo hegemónico. En ese sentido, es importante señalar el dinamismo de este aspecto, de manera que una persona puede ser o vivirse de manera resiliente en distintos niveles.

En Psicología se han estudiado niños y niñas que viven situaciones traumáticas, que conllevan dolor y sufrimiento para ellos, pero que al término de esa situación, no se manifiestan desórdenes psicológicos debido a la crisis; al contrario, desarrollan habilidades, mecanismos y capacidades para convertirse en personas sanas y afrontar situaciones similares, de crisis u obstáculos de manera eficaz; como en los estudios realizados por Rutter (1976, en Kotliarenco & Lecannelier, 2004) y Emmy Werner y Ruth Smith (1982, en Kotliarenco & Lecannelier, 2004) realizados a un grupo de niños, niñas y adolescentes con desventajas y privaciones severas en el plano social, emocional y cognitivo, en

donde encontraron que algunos niños y niñas no se comportaban de acuerdo a lo esperado; hubo niños y niñas que puntuaron igual de alto como otros chicos y chicas que no habían vivido situaciones tan adversas. Esto ayudó a que asumieran que existían personas que eran diferentes al resto y que como consecuencia podían salir adelante a diferencia de las personas que no tenían esta “fortuna”. María Angélica Kotliarenco y Felipe Lecannelier (2004) discuten sobre lo antes mencionado de ver al individuo por sí solo, como si su comportamiento fuera parte de su genética y concluyen que el debate entre naturaleza y ambiente, no tiene sentido, ya que, aunque abren la posibilidad que la genética puede influir, esta también puede verse afectada y compensada por el ambiente, a través del apego y la resiliencia. Estos autores consideran que la resiliencia, entonces será contemplada tanto desde los factores externos es decir el ambiente, como de los internos o de la persona. Grotberg (2004) es otra autora que considera al apego como un punto crucial de la resiliencia, ya que al ser fomentado sobre todo en edades tempranas, es una manera de promover la resiliencia: cuando las personas cuentan con un vínculo afectivo que es de confianza y cariño, se desarrollan habilidades sociales y los factores de riesgo disminuyen; cuando los padres son modelos de rol los hijos suelen seguir los mismos pasos llegando a convertirse ellos en modelos al ser adultos, inclusive Giselle Silva (1999, en Grotberg 2004) realiza un estudio en Perú en donde utiliza el modelo de Edith Grotberg (yo soy, yo estoy, yo tengo y yo puedo) y analizó la manera en que los padres ayudan a la promoción de resiliencia para lidiar con los efectos de violencia política. Lo que encuentra es que aquellas familias que promueven la resiliencia lo hacen a través de mantenerse positivos ante la adversidad y al buscar recursos y alternativas para salir de la adversidad.

Otras situaciones que han sido estudiadas a partir de la resiliencia, son situaciones de duelo, situaciones que conllevan violencia, enfermedades degenerativas, señalando todos los estudios, que la resiliencia debe ser estudiada a partir de una crisis o situación traumática, la cual desencadena mecanismos y habilidades para afrontar de manera más o menos resiliente dicha situación

(Castañeda, Guevara & Rodríguez, 2005; López, 2008; Athié & Gallegos, 2009). Sin embargo, Robert Brooks y Sam Goldstein (2004) consideran que la resiliencia debería estar encaminada no únicamente a personas que han vivido crisis, situaciones desventajosas, traumas, etc., sino a toda la población en general, pues no se sabe si una persona que ha llevado una infancia tranquila o una persona que ha tenido una vida próspera, en un futuro tenga que vivir y afrontar alguna situación que cause un problema y desconcierto; por lo que sería importante que estas personas cuenten con las herramientas necesarias para hacerle frente de manera resiliente. Estos autores ponen de ejemplo lo sucedido el 11 de Septiembre en los Estados Unidos, donde personas que pudiendo tener una vida con ventajas, llenas de amor, cariño, apoyo o no contar con nada de esto, se enfrentaron a un problema como lo es perder a un familiar y debieron afrontar esto de manera resiliente o no. O como el temblor de 1985 en la Ciudad de México, donde mucha gente perdió sus viviendas, todas sus pertenencias, familiares, amigos, conocidos y que a pesar de eso, salieron adelante de una manera resiliente o no. E incluso, estos autores señalan que la resiliencia tampoco debería estar enfocada únicamente para enfrentar situaciones de tragedia y crisis, sino que es importante tener una mentalidad resiliente para todos los aspectos de la vida diaria.

Melillo (2004b) también realiza una crítica ante estas posturas anglosajonas, ya que hacen mención de una adaptación positiva la cual es interpretada en relación a lo que las normas sociales indican que es positivo. De igual forma, esta misma sociedad es quien delimita lo que es considerado desajuste; por lo que, cuando una persona se adapta a las normas sociales, no podría considerarse que viven un proceso de resiliencia efectivo, ya que no existe esta postura crítica ante las exigencias de “normalidad”. En el marco de este trabajo esta crítica se vuelve indispensable, ya que la postura se centra no en una clasificación de qué mujer es resiliente y qué mujer no lo es; en cambio va enfocado a que la resiliencia es un proceso en donde hay distintas posibilidades, en donde tal vez, algunas personas viven intentando sobrellevar y sobrevivir a las

tensiones, intentan ajustarse aún a costa de ciertos malestares, y otras que tal vez tengan un papel mucho más activo e intenten no ajustarse sino transformar su entorno. En psicoanálisis, este término de adaptación lo profundiza Rubén Zukerfeld (en Melillo, 2004b) diferenciándolo así, en cuatro distintos enfoques: el primero es una desadaptación el cual implica que una persona ante una adversidad, enfrentará dicha situación a través de síntomas que perjudican su salud; el segundo es la sobreadaptación la cual implica que la persona se adecúe de manera exagerada a las normas sociales, sin tomar en cuenta el detrimento de su realidad psíquica; la tercera es la para-adaptación que es cuando una persona recurre a neorealidades para poder sobrellevar la situación que vive; y por último está la adaptación, la cual implica una transformación activa, la cual toma en cuenta tanto la existencia de una realidad ajena a su funcionamiento mental y la posibilidad de realizar cambios en esa realidad.

En ese sentido, dentro del presente proyecto resulta fundamental considerar que ante la situación social de marginación y desigualdad social que viven las mujeres en función de las condiciones ideológicas y socioestructurales sexistas, en realidad todas generan en mayor o menor medida un proceso de resiliencia para sobrellevar o en un mejor caso transformar sus realidades. Asimismo, desde este planteamiento también resulta fundamental insistir que aunque teóricamente no se considere que el proceso de “conciliación” entre la esfera privada y la pública es una situación traumática o de crisis, en realidad, dicho proceso es por sí mismo una situación de un desgaste a corto y largo plazo, causando malestares tanto físicos como emocionales a las mujeres (Guerrero, 2003; Jiménez & Moyano, 2008). La idea de resiliencia se dirige hacia el considerar que las mujeres pueden afrontar en el día a día, a través de recursos internos y externos, el proceso de “conciliación” entre una esfera y otra, logrando que haya más conciencia crítica sobre los estereotipos de género y la manera en la que impactan su vida, la posibilidad de transformar dicha realidad, y vivir de manera más coherente hacia las necesidades propias y no en función de los estereotipos de género.



En tanto existe una estructura ideológica y social que no sólo invisibiliza el trabajo que las mujeres realizan al interior de los hogares y las familias, sino que además lo “naturaliza” y deja de lado las inequidades existentes en torno a ello y a las exigencias y costos que tienen para las mujeres confinarlas a dicho fin, considero que la relación trabajo-familia se sitúa como un problema de las mujeres aludiendo a falta de organización, a que deben elegir una sola cosa, a qué no tienen que descuidar su rol principal, etc., lejos de reconocer que socialmente se fortalece la idea de que el ámbito familiar y privado es antagónico al laboral y público. En ese sentido, si bien estamos hablando de un problema que tiene consecuencias graves para las mujeres por el estrés, la insatisfacción y el malestar emocional y físico que genera, no se considera que sea realmente un problema o una situación de crisis, y se obvia que en el día a día estas mujeres tienen que hacer esfuerzos y acomodos personales para poder lograr una supuesta “conciliación”.

Es entonces que si la resiliencia se ha abordado sólo desde la construcción de “crisis”, la relación familia-trabajo y las exigencias y conflictos que de esta relación se derivan no parecen entrar en tal paradigma. De hecho en muchas ocasiones lo anterior se considera resultado más bien de la indecisión de las mujeres y de no medir las consecuencias “personales” que tendrían sus “elecciones”. Cualquier consecuencia será su responsabilidad al inmiscuirse en situaciones no acordes a lo que se espera de ellas. Sin embargo, se cuenta con información suficiente (Burin, 2008; Horno, 2009; García-Retamaro & López-Safra, 2006; Gómez, 2003; Guerrero, 2003; Jiménez & Moyano, 2008; Martínez et al, 2002; Spindola & Da Silva, 2002) para poder argumentar que las mujeres experimentan un desgaste tanto a corto como a largo plazo, se enfrentan a situaciones de estrés; experimentan culpa, frustración, enojo, miedo, etc. cuando se enfrentan a situaciones de la vida diaria asumiendo ambos roles; y debido a que hoy en día es mucho más común que las mujeres participen tanto en la vida familiar como en el ámbito laboral, es importante conocer los factores que inciden

en la vida de las mujeres para lograr un proceso de resiliencia, así como indagar a profundidad de qué depende que las mujeres sean más o menos resilientes. En este sentido, es importante destacar que la resiliencia aumenta la calidad de vida y la sensación de bienestar; las personas resilientes son capaces de enfrentar situaciones estresantes y adversas, disminuyendo la intensidad de la situación y la expresión de síntomas negativos como ansiedad, depresión y rabia; y de manera simultánea se incrementa la creatividad, la curiosidad y la salud mental y emocional (Grotberg, 2004).

Se ha considerado (Burin, 2008; Horno, 2009; García-Retamaro & López-Safra, 2006; Gómez, 2003; Guerrero, 2003; Jiménez & Moyano, 2008; Martínez et al, 2002; Spindola & Da Silva, 2002) que las mujeres que llevan a cabo estos roles viven una adversidad percibida por ellas al sentir culpa, ansiedad, estrés, entre otros síntomas tanto físicos como emocionales, adjudicando esto al no cumplir las expectativas que tienen de ellas en ambas posiciones. Estos supuestos están basados en artículos, entrevistas y pláticas informales realizadas a mujeres que fungen ambos roles. Así como también que la resiliencia puede ser abordada desde la adversidad percibida (Ospina, Jaramillo y Uribe, 2005), entendiendo por adversidad no sólo las condiciones físicas y reales, sino una adversidad subjetiva, que son las interpretaciones que se crean las personas sobre una situación que viven y la consideren adversa; sin llegar a considerar esta subjetividad como una simple percepción de la mujer, sino que es resultado del cúmulo de estereotipos, mensajes y exigencias sociales que van configurando dicha subjetividad. Esto afecta, a los factores asociados de la resiliencia, que son autoestima, confianza en sí misma y en el entorno, autonomía y competencia social. Es por eso que es de suma importancia abordar la resiliencia en la población de mujeres que ejecutan tanto el ejercer labores domésticas y de crianza como el tener un trabajo remunerado, al ser un sector que está creciendo con los años; y así poder conocer el proceso por el cual las mujeres logran un proceso resiliente ante estas adversidades, aunque no sean considerados estados de crisis o tragedias; ya que,

en términos de equidad, las mujeres se ven en desventaja en comparación a los hombres.

Dentro del marco de esta investigación, considero que la resiliencia puede ser una fuerza protectora, en cuanto a salud se refiere para las mujeres; por lo cual, me llevó a analizar si es que el tener un trabajo remunerado y al mismo tiempo llevar a cabo la labor de crianza de los hijos resulta ser conflictivo hoy en día para las mujeres y de qué depende que estas mujeres transformen su entorno, saliendo ellas beneficiadas y fortalecidas, apostándole a que en algunas de ellas exista un proceso de resiliencia.

## CAPÍTULO 4

### MÉTODO

#### JUSTIFICACIÓN

El papel de las mujeres en México hoy en día, sigue siendo el de una mujer cuyo deber ser reside en una superación personal enfocada a la maternidad y al cuidado del hogar (Spindola & Da Silva, 2002). A pesar de esto, se considera que México es una sociedad que se encuentra en transición (Rocha, 2011) ya que cada vez es mayor el número de mujeres que obtienen estudios universitarios, ejercen una profesión y se dedican al ámbito laboral (ENOE, 2013; INEGI, 2012). Esto, sin embargo, no significa que en el nivel de creencias, percepciones y oportunidades reales de crecimiento laboral, se haya alcanzado una igualdad entre hombres y mujeres, por lo que ellas son las que constantemente se ven señaladas, cuestionadas y limitadas cuando se alejan de la norma social, por ejemplo si no dejan su profesión al tener hijos o hijas, si deciden no embarazarse, o si le dan preferencia a su desarrollo personal antes que a la maternidad y al hogar, causándoles así un conflicto al no poder vivir plenamente los distintos roles que tienen en su vida (Guerrero, 2003).

A pesar de que existe evidencia sobre los malestares que conlleva para una mujer el ejercer múltiples roles que entre otras cosas involucran la necesidad de hacer compatibles tiempos, espacios y hasta comportamientos, lo cual tiene como resultado una tensión, agotamiento y estrés permanentes (Martínez et. al., 2002; Sánchez et. al., 2011), este desequilibrio no se ha considerado como una situación de riesgo para las mujeres, y mucho menos se han analizado los procesos de resiliencia que en el día a día viven para lograr una suerte de “equilibrio” en sus vidas, sobrellevando todos los obstáculos que derivan de la prevalencia de roles y estereotipos tradicionales como exigencia, a la par de nuevos deseos y posibilidades de desarrollo personal y profesional que son vividos como una situación de crisis (Castañeda et. al., 2005; López, 2008; Athié & Gallegos, 2009).

En ese sentido, tal vez este estrés de cubrir expectativas o alejarse de ellas, no se ha considerado desde el saber psicológico en tanto se estudia la resiliencia como un trauma, empero este estrés tiene un efecto tan o más fuerte que una situación traumática, pues involucra un desgaste continuo. Es así que se vuelve crucial el constructo de resiliencia, pues puede ser aplicado no únicamente en una situación de crisis, como una muerte, violencia, duelos, etc., asimismo puede observarse en situaciones que son percibidas como una adversidad (Ospina et. al., 2005) pero que no se enmarcan (al menos social y culturalmente) como hechos trágicos, como es el caso del conflicto que presentan estas mujeres; y que por su definición y aproximación, brinda una mirada integral, pues considera tanto capacidades individuales de la persona que son las variables individuales, pero también se analiza el contexto y los apoyos con los que ha contado y cuenta esa persona que son las variables familiares y las variables comunitarias.

En virtud de lo anterior, es de interés en este trabajo analizar y comprender de qué manera las mujeres que realizan múltiples roles y viven un conflicto derivado de ello por las dificultades de conciliación en tiempos, espacios y expectativas vinculadas con roles de género, logran recurrir a un conjunto de apoyos y fuerzas tanto externas como internas para sobrellevar y/o transformar la situación, es decir, se busca identificar cómo se desarrolla la resiliencia en este grupo de mujeres, si es que se llegase a identificar en alguna de ellas. Lo anterior permitirá identificar los factores que coadyuven a una situación de mayor equidad en la vida de las mujeres y de mayor bienestar.

## PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Durante la presente revisión, no se encontró investigación sobre la resiliencia vinculada con la ejecución del rol laboral y familiar. Esto puede deberse a que resiliencia se ha abordado a partir de situaciones de crisis, y no en términos del malestar cotidiano, por ejemplo, el que puede generarse ante la tensión del binomio familia-trabajo para las mujeres debido a los roles de género. Cabe

aclarar el hecho de que las mujeres no terminan de ser visibles en diferentes áreas, entre otras cosas porque existe una devaluación de los roles catalogados como “femeninos” y porque a la fecha no se considera que el trabajo remunerado sea tan fundamental como lo son las actividades ligadas a la reproducción, crianza y cuidado. Aunado a ello, estas actividades vinculadas a las mujeres no son valoradas socialmente como un trabajo, y debido a los estereotipos de género se asume que son tareas inherentes a su condición sexo-genérica, y que por tanto no representan mayor problema. Sin embargo, se cuenta con información suficiente para poder argumentar que las mujeres experimentan un desgaste tanto a corto como a largo plazo en el marco de la ejecución de los roles y tareas vinculados a su género, se enfrentan a situaciones de estrés; experimentan culpa, frustración, enojo, miedo, etc. cuando se enfrentan a situaciones de la vida diaria asumiendo ambos roles (ver Burin, 2008; Horno, 2009; García-Retamaro & López-Safra, 2006; Gómez, 2003; Guerrero, 2003; Jiménez & Moyano, 2008; Martínez et al, 2002; Spindola & Da Silva, 2002); y debido a que hoy en día es mucho más común que las mujeres participen tanto en la vida familiar como en el ámbito laboral, es importante conocer los factores que inciden en la vida de las mujeres para lograr un proceso de resiliencia, así como indagar a profundidad de qué depende que las mujeres sean más o menos resilientes.

De acuerdo a distintos autores y autoras (Burin, 2008; Horno, 2009; García-Retamaro & López-Safra, 2006; Gómez, 2003; Guerrero, 2003; Jiménez & Moyano, 2008; Martínez et al, 2002; Spindola & Da Silva, 2002) las mujeres que llevan a cabo estos roles viven una adversidad percibida por ellas al sentir culpa, ansiedad, estrés, entre otros síntomas tanto físicos como emocionales, adjudicando esto al no cumplir las expectativas que tienen de ellas en ambas posiciones. Estos supuestos están basados en artículos, entrevistas y pláticas informales realizadas a mujeres que fungen ambos roles, así como también que la resiliencia puede ser abordada desde la adversidad percibida (Ospina, Jaramillo y Uribe, 2005), entendiendo por adversidad no sólo las condiciones físicas y reales, sino una adversidad subjetiva, que son las interpretaciones que se crean las

personas sobre una situación que viven y la consideren adversa. Esto afecta, a los factores asociados de la resiliencia, que son autoestima, confianza en sí misma y en el entorno, autonomía y competencia social. Es por eso que es de suma importancia abordar la resiliencia en la población de mujeres que ejecutan tanto el ejercer labores domésticas y de crianza como el tener un trabajo remunerado, al ser un sector que está creciendo con los años; y así poder conocer el proceso por el cual las mujeres logran un proceso resiliente ante estas adversidades, aunque no sean considerados estados de crisis o tragedias; ya que, en términos de equidad, las mujeres se ven en desventaja en comparación a los hombres, entendiendo ésta en los roles que fungen cada uno; las mujeres se han incorporado al ámbito laboral, sin que esto signifique un cambio de roles, al contrario se le ha sumado a su rol doméstico, el rol laboral. Mientras que al hombre se le sigue exigiendo ser únicamente el proveedor y no se ha involucrado en roles domésticos y de crianza.

## OBJETIVO GENERAL

El objetivo general de la investigación es explorar si las mujeres a las que se entrevisten viven un proceso de resiliencia tomando en cuenta una situación de vida en donde enfrentan los avatares que representa la relación trabajo-familia al llevar a cabo una actividad remunerada pero al mismo tiempo ser quienes realizan las tareas del hogar y la crianza y en segundo lugar comprender cómo lo anterior tiene lugar en el marco de un contexto, una experiencia de vida y un proceso de socialización de género particular.

Se parte del supuesto que la relación trabajo-familia ha sido socialmente problematizada para las mujeres en tanto se considera que su labor “natural y principal” debe ser lo concerniente al ámbito del hogar y la crianza, y que por tanto, las actividades laborales o profesionales fuera de este escenario se consideran más que un derecho, una elección que las mujeres tienen que asumir por una parte bajo el imperativo de no descuidar sus labores principales y

seguidamente bajo el precepto también de asumir responsablemente las consecuencias de su elección.

#### Objetivos específicos

- a. Explorar si la relación familia-trabajo es vivida a partir de un conflicto de roles como resultado de la incompatibilidad que social y culturalmente se ha construido en torno a este binomio, analizando la presencia de desigualdades sociales y barreras estructurales que conllevan a este conflicto (p.e. techo de cristal, piso pegajoso y fronteras de cristal).
- b. Analizar cómo el proceso de socialización de género y los roles y expectativas que de éste se desprenden impactan en la vivencia de las mujeres en torno a la relación familia-trabajo
- c. Explorar si existe un proceso de resiliencia en las participantes a partir de sus experiencias y la identificación de los factores que se han asociado a la resiliencia desde una perspectiva que reconoce a la resiliencia no como un estado, no como un rasgo, sino como un proceso que tiene un amplio espectro de posibilidades; y que habrá que diferenciar una búsqueda propositiva de transformación de las situaciones adversas – lo entendido en esta tesis como resiliencia – de la resistencia / adecuación hacia las situaciones adversas.

#### PARTICIPANTES

Participaron cinco mujeres mexicanas, cuyos requisitos para participar en la investigación fueron los siguientes: tener una edad de 18 años en adelante, tener un trabajo remunerado en empresas pequeñas y medianas, así como tener al menos un hijo menor de 7 años de edad, ya que según la literatura los hijos menores a 5-7 años de edad, representan mayor tensión y estrés, e implica dedicarles un alto cuidado (Gómez, 2004; Jackson, Gyamfi, Brooks-Gunn & Blake, 1998; Martínez et. Al, 2002; Zárate, Montero & Gutiérrez, 2006). Estos requisitos



tuvieron como base los datos del ENOE (2013), ya que al cumplir con estos requerimientos, se abordaba una parte de la población que es representativa a nivel de mujeres que ejecutan un trabajo remunerado con actividades domésticas y de crianza. El 42.5% de la población femenina es económicamente activa, y el 70.6% de esta población, son mujeres que tienen al menos un hijo. Sin embargo, pese a los criterios establecidos, a lo largo de la investigación, no se limitó el estudio a madres con hijos pequeños y se abordaron mujeres que a pesar de que sus hijos fueran mayores a los 7 años, ellas no dejaron de trabajar cuando sus hijos tenían una edad menor a los 7 años.

## PROCEDIMIENTO

La invitación de las participantes se realizó a través de un método de bola de nieve. A estas mujeres se les notificaba que estarían participando en un proyecto de investigación y que toda información mencionada durante las sesiones era completamente confidencial, se aseguró el anonimato de sus casos y se hizo hincapié en el carácter voluntario de la participación. Así mismo, se les explicó que se les harían preguntas relacionadas a su vida personal y que en el caso de sentirse incómodas podrían detener la entrevista en cualquier momento. Se les pidió su autorización para que las entrevistas fuesen audio grabadas.

Se realizaron entrevistas semi-estructuradas con una duración promedio de 1 hora, de una sola sesión. En las entrevistas se buscó indagar y explorar los aspectos relacionados a la relación familia-trabajo, a la existencia o no de conflicto interrol, a las construcciones de género que atraviesan dicha vivencia y al proceso de resiliencia que se gesta en este tránsito. En particular, los ejes temáticos son planteados y analizados desde las siguientes consideraciones:

## EJES TEMÁTICOS

Relación familia-trabajo y la posibilidad de un conflicto interrol. Resultado de las presiones sociales en torno a los roles que las mujeres deben cubrir y la existencia de barreras internas y externas que hacen incompatibles las tareas familiares y la actividad laboral o profesional, se identifican tres fuentes de conflicto:

- a) cuando no es posible conciliar los tiempos de ambos roles,
- b) el conflicto que origina tensión, agotamiento y estrés,
- c) y el basado en las conductas y expectativas incompatibles entre ambos (Spindola & Da Silva, 2002).

### Resiliencia

Es un proceso dinámico que incluye tres componentes esenciales: 1) la noción de adversidad, trauma, riesgo o amenaza al desarrollo humano, 2) la adaptación positiva o superación de la adversidad, y por último 3) el proceso que considera la dinámica entre mecanismos emocionales, cognitivos y socioculturales que influyen sobre el desarrollo humano (Infante, 2001 en López, 2008). Para efectos de esta investigación, la resiliencia será entendida como el proceso que mujeres con un trabajo remunerado y actividades domésticas y de crianza, llevan a cabo para resignificar sus identidades más allá de los roles convencionales y estereotipados, para disminuir o erradicar el malestar y conflicto que se genera por la incompatibilidad en los tiempos, espacios y expectativas, así como en función de las acciones y decisiones que les permiten crear o promover una mayor equidad en sus relaciones interpersonales y en los espacios que se desenvuelven.

Para identificar este proceso, se tomará en consideración dos aspectos:

- a) Narrativa resiliente, que se refiere a la manera en la que las participantes hacen referencia a sí mismas desde una mirada de agente (yo soy), con reconocimiento de lo que se tiene en términos de recursos personales, sociales y económicos (yo tengo) y de lo que se puede hacer pensando como un poder personal y como la percepción de habilidad y capacidad para hacer (yo puedo).
- b) Factores externos e internos asociados al proceso de resiliencia, retomando la propuesta teórica de Grotberg (1995) y Saavedra y Villalta (2008), dentro de los cuáles se vuelve fundamental identificar en los a) internos: capacidad de autoconocimiento, seguridad en sí misma, autoestima, desarrollo de autonomía personal, optimismo, construcción de metas, organización de su tiempo, capacidad de tomar decisiones, capacidad para resignificar las experiencias y capacidad para negociar y b) redes de apoyo, calidad en las relaciones afectivas, actividades de desarrollo y crecimiento personal y otros recursos (instituciones, organización, religión). Esto aunado a lo ya mencionado por Mabel Burin (1996; Burin, 2008) en cuanto al techo de cristal, piso pegajoso y barreras de cristal.

En la Tabla 3 se detallan los aspectos particulares que responde a los ejes temáticos señalados previamente. En lo que compete a la vivencia de conflicto en torno al binomio familia-trabajo remunerado, se exploraron aspectos ligados con la falta de tiempo, la tensión, la sobrecarga, el estrés, la existencia de exigencias incompatibles derivadas de los estereotipos de género, así como los malestares afectivos, como el sentimiento de culpa, depresión, frustración, enojo.

En relación a la segunda área fundamental es la resiliencia, por una parte se puso atención al discurso en torno a ellas mismas, el cual según la literatura revisada puede hacer evidente o no su capacidad para auto referirse como un

agente de cambio, capaz de transformar su realidad, su entorno, que refleje el reconocimiento de su capacidad para poder hacer para ella y por sí misma. Aunado a ello se indagó también sobre el proceso de resignificación que las mujeres hacen en torno a sus roles, identificando aquellos aspectos que han ayudado a su proceso de resiliencia en las mujeres en las que se haya identificado que viven un proceso de transformación, como lo son las redes de apoyo, la organización de sus tiempos y la manera en que el mismo entorno contribuye a su proceso. En ese sentido se consideró relevante también indagar respecto a la manera en la que se ha dado el proceso de socialización de género que incide directamente sobre su construcción identitaria y se relaciona con las maneras en las que afrontan el malestar.

A pesar de ser estas las dos áreas que guiaron el trabajo de investigación, todo el análisis, así como la ejecución e interpretación de la información tiene como eje fundamental de análisis la consideración e identificación de las barreras estructurales y subjetivas –instituciones, las barreras conocidas como “techo de cristal” (horarios, exigencias en los trabajos – a una mujer se le pide demostrar su valía y capacidad-, procedimientos para ascender a puestos, sentido de responsabilidad doméstica y de crianza, estereotipos, falta de modelos femeninos –que desemboca en una percepción de inseguridad y temor de eficacia), las “fronteras de cristal” (limitantes de desarrollo al tener que elegir entre familia o trabajo sin opción de conciliación) y la manera en la que se han interiorizado estereotipos, creencias, que es la tercer barrera “piso pegajoso” (barreras impuestas por la misma mujer para no desarrollarse en un ámbito laboral y dando una mayor importancia al cuidado del hogar y de la crianza)-, que perpetúan los estereotipos de género y mantienen la desigualdad de género y dan lugar al conflicto interrol y las consecuencias de éste.

Tabla 3:

Ejes temáticos y categorías para la entrevista semi-estructurada.

Auto-referencia como mujer		
Mujer que trabaja y es remunerada	Mujer madre que trabaja en el hogar sin remuneración	Otro rol
	Repartición de actividades domésticas y de crianza	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Elección del rol</li> <li>• Significado que se da al rol</li> <li>• Antecedentes que se identifican para la construcción de este significado</li> <li>• Relaciones interpersonales con las que se cuentan</li> <li>• Apoyos que se han recibido</li> <li>• Toma de decisiones</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Elección del rol</li> <li>• Significado que se da al rol</li> <li>• Antecedentes que se identifican para la construcción de este significado</li> <li>• Relaciones interpersonales con las que se cuentan</li> <li>• Apoyos que se han recibido</li> <li>• Toma de decisiones</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Elección del rol</li> <li>• Significado que se da al rol</li> <li>• Antecedentes que se identifican para la construcción de este significado</li> <li>• Relaciones interpersonales con las que se cuentan</li> <li>• Apoyos que se han recibido</li> <li>• Toma de decisiones</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Organizar tiempos</li> </ul>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conflictos / problemas por incompatibilidad de roles</li> </ul>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Impacto del entorno en cada rol y en su conjunto</li> </ul>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Solución de problemas</li> </ul>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Metas / planes a futuro</li> </ul>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Metas / planes inconclusos o postergados debido a ejecución de roles</li> </ul>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Acuerdos con el entorno para ejecutar los roles</li> </ul>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Estrategias / herramientas que se utilizan para poder llevar a cabo los roles</li> </ul>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Manejo de emociones (tristeza, enojo, cansancio, estrés, culpa, frustración, etc.)</li> </ul>		

## ABORDAJE METODOLÓGICO Y MARCO INTERPRETATIVO

En este apartado aclaro la importancia de utilizar un análisis fenomenológico para acercarme a las narraciones de las mujeres, referentes a su vida diaria teniendo en cuenta tanto su vida laboral como familiar, así como el significado que ellas les dan a sus vivencias y obstáculos con los cuáles se enfrentan. El análisis fenomenológico “es un método de investigación que permite adentrarse en ese mundo de los sujetos para identificar cómo y bajo qué condiciones trabajan o viven, así como definir el significado que le dan a estos procesos. Considera que la comprensión de los significados de las organizaciones y de los individuos que las integran no pueden obtenerse de forma independiente ni hacer generalizaciones sobre ellas, dado que la comprensión del significado se obtiene a partir de la percepción de la interacción entre ellos y los significados que los individuos dan a su experiencia, teniendo en cuenta que la comprensión de los significados exige de manera singular un acercamiento a la persona con la plena disposición de escucha, comprensión y aceptación. (Marí, M. Bo & Clement, 2010. pp. 114-115).

En ese sentido y tal como lo plantean los autores, el tener un abordaje fenomenológico en esta tesis me permitirá conocer la “la experiencia de las personas, ya que no es el sujeto o el mundo el que se investiga e interpreta, sino el mundo vivido por el sujeto”. Como lo mencionan es una aproximación que no se ocupa de las relaciones causales, sino de una descripción de lo que queremos observar.

Siguiendo las recomendaciones que existe este planteamiento metodológico, y a través del uso de entrevistas semi-estructuradas, mi propuesta de trabajo fue la siguiente:

- Transcripción de las entrevistas: se transcriben las palabras literales y se hacen anotaciones de lo deducido de lo ocurrido y la comunicación no verbal.
- Elaboración de unidades de significado general: se recogen las diversas intervenciones y se agrupan de manera que se cree una unidad de significado, estas pueden o no tener relación con el tema de estudio.
- Elaboración de unidades de significado relevante para el tema de la investigación: se toman únicamente las unidades que son relevantes para el tema de estudio, se buscan las convergencias y divergencias entre estas.
- Verificación de las unidades de significado relevante: se hace una selección mediante el agrupamiento de las unidades por significados comunes, formando grupos de significado. Y desde estos grupos se interpretarán e identificarán los temas que muestran cuál es el significado de experimentar o vivir determinados fenómenos.
- Conclusión: Incluye datos personales, palabras literales, estado de ánimo, aspectos no verbales, mención de las diferentes categorías de agrupación de las unidades de significado relevante, así como comentarios que puedan servir para la mejor comprensión de la relación de ayuda realizada o para actuaciones futuras.
- A través de este análisis fenomenológico me fue posible no sólo comprender no sólo lo que mis participantes me compartieron, sino también tener un acercamiento a sus prácticas y lo que las rodeaba en un contexto social, en el momento de su discurso.

### Marco Interpretativo

En relación al abordaje teórico-interpretativo que me permitirá comprender mejor lo que ocurre en la experiencia de las participantes de mi estudio, como lo he señalado previamente será de utilidad la propuesta teórica realizada por la doctora Mabel Burin (1996; Burin, 2008) en torno a los diferentes factores que obstaculizan el proceso de empoderamiento de las mujeres, al aludir tanto a los

aspectos de carácter estructural como intrapsíquico. Estos factores de “techo de cristal”, “piso pegajoso” y “fronteras de cristal” me permitirán identificar en las participantes las barreras a las que se enfrentan en su día a día. Tal como lo señalé previamente, la propuesta de la Dra. Burin, plantea que cuando las mujeres se incorporan a un ámbito laboral, podrían llegar a vivir situaciones en donde se les frena su desarrollo por el simple hecho de ser mujer, ya sea a través de barreras para tener posiciones altas de liderazgo, en donde se pueden incluir desde creencias que las mujeres no son capaces de tomar estos puestos hasta no considerarlas como posibles candidatas para estos puestos (techo de cristal), situaciones en donde podrían sentir culpa, frustración, etc. por no cumplir con el canon en donde la mujer debe dedicarse al cuidado de la familia completamente (piso pegajoso) y situaciones en donde se verán “entre la espada y la pared” al encontrar incompatibilidad entre la vida familiar y laboral, como por ejemplo una re-locación a otro país verse frenada por una pareja que no apoye la decisión (fronteras de cristal).

De igual forma, como parte del marco interpretativo utilizaré el conflicto interrol (Jiménez & Moyano, 2008; Martínez, Vera, Paterna & Alcázar, 2002; Spindola & Da Silva, 2002) en donde se mencionan 3 aspectos: cuando no es posible conciliar los tiempos de ambos roles, el conflicto que origina tensión, agotamiento y estrés, y el basado en las conductas y expectativas incompatibles entre ambos. A pesar que estos preceptos bien pueden ser ligados a lo propuesto por la Dra. Burin, me ayudarán a identificar aquellas barreras que facilitan o dificultan que la vivencia de trabajo-familia sea vivida como un conflicto o no, como por ejemplo los tiempos, las distancias, los ingresos económicos, los apoyos de la pareja y de la familia, los apoyos/beneficios de las empresas, etc.

Por último, tomaré el discurso resiliente propuesto por Grotberg (2004) para identificar las interpretaciones que ellas mismas hacen de sus vivencias. A partir del “yo tengo”, “yo puedo” “yo estoy” y “yo soy” me será viable identificar la manera en que ellas se agencian de estas barreras ya mencionadas y la interpretación que



hacen de las mismas, así como las acciones y actitudes que toman ante las adversidades a las que se enfrenten.

En conclusión, utilizar este marco interpretativo me ayudará a identificar los factores que favorecen el proceso de resiliencia en mujeres que llevan a cabo un trabajo remunerado y actividades domésticas y de crianza.

## CAPÍTULO 5.

### PRESENTACIÓN, ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS

#### CONOCIENDO A LAS MUJERES: Caracterización de las participantes

En este proyecto, participaron 5 mujeres, que a pesar de tener un perfil similar entre sí, es decir todas tienen al menos un hijo y todas se encuentran laborando actualmente, sus circunstancias de vida, entorno, fortalezas, barreras, etc. han moldeado a cada una de estas mujeres, para afrontar situaciones de la vida cotidiana de manera muy distinta.

La mujer más joven, Cristina de 24 años se convirtió en madre a sus 16 años de edad, actualmente es soltera y está por terminar su carrera profesional, al mismo tiempo que trabaja y cuida a su hijo que actualmente tiene 6 años. Ambos viven con la madre y la hermana de Cristina, hermana enferma y a quien debe cuidar como parte de sus responsabilidades, y es la madre quien le brinda mucho apoyo para llevar a cabo todos sus compromisos. La educación que ella recibió fue en una escuela pública, trabaja actualmente para una firma pequeña de consultores y socialmente es una persona muy activa, tiene amigos y sale con ellos. Adicional al trabajo formal que menciono, tiene clientes independientes los cuáles trata sus casos una vez que su hijo duerme. No cuenta con un auto propio, por lo cual utiliza el transporte público para moverse y hace mención que utiliza este medio para realizar otras actividades que no le dan tiempo de hacer, como por ejemplo dormir y comer en sus traslados.

El padre de su hijo es una persona muy ausente en la vida tanto de ella como de su pequeño, situación que le ha generado mucha tensión a lo largo de los años. Parte de la conversación que sostuve con Cristina, fue encaminada en conocer lo que ella considera lo que significa ser mamá y ser papá; dentro de esta

discusión lo que logro escuchar son estos estereotipos en donde la mamá es la que mimó a los hijos, la que los cuida y procura. En cambio, para ella el rol de papá implica dar órdenes y regañar. De igual forma, dentro de esta misma discusión, platicamos sobre las responsabilidades que existen para las labores domésticas, en este punto a pesar que lo divide con su mamá, ella misma reconoce que hacer esta división entre ser mamá, trabajar y estudiar, le conlleva a hacer estas labores durante la noche. Una de las soluciones en las que estuvo trabajando para mitigar los tiempos nocturnos, es educar a su hijo que también apoye en estas labores, aunque de igual forma reconoce que la manera en que educó esto a su hijo fue a través de regaños y golpes.

Una de las ambivalencias que ella ha vivido a lo largo de su vida, es el rol que existe de su mamá y su papá. En el caso de su mamá es un gran apoyo en su vida, ella le llama que existe una amistad entre ambas, hubo momentos en donde el apoyo que obtuvo de ella, fue lo que ella identifica como lo que necesitaba para lograr salir adelante, es quien menciona le da ese balance a su vida, llamando así el tener este equilibrio entre ser mamá, trabajar, estudiar y el poder salir, divertirse y tener amigos. En el caso de su papá, ella platica que él esperaba tener un hijo varón y que él la educó de esa manera; incluso atribuye su carácter de enojarse, no llorar, a la educación que recibió de él. Sin embargo hoy en día es una figura ausente en su vida, a pesar que sigue siendo pareja de su mamá (no vive con ellas) y su mamá es quien da el mensaje que como mujeres deben unirse y ser las que cuidan a la familia.

Paty es la mujer más grande a la cual entrevisté, ella tiene 43 años, tuvo dos hijos de casada, y cuando la niña tenía la edad de 3 años y el niño 8 meses, el esposo los abandonó ya que es alcohólico. No se ha divorciado y el señor sigue viendo a sus hijos. Hace 2 años, su mamá perdió su casa, y ella le ofreció asilo. Hasta la fecha vive con ella. La relación con su madre es muy áspera, pues a pesar de ayudarla cuidando a sus hijos, existen muchos roces entre ellas, entre ellos que su mamá no esté de acuerdo con que ella tenga que trabajar, ella siente

que su mamá la desautoriza con sus hijos y es una lucha constante de poder entre ambas. Paty también es una mujer con educación técnica, ha trabajado a lo largo de toda su vida, siendo 26 años que se dedica a su profesión. Actualmente trabaja en el gobierno y es el lugar que ella considera consigue cierta paz, sobre todo al tener una jefa que la escucha y es para ella una parte importante en su vida.

El tipo de relaciones y actividades adicionales a su trabajo y el hogar son muy escasos y las adjudica a problemas de salud que ha tenido a lo largo de su vida. El primero de ellos, fue cuando dedicaba gran parte de su tiempo al trabajo y sufrió una parálisis facial, lo que la llevó a tener un trabajo de medio tiempo. Una situación más reciente, es un problema de leucemia, lo que la ha llevado a dejar actividades como ir a la iglesia, lo cual es un gran peso para ella ya que es muy apegada a Dios. De las pocas relaciones que tiene hace una diferenciación cuando son mujeres a cuando son hombres. Hace mención que la relación con las mujeres es más llevadera por lo cual le es posible bromear, mientras que a los hombres les tiene mayor respeto. En cuanto a los roles domésticos, comenta que intenta que sus hijos apoyen con estas labores, pero la gran mayoría del tiempo es ella quien tiene la carga de hacerlo.

Paola es la única mujer casada que participó y que además, cuenta con mucho apoyo de su pareja y familia. Tiene 33 años y tiene 3 hijos, un niño de 9, una niña de 7 y otra de 3 años. Le dedica tiempo a sus hijos, su esposo, su espiritualidad y sus relaciones de amigos. Lleva muy buena relación con la mamá y la hermana. Siempre ha tenido buena posición económica y es el pilar económico de su familia, quien suele tomar las decisiones más importantes y en quien recae gran parte de la responsabilidad familiar. Su esposo tiene un negocio personal y su mamá es un apoyo como una opción para cuidar a sus hijos. Tiene una maestría la cual la estudió en el extranjero, actualmente trabaja en una empresa trasnacional, teniendo un puesto alto de liderazgo y está estudiando el idioma francés. Es muy inclinada a la parte humana, por lo cual rige su vida con tener buenas relaciones interpersonales y las basa en preocuparse por la gente

más que en el beneficio que puede traer para ella esa relación. También es miembro activa de su iglesia. Todo esto que ella hace, considera que hacia afuera la hacen ver como la mujer perfecta, pero le ocasionan presiones y frustraciones, ya que considera debe cumplir todo sin posibilidad de fallar. También reconoce que estos logros que ella tiene, son posibles gracias a la gente que la ha rodeado, como su mamá, su esposo y sus amigos. Una de sus reflexiones hechas durante la sesión, es que esta perfección viene mucho de la educación que ella recibió de su papá, menciona que él quería tener a un hijo varón y la crió de esa manera, aplaudiendo sus logros y tachando sus errores, ella sentía exigencia de su parte, pero reconoce que eso le dio muchas fortalezas para tomar las decisiones que han sido importantes en su vida.

En cuanto a los roles que existen en su entorno, ella menciona que hay un equilibrio pues todos aportan en las labores, hay una logística que les funciona a todos en donde el papá lleva a los hijos a la escuela, la mamá los recoge y ella pasa por sus hijos a casa de su mamá para revisar tareas y cenar. Adicional tiene una persona que le ayuda en las labores domésticas, tanto en su casa como en la de su mamá. Sin embargo, una de las barreras que se encuentra es que le gustaría pasar más tiempo con sus hijos y que el trabajo no fuera tan absorbente. Su ideal sería poder llevarlos a la escuela, pero tiene la desventaja que vive muy lejos de su trabajo y el tráfico no le permitiría llegar temprano, por lo cual decide no llevarlos, llegar temprano y salir de igual manera temprano. Uno de los beneficios que ella encuentra, es que su trabajo le permite tener flexibilidad para salir si es que debe asistir a una junta escolar o algún festival. Pero también su trabajo es algo que le demanda, sobre todo al tener este puesto de liderazgo: ella comenta que muchas veces no puede ser la mujer que es, con miedos, defectos, etc. ya que podrían percibirla como débil y adjudicarle estereotipos como una mujer sensible no puede tomar decisiones.

La cuarta entrevista que realicé, fue a Paulina de 39 años, ella es divorciada desde hace 7 años, pero tiene muy buena relación con su ex pareja, ya que como

padres, ambos cumplen el papel que decidieron cada quien asumiría, por lo que existe mucho apoyo entre ellos. Su hijo tiene 10 años y a pesar que muchas de sus acciones las ha realizado pensando en él, es una mujer que se dedica tiempo a ella misma, tiene bien claro que el tener una pareja es un punto crucial en su vida y es una situación que quiere vivir de la manera que ella considera la mejor. Hoy en día tiene una pareja con la cual lleva 1 año de relación pero no han involucrado a los demás integrantes de la familia, ya que tanto ella como él son divorciados y ambos con hijos. Esta mujer me hizo notar que no necesariamente se necesita tener un ingreso económico alto desde la infancia y la familia nuclear, aunque me quedó claro, que el contar con ese apoyo económico en su vida actual, es un apoyo extra que definitivamente mejoró su situación.

Tiene estudios de licenciatura en Administración en una escuela privada, empezó a trabajar desde muy joven – desde la preparatoria – y actualmente trabaja en una empresa trasnacional en un puesto de liderazgo. Esta compañía le ha permitido tener flexibilidad y ha sido un gran plus en su vida, como por ejemplo menciona que siempre ha asistido a los festivales de su hijo, ya que existe la apertura de la compañía a que ella asista y que no haya ningún problema por eso, que incluso se siente con la libertad de pedir cambio en juntas, horarios de entrada y salida, etc. para poder pasar tiempo con su hijo como por ejemplo en los festivales. De igual forma, ella comenta que su vida gira en torno a las metas, el ejemplo que ella menciona es en el ámbito laboral, en donde desde joven se planteaba metas para entrar a una empresa grande y trabajaba en ello hasta que lo lograba, posterior a su divorcio se puso la meta de comprar una casa y actualmente vive en Satélite en una casa propia. Ella atribuye este estilo a la formación que tuvo desde su casa, en donde le inculcaron que la mujer debe trabajar no sólo para ser mamá o esposa, sino para cumplir sus propios sueños, trabajar y ser exitosa tanto en lo laboral como en lo personal. A pesar que su mamá no trabajó, transmitió un mensaje muy claro para Paulina y sus 2 hermanas sobre lo que ella podía lograr si se lo proponía. De igual forma ella comenta que el papá contribuyó a esto, al inculcarles ser independientes, disciplinadas y

empujarlas a estudiar, prepararse y no darles todo lo que ellas esperaban, sino empujar a que por sus propios medios ellas los obtuvieran. Esto también es parte de la situación económica que ella menciona tenían desde pequeñas, ya que no tenían un ingreso alto como familia.

Esta formación también influyó en lo que ella considera el motivo por el cual se separó de su pareja, ella estaba esperando crecer en lo laboral mientras que la pareja esperaba una situación familiar más tradicionalista en donde la mujer no trabaja y se dedica únicamente al hogar. Esta decisión que ella toma de separarse vino de la mano con el apoyo sobre todo de su familia, en específico de sus papás ya que el apoyo que le dieron fue moral así como apoyo para cuidar a su hijo mientras ella está trabajando. Actualmente el apoyo también es de su ex pareja, ya que se coordinan entre los papás de Paulina, el ex esposo y Paulina para cuidar a su hijo. Adicional a su vida laboral y crianza de su hijo, administra su tiempo para poder hacer ejercicio y un día a la semana cuando su hijo se va con su ex esposo, dedica su tiempo a pasarlo con su actual pareja.

La última mujer entrevistada fue Lety de 28 años de edad. Es una mujer separada, pero que al igual que Paulina, lleva muy buena relación con su ex pareja. Tiene 2 hijos, un niño de 7 años y otro de 2. Estudió la carrera de psicología en una escuela pública y actualmente trabaja como maestra de educación especial en una escuela pública de medio tiempo (4.5 horas de lunes a viernes). Ella quedó embarazada al estar estudiando la universidad, por lo cual tuvo que trabajar, estudiar y al mismo tiempo vivir el embarazo. En ese momento no obtuvo en apoyo de sus padres, inclusive ya que había nacido su hijo, tenía que llevarlo a su escuela ya que no contaba con apoyo de quién pudiera cuidarlo, sin embargo menciona que al no darse por vencida y seguir tanto con los estudios y el trabajo, sus padres empezaron a mostrar mayor empatía. De igual forma, hubo un tiempo que estuvo viviendo con el papá de sus hijos, pero no dejó de trabajar o estudiar, ya que vivieron tiempos difíciles económicamente. Poco a poco ella fue haciéndose de una red de apoyos, que incluían a sus padres, el padre de

sus hijos y también de su trabajo. En el trabajo por ejemplo, empezó a hacer acuerdos para salir más temprano o entrar más tarde, mientras ella seguía estudiando.

Posterior a esto, es que ella queda embarazada de su segundo hijo y en ese periodo también se separa de su pareja; esta separación se da de manera similar a lo que vivió Paulina, la pareja de Lety esperaba que ella no trabajara, sin embargo lo aceptaba por su situación económica, empezaron a tener más problemas en el momento en que ella empezó a ganar más dinero que él, por lo cual ella decidió que no quería una pareja tradicionalista en donde ella sólo se dedica al cuidado de los hijos y prefirió separarse pero seguir estudiando y trabajando. Lo que ella cuenta sobre este tiempo, es que tuvo que luchar mucho para conseguir lo que ella se proponía, regresó a vivir a casa de sus papás, aplicó para tener una plaza en la SEP en Educación Especial ya que en ese momento no tenía trabajo, este examen lo aplicó a los 3 días de haber nacido su hijo y ese es su actual trabajo. Uno de los beneficios que ella ve en este trabajo, es que le queda a 20 minutos de su casa, lo cual facilita sus traslados y las actividades que debe hacer, como llevar y recoger a sus hijos de la escuela, actividades deportivas para ellos y ejercicio para ella. Y a pesar que en este trabajo ella no recibe facilidades como madre, ella comenta que hace acuerdos con los otros maestros para distribuir el trabajo, hacer eficiencias, delegar actividades ya sea a los padres de los estudiantes o a otros maestros y eso le ha ayudado a que no se tenga que llevar trabajo a casa o salir tarde de la escuela.

Un beneficio que comenta sí se tiene en la SEP es que se le pueden dar becas a los hijos y ella es acreedora de una beca para su hijo el mayor, lo cual también es una gran ayuda en su vida. Otros beneficios es que si alguno de sus hijos se enferma, puede pedir hasta una semana mientras esté justificado que es por cuidado de hijos enfermos. De igual manera, en su colonia ella es parte del comité de la delegación, por lo cual tiene beneficios como madre, por ejemplo recibir una despensa cada 2 meses.



Dentro de sus planes a futuro, es conseguir una beca para estudiar una maestría; dentro de la SEP también tiene el beneficio en que ellos mismos pueden darle la beca y pedir hasta 1 año de estudio sin estar trabajando. También ve el beneficio en esto, ya que mientras más estudios tenga, mayor el sueldo que deben pagarle. Otro plan que tiene es construir su casa, actualmente ya compró el terreno. Un punto importante que ella logró que yo viera, es que la calidad de vida no depende 100% del ingreso económico, sino de las acciones y actitudes que uno toma ante las adversidades. Ella comenta que esta fortaleza que tiene, la ha sacado de su creencia religiosa y eso la ayudó durante toda su vida a salir adelante, de igual forma comenta que cuando está triste, enojada o algo no va como quisiera, se pone a pensar en los beneficios que le traerá estar pasando por esa situación, eso también la ha ayudado a afrontar las adversidades.

Tabla 4:

Resumen de las participantes.

Nombre	Edad	Edo. Civil	No. Hijos	Escolaridad	Ocupación	Residencia
Cristina	24	Separada	Uno de 6 años	Estudiante licenciatura	Contadora – firma nacional	Vive en casa de su mamá
Paty	43	Separada	2, una de 11, otro de 8.	Técnica	Secretaria – gobierno	Casa propia, vive con mamá
Paola	33	Casada	3, uno de 9, una de 7 y otra de 3	Maestría en el extranjero	Gerente – empresa multi-nacional	Casa propia
Paulina	39	Separada	Uno de 10 años	Licenciatura	Gerente – empresa multi-nacional	Casa propia
Lety	28	Separada	2, uno de 7 años, otro de 2.	Licenciatura	Maestra – SEP	Vive con padres – casa en construcción

A continuación presento las áreas exploradas a través de las entrevistas, puntualizando categorías que inicialmente consideré serían relevantes y aquellos que resultaron emergentes en el trabajo:

#### AREA EXPLORADA: CONFLICTO FAMILIA-TRABAJO

Inicialmente, cuando yo comencé este trabajo, mi mirada era que dado que a las mujeres socialmente se les asigna exclusivamente y se les exige cubrir con un rol femenino, el cual implica labores domésticas y de crianza, genera una incompatibilidad con roles laborales, por lo que necesariamente la relación familia-trabajo tenía que ser vivida desde el conflicto. Sin embargo en la reflexión teórica y en el intercambio de ideas con las tutoras, quedó abierta la posibilidad a no asumir que esta relación tiene que ser vivida únicamente de esa manera, aunque entiendo perfectamente que hay barreras internas y externas que van a estar permeando esta relación.

Para hacer el análisis de las entrevistas, lo primero que hice fue hacer la transcripción de las mismas, posterior leí y re-leí dichas entrevistas mientras iba marcando en distintos colores categorías como las barreras que encontraban, los apoyos con los que contaban, las facilidades y barreras de tiempo, traslados, escuelas y trabajos, reacciones ante emociones de tristeza y enojo como problemas de salud, distribución de actividades domésticas, relaciones interpersonales, etc. Una vez hecho esto, me dediqué a compilar ahora no por entrevista, sino por categorías, esto me permitió hacer comparaciones entre las mujeres entrevistadas. Con este análisis, lo primero que noté, es que aquellas mujeres que reportan que tiene apoyo externo, entendiendo este como apoyos de calidad, como lo es la pareja, la madre, el trabajo, los amigos, etc. no viven esta relación familia-trabajo como un conflicto. Al contrario, aquellas mujeres que se enfrentan constantemente con barreras, que no cuentan con apoyos de calidad, que luchan incesantemente “solas” en su vida diaria, suelen vivir la relación-familia

trabajo como un conflicto que les genera malestares tanto físicos como emocionales.

Como resultado de ese análisis, dividí todo lo encontrado en 3 grandes categorías: barreras externas, barreras internas y red de apoyos.

Barreras Externas e Internas:

Las barreras externas son las que conocemos como discriminación, aquellas que se muestran de manera muy tangible, por ejemplo en el ámbito laboral, las barreras externas se refieren a una falta de apoyo a las mujeres, en la ausencia de modelos femeninos de liderazgo, mientras que las barreras internas son de manera cultural, como por ejemplo la ~~la~~-baja autoestima, el miedo al fracaso, la falta de competitividad.

Barreras Externas:

Dentro de las barreras externas, se encuentran aquellos factores – como las relaciones interpersonales, redes de apoyo, redes familiares y comunitarias (Saavedra & Villalta, 2008) – que influyen ya sea frenando o empujando a las mujeres para que su día a día se vuelva más fácil de sobrellevar. Las instituciones ofrecen a estas mujeres para quienes la relación no es vivida desde un absoluto conflicto, flexibilidad en su horario, aspecto que desde la perspectiva teórica (Greenhaus & Beutell , 1985, en Jiménez & Moyano, 2008; Guerrero, 2003; Martínez, Vera, Paterna & Alcázar, 2002) ha sido señalado como una de las barreras invisibilizadas pero latentes que permea las decisiones que las mujeres toman como por ejemplo el no tener un trabajo remunerado, recurrir a trabajos de medio tiempo, informales, etc. De igual forma, Mabel Burin (2008) nos habla sobre el techo de cristal, que como ya se mencionó podría suceder que en algún momento de la carrera profesional de la mujer se encuentre con una barrera que no le permita seguir creciendo y tomar posiciones con un nivel jerárquico más alto,

implicando una detención en sus trabajos; aclarando que el techo de cristal también implica barreras subjetivas como los estereotipos que hay en torno a las capacidades de las mujeres, la falta de modelos femeninos, el sentido de responsabilidad que las mujeres tienen sobre el hogar y crianza de los hijos, etc.

Analizando cada situación de las participantes, pude notar que estas barreras mencionadas, las viven en distintos “matices” dependiendo si existe o no un apoyo externo y también de la calidad del apoyo. Paty por su parte, reporta haber experimentado un **problema de salud** bastante grave, la cual la dejó paralizada de la cara y sin posibilidad de trabajar, atribuyendo esto a la carga de trabajo y al tiempo dedicado al mismo. Ella menciona que la única opción que encontró, fue **cambiarse a un esquema de medio tiempo** ya que no existía la posibilidad de disminuir su ritmo de trabajo permaneciendo en el puesto que desempeñaba en ese momento, pero no sólo por su salud sino también por el poco tiempo de calidad que les dedicaba a sus hijos. Cristina también se ha tenido que enfrentar ante la presión de **tiempos**; menciona que en su trabajo es mal visto que las personas dejen la oficina en su hora de salida, sin embargo ella no tiene la opción de salir tarde ya que no hay quien la apoye para recoger a su hijo de la escuela. Hasta el momento, debido a su desempeño no ha tenido consecuencias más allá que los “enojos” que ella percibe en la gente, pero ella no descarta que en algún momento puedan correrla por esta situación, siendo esto un estresante en su vida.

*“Hace dos años todavía vivía yo más de...más horas en mi trabajo, que en la casa (...) ¿Qué fue lo que cambió? Más bien fue algo que pasó, fue una parálisis facial, que me dejó cuatro meses en casa. Y fue cuando yo entendí...que era primero mi familia que mi trabajo” (Paty, 43 años, separada, 2 hijos – 11 y 8 años –)*

*“Que se podrán enojar a veces que salgo más temprano o lo que sea, pero no me pueden decir: es que las cosas que haces están mal” (Cristina, 24 años, separada, 1 hijo – 6 años –)*

Paulina y Paola, son dos de las mujeres que cuentan con el **apoyo de su trabajo en cuestiones de flexibilidad**. Ambas hicieron mención que son apoyadas completamente para llegar tarde, mover juntas, asistir a los festivales de sus hijos, salir temprano, inclusive si ellas se sienten mal, se promueve en sus empresas que vayan a sus casas. Esto es debido a que para la empresa, es mucho más importante entregar resultados, cuidando la salud de sus empleados y empleadas, más que tener a la gente 8 horas o más físicamente en la empresa. Por lo que este tipo de situaciones favorecen a que las mujeres tomen otro tipo de decisiones laborales y familiares, sabiendo que cuentan con este tipo de soporte a nivel profesional sin tener un riesgo laboral.

*“Es una compañía que te permite y te da como cierta flexibilidad (...) entonces pues la gente tiene muy bien si te tienes que salir de una junta. Yo jamás, jamás he faltado a un festival de mi hijo por ejemplo ¿no? este ahí si tengo que mover o lo que tenga que hacer (...) afortunadamente nunca he tenido problema e internamente la gente es como muy flexible en ese sentido ¿no?” (Paulina, 39 años, divorciada, 1 hijo – 10 años –)*

Algo muy curioso, es que Paty y Cristina trabajan en instituciones nacionales, mientras que Paola y Paulina, en instituciones trasnacionales. Esto se vuelve relevante cuando al analizar a las mismas instituciones, se observa que las trasnacionales tienen una cultura muy enfocada al bienestar en su personal y cuentan con programas de balance de vida y trabajo; en cambio en las instituciones nacionales no cuentan con esta visión, siendo mucho más estrictos con la cuestión de horarios. Sin embargo, esto no significa que para no vivir el horario como un conflicto, debemos trabajar en una institución trasnacional, que es lo que nos demuestra Lety. Ella trabaja en una institución gubernamental y de

igual forma su horario está establecido sin opción de moverlo. Al relatar su situación, menciona que en algún momento en su vida profesional llegó a tener cargas de trabajo elevadas teniéndose que llevar trabajo a casa, por lo que tuvo un impacto negativo en la relación con sus hijos. A pesar de no tener la opción de modificar su horario, se encuentra en un ambiente laboral en la cual la apoyan para introducir nuevas ideas que favorecen tanto a la institución como a ella misma; siendo así que se propone una nueva distribución de trabajo, simplificar procesos, etc. La diferencia que se observa en esta mujer, es que a pesar de no poderse modificar la situación de horarios, no lo vive como un conflicto, ya que sus opciones son amplias y toma decisiones que favorecen acuerdos, por lo que se observa, que no depende únicamente de la institución o de ella, sino de la interacción que se crea entre ambos.

*“Entonces es muy importante para mí mi trabajo, pero decidí que no es tan importante como para quitarle tiempo a mis hijos, entonces he estado platicando en mi trabajo la manera de adecuar el tiempo para que no, pues no me quite el tiempo que tengo yo para estar con mis hijos, entonces es muy importante para mí, y es lo más grande que pude conseguir aparte de mis hijos, entonces pues lo protejo con todo igual que a mis hijos y lo defiendo contra quien sea” (Lety, 28 años, separada, 2 hijos – 7 y 2 años –)*

A pesar de lo antes mencionado con relación al tipo de empresas, Paola hace mención de una barrera con la cual se ha enfrentado: el **techo de cristal**. Ella cuenta que para que se le asignen proyectos con un alto impacto en la compañía, ella debe comportarse como si fuera “hombre”, ya que a la mujer se le tacha como sensible, siendo que no podría tomar decisiones objetivas. Con lo cual nos damos cuenta, nuevamente, que no es únicamente un solo el factor el que influye en estas mujeres, sino un conjunto que van más allá de su control.

Dentro de las barreras que corresponden a la institución, existen soportes que no dependen de ellas pero que al tenerlos, pueden hacer una gran diferencia

en la manera en que viven su día a día; por ejemplo en algunas escuelas se ofrecen **apoyos extras como lo es el transporte escolar**, y en el caso de Paulina ella hace uso de este beneficio para crear una mejor planeación en sus días, no teniendo así que salir temprano de su trabajo para ir por él. O como Paola que cuenta con un taxi de confianza, la cual la apoya llevando a su hijo sin que ella deba preocuparse de llevarlo y traerlo.

*“Dos días el camión de la escuela lo lleva a casa de mis papás y se queda a comer en casa de mis papás, ahí hace su tarea y yo lo recojo en la noche y los otros dos días, normalmente tiene actividades extra, extra escolar y ahí me ayuda su papá”* (Paola, 33 años, casada, 3 hijos – 3, 7, y 9 años–)

La segunda barrera con la que estas mujeres se enfrentan es el papá de los hijos, y en este punto es de suma importancia analizar no sólo si se tiene este apoyo o no, sino la calidad de ese apoyo; es decir no es lo mismo una mujer que cuenta con el apoyo de la pareja únicamente cuando no tiene más recursos para realizar las actividades domésticas y de crianza, a una pareja que propositivamente está constantemente generando un acuerdo de repartirse tareas, responsabilidades, etc.

De las 5 mujeres que participaron, 4 de ellas están separadas y sin embargo, sus situaciones son completamente distintas; por un lado están Cristina y Paty que son separadas pero ninguna de ellas recibe apoyo de su ex pareja, ni en la parte económica ni en la parte de la crianza de los hijos. Inclusive en el caso de Paty, el padre no forma parte de la vida de sus hijos en ningún sentido. Mientras que el padre del hijo de Cristina se aparece en sus vidas una vez al año. Esta situación las ha dejado en desventaja en múltiples áreas de su vida. Cristina por su parte hace mención de depresiones muy fuertes durante su embarazo y ella lo adjudica a que el padre de su hijo la dejó en cuanto supo de su embarazo. También se refleja en el tiempo, ya que aquellas mujeres que cuentan con el **apoyo de la pareja** como Paola, Paulina y Lety, **disponen de un abanico de**

**opciones para poder organizar su tiempo**, tienen más actividades con sus hijos y ellas hacen mención de una rutina que favorecen sus labores del día a día. En cambio, Cristina y Paty se ven limitadas al no compartir con una pareja la crianza de sus hijos.

Barreras Internas:

Debido a una experiencia personal, en donde tuve la oportunidad de vivir en la India, enfrenté un mundo en donde la mujer es concebida como vulgarmente dicen “un cero a la izquierda”. En India, un lugar donde viví un año, encontré mujeres que no podían elegir a la pareja con la cual pasarían el resto de sus días, me enfrenté a situaciones donde yo no podía dar mi opinión, vivía en un mundo que únicamente era escuchada cuando tenía a un hombre al lado. Se volvía frustrante a momentos, pues a pesar que como extranjera tenía ventajas, al ser en momentos el centro de atención por el simple hecho de ser físicamente distinta a ellos, aun así yo estaba por debajo de cualquier hombre. Hubo situaciones en donde yo no podía reclamar mi dinero, teniendo siempre que recurrir a algún hombre para hacer que las cosas sucedieran, o situaciones en las cuales yo era juzgada por vivir con un hombre y se insinuaba que mi dignidad y reputación, no era la esperada de una mujer. Esto me enseñó, que hay muchas veces en que nosotras decidimos no querer reproducir ciertas actitudes, repetir estereotipos, pero es casi inútil ir en contra del sistema patriarcal tan marcado que existe, cuando estás en un contexto que no te lo permite.

Esto hizo que reflexionara cómo es la vida en México y una de mis tantas conclusiones, no fue exactamente que la mujer en México tiene mayores libertades, sino que nos vemos envueltas en una sociedad que es mucho más sutil, que muy en lo superficial tenemos acceso a situaciones que antes no, o que en otras culturas no las tienen. ¿Pero esto mismo sucede de manera subjetiva? Algo que encontré en las entrevistas hechas a estas mujeres, es que es esta subjetividad, estas barreras internas, son las que llegan a frenarnos como



sociedad a realizar un cambio verdadero. Sin embargo, vale la pena aclarar, que estas barreras son resultado de barreras y obstáculos externos que supone el mismo sistema patriarcal.

Las barreras internas son aquellas que de igual forma que las externas, empujan o limitan a las mujeres para vivir o no como conflicto la relación trabajo-familia. En la teoría están mencionadas las barreras como las propuestas por Mabel Burin, las cuales fui capaz de percibir en estas mujeres. En el caso de Paola, menciona que quiere irse al extranjero, pero que no se siente segura de hacerlo si su trabajo no la manda, ya que una de sus mayores inquietudes es la “madre sería” al exponer a sus hijos y dejarlos a la deriva. Esto se describió en la teoría como **piso pegajoso y fronteras de cristal**.

Otra barrera interna que identifiqué en Paola, pero también en Paty, Cristina y Lety, es la **culpa que sienten al dedicarse a su trabajo y a ellas mismas**, en lugar de dedicarlo a su familia, tal como una sociedad patriarcal ha marcado es el deber ser de las mujeres. A pesar de esto, hay mujeres como Paulina que han resignificado esta culpa y la han transformado en algo positivo en su vida. Esto lo atribuyo a que no es posible “escaparse” de estos lineamientos que existen en nuestra sociedad, de alguna manera siempre somos señaladas al no seguir los cánones de una madre, esposa, mujeres que dedican exclusivamente a las tareas del hogar, pero es posible “voltrear la moneda”, identificar y ser conscientes de lo que la sociedad nos exige y elegir sacar un provecho de esa situación. Pero para lograrlo es necesario contar con el apoyo de nuestro entorno, una sola persona en nuestra vida puede hacer toda la diferencia, una sola persona puede ayudarnos a ver una perspectiva distinta. De ahí que la resiliencia se vuelve tan importante, pues no se trata que yo como mujer decida cambiar y se dará el cambio por arte de magia, la resiliencia no es individual, es contar con apoyos, es una reflexión, es un actuar sabiendo que hay alguien que te respalda, pero sin llegar a depender de esto, es un proceso de aprendizajes.

*“Están chiquitos y qué me van a pedir cuando estén grandes, entonces me puse como que a reflexionar esta situación de, de sentirme culpable por no estar tanto tiempo con ellos porque dije no, o sea si van a querer algo va a ser porque también ellos van a dar algo a cambio ¿no? y a medida del esfuerzo que hagan, yo también voy a hacer el esfuerzo para darles ¿no? y tendremos que buscar de alguna manera el tiempo para darnos espacio todos, pero sin que yo me sienta mal. Entonces ese espacio lo recuperamos los fines de semana”* (Paulina, 28 años, separada, 2 hijos – 7 y 2 años –)

De igual manera, estas barreras también pueden interpretarse como **auto exigencia**, al nunca sentirse satisfechas con lo que ofrecen a sus familias, pero no sólo con sus hijos, sino también con su pareja. En el caso de la Paola, los papeles de pareja son distintos a lo que se acostumbra en nuestra sociedad patriarcal, al ser ella quien tiene la mayor responsabilidad económica y manifiesta culpa al no poder ofrecer a su pareja lo que ella considera debería darle. Pero no sucede esto con todas, algo muy peculiar, es que algunas logran dar un significado positivo a estas circunstancias siendo positivas ante la vida y experimentando esperanza por lo que esto puede traer, como en el caso de Paulina y Cristina.

*“Mi esposo, si bien ha sido alguien que de verdad se ha moldeado cañón a mi forma y es comprensivo y es alguien que, que yo sé que me ama porque ha hecho sacrificios...por mí y por nuestra familia, sé que yo también debería ser más recíproca, en cuanto a tiempo también de calidad para él y para las cosas que necesita...como comprensión, como más atenciones, tal vez como chiquearlo más y a veces la prisa de la vida no da tiempo para esas cositas, que parecen insignificantes pero creo que hacen diferencia a veces”* (Paola, 33 años, casada, 3 hijos – 9, 7 y 3 años –)

*“Bueno te toca vivir una realidad diferente pero no es tarde para que eso en algún momento se pueda dar ¿no? o sea digo no está peleado una cosa con*

*la otra” [relación de pareja y tener un trabajo remunerado] (Paulina, 39 años, divorciada, 1 hijo – 10 años –)*

*“Me siento una de las mujeres más afortunadas en decir, igual no tengo una pareja estable, pero sí tengo un hijo que me motiva en todo. Bueno para mí es muy bonito el decir estoy logrando esto, no sólo por mí también por él ¿no?” (Cristina, 24 años, separada, 1 hijo – 6 años –)*

Esta auto exigencia que se menciona, también tiene una repercusión en su vida diaria; son mujeres que sienten mucha **presión, al querer que todo salga perfecto y como ellas lo han planeado**; y pareciera que cuentan con muchas estrategias para poder llevar a cabo este equilibrio que tanto anhelan, pero que a la larga **las llega a afectar sobre todo en el plano de la salud**, como ejemplo el caso de la parálisis ya mencionado de Paty. En el caso de Paola, ella menciona sentir mucha presión tanto en su ámbito familiar como en el laboral y de igual forma, se manifiesta consciente de las repercusiones que esto puede llegar a tener en su vida.

*“De mi rol de mamá siento mucha responsabilidad, debería de estarles dando más oportunidades de educación, otro lugar donde vivir, eh otra ciudad, mi expectativa para mis hijos, que tengan mejores oportunidades en cuanto a educación, que tengan todas las oportunidades en cuanto a calidad de vida, que yo pueda por medio de un trabajo que me de más calidad de vida a mí, darles más de lo que yo quisiera darles a ellos.*

*En cuanto al trabajo, no sé, me han hecho sentir como que soy niña estrella y siento que no puedo darme permiso de fallar y eso pone presiones también en mí...en querer cumplir, en querer, siempre he sido responsable, siempre he sido alguien que le gusta hacer las cosas bien, pero recientemente bien no es suficiente.*

*Entonces tarde o temprano creo que voy a tronar (risas) porque no puedo seguir dando más en todos lados” (Paola, 33 años, casada, 3 hijos – 9, 7 y 3 años –)*

La situación de Paola es muy interesante, pues pareciera que resiste ante las situaciones, llega a acuerdos para un beneficio propio, transforma su entorno gracias a que cuenta con muchos apoyos externos y también cuenta con muchas herramientas internas que en su conjunto, consiguen ese equilibrio por el cual ella tanto lucha. Pero cuando se analiza más a fondo, esa presión que ella siente, también puede verse como un acomodo a las circunstancias, pues toda la responsabilidad siente que recae sobre ella y no manifiesta recurrir a acuerdos con esos apoyos que tiene, para que la presión sea menor.

Redes De Apoyo:

Así como revisamos las barreras que estas mujeres enfrentan en sus situaciones diarias, también fue posible identificar apoyos que han sido cruciales para que estas mujeres afronten y transformen su vida y han sido apoyos externos como el trabajo, la pareja/padre de los hijos, la madre, la escuela, etc. como resignificaciones que ellas han hecho en su vida ya sea para acomodarse, resistirse o modificar su situación.

Uno de los principales apoyos, es el tener un **ingreso económico alto**. Un claro ejemplo de esto, es el caso de Paola, en donde el apoyo que recibe de su mamá, ella lo compensa pagándole a una **persona que le ayude en las tareas domésticas**, con el motivo de que así su mamá podrá enfocarse en lo realmente importante, que son sus nietos, aparte que también puede pagar a una persona que le ayude en su propia casa. Y esta, es una facilidad que no todas las mujeres pueden dar. O también como Paulina, que no siempre tuvo una situación económica tan favorable, pero que hoy en día, aunque ella no puede darle a su mamá el apoyo económico de una persona que se encargue de las tareas

domésticas, sí lo puede tener en su propia casa, y esto es una barrera menos con la que deben lidiar.

Otro apoyo externo con el cual las mujeres pueden contar, son las **distancias**; es decir, se ve claramente cómo Lety a pesar de contar con diversos apoyos para estudiar, trabajar y cuidar a su hijo, el hecho de que tuviera un traslado de dos horas, hacía mucho más difícil llevar cada ámbito de su vida. Y en el momento que cambia de trabajo y este le queda más cerca de casa, nota un beneficio no sólo para ella sino para la gente que está a su alrededor apoyándola. Poco a poco fue moldeando las situaciones a su favor para ir cumpliendo con sus metas, pero estos pequeños apoyos que ella fue recibiendo, son lo que han hecho esa gran diferencia.

Otro apoyo es el de la familia, en todos los casos de estas mujeres, una de sus fortalezas es contar con el **apoyo ya sea del papá de sus hijos, de la mamá, de la pareja actual**, etc. Esto me hace reflexionar al darme cuenta que este núcleo se vuelve un gran pilar en la vida de cualquier persona y que es gracias a estos apoyos que tenemos, que nos es posible cambiar nuestra perspectiva y por ende nuestro entorno. Sin embargo, no es suficiente el tener a nuestro lado a alguna persona que nos impulse, es un ir y devenir en el cual actúan esas personas externas, pero también nuestros comportamientos, que se pueden identificar como apoyos internos. Estos por ejemplo los podemos identificar en Lety, Paola y Cristina cuando las tres coinciden al describir los momentos en que **ellas se sienten enojadas, tristes o en general con un sentimiento que no es positivo; todas recurren a actitudes, actividades, etc. que las ayuden a superar y sobre llevar estos sentimientos**, siempre buscando ver algo positivo dentro de la situación que les provoca el malestar.

*“Cuando me siento cansada normalmente busco algo que me distraiga, o sea en lugar de tirarme a una cama a descansar como pensaría que debiera ser, no sé salimos al cine, o vamos a andar en bici, o algo que me cargue de*

*energía. Cuando me siento triste, normalmente busco a alguien de ese tercero externo que no juzga para dejarlo ir y seguir” (Paola, 33 años, casada, 3 hijos – 9, 7 y 3 años –)*

*“[Cuando estaba triste] regularmente me ponía a jugar con mi hijo, y me ponía yo a jugar con él con sus juguetes que tenía o así y se me pasaba pues el tiempo, pues para que no sintiera ese sentimiento de tristeza, pues para que se fuera diluyendo finalmente mi hijo era el que hacía que me sintiera mejor” (Lety, 28 años, separada, 2 hijos – 7 y 2 años –)*

Por último, sale a relucir en algunas mujeres, que una **religiosidad** es un punto crucial en sus vidas para poder contra cualquier adversidad que se les presente. En el caso de Lety, Cristina y Paola se leen frases donde manifiestan que para conseguir esta paz interior, fortaleza para continuar en situaciones difíciles, las bendiciones por las que han pasado, recurren a Dios y que es gracias a esta Deidad que ellas han encontrado estas herramientas internas para sobresalir en cualquier situación que se les presente. Demuestran que cuando una adversidad se les presenta, sienten confianza al recurrir a Dios, pues cualquier cosa que les suceda, siempre tendrán su apoyo para salir adelante, inclusive si en el momento es difícil, siempre saldrá al final todo bien, y es esa esperanza con la que vive estas situaciones, como algo momentáneo que traerá un beneficio a largo plazo. Esta fe que manifiestan, hace que ellas actúen y busquen más ayuda, de igual forma les da esa fortaleza para sobrellevar cualquier situación que se les presente.

*“Dios es muy grande yo creo. Lo que siempre he sido así como que muy firme, muy firme el creer en Dios. Entonces yo sé que me va a ayudar, y yo sé que me va hacer salir adelante, entonces siempre decía, yo sé que me vas a ayudar, yo sé que no me vas a dejar caer, que me vas a ayudar a que acabe todo lo que tengo que acabar y todo el propósito que tengo, entonces pues siempre como que con esa idea, siempre me hice fuerte y siempre dije*

*y ahora tiene que salir porque tiene que salir porque sí lo quiero y así tiene que salir. Entonces este pues es como que lo que, lo que me hace salir adelante, saber que pues que me van a ayudar, por ahí siempre tiene que salir alguien”* (Lety, 28 años, separada, 2 hijos – 7 y 2 años –)

*“Problemas, emociones y demás lo que hago es platicárselos a Dios”* (Paty, 43 años, separada, 2 hijos – 11 y 8 años –)

## PROCESOS Y PRÁCTICAS DE RESILIENCIA

Dentro de los objetivos en el proyecto, se planteó utilizar la metodología propuesta por Grotberg (2004) en donde se identifica un discurso resiliente a través de 4 áreas: yo soy, yo tengo, yo puedo y yo estoy. El discurso resiliente, lo entendía desde el reflejo que hay en la narrativa de las mujeres de una apropiación de sí mismas, de una manifestación de asumir que tienen poder para decidir, poder para actuar. Que pueden resignificar o cambiar las cosas. Lo veía como una mirada crítica para identificar que en sus narrativas o en sus vivencias pueden; se hace evidente la capacidad que ellas tienen para reconocer los recursos que tienen, para hablar de ellas desde un punto con mayor reconocimiento de un poder de acción, no un poder de dominio. Sin embargo, al hacer dicho análisis me di cuenta que el resultado no me estaba arrojando ninguna conclusión, encontré muchas contradicciones, como cuando utilizaban un discurso que podríamos llamar resiliente pues mencionaban constantemente un yo puedo, yo soy, pero el contexto de lo que mencionaban era distinto, por ejemplo el golpear a sus hijos. A continuación, dejo este análisis, el cual complementaré con un análisis distinto sobre las prácticas que las mujeres mencionaron, que va más allá del simple discurso y las 4 áreas.

En el área de **“Yo soy”** puede identificar el caso de Lety, que a pesar de su separación, ella mantiene un discurso donde se identifica como **“Yo soy”** capaz.

*“Todo el proceso de inicio de mi carrera y las cosas con las que me enfrenté en un principio, han servido para que yo pueda hacer lo que estoy haciendo en este momento, entonces me enseñaron a que puedo cubrir muchas cosas o puedo hacer muchas cosas y soy capaz de hacerlas y llevarlas hasta, hasta donde alcance y hasta donde pueda siempre que yo quiero hacerlas” (Lety, 28 años, separada, 2 hijos – 7 y 2 años –)*

En el área de **“Yo estoy”**, en general todas las mujeres, cuando hablaban de quiénes son y lo que han pasado durante su vida, identifican que las recompensas de lo que han tenido que pasar es su trabajo. Más que verlo como el medio por el cual consiguen dinero, también lo ven como un lugar de desahogo, en donde tienen la oportunidad de explotar sus habilidades. Y es un ámbito en su vida que lo ven como un triunfo y algo que aporta cosas muy positivas en su vida, como un Yo estoy en esta situación gracias a mis vivencias y soy responsable de estos triunfos.

*“¿Qué significa? Trabajar...pues saber que soy útil a la sociedad, más que nada por mi trabajo, lo que yo realizo es un servicio al público y me siento muy a gusto. Me encanta mi trabajo” (Paty, 43 años, separada, 2 hijos – 11 y 8 años –)*

En el área de **“Yo tengo”**, también todas manifiestan tener a alguien con quien pueden contar, que saben siempre estará ahí, lo cual a ellas les da la seguridad de no estar solas en este camino, pero que también fungen un papel de modelos a seguir. El tener un modelo a seguir es un pilar más dentro de la resiliencia, y es justo lo que estas madres, abuelas y personas cercanas fungen en la vida de estas mujeres, la manera en que estos modelos las criaron tuvieron una gran repercusión en sus vidas; inclusive ellas mismas se han vuelto modelos a seguir en su entorno, al tener una vida realmente admirable, como lo es un Yo tengo personas a mi alrededor que me ayudan, que me ayudan a desenvolverme por mí misma.



*“Mi mamá siempre creció con esta espinita de que a ella le hubiera gustado seguir trabajando, siempre fue algo que mi mamá se quedó como muy adentro y pues lo reflejaba en sus hijas ¿no? en decir no, prepárense, estudien, trabajen y demás ¿no? entonces pues siempre yo crecí con la idea de yo voy a estudiar y también voy trabajar (...) mi papá ha sido una persona como muy, muy disciplinada y muy...siempre me ha dejado ser muy independiente, me empujaba a ser muy independiente” (Paulina, 39 años, divorciada, 1 hijo – 10 años –)*

*“Mi meta es...suena como chistoso pero, quiero llegar a ser viejita y estar rodeada de mis hijos y que digan, mi mamá se esforzó por lo, porque yo pudiera ser hoy lo que soy, eh...poder estar con mis nietos, con mi esposo, mi hermana es importante, mi mamá es importante, me imagino en ese camino, haber ayudado a que mi mamá y mi hermana también tengan esa oportunidad de cambiar su vida a otro lugar, con su, mi hermana con su familia. Me imagino al final del camino, yo mirar atrás y decir, bien lo hice bien, me costó trabajo, pero lo hice bien. Y al final de cuentas no va a ser un trabajo, lo que me diga eso, si no con quién acabe al final, rodeada de quién es” (Paola, 33 años, casada, 3 hijos – 9, 7 y 3 años –)*

Sin embargo, algo que identifiqué en todas las mujeres, es que dentro de su discurso, no llegué a identificar de manera tan clara un **“Yo puedo”** hablar de mis sentimientos, de mis miedos, de mis presiones. Lo identifiqué en todas ellas en diferentes matices, por ejemplo en el caso de Paty, el hablar de sus sentimientos se vuelve muy difícil y es una carga con la cual vive, esto debido a grandes presiones que ella ha vivido a lo largo de su vida, en donde se le ha señalado por no cumplir con los estándares de “buena madre” y “buena esposa” y son un reflejo de su manera de actuar con ella misma y con sus hijos.

*“Muchas veces me cuesta mucho trabajo. No es fácil, no es nada fácil [hablar de mis sentimientos]. Soy muy chillona...entonces eso me lo guardo. Y es difícil. Me hace sentir muy mal porque no tengo con quien...desahogarme se puede decir, entonces mejor me guardo mis problemas” (Paty, separada, 43 años, 2 hijos – 11 y 8 años –)*

*“Por eso soy tan enojona. Por eso soy...muy dura. No soy...nada tierna, nada dulce si tú quieres. Soy muy estricta conmigo misma. Me gustan las cosas perfectas. Yo digo que eso es malo. Yo soy...quisiera tener hijos perfectos, cosa que no se va a dar nunca” (Paty, 43 años, separada, 2 hijos – 11 y 8 años –)*

Sin embargo, identifico que Paty está en un momento de transición, ya que también muestra un interés en cambiar su situación al solicitar apoyo de una psicóloga. Este recurso ella menciona lo usa, no como una manera de desahogo, sino para aprender a hacer acuerdos con sus hijos, aprender a establecer límites, aunque también menciona que se vuelve muy difícil, ya que su madre no ha querido participar en estas sesiones y es una de las barreras que ella identifica para dar este paso.

Otro matiz que veo, es en el caso de Paulina, que su mayor resistencia fue cuando se vio obligada a decidir entre el trabajo y la familia, por la misma presión del esposo. Lo que ella decidió fue elegir su carrera profesional, al ser esta una parte importante de su vida. Logró terminar la relación por luchar por sus aspiraciones no sólo profesionales sino personales, logró cambiar su idea sobre lo que era la vida y enfrentó la situación de una manera resiliente. Su familia fue un gran pilar.

*“Yo siempre he tenido la idea...sí de mi familia definitivo, pero también de trabajar, de tener estas dos partes que para mí han sido como bien importantes (...) Bueno cuando nació mi hijo él me pidió que me saliera de*

*trabajar, yo salí de trabajar un par de años, también pensando en mi hijo ¿no? diciendo bueno me dedico un par de años a ser mamá y ya después regreso ¿no? (...) a lo mejor él sin tantas aspiraciones profesionales como yo tenía ¿no? este y aquí este empieza a también ser como un conflicto ¿no? cuando no empieza a ver compatibilidad con tu pareja, en ese sentido profesional. Uno, que él viene de una educación muy diferente a la tuya, él venía de una educación muy tradicional, sumamente tradicional, entonces pues yo venía de una educación un poquito más...este, pues liberal en ese sentido, más de pues la mujer no es sólo para estar en su casa y cuidando a sus hijos, sino puede hacer o combinar cosas ¿no?” (Paulina, 39 años, divorciada, 1 hijo – 10 años –)*

Y es sumamente impresionante la manera en que esta mujer describe cómo llegó a tomar la decisión de su divorcio, ya que, como todo en la vida, la situación fue multifactorial, pero entre los argumentos y motivos que ella tuvo, fue considerar su salud mental y el beneficio tanto para su hijo como para ella.

*“Como la situación económica era difícil yo decido, regresar a trabajar, porque te digo que yo había salido para cuidar a mi hijo, este él no está de acuerdo, entonces empiezan como discusiones por ese tema y aparte discusiones por un tema difícil económico, este y entonces yo de repente un día me siento y digo a ver qué es lo que quieres para tu vida ¿no? si yo no tomo la decisión, la decisión ahorita que mi hijo es pequeño, más adelante a lo mejor no lo voy a hacer ¿no? Porque voy a sentir muy feo quitarle a su papá a mi hijo (...) la verdad es que yo no quiero pasar mi vida y llegar a los 50 así como no habiendo hecho algo que realmente tú querías y estar con una persona que realmente quieres ¿no? Y es cuando haces un alto y pues decides, o hago mi vida sola o me voy a quedar aquí, pero si me voy a quedar aquí me voy a quedar bien y me voy a quedar feliz, me voy a quedar contenta, si no pues mejor tomo una decisión. Y pues bueno, así fue como yo tomé la decisión de separarnos, yo siempre con en la mente de que mi*

*hijo iba a estar cerca de su papá y así ha sido ¿no? siempre le he promovido mucho el estar cerca de su papá ¿no?” (Paulina, 39 años, divorciada, 1 hijo – 10 años –)*

El apoyo que esta mujer recibe de la familia sobre todo es en el sentido moral, ya que la situación económica no fue tan favorable para ella en algún momento de su vida. Y sin embargo, este apoyo moral es la que la ayudó a seguir adelante y a luchar por los sueños que ella tenía.

*“Moral mucho, moral todo de mi familia sobre todo, todo, todo el apoyo de mi familia. Este económico no tanto y no porque no quisieran, mis papás me ayudaron, sí me ayudaron en lo que pudieron, este pero no, no fue lo principal. Sobre todo fue la parte moral donde recibí ayuda” (Paulina, 39 años, divorciada, 1 hijo – 10 años –)*

Este “**Yo puedo**” lo veo mucho más claro en discursos como el de Paola, en donde más allá de la familia, sus amigos se vuelven puntos críticos para sobrellevar las adversidades, son personas que han sabido guiarlas, cuidarlas y con quienes pueden tener una conexión más fuerte. El tipo de apoyo que reciben de ellos es distinto al familiar, ya que no son ellos quienes cuidan a sus hijos, pero sí quienes las escuchan, con quienes van a ser quienes son sin la necesidad de vivir un deber ser.

*“Para mí por ejemplo es importante mantener la relación de aquellas personas que han formado parte importante de mi vida. Me escuchan, los escucho, puedo hablar de mí, no como profesional, no como mamá, no como miembro de la Iglesia, si no como Yo. O sea como que ahí no hay rol. ¿Cuál es esa mujer? Pues una mujer con miedos, con anhelos, con...sueños. Que si bien están presentes en los otros roles, en los otros roles hay que mantener posturas, o sea no sé, yo no puede tener miedo en la familia, porque soy el pilar fuerte de la familia. Yo puede tener sueños en*

*el trabajo, pero no siempre mis sueños encajan con el trabajo, entonces no pueden ser completamente abiertos” (Paola, 33 años, casada, 3 hijos – 9, 7 y 3 años –)*

De acuerdo a mi primer planteamiento, respecto a si la relación familia-trabajo era conflictiva o no, una vez realizado el análisis de las narrativas de mis participantes me hizo dar cuenta que existen distintos posicionamientos de las mujeres en torno a esta relación. Socialmente está conflictuada porque todas, de una forma u otra refieren la prevalencia del estereotipo, las críticas y la exigencia de si deberían cumplir o no con determinado rol. Se hizo presente a través de su discurso, el techo de cristal, el piso pegajoso y las fronteras de cristal en el ámbito profesional, que detonaban en problemas de salud, en sentimientos de culpa, frustración y estrés. En todas se hizo relevante el tipo de barreras y apoyos, como la familia, la economía, las distancias, el tiempo e inclusive el tipo de empresa para la cual trabajaban.

Sin embargo, algo que yo identifico en estos discursos es que algunas de las mujeres que estuvieron conmigo, parecería que lo que están haciendo es simple y sencillamente buscar la mejor forma de **acomodarse ante esas exigencias**. En cambio, hay otras de mis participantes que más que buscar acomodarse, aunque ambas escuchen a una organización, estrategias, etc. hay ciertas mujeres como Lety por ejemplo, que propositivamente buscan no acomodarse, sino gestionar las condiciones para que esta expectativa que hay hacia ellas desaparezca, para que haya una mejor negociación en su dinámica cotidiana, para que se les juzgue menos y entonces a través de sus acciones, tratan de concientizar a otras personas y esto es a lo que en la teoría se identificó como **transformación**. Esto entonces me hace a mí retomar la idea que se pueden identificar en las mujeres discursos más allá de lo descrito por Grotberg, en los que se hace evidente el proceso de resiliencia que yo me atrevería a decir es diferente a un proceso de acomodo.

En ningún momento se podría afirmar que las personas no tienen resiliencia, sin embargo hay algunas participantes que están haciendo desde sus recursos procesos para adaptarse a la situación y no identifico en ellas factores que me indiquen un proceso de resiliencia. Pero es muy significativo que se identifica en otras mujeres un avance y un proceso de resiliencia cuando son conscientes de ser dueñas de ellas mismas. **Esta capacidad resiliente no sólo se va a gestionar por algo interno, sino es una interacción entre lo externo y lo interno.**

Las mujeres nos podemos acomodar desde distintas posiciones al de estas situaciones y lo que se identifica en estas mujeres con un discurso más resiliente es que hay una lucha propositiva o una mayor conciencia de desapegarse a los estereotipos de género, de no sucumbir o sentirse afectadas completamente ante las descalificaciones de otras personas, de tomar en cuenta todos los apoyos con los que cuentan y utilizar y ser parte de esta red de apoyos. De no comprarse la idea que por salir a trabajar fuera de casa, son malas madres, malas esposas o malas mujeres. Es en estas mujeres que yo encuentro un discurso más resiliente, la construcción identitaria, la identidad desde el género juega un papel fundamental para romper paradigmas. Esto me lleva a reconocer cómo el proceso de socialización de género se vuelve fundamental en el proceso de vivirse de una manera mucho más resiliente.

Estos preceptos patriarcales son enseñados desde la infancia por la misma sociedad; en mi experiencia, el hacerme consciente de estos preceptos, no ha significado poder evitarlos, ya que a pesar de yo tomar decisiones en no querer reproducirlos, la misma sociedad muchas veces te empuja a que esto es totalmente natural, es por eso que considero que se requiere de un pensamiento crítico, educación e interiorización de lo que la sociedad exige a las personas de acuerdo a su sexo, para evitar en tanto se pueda, esta reproducción de preceptos. Y aun así, sería casi imposible evitar cada uno de ellos al ser algo tan naturalizado en estas sociedades patriarcales.

Por ejemplo, todas las mujeres en algún momento de la entrevista llegan a mencionar que en su infancia fueron educadas como si fueran hombres, con esto se refieren a que se les adjudicaban en su casa características como ser competitivas, ser duras en carácter y en sentimientos, etc.

*“A mí desde chiquita mi papá era de, era muy...en mi familia siempre fueron muy exigentes y más mi papá. Ellos siempre quisieron que yo fuera niño, entonces a mí era de tú no lloras, tú no esto, tú no el otro porque el hecho de que él quería un niño pues los niños no lloran ¿no?” (Cristina, 24 años, separada, 1 hijo – 6 años –)*

*“Yo me acuerdo mucho de cuando yo era como adolescente, mi papá siempre fue alguien estricto, a veces más de lo que debió haber sido, pero yo recuerdo mucho que él me decía, no llores, llorar es debilidad, y entonces yo hacía en ese momento asociaciones como de ah no bueno, si yo quiero ser fuerte entonces debo evitar llorar” (Paola, 33 años, casada, 3 hijos – 9, 7 y 3 años –)*

Sin embargo, sí denoto matices en esta transformación de la identidad de género, tanto Cristina como Lety se embarazaron muy pequeñas y sin embargo Cristina refleja más un acomodo a la situación y Lety una transformación de su entorno, lo cual lo atribuyo a la educación que ambas recibieron, Cristina el ser “como hombre” y Lety que siempre le mencionaron ella era capaz de lograr lo que se propusiera. Ambas se viven como mujeres que han logrado romper paradigmas al realizar sus sueños, sin que un embarazo a una edad temprana las detuviera, al contrario, ellas lo vivieron como un reto el cual debían superar, ya que sus sueños valían mucho más. Lety ha podido compararse con mujeres que han vivido situaciones adversas similares y ella con esto, ha logrado admirarse y se ha convertido en un modelo a seguir entre su círculo.

*“Las mujeres que logramos hacer todo eso es muy bonito decir wow, o sea sí podemos, no es de que seamos ni más ni menos ¿no? Simplemente que podemos dividir nuestros tiempos en miles de pedacitos para poder lograr nuestros objetivos, entonces yo creo que es muy, muy bonito como mujer el decir sí pude y no el me dejé porque me embaracé” (Cirstina, 24 años, separada, 1 hijo – 6 años –)*

*“Ahí por donde vivimos hay muy pocos profesionales, entonces hay muy pocos que se dedican pues al trabajo y hay muchas muchachas que igual que yo se embarazaron muy chicas y que tienen a su familia y que dejaron la escuela, entonces dejaron la escuela y se quedaron en su casa para atender todas sus cosas y platico, he tenido la oportunidad de platicar con algunas y se sienten frustradas porque ellas quisieran hacer otra cosa pero no las dejan, entonces como que yo me brinqué esa parte ¿no? entonces dije no creo que este la frustración pasó a hacerme sentir como más tranquila y de alguna manera, pues contenta de que no permití quedarme, a ese espacio a ese nivel, que la frustración que en algún momento tenía ahora es como que lo que me causa orgullo, entonces pasé de frustrada a orgullosa” (Lety, 28 años, separada, 2 hijos – 7 y 2 años –)*

Esta visión de ver siempre el otro lado de la moneda, lo positivo de cualquier situación, encontrar el sentido del por qué estamos viviendo lo que vivimos y hacernos responsables de aceptar esa situación y ser responsables de modificarla si no nos gusta, es uno de los pilares más fuertes dentro de la resiliencia, sin olvidar que la parte externa es fundamental. Cierro con esta cita de Lety, a quien yo identifiqué como la mujer que dentro del proceso de resiliencia se encuentra más adelante en un proceso de transformación.

*“Pues que siempre que me pasa algo malo, pienso en todo lo bueno que me puede traer, entonces de todas esas cosas malas, siempre trato de ver lo bueno. Entonces trato de que esas cosas que de alguna manera me causan*



*tristeza, enojar, o me pongan mal, siempre ver como que el otro pedazo, la otra parte que sí me van a traer de positivo, que si me van a traer de ventaja, entonces es lo que me hace como que saltar ese espacio de sentirme triste, para saber qué puedo hacer las cosas, que aunque pase lo que pase, me las puedo brincar” (Lety, 28 años, separada, 2 hijos – 7 y 2 años –)*

## CAPÍTULO 6

### DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

Como conclusión a mi trabajo expuesto, puedo mencionar en primera instancia, que existen ciertos factores que indudablemente facilitaron a las participantes a no vivir como conflicto la relación familia-trabajo; con esto identifico que no necesariamente todas las mujeres viven esta relación desde el conflicto, a pesar que sí identificara situaciones como techo de cristal, piso pegajoso o fronteras de cristal (Burin, 1996; Burin, 2008). Uno de los grandes hallazgos que hago con base a mis resultados, es que impacta mucho el significado que estas mujeres den a sus vivencias, como aquellas mujeres que a pesar de la adversidad trataban de recurrir a actividades que las hiciera sentir mejor o trataban de ver los beneficios que les traería haber vivido tal situación, esto sin quitarle peso a las situaciones que debían enfrentar y que las vivían por el simple hecho de ser mujeres en el ámbito laboral.

Parte de estos significados que ellas le dan a sus vivencias, me refiero no nada más a la manera en que lo ven y viven, sino a los recursos a los que recurren. Muchos de ellos ya mencionados en la teoría (Jiménez & Moyano, 2008; Martínez, Vera, Paterna & Alcázar, 2002; Spindola & Da Silva, 2002), como la distribución de actividades en tiempo con la pareja y la familia, en donde se sienten soportadas por alguien más, las distancias que recorren al trabajo, escuelas, etc. así como los apoyos que sus trabajos les brindan para conciliar ambas partes, pero hubo otro aspecto, que a pesar de estar mencionado en la teoría, era algo que yo no esperaba ver en mis participantes. Sin embargo fue mencionado en los 5 casos: la fe religiosa. Esta religiosidad mencionada en la teoría por Stefan Vanistendael y Jacques Lacomte (2004) y Aldo Melillo (2004b) parece ser un punto crucial en la vida de todas estas mujeres, para sobrellevar situaciones de adversidad y darles un significado positivo a la vivencia.

De igual forma, un factor que encontré dentro del análisis pero no fue mencionado dentro de la teoría, es la diferencia que se crea en las mujeres, dependiendo del lugar de trabajo en el que se encuentren. Es decir, noté una diferencia entre aquellas mujeres que trabajan en empresas nacionales o pequeñas firmas, a aquellas que trabajan en empresas transnacionales y de mucho renombre. El apoyo que dé la empresa para tener mayor flexibilidad tanto en horarios, como trabajar desde casa, etc. pueden generar grandes diferencias en cómo las mujeres viven la relación de vida-trabajo. Sin embargo, habrá que cuestionarse, si realmente esto es lo que buscamos –maneras de acomodar nuestros días- o si el apoyo que se necesita de una institución debería ir más enfocado a provocar igualdad de oportunidades entre hombres y mujeres, así como sentidos de co-responsabilidad para temas del hogar y crianza de los hijos.

Otra de mis conclusiones y reflexiones hechas a partir de este trabajo, es que la teoría de Grotberg (2004) por sí sola, no me permitiría identificar en dónde se encuentran las mujeres con relación a la resiliencia y los factores que le impactan. Esto debido a que hacer una cuantificación de las veces que una mujer dice “yo tengo”, “yo puedo”, “yo estoy” y “yo soy”, no me brindó una “fotografía” de la situación en la cual las mujeres se encontraban. Muchas veces dentro de su discurso podía identificar estas frases, pero las acciones que contaban así como el significado que le daban, eran incongruentes con estos “yos”. Sin embargo, al utilizarlo dentro del análisis y complementarlo con lo descrito por Aldo Melillo (2004b) sobre la adaptación de ajuste y la adaptación de transformación, me permitió identificar los distintos matices de resiliencia en los que cada mujer se encontraba en ese momento.

Con esto, puedo concluir que algunas mujeres viven desde algún punto la resiliencia y hay otras mujeres que la viven desde el acomodo, intentando sobrellevar sus actividades del día a día, que recurren a los pocos o muchos apoyos con los que cuentan y que de alguna manera se les reconoce por el

esfuerzo y la lucha que viven en su día a día por todas las barreras a las que se enfrentan.

Son estas mujeres quienes identifiqué desde el acomodo, aquellas que tienen una situación económica más baja, que trabajan en empresas nacionales o pequeños despachos, aquellas que no reciben el apoyo de sus parejas o sus familiares, aquellas que no tienen el soporte en su trabajo. Y son estas mujeres que identifiqué desde la transformación, aquellas que su situación económica es más alta, que trabajan para una empresa transnacional, que tienen el completo apoyo de sus parejas y/o del padre de sus hijos al haber una co-responsabilidad en ambos, el apoyo de sus familias y de amigos, que hay un soporte por parte del trabajo.

Sin embargo, la mayor conclusión a la que llegué en mi trabajo, es que no nos dejemos llevar por estos paradigmas, que a pesar que en 4 de mis participantes confirmé que el dinero, el trabajo y el tener una pareja son fundamentales para la resiliencia, también logré romper ese paradigma dentro de mí misma, al encontrar a una mujer, que dentro de mi trabajo es a quien identifiqué con el mayor nivel de resiliencia en donde transforma constantemente y no necesariamente cuenta con todos estos beneficios ya mencionados. Esta mujer, Lety, crea y transforma propositivamente dentro de su entorno, a pesar de no tener un alto ingreso económico, a pesar de estar separada de su pareja y a pesar de trabajar para el gobierno mexicano. Sin embargo, las redes de apoyo y los significados que le da a su vida, son de suma importancia para el nivel de resiliencia que identifiqué en ella.

## REFERENCIAS

- Athié, D. & Gallegos, P. (2009). Relación entre la Resiliencia y el Funcionamiento Familiar. *Psicología Iberoamericana*. 17 (1) 5-14.
- Brooks, R. & Goldstein, S. (2004). El Poder de la Resiliencia: cómo lograr el equilibrio, la seguridad y la fuerza interior necesarios para vivir en paz. España: Paidós.
- Burin, M. (1996). Género y psicoanálisis: subjetividades femeninas vulnerables. En Mabel Burin & Emilce Dio Bleichmar (Comps.). *Género, Psicoanálisis, Subjetividad* (pp. 61-99). Buenos Aires: Paidós.
- Burin, M. (2008). Las fronteras de cristal en la carrera laboral de las mujeres. Género, subjetividad y globalización. *Anuario de Psicología*. 39 (1) 75-86.
- Castañeda, M. (2006). Mujeres, Subjetividad y Salud Mental: Perspectivas desde la Teoría Feminista. En Fevela, M. & Muñoz, J. (Comps.). *Jornadas Anuales de Investigación 2005*. México: UNAM, CEIICH.
- Castañeda, P., Guevara, A. & Rodríguez, S. (2005). *Estudio de Casos sobre Factores Resilientes en Menores Ubicados en Hogares Sustitutos*. (Tesis doctoral inédita). Pontificia Universidad Javeriana. Bogotá.
- Cruz, C. (2011). Cambio en las Normas Sociales: el caso del trabajo asalariado de las mujeres. En Domínguez, A. (Ed.), *Lecturas Introductorias a la Psicología Cultural, Transcultural y Etnopsicología*. (pp. 177-193). México: Universidad Iberoamericana.
- Davydov, D., Stewart, R., Ritchie, K. & Chaudieu, I. (2010). Resilience and Mental Health. *Clinical Psychology Review*. 30 (5) 479-495.
- De Garay, J., Diaz-Loving, R., Frías, M., Limón, B., Lozano, I., Rocha, T. & Zacarías, M. (2009). Intereses y Valores en Jóvenes Mexicanos. *Enseñanza e Investigación en Psicología*. 14 (2) 295-309.
- Díaz-Loving, R., Rocha S., T. & Rivera A., S. (2007). *La instrumentalidad y la expresividad desde una perspectiva psico-socio-cultural*. México: UNAM/Porrúa.

- Encuesta Nacional de Ocupación y Empleo. (s.f.). *2013 libro de consulta sobre estadísticas de ocupación y empleo*. Obtenido en Mayo 5, 2015, de [www.inegi.org.mx](http://www.inegi.org.mx)
- Fernández, R. & Duarte, A. (2006). Preceptos de la ideología patriarcal asignados al género femenino y masculino, y su refractación en ocho cuentos utilizados en el tercer ciclo de la educación general básica del sistema educativo costarricense en el año 2005. *Educación*. 30 (2). 145-162.
- Fernández, J. (1996). *Varones y Mujeres: desarrollo de la doble realidad del sexo y del género*. Madrid: Psicología Pirámide.
- Gallego, M. (2007). Equidad de Género, Política y Cohesión Social. *Pensamiento Iberoamericano*. 1 (2). 157-176.
- Galende, E. (2004). Subjetividad y Resiliencia: del azar y la complejidad. En Melillo, A., Suárez, E. & Rodríguez, D. (Comps.). *Resiliencia y Subjetividad: los ciclos de la vida*. Buenos Aires: Paidós.
- García-Retamero, R. & López-Zafra, E. (2006). Congruencia de Rol de Género y Liderazgo: el papel de las atribuciones causales sobre el éxito y el fracaso. *Revista Latinoamericana de Psicología*. 38 (2) 245-257.
- Gómez, S. (2003). La Incorporación de la mujer al mercado laboral: implicaciones personales, familiares y profesionales, y medidas estructuradas de conciliación trabajo-familia. Cátedra SEAT-IESE de Relaciones Laborales. Universidad de Navarra.
- Gómez, V. (2004). Estrés y Salud en Mujeres que Desempeñan Múltiples Roles. *Avances en Psicología Latinoamericana*. 22. 117-128.
- Grotberg, E. (2004). Adolescentes Contra la Violencia: el poder de la resiliencia. En Melillo, A., Suárez, E. & Rodríguez, D. (Comps.). *Resiliencia y Subjetividad: los ciclos de la vida*. Buenos Aires: Paidós.
- Guerrero, J. (2003). Los Roles No Laborales y el Estrés en el Trabajo. *Revista Colombiana de Psicología*. 12. 73-84.
- Gutman, M. (1997). Traficando con Hombres: la antropología de la masculinidad. *La Ventana. Revista de estudios de género*. 8. 47-99.

- Herrman, H. (2012). Promoting Mental Health and Resilience after a Disaster. *Journal of Experimental & Clinical Medicine*.4 (2) 82-87.
- Horno, P. (2009). Amor y Violencia: la dimensión afectiva del maltrato. España: Desclée de Brouwer Colección.
- INMUJERES (2004). El ABC de Género en la Administración Pública. Instituto Nacional de las Mujeres. Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo (PNUD): México.
- INMUJERES (2007). El Impacto de los Estereotipos y los Roles de Género en México. Recuperado el 10 de abril, 2013, de [http://cedoc.inmujeres.gob.mx/documentos\\_download/100893.pdf](http://cedoc.inmujeres.gob.mx/documentos_download/100893.pdf)
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía (n.d.). *Encuesta Nacional de Ocupación y Empleo*. Recuperado el 17 de mayo, 2012, de <http://www.inegi.org.mx/sistemas/tabuladosbasicos/tabtema.aspx?s=est&c=28822>
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía (2012). Mujeres y Hombres en México 2011. Recuperado el 15 de enero, 2013, de <http://www.inegi.org.mx/sistemas/productos/>
- Ito, M. & Vargas, I. (2005). Investigación Cualitativa para Psicólogos: de la idea al reporte. Miguel Ángel Porrúa: México.
- Jackson, A., Gyamfi, P., Brooks-Gunn, J. & Blake, M. (1998). Employment Status, Psychological Well-Being, Social Support, and Physical Discipline Practices of Single Black Mothers. *Journal of Marriage and the Family*. 60. 894-902.
- Jaramillo, A. (2004). Resiliencia Social y Educación Superior. En Melillo, A., Suárez, E. & Rodríguez, D. (Comps.). Resiliencia y Subjetividad: los ciclos de la vida. Buenos Aires: Paidós.
- Jayne, M. (1999). La Identidad de Género. *Revista de Psicoterapia*. 10 (40). 5-22.
- Jiménez, A. & Moyano, E. (2008). Factores Laborales de Equilibrio entre Trabajo y Familia: medios para mejorar la calidad de vida. *UNIVERSUM*. 23 (1) 116-133.
- Kotliarenco, M. A., Cáceres, I. & Fontecilla, M. (1997). Estado de Arte en Resiliencia. Organización Panamericana de la Salud: CEANIM.

- Kotliarenco, M. A. & Lecannelier, F. (2004). Resiliencia y Coraje: el apego como mecanismo protector. En Melillo, A., Suárez, E. & Rodríguez, D. (Comps.). Resiliencia y Subjetividad: los ciclos de la vida. Buenos Aires: Paidós.
- Lagarde, M. (1990). Identidad Femenina. CIDHAL (Comunicación, Intercambio y Desarrollo Humano en América Latina, A. C. - México). Recuperado el 15 de Julio 2015, de <http://www.laneta.apc.org/cidhal/lectura/identidad/texto3.htm>
- Lamas, M. (1999). Usos, Dificultades y Posibilidades de la Categoría Género. Papeles de Población. 21. 147-178.
- Lamas, M. (2000). Diferencias de Sexo, Género y Diferencia Sexual. Cuicuilco. 7 (18). 1-24.
- Lamas, M. (2002). La antropología feminista y la categoría género. Cuerpo, Diferencia Sexual y Género. (pp. 19-48) México: Taurus.
- Lemus, S., Moya, M., Bukowsky, M. & Lupiáñez, J. (2008). Activación Automática de las Dimensiones de Competencia y Sociabilidad en el Caso de los Estereotipos de Género. *Psicológica*. 29. 115-132.
- López, J. (2008). *Resiliencia Familiar ante el Duelo*. (Tesis doctoral). Universidad Nacional Autónoma de México. México, D.F.
- Luque, B. (2008). El Itinerario Profesional de las Mujeres Jóvenes: una carrera de obstáculos. Anuario de Psicología. 39 (1). 101-107.
- Macías, A. (2002). Contra Viento y Marea: el movimiento feminista en México hasta 1940. México: PUEG/UNAM.
- Marí, R., M. Bo., R. & Climent, C. (2010). Propuesta de Análisis Fenomenológico de los Datos Obtenidos en la Entrevista. *Revista de Ciencias de l'Educacion*. 113-133.
- Martínez, C., Vera, J., Paterna, C. & Alcázar, A. (2002). Antecedentes del Conflicto Interrol y su Relación con el Autoesquema de Género. *Anales de Psicología*. 18 (2) 305-317.
- Martínez-Pérez, M. & Osa, A. (2002). Análisis Psicométrico del Inventario de Apoyo Familiar para Trabajadores. *Psicothema*. 14 (2) 310-316.



- Melillo, A. (2004a). Realidad Social, Psicoanálisis y Resiliencia. En Melillo, A., Suárez, E. & Rodríguez, D. (Comps.). Resiliencia y Subjetividad: los ciclos de la vida. Buenos Aires: Paidós.
- Melillo, A. (2004b). Realidad Social, Psicoanálisis y Resiliencia. En Melillo, A., Suárez, E. & Rodríguez, D. (Comps.). Resiliencia y Subjetividad: los ciclos de la vida. Buenos Aires: Paidós.
- Melillo, A., Soriano, R., Méndez, J. & Pinto, P. (2004). Salud Comunitari, Salud Mental y Resiliencia. En Melillo, A., Suárez, E. & Rodríguez, D. (Comps.). Resiliencia y Subjetividad: los ciclos de la vida. Buenos Aires: Paidós.
- Montero, L. (1999). La Aventura de Crecer. Temas de hoy: Madrid.
- Navarro, A. (2010). ¿Mujeres proveedores y jefas de familia? Nuevas realidades rurales en las localidades de la región zamorana. *La Ventana*. 31 (5) 139-171.
- Ospina, D., Jaramillo, D. & Uribe, T. (2005). La resiliencia en la promoción de la salud de las mujeres. *Revista Investigación y Educación en Enfermería*. 23 (1) 78-89.
- Postigo, M. (2001). El Patriarcado y la Estructura Social de la Vida Cotidiana. Contrastes. *Revista Interdisciplinar de Filosofía*. 6. 199-208.
- Reyes-Bravo, R. (2005). La Autonomía Psicológica en Mujeres Profesionales: Análisis de un Caso. *Otras Miradas*. 5 (1) 9-22.
- Rocha, T. & Diaz-Loving, R. (2005). Cultura de Género: la brecha ideológica entre hombres y mujeres. *Anales de Psicología*. 21 (1) 42-49.
- Rocha, T. (2011). Género y Socialización: una aproximación transcultural. En Domínguez, A. (Ed.), *Lecturas Introductorias a la Psicología Cultural, Transcultural y Etnopsicología*. (pp. 151-175). México: Universidad Iberoamericana.
- Rocha, T. & Diaz-Loving, R. (2012). Identidades de Género: más allá de cuerpos y mitos. México: Trillas.
- Rocha-Sánchez, T. E. (2012). Mujeres en tiempo de cambio: retos, obstáculos, malestares y posibilidades. En T. Rocha-Sánchez & C. Cruz Del Castillo

- (Comps.) *Mujeres en transición: Reflexiones teórico-empíricas en torno a la sexualidad, la pareja y el género*. México: Universidad Iberoamericana.
- Roman, R. (2007). Psicología y feminismo: historia olvidada de mujeres pioneras en psicología. *Estudios Sociales*. 16 (30) 207-213.
- Saavedra, E. & Villalta, M. (2008). Medición de las Características Resilientes, un Estudio Comparativo en Personas entre 15 y 65 años. *Liberabit*. 14: 31-40.
- Sánchez, A., Saletti-Cuesta, L., Toro-Cárdenas, S., López-Fernández, A., Luna del Castillo, J. & Mateo-Rodríguez, I. (2011). Validación de Escala para Evaluar la Relación Familia-Trabajo en Médicas y Médicos de Familia. *Revista Especial de Salud Pública*. 85 (2) 149-162.
- Spindola, T. & Da Silva, R. (2002). Vida de Trabajo Frente a la Familia: los conflictos y la culpa en la vida cotidiana de las trabajadoras de enfermería. Universidad Federal de Río de Janeiro-Brasil.
- Suárez, E. (2004). Introducción: resiliencia y subjetividad. En Melillo, A., Suárez, E. & Rodríguez, D. (Comps.). *Resiliencia y Subjetividad: los ciclos de la vida*. Buenos Aires: Paidós.
- Tena, O. (2006). Los Malestares Subjetivos de las Mujeres Académicas como un Conflicto de Deberes. En Fevela, M. & Muñoz, J. (Comps.). *Jornadas Anuales de Investigación 2005*. México: UNAM, CEIICH.
- Torns, T. (2001). La doble presencia: ¿una propuesta para lograr conciliación?. *Jornada "Doble jornada-doble presencia" Pamplona, 17 Octubre de 2001*.
- Vanistendael, S. & Lecomte, J. (2004). Resiliencia y Sentido de Vida. En Melillo, A., Suárez, E. & Rodríguez, D. (Comps.). *Resiliencia y Subjetividad: los ciclos de la vida*. Buenos Aires: Paidós.
- Vitale, L. (1988). La incorporación masiva de la mujer al trabajo productivo y su condición jurídica y cultural en el Siglo XX (capítulo 6) en el libro *La Mitad Invisible de la Historia*. Buenos Aires: Editorial Planeta.
- Wodak, R. (1997). Critical Discourse Analysis. En T.A. van Dijk (ed.) *Discourse Studies, a multidisciplinary introduction. Discourse as a social interaction*. Londres: Sage, 2, 258-284.

Zárate, L., Montero, J., & Gutiérrez, M. (2006). Relación entre el estrés parental y el del niño pre-escolar. *Psicología y Salud*. 16 (2), 171-178.