



Universidad Nacional Autónoma de México

Facultad de Estudios Superiores Iztacala

"Factores de protección para la prevención de la violencia hacia las mujeres"

T E S I S
QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE
LICENCIADA EN PSICOLOGÍA
P R E S E N T A (N)

**Georgina Elvira Ordaz Austria
Virginia López Gutierrez**

Directora: Mtra. **María de los Angeles Herrera Romero**

Dictaminadores: Mtra. **Rosa María González Ortiz**

Lic. **Rosa María Segura González**





Universidad Nacional
Autónoma de México



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

Pienso que una de las aptitudes importantes del ser humano en la vida es el ser AGRADECIDO, es por ello que inicio dando gracias a:

Dios por la vida, por su amor, por su Sabiduría y a través de ello, todo lo que Yo Soy pues sin la fe que tengo en el nada hubiera podido lograr, sé que los seres humanos somos capaces de lograr nuestros objetivos y metas, sin embargo para mí la parte fundamental es la Espiritualidad, así mismo agradezco a Dios el concederme el camino en la psicología que ahora se ha convertido en una de mis pasiones por esta y muchas razones dedico a Dios la canción de “Eres tú”.

A mis padres: Cecilio López González † y Facunda Gutiérrez Villafán † : Su gran amor, sus cuidados, sus sacrificios, mi formación, mis guías, hoy ya no están conmigo, sin embargo sé que espiritualmente están más cerca que nunca, infinitas gracias porque lo que Yo Soy ustedes lo comenzaron y son parte de esta trayectoria que para mí ha sido maravillosa, junto con mis hermanos; Clarita, Esteban †, Federico, Roberto, Rosario I, Carmen, Juan A. mi primer familia parte fundamental de mi inicio los amo. A Mi Madre en especial ya que hasta el final me apoyaste en todo, gracias por tus 100 años hubiera querido que físicamente estuvieras conmigo en este momento tan importante pero sé que lo estás viviendo Espiritualmente a Ti y a mi Padre los amaré por toda mi vida y más gracias por ser mi apoyo en los primeros pasos y gracias a Dios por concederme la dicha de ser uno de tus bastones en tus últimos años.

A mis hijos: Cruz Orlando Moreno López y Guadalupe Abigail Moreno López, Con todo mi amor, mi motor, mi razón de vivir han sido parte importante en este proyecto logrado pues cuando pensaba claudicar me apoyaron en todas las circunstancias, incluso en los momentos difíciles tanto morales como económicos, gracias a Dios porque llegaron a mi vida, se que son solo prestados y por ello los amo y respeto su individualidad, espero seguir siendo por mucho tiempo, la Mamá más mala del mundo, mis bendiciones y todo mi amor por siempre.

Al compañero de mi vida: José Guadalupe Moreno Moreno, los senderos que juntos hemos recorrido durante estos 36 años no han sido fáciles sin embargo se incluyen los de felicidad y eso supera los obstáculos vividos. Por tu apoyo incansable en la realización de mis sueños ya que sin él no hubiera podido lograrlo, eres el gran Amor de mi vida, gracias por todas tus atenciones y demostración de Amor para conmigo, bendigo a Dios por haberte incluido en mi vida para ti todo mi Amor.

Y por supuesto a mis profesores que en este trayecto de aprendizaje y formación Universitario han sido de un valor incalculable, en especial a nuestra maestra María de los Ángeles Herrera Romero por su sabiduría y conocimientos compartidos ya que gracias a ello mejoramos en gran medida la aplicación de este proyecto. A si a la profesora la Doctora Amparo Caballero por la orientación en este tema que ya me interesaba sin embargo con su colaboración se convirtió no en un interés sino en un objetivo a lograr.

A todos mis compañeros y amigos quienes logramos terminar juntos este transitar por la FES Iztacala, pues de cada uno de ellos aprendí cosas inimaginables y algunos se convirtieron en Ángeles ya que en ocasiones sin su ayuda no habría logrado superar las circunstancias vividas, fue una etapa maravillosa de mi vida que recordaré con alegría y cuando piense en ustedes será para desearles lo mejor en todos sus metas a recorrer gracias AMIGAS(OS).

A los amigos que he tenido durante mi vida y que de alguna manera han tenido que ver en mi vida espiritual sobre todo al grupo de Renovación Matrimonial quien me empujo a tomarme de la mano de Dios, pues ahí nació la inquietud de tener Sabiduría y conocimiento para poder ayudar y que indudablemente a través de la psicología me di cuenta que la primera que tenía que ayudarme era yo, para poder ayudar a los demás gracias sobre todo a los que tengo considerados como hermanos.

A los Sacerdotes Salesianos que han sido como un padre para mí y que en los momentos difíciles han estado para ayudarme de alguna manera a superar los

obstáculos: Cirilo, Eutimio, Juan Julian, Marcos, Toño y Dany gracias por hacer crecer mi parte Espiritual y la confianza en ustedes.

Y Finalmente la persona que es parte importantísima en este proyecto, Georgina Ordaz Austria, por todas tus enseñanzas pues tu conocimiento y apoyo están plasmados en este trabajo, a través de tu alegría jovial me inyectaste ánimo para terminar y sobre todo en los momentos difíciles, dando como resultado una gran amistad, son pocas las palabras que yo pudiera emplear para describirte por eso lo resumo en dos, gracias amiga.

Virginia López Gutiérrez

Quiero agradecer en primer lugar a Dios, a quien corresponde todo honor y gloria, por este momento de mi vida y por mi vida entera, la cual encomiendo en sus manos. Posteriormente agradezco con mucho cariño a mi familia, en especial a mis padres que han sido muy valientes y han sabido brindar ejemplo de dedicación, esfuerzo y trabajo, procurando siempre el bienestar de sus hijos, así como mostrado paciencia y preocupación en cada etapa de mi vida. No hay palabras para agradecer toda la labor que han hecho en sus hijos, realmente han amado mucho, espero poder imitarles; desde mi corazón les digo que los amo.

Un atento agradecimiento a la maestra María de los Ángeles Herrera Romero, por haber apoyado tanto al desarrollo de este trabajo y que impulsó mi desarrollo personal y académico. De igual manera considero importante agradecer a mis profesores de la licenciatura quienes me brindaron mi formación durante todo este tiempo compartiendo sus conocimientos e impulsándome a la investigación y redacción de trabajos teóricos y experimentales, entre ellos a la Doctora Amparo Caballero quien me encaminó a la elección de este tema.

También quiero agradecer a mis amigas y amigo de generación, ellos han llegado a ser mi familia, hemos vivido momentos inolvidables, compartido problemas tanto académicos como sentimentales, también hemos compartido alimento, nuestros sueños, ilusiones, muchas preocupaciones, algunos consejos y más que nada buen humor. Sobre todos quiero agradecer a Virginia López por ser coautora de este trabajo en el que ambas invertimos tanto esfuerzo y en el que aprendimos a conocernos mejor una a la otra y me ha dejado grandes aprendizajes con su ejemplo y experiencias.

Finalmente quiero agradecer a todos mis amigos del Centro Pastoral Politécnico (CPP) los que desde hace dos años han sido parte fundamental de mi vida, que me han enseñado que este mundo tiene esperanza, que somos el presente y que podemos transformar al mundo, principalmente con todo mi amor a Alejandra Barenas y Christian Sánchez que han sabido impulsarme a madurar y realizar todo lo que me propongo.

RESUMEN

Desde la incursión de la mujer en el ámbito laboral, ha surgido un cambio de roles de género y han surgido nuevas necesidades por parte de las mujeres tales como la necesidad de la mujer de desarrollarse personal, profesional y laboralmente, lo que implica mayor control y capacidad de obtener cargos de dirección y liderazgo; incremento de la autoestima; obtención de logros en el ámbito público y confianza de sus habilidades a nivel laboral y de hogar; tendencia de aplazar o retardar la decisión de contraer matrimonio y la repartición de labores del hogar. La población mexicana es una sociedad en la que aún prevalecen ideas machistas, por lo que la mujer está expuesta a la posibilidad de sufrir agresiones en su entorno, ya sea en el trabajo, la calle o incluso en el propio hogar, es por esto que encontrar y detallar factores de protección para la prevención de la violencia hacia la mujer es relevante para aumentar la equidad entre mujeres y hombres.

La autoestima se toma como factor protector importante porque ayuda a las personas a valorarse y a afrontar situaciones que le generan problemas con los que las rodean. Otro punto importante a considerar como factor protector es el empoderamiento ya que ayuda a revertir la dominación de un género sobre el otro, ya que este se refiere al cambio de las relaciones de poder sobre condiciones de vida y recursos económicos, físicos, intelectuales, etc. lo que aumenta el control de las mujeres para definir sus opciones de vida y tomar sus propias decisiones, incrementando su autoconfianza, fuerza interna y capacidad de organizarse así como la autonomía y buscando la equidad entre los géneros.

El interés sobre este tema está relacionado a la importancia de la autoestima, el liderazgo y el empoderamiento como factores que ayudan a fortalecer la vida de las mujeres en el aspecto personal, familiar y social. Por lo anterior el presente estudio permitirá beneficiar a la mujer, desde un aspecto

psicológico, a reconsiderar sus factores de protección para la prevención de la violencia.

INTRODUCCIÓN

En las últimas décadas se hace énfasis acerca de la violencia, ejercida principalmente hacia la mujer, ya sea en el aspecto físico o psicológico y los daños que genera en su integridad, encontrando que varios estudios hacen énfasis en las mujeres maltratadas e infinidad de datos que son importantes al respecto. Sin embargo no dan pauta para afrontar este problema el cual se origina de estereotipos e ideas irracionales. Por tal motivo surge el interés del presente trabajo de observar las implicaciones y características de dicho proceso en la mujer que ha logrado vivir sin violencia en su vida cotidiana ya sea en sus relaciones interpersonales, laborales económicas y sociales. Para lo cual es necesario descubrir los factores que contribuyen a que se perciban libres de violencia.

El presente trabajo abordará el tema de los factores de protección para la prevención de la violencia como una nueva forma de vida desde los cambios sociales que se han venido estableciendo. Por lo tanto se comenzará planteando una breve historia del papel que la mujer ha venido jugando en la sociedad, mencionando estereotipos de género de una sociedad patriarcal, hasta la modificación de los roles.

Así mismo se abordarán la autonomía personal y laboral de la mujer que la lleva a ejercer su liderazgo en el hogar, en el aspecto laboral y en la política, ámbitos que solían estar reservados a los varones y en los que la mujer se ha podido integrar con éxito, logrando vencer dificultades. Por otra parte también se hará referencia a los avances en cuestión del rechazo sociocultural y culpas que sufría la mujer por el hecho de dejar a sus hijos para salir a trabajar.

Posteriormente se detallarán los factores de empoderamiento y protección que posee la mujer y que las hacen acceder a un lugar de posicionamiento de igualdad de género, entre ellos la autoestima, el liderazgo, la autonomía, educación, la toma de decisión y elección de trabajo, entre otras habilidades sociales.

Por último se presentará el análisis de cuatro familias en las que se identificarán los factores de protección para la prevención de la violencia hacia la mujer, tales como autoestima y liderazgo.

ÍNDICE

| | |
|--|----|
| AGRADECIMIENTOS | 1 |
| RESUMEN | 5 |
| INTRODUCCIÓN | 7 |
| ÍNDICE | 9 |
| 1. EL PAPEL DE LAS MUJERES EN UNA SOCIEDAD TRADICIONAL | 11 |
| 1.1 Estereotipos de género..... | 11 |
| 1.2 La nueva feminidad y masculinidad | 16 |
| 2. AUTONOMÍA PERSONAL Y LABORAL DE LAS MUJERES | 23 |
| 2.1 Relaciones de pareja y familiares..... | 23 |
| 2.2 Los hogares a cargo de las mujeres | 30 |
| 2.3 Las mujeres líderes..... | 35 |
| 3. FACTORES DE EMPODERAMIENTO Y PROTECCIÓN PARA LAS MUJERES CONTRA LA VIOLENCIA | 47 |
| 3.1 Autoestima..... | 47 |
| 3.2 Habilidades sociales y manejo de emociones..... | 54 |
| 3.3 Factores de protección contra la violencia de género..... | 64 |
| 3.4 Empoderamiento | 68 |
| MÉTODO | 75 |
| Planteamiento del problema | 75 |
| Preguntas de investigación | 75 |
| Objetivo general | 75 |
| Objetivos específicos..... | 75 |
| Participantes: | 76 |
| Criterios de inclusión: | 76 |
| Criterios de exclusión: | 76 |
| Materiales..... | 76 |
| Lugar de aplicación:..... | 76 |
| Sistemas de evaluación: | 77 |
| Diseño:..... | 77 |
| Procedimiento:..... | 77 |
| RESULTADOS | 78 |

| | |
|---------------------------|-----|
| DISCUSIÓN | 100 |
| BIBLIOGRAFÍA | 104 |
| Anexos | 113 |

1. EL PAPEL DE LAS MUJERES EN UNA SOCIEDAD TRADICIONAL

A través de los años mujeres y hombres han convivido y definido sus funciones e identidad con base a su cultura, ideas e interacción social, es decir que mediante la convivencia mutua generaron sus propios pensamientos, sentimientos y percepciones de modo que se establecieron estereotipos tradicionales que se han transformado a través de la historia en la sociedad, por lo que a continuación se determinarán los factores de cambio que proporcionan una mejor calidad de vida en las mujeres y su familia, pues debido a las ideas que existen en nuestra sociedad, las mujeres han mantenido un nivel inferior al hombre. Se describirán los estereotipos de género basados en la cultura, idealización, prejuicios, valores, prohibiciones que determinan a los hombres y mujeres definiendo su grupo social en relación del sexo. Para esto se revisarán estudios teóricos y empíricos desde la perspectiva de género que nos conduzcan a determinar la nueva feminidad y masculinidad.

1.1 Estereotipos de género

Prevalen diversas ideas conformadas por creencias y expectativas que se tienen acerca de estereotipos de género, por lo que en este tema se tiene la finalidad de determinar las diferencias entre mujeres y hombres que han dado paso a marginar a las mujeres

con referencia a su género, por lo que es importante clarificar primero qué es el género, para así entender cuáles son sus respectivos estereotipos, lo que nos ayudará a observar el origen de la violencia y los factores que pueden prevenirla. De acuerdo con Barberá (1998) el género se ha relacionado con el concepto de sexo hasta el grado de que las definiciones que existen acerca de ambas suelen depender una de otra y nunca llegan a ser completamente independientes entre sí. Sin embargo se ha diferenciado al sexo en referencia a las características físicas y biológicas innatas relacionadas con la reproducción, mientras que el género se relaciona con los aspectos sociales y psicológicos que

las personas tienen relacionadas con su medio ambiente. Así mismo Sharim (2005) considera que el concepto de género es principalmente de orden cultural, ideológico y social, también tiene una dimensión subjetiva en tanto es constituyente de la identidad, donde es posible pensar también en un poderoso arraigo del género, en tanto permanece fundido con el sexo.

Es decir, el sexo se limita a las características que distinguen entre hombre y mujer desde el nacimiento de forma dicotómica y el género distingue entre masculino y femenino admitiendo una medición de estos conceptos. La feminidad y la masculinidad se basaban en los juicios personales referentes al sexo, tales como que el hombre al tener mayor fuerza física se consideraba automáticamente como líder, liderazgo que al ser fundamentado en la fuerza estaba ligado a la violencia, al principio de manera física y posteriormente en aspectos psicológicos, laborales, económicos y culturales.

Los estereotipos de género de acuerdo con Barberá (2004) son esquemas abstractos y simplificados de conocimiento acerca de lo que es femenino y masculino, facilitando la información del entorno aunque con un carácter esquemático e inexacto.

A su vez Montesinos y Carrillo (2010) realizaron entrevistas a hombres y mujeres donde hacían referencia a los géneros, haciendo evidente la transformación en las identidades, tanto femeninas como masculinas, distinguiéndolas de la “modernidad” y del “pasado”, con lo que se obtuvo que los estereotipos tradicionales consideraban a las mujeres como una pertenencia al género masculino, que tenía derecho de hacer con ella lo que le placiera y que daba origen a la violencia física.

De acuerdo con Fernández (2011) “en la actualidad no contamos hoy en día ni con una teoría sólida ni tampoco con buenos instrumentos de valoración [de masculinidad o feminidad].” (P.170).

Sin embargo se pueden proponer algunos núcleos teóricos para elaborar teorías y a partir de ellas instrumentos de valoración, con contenidos claros y concretos para los conceptos de masculinidad y feminidad, por lo que sugirió hacer un instrumento de valoración basado en el embarazo y menstruación de las mujeres así como en la fuerza o agresividad física de los hombres, que en general

sobrepasan a las mujeres, esto con relación a la revisión teórica y crítica que realizó de los instrumentos o escalas que evaluaban la heterogeneidad de los conceptos de masculino y femenino y que eran analizados a modo de dimensión bipolar (Fernández, 2011).

Es decir que lo femenino y lo masculino eran opuestos desde un punto de vista teórico implicando como imposible que coexistan ambos aspectos en un individuo pues a mayor masculinidad menor feminidad y viceversa. Es de considerar que pueden existir teorías explicativas de género, no así instrumentos de valoración, sin embargo el instrumento sugerido por Fernández está basado en obviedades y sólo haría una medición entre sexos, hombre y mujer por lo que no sería adecuado para valorar los estereotipos de género.

En lo que respecta a las diferencias entre mujeres y hombres Gray (2000) asegura que difieren en todas las áreas de sus vidas, ya que no sólo se comunican de forma diferente sino que piensan, sienten, perciben, reaccionan, responden, aman, necesitan, hablan, comen y valoran en forma diferente.

Con base a lo anterior Colás y Villaciervos (2007) parten del supuesto de que el género es una representación cultural, que contiene ideas, prejuicios, valores y prohibiciones sobre la vida de las mujeres y de los hombres. Así mismo en el caso de género, los atributos son asignados a hombres y mujeres en función de su sexo. Por tanto realizaron un estudio descriptivo tipo encuesta para conocer cuáles estereotipos de género son interiorizados por los adolescentes y jóvenes en formación. Trabajaron con 455 alumnos, de entre 14 y 18 años, de los Centros de Educación Secundaria de Sevilla.

Los resultados obtenidos en torno al físico, mencionan al atractivo masculino en relación a un cuerpo fuerte, robusto y vigoroso y al atractivo femenino con un cuerpo delicado, frágil y ligero. Respecto al comportamiento social, se responde a una idea de hombre activo y mujer sumisa y callada. Respecto a competencias y capacidades, más de la mitad del alumnado tiene la creencia que adjudica los comportamientos atrevidos, osados e intrépidos a los hombres, y en torno al 50% con la asignación de comportamientos discretos, prudentes y recatados a las mujeres, además el 48% del alumnado encuestado

considera que las mujeres están más capacitadas que los hombres para desempeñar tareas organizativas y cooperativas (Colás y Villaciervos, 2007).

En relación con el estudio anterior se percibe que los estereotipos de género observados en los adolescentes son establecidos por normas sociales heredadas de las ideas de sus educadores. Al respecto Espinar (2007) refiere que los medios de comunicación juegan un papel fundamental en los procesos de socialización, lo que incluye la transmisión de estereotipos de hombres y mujeres. Los medios son más influyentes si se encuentran en un contexto dramático o emotivo que inhiba el juicio crítico y generalmente las representaciones de los medios se basan en la cultura tradicional y tardan en adaptarse a los nuevos cambios sociales. En este estudio se analizaron 100 variables generales para estudiar la calidad de la programación y la publicidad infantil con referencia al género. Las variables fueron productos publicitarios para ambos sexos.

Se encontró en la programación una escasa presencia de mujeres como protagonistas a diferencia de hombres, más de la mitad de los programas analizados contaron con una combinación de protagonistas de ambos sexos. Los antagonistas fueron básicamente de sexo masculino. Resultó interesante como de la programación con mujeres protagonistas representaban edades tempranas y se observaba mayor infantilización, además fue poco probable que se caracterizaran por la inteligencia o la posesión de amplios conocimientos sobre alguna materia concreta, a diferencia de los protagonistas masculinos que mostraron menor probabilidad a destacar por capacidades artísticas y menor expresión de sentimientos, mostrando mayor posibilidad de que se desarrolle una justificación realista a sus acciones (Espinar, 2007).

Además se encontró mayor publicidad dirigida a niñas quienes parecen un objetivo publicitario de juguetes, accesorios para juguetes, productos de moda, belleza o higiene, y para los niños videojuegos y juguetes electrónicos. El ritmo de la publicidad es lento cuando es para las niñas mientras que el ritmo y la variedad de movimientos se incrementó en el caso de los niños, se observó mayor violencia en la publicidad dirigida a niños y se mostró una expresión clara de sentimientos en publicidad dirigida a niñas (Espinar, 2007).

Así mismo Bergara, Riviere y Bacete (2008) observan que se educa a los infantes para potenciar de una forma distinta las características protagonistas que se relacionan a su sexo corrigiéndolos si se alejan del modelo que se asigna a su estereotipo de género. Es decir que en la infancia los estereotipos de género son influenciados por las personas a su alrededor, de tal forma que un mismo comportamiento se aprecia de distinta manera de acuerdo con el sexo de la persona que realice la acción.

En síntesis los esquemas de género son adaptativos, se actualizan constantemente conforme a los cambios del ambiente, sin embargo estos esquemas están tan arraigados que es difícil cambiarlos, por ejemplo si alguna actividad solía considerarse masculina y ahora hay más mujeres realizando dicha actividad, se tiende a considerar que ellas están ejerciendo un papel masculino en vez de pensarlo como un cambio en los esquemas de género, esto se debe a que el sistema de creencias popular es resistente al cambio.

Al respecto Barberá (2004) asegura que intercalados entre las creencias y los estereotipos de género están los roles, a los que define como conjuntos de expectativas de comportamiento exigidas a quienes ocupan una posición determinada y que juntos configuran su estatus. De igual manera Izquierdo (1998) y Alterman (2008) definen a la identidad de género como el modo en que cada persona haya elegido ejercer su rol durante su vida de manera individual y social en referencia con su contexto biográfico, se trata de una identidad individual, acerca de la historia que como mujer u hombre se tiene.

Es decir que los esfuerzos por la equidad de género se concentran entre otras cosas en una equidad en el mundo académico, laboral y de la vida familiar, por lo que es de gran importancia observar que mujeres y hombres son diferentes en diversos aspectos como se observó anteriormente los cuales, van estableciendo la diferencia de género por motivos socioculturales es decir desde la infancia se relaciona a las mujeres y al hombre con ciertos colores y juguetes que determinan sus acciones, por lo que en la adolescencia las mujeres atienden el hogar y el hombre trabaja. De esa forma se va estigmatizando el hacer diferencias en cuanto al género desde la educación en el hogar, dado que quien forma en valores y sentimientos en primera instancia es la familia, por lo que es de suma

importancia tratar de promover de forma diferente la educación de los hijos buscando una equidad de género, enseñando que tanto mujer y hombre pueden ayudar en las tareas del hogar, salir a trabajar, estudiar o realizar cualquier otra actividad.

1.2 La nueva feminidad y masculinidad

Los roles e ideas respecto a los que viven tanto hombres como mujeres parecen inalterados y vigentes por lo que se pretende analizar de manera general, la forma en que cada uno de los géneros se desempeña en un ámbito en el que es necesario que haya mayor equidad entre ambos respecto a tendencias sexuales y estereotipos, tomando en cuenta que puede haber un rasgo básico de la feminidad y de la masculinidad por lo que intervienen no sólo factores genéticos, sino estrategias de poder, como los psicológicos, sociales y culturales, es decir, elementos que no tienen nada que ver con la genética pero que son igualmente determinantes tales como la autonomía y el empoderamiento de las mujeres que les permitan vivir libre de violencia.

Para Bergara, Riviere, Bacete (2008) el papel que tradicionalmente han desempeñado hombres y mujeres en nuestra sociedad viene experimentando una transformación. El cambio es especialmente visible y significativo en el caso de las mujeres. Su mayor participación en el mercado laboral, su acceso a todos los niveles educativos, su presencia en la formación, en la cultura, y en menor medida, en los ámbitos de poder y toma de decisiones, están generando unos cambios sociales favorables para el avance de nuestra sociedad hacia la igualdad entre los géneros, lo que deriva en una nueva feminidad y masculinidad, que no hubieran sido posibles sin la aportación fundamental de los movimientos feministas ni el esfuerzo de todas aquellas mujeres que desde el anonimato han trabajado a favor de los derechos del conjunto de las mujeres.

A su vez García (2007) afirma que los hombres continúan siendo los principales proveedores económicos de los hogares mexicanos, sin embargo ya no es de manera exclusiva, ya que las mujeres han colaborado en la manutención del hogar. Además de las vicisitudes que enfrentan en el mercado de trabajo, el hombre ha comenzado a explorar de manera más pormenorizada su participación

doméstica, y principalmente su involucramiento en el cuidado de los hijos. Uno de los cambios que se han observado en las últimas décadas en la división del trabajo familiar es el aumento en la participación laboral de las esposas o cónyuges. Uno de los aportes más significativos al conocimiento acumulado ha sido considerar las modificaciones de manera conjunta con estimaciones más precisas sobre el desempeño del trabajo doméstico por parte de ambos géneros.

Al respecto Montesinos y Carrillo (2010) comentan en su estudio que mientras las mujeres obtengan su desarrollo personal, físico, emocional y económico, el hombre se adaptará a los cambios que hay en su entorno, pues su papel de proveedor y jefe de familia será modificado derivado del desarrollo femenino. Ante estos cambios el hombre es consciente de la función que desempeña su pareja y puede mantener una actitud de respeto hacia ella.

Asimismo Montesinos (2002) indica que los cambios en las estructuras sociales se deben a la demanda de fuerza de trabajo, lo que ocasionó que las mujeres se incorporaran por primera vez en un ámbito público, al principio estos cambios fueron leves mediante la división sexual del trabajo limitando las actividades que las mujeres podía desempeñar, pero conforme avanzó la modernización esa división ha tendido a desaparecer, aunque el trabajo femenino aún es desvalorizado en relación al del hombre.

Actualmente los estereotipos de masculinidad y feminidad son altamente cuestionables ya que las mujeres han cambiado su visión de cómo debe actuar, por lo que se habla de un ascenso de las mujeres que ahora son tomadas en cuenta en el ámbito de la educación, el trabajo, la política y la toma de decisiones. Ante estos cambios también el hombre ha tenido que modificar su forma de percibirse a sí mismo y su actuar.

En relación con lo anterior García (2007) señala que existen diferencias importantes en actitudes y prácticas de la paternidad entre hombres jóvenes (20 a 44 años) y de más edad (45 a 65 años), los mayores estarían más cerca de una paternidad tradicional, centrada en la autoridad y en el papel de proveedores económicos; los de menos edad, sobre todo los de sectores medios, se mostrarían más abiertos para expresar su afecto y cercanía con sus hijos e hijas, participarían

más abiertamente en su crianza y cuidado y además serían más participes del diálogo y del convencimiento en lo que respecta al ámbito disciplinario.

Al respecto Elósegui (2002) menciona que en la Unión Europea se ha emprendido un itinerario para implantar la igualdad de oportunidades entre los sexos como un principio de la democracia y de los derechos fundamentales de la persona, se dispuso una serie de directivas centradas en el acceso igualitario de las mujeres al mercado laboral, así como en la abolición de las discriminaciones en el empleo, salario y seguridad social. Se promovió el cambio de los roles y estereotipos establecidos en función del sexo, dada la necesidad de cambiar los comportamientos, las actitudes, las normas y los valores que definen a la nueva feminidad y masculinidad en la sociedad, las cuales abarcarán la integración de la dimensión de género en la educación, la formación, la cultura, la ciencia, los medios de comunicación y la política del deporte.

Por su parte Di Marco (2011), manifiesta que existe una desigualdad de derechos entre los sexos, principalmente en los referentes a la sexualidad, considera que esta concepción se desarrolla sobre las necesidades y deseos de las mujeres sin vincularlos necesaria y únicamente a la reproducción, esto es a ninguna visión esencialista de alguna finalidad de la sexualidad, la propia noción de derechos sexuales implicaría el reconocimiento del valor de la sexualidad para la realización personal, independientemente de si se asocia o no con el fin reproductivo.

En este contexto, Lerner (2009), menciona que con frecuencia se presta atención acerca de los derechos de las mujeres por los que aún se está luchando y que le ayudarían a ser considerada como una ciudadana con todos sus derechos y sus deberes, ya que si se le propone en pie de igualdad en relación al hombre se debe pensar tanto en deberes como en derechos de género, no pensarla desde roles estereotipados, sino desde su humanidad incorporada en su género porque, más allá del intento de buscar en qué nos parecemos hombres y mujeres, se debe pensar que la armonía va a surgir cuando se esté dispuesto a aceptar en que nos diferenciamos para buscar la complementariedad más que la semejanza dejándolos surgir de la propia naturaleza humana.

Al respecto Montesinos (2010), sugiere que en este proceso hacia la modernidad han surgido nuevas formas de convivencia que plantean un cambio cultural tomando importancia a las relaciones de poder entre los géneros, pues mientras las mujeres consiguen su desarrollo personal, físico, emocional y económico, el hombre debe adaptarse a los cambios que surgen dentro de su entorno, ya que su papel como proveedor y jefe de familia se verá modificado con lo cual se verá obligado a vivir una transformación de su rol genérico.

En este sentido García (2007), refiere que estudios realizados en México han explorado la influencia del trabajo extradoméstico de las cónyuges sobre varios aspectos de la convivencia familiar que podrían ser considerados como indicadores de las relaciones de género en los hogares, tales como la participación del esposo en las tareas domésticas y el cuidado de los hijos, así como la presencia de las mujeres en las decisiones importantes, su libertad de movimiento y la existencia o ausencia de violencia doméstica. Por lo que se ha comprobado que la participación laboral de las cónyuges influye positivamente para lograr mayor autonomía o libertad de movimientos, independientemente de sus características sociodemográficas.

Es de observar que son las diferencias entre lo femenino y lo masculino lo que denota una relación equitativa entre los sexos, que deriva en un respeto hacia la otra persona, quien puede conservar sus gustos, e individualidades, que según Sharim (2005) originan un mayor acceso de las mujeres al mercado laboral, las condiciones más equitativas en el nivel educacional y una participación masculina más activa en la crianza de los hijos que constituyen expresiones contundentes de la nueva feminidad y masculinidad. Realizó un estudio con el objetivo de aproximarse a la condición de género, preguntándose sobre la manera en que los sujetos se estaban enfrentando y haciendo propios los referentes socioculturales disponibles.

Como resultado obtuvo que los hombres perciben esta faceta de la feminidad como un empoderamiento de las mujeres, valorado en términos de admiración, pues lo identifican como un cambio que requiere de esfuerzo y que no está exento de dificultades. En el mismo sentido, la mayor independencia de las mujeres es vista como aliviadora del peso de la responsabilidad asociada

tradicionalmente a los hombres en términos de hacerse cargo económicamente de la familia. Sin embargo esta faceta les preocupa, ya que perciben implícita una cierta amenaza que les involucra (Sharim, 2005).

En cambio Montesinos y Col. (2010) señalan que en México aún seguimos en el proceso de transición, ya que las concepciones sobre los géneros se reflejan en el desarrollo hacia la modernidad, debido a los cambios que están presentes tanto en mujeres y hombres con una ruptura de estereotipos tradicionales. A partir de esto se espera que a mayor autonomía y mayor grado de individualidad femenina las mujeres protesten y eviten los actos de violencia hacia ellas.

Por su parte Alterman (2008) menciona que los roles de género se han adaptado al cambio del rol femenino, lo que ha traído la consecuencia de la transformación en el rol masculino quien ante la necesidad de adaptarse a ese nuevo rol responde con autoritarismo o violencia que le están estereotipadas. Sin embargo las diferencias físicas, psicológicas y sociales que existen entre los sexos deberían ayudarnos a funcionar de manera equitativa, armónica y complementaria para evitar un retroceso cultural mejorando la relación entre los sexos, ya que a lo largo de la historia parecía que estaban en guerra. Según la autora en la medida en que ambos se traten con respeto van a poder cumplir adecuadamente sus roles.

A su vez Gray (2000) sugiere que en cuanto se tenga una comprensión amplia de las diferencias entre mujer y hombre se derivará en un entendimiento que ayudará a resolver la frustración experimentada cuando se trata con el sexo opuesto e intenta comprenderlo, entonces los malentendidos pueden disiparse o ser evitados, partiendo de técnicas prácticas para resolver los problemas que surgen a partir de sus diferencias y que requieren de un nuevo enfoque para las relaciones entre ambos sexos evitando fricciones y conflictos innecesarios que deriven en violencia.

Aunado a lo anterior Bergara, Riviere y Bacete (2008) mencionan que es de suma importancia avanzar en la consecución de una sociedad igualitaria en la que todas las personas sean libres y autónomas, tanto en el ámbito público como en el privado, de modo que puedan desarrollar todas sus capacidades personales tomando decisiones sin las limitaciones impuestas por los roles y estereotipos

tradicionales en función del sexo, en el que se tengan en cuenta, valoren y potencien por igual las distintas conductas, aspiraciones y necesidades de ambos sexos.

Existe una mayor inclusión de ambos géneros en las conductas estereotipadas para el otro género, sin embargo el objetivo en las relaciones de género según Barberá (2004) no es unificar conductas, ni actitudes, ni siquiera deseos, ya que es la diversidad lo que permite las relaciones equitativas entre los sexos. A si mismo Montesinos (2002) y Montesinos y Carrillo (2010) mencionan que lo ideal es que tanto hombres y mujeres colaboren para buscar un cambio que beneficie a todos, basado en la igualdad de circunstancias en la pareja para crear relaciones equitativas por lo que sugieren que ambos participen del trabajo doméstico.

Con base a la literatura se observó que las características de mujeres y hombres son complementarias, es decir, las diferencias de ambos no los limitan en igualdades sociales, laborales, educativas y económicas a las que como ser humano tienen derecho, por lo tanto las nuevas feminidades y masculinidades derivan en el poder de adquisición de trabajos con un salario importante, el terminar una carrera a nivel técnico o licenciatura, a la participación en las tareas del hogar, la educación de los hijos, así como compartir los tiempos libres en familia, ya que no por el hecho de conformar una pareja, dejan de ser seres individuales con necesidades físicas y sociales, lo cual conllevaría a una armonía en su relación resultando en una mejor comunicación, sexualidad y comprensión, ya que de acuerdo con Sharim (2005) la identidad de género está “hoy en día” al centro del trabajo subjetivo, como una gran posibilidad de crear los propios significados y sentidos de la existencia, pero también como una gran obligación de inventarse a sí mismo.

En conclusión se situaron las condiciones en las que se desenvuelven tanto hombres como mujeres en la sociedad, que nos permiten afirmar que la nueva masculinidad, en general los hombres jóvenes, buscan integrarse a las actividades relacionadas con la paternidad y del trabajo doméstico de forma responsable como un deber del núcleo familiar, partiendo de las necesidades económicas, educativas y afectivas de los hijos, logrando una mejor relación en el

hogar. Esto surgió a partir del cambio en el estereotipo femenino, es decir que las mujeres entraron en el mercado laboral y obtenía una remuneración económica por su trabajo, de lo que resulta en su autonomía personal y laboral, buscando una equidad de género. Algunas de las características de esta nueva feminidad como el liderazgo de las mujeres en el hogar, en el trabajo y en la política serán profundizadas en el siguiente capítulo.

2. AUTONOMÍA PERSONAL Y LABORAL DE LAS MUJERES

Las mujeres han cambiado su forma de relacionarse en su medio por lo que es de suma importancia revisar las características femeninas con el propósito de entrever las capacidades y habilidades que posee en su entorno de modo que pueda obtener el bienestar en sus relaciones de pareja y familiares que le permitan organizar su tiempo para ser líder de su hogar y en el ámbito profesional mediante la equidad de género y a la vez puedan ser jefas de familia, e incluso incursionar en el ámbito de la política, así como mejorar su nivel económico y académico que deriven en su autoestima, empoderamiento y liderazgo como factores de protección para la prevención de violencia hacia las mujeres.

2.1 Relaciones de pareja y familiares.

Con la convivencia cotidiana se desarrollan las relaciones interpersonales de ahí la importancia en el ámbito social y familiar, que a continuación se analizará la equidad dentro de las relaciones y desarrollo de la pareja y la familia así como los elementos con los que se llevan a cabo las prácticas que promueven la armonía y la satisfacción, con lo que las parejas y familias puedan llegar a una estabilidad en su relación, lo cual beneficia a las mujeres motivándolas a tomar decisiones que las ayudan a fortalecer su empoderamiento, liderazgo y autoestima.

En la cultura se establecen conductas para una persona en función de su sexo biológico. Según Chaves (2012), estos mandatos definen el género y el sentimiento de ser hombre o mujer. Las identidades de género se deben estudiar como un continuo de formas simbólicas y prácticas sociales a través de las cuales las personas construyen su percepción del ambiente, de actuar en el mismo, y de resituarse con relación a sí mismos y con una pareja.

Respecto a los cambios en los estereotipos de género ya mencionados Montesinos (2002) comenta que ayudan a los hombres a mantener una relación equilibrada con las mujeres, ya que de eso depende la construcción de una nueva cultura, libre de las estructuras sociales de poder que establecen condiciones

autoritarias entre los géneros y derivan en violencia. Cabe mencionar que los hombres han cambiado este tipo de estructuras con relación a las mujeres las cuales han logrado una nueva feminidad a base de un empleo remunerado fuera del hogar, una autoestima adecuada, independencia económica, toma de decisiones en el hogar, por mencionar algunos factores que repercuten en su relación de pareja.

Según Maureira (2011) la relación en el noviazgo es una experiencia gratificante en la que se ve envuelto el ser humano. Se fundan en cuatro pilares que son el compromiso, la intimidad, el romance y el amor, determinados por la cultura, el entorno y el tiempo histórico donde se desenvuelven. Para Gonzáles (2006) la conformación de la pareja surge en el noviazgo con el cortejo o seducción, salir, divertirse, compartir experiencias, el acercamiento a la familia del otro tomando la decisión de vivir en pareja, es decir, querer sostener una relación amorosa uniendo sus ideas y sentimientos, además de proporcionar compañía, respaldo, sexualidad, proyectos compartidos entre otras o bien puede derivar en el rompimiento de la relación.

A su vez Beltrán (2010) define al noviazgo como la relación y el acuerdo de dos personas de forma íntima, para compartir aspectos importantes de sus vidas entre los que destacan los emocionales o afectivos, sociales, legales, reproductivos, sexuales y económicos. La relación se basa en la búsqueda del bienestar de ambos, teniendo como principios el respeto, la equidad en la responsabilidad y en los derechos, la consideración y la comunicación asertiva, lo que permitirá el equilibrio indispensable para una relación sana, enriquecedora y feliz que se puede llegar a formalizar en matrimonio.

La falta de estos principios puede conducir a conflictos, tales como violencia (física, psicológica, económica y verbal), infidelidad, entre otros, que puede provocar malestar y frustración en uno o en ambos miembros y generar el rompimiento derivado de una situación de abuso en el noviazgo, pues de acuerdo con Vargas (2011) una disminución de las actitudes que justifican la violencia puede prevenir el abuso. Las actitudes tradicionales asociadas a los roles de género y a la relación de pareja fomenta y perpetúan el abuso y están altamente relacionadas con la coerción sexual, por ello es relevante reconocer las

consecuencias negativas que se reportan de la violencia en el noviazgo, así como las actitudes tradicionales o estereotipadas hacia los roles de género que se relacionan con la violencia y el dominio sexual para la resolución de conflictos.

Cuando existe un conflicto emocional complica el problema, ya que Zaccagnini (2004) menciona que cada parte emocionalmente afectada por prejuicios se encasillará en sus razones y criterios, en orgullo herido y enfrentamientos personales que lo originan en las relaciones interpersonales y de pareja la incidencia tiene por consecuencia una separación debido a pérdida de amor y pasión, que inician con algo sin importancia que se puede resolver mediante acuerdos y comunicación.

En resumen el noviazgo es la etapa en la que mujeres y hombres aprenden a conocerse a sí mismos y mutuamente, para convivir en el aspecto sentimental y enfrentar diversas situaciones en donde se hacen conscientes de que en algún momento podrían formar una familia. Mientras que la pareja surge con la decisión de asumir un compromiso con la finalidad de que la relación perdure procurando el bienestar económico, psicológico y físico de ambos. Lo adecuado sería que tanto hombres y mujeres colaboren para buscar equidad que beneficie a la pareja.

Es decir, la equidad juega un papel significativo en las relaciones de pareja, puesto que demuestran estar más satisfechas y felices en su entorno. Al respecto Rodríguez y Padilla (2009) realizaron un estudio en el que exploraron cómo se ponen en práctica algunas ideas sobre la equidad y cuál es el significado de ésta para algunas parejas heterosexuales puertorriqueñas. Entrevistaron a 10 parejas de forma individual, encontrando que la convivencia en un contexto de equidad es de carácter dinámico. Las parejas informantes indicaron que hicieron un rompimiento con ideas tradicionales de los roles del género para incorporar nuevas ideas y prácticas respetándose como iguales y rechazando ideología tradicional sobre el hombre dominador, asumieron que la unión de dos personas no es para convertirse en una, sino para seguir siendo dos respetando las diferencias entre ambos que emergen de ideas y estilos de vida equitativos como resultado de una nueva visión de roles entre hombres y mujeres.

Coincidieron en los temas del amor, respeto, afinidad, apoyo y reciprocidad, lo que sugiere que la afectividad tiene un papel importante en el significado de la convivencia en equidad. Para las mujeres esta incluye la identidad propia, autoestima, sexualidad, comodidad y el reconocimiento a las contribuciones y aportaciones en la relación de pareja. La equidad para estas parejas tuvo un significado multidimensional que incluye afectividad, reconocimiento al vínculo de pareja para moverse en una misma dirección, conservación de la identidad, valoración propia, satisfacción de necesidades emocionales y físicas, reconocimiento de las aportaciones de cada cual, distribución de poder, justicia en su debida proporción y asumir la responsabilidad propia. Encontraron que la convivencia basada en prácticas de equidad promovieron la armonía, la satisfacción y el sentido de justicia en las parejas estudiadas (Rodríguez y Padilla, 2009).

Al respecto Gray (2000) menciona que para mejorar las relaciones de pareja, es necesario crear una comprensión de las diferencias que aumenten la autoestima y dignidad personal de ambos y que inspire al mismo tiempo la confianza mutua, la responsabilidad personal, la individualidad, una mayor cooperación y más amor. En estas relaciones se vuelve indispensable entender las diferencias entre hombres y mujeres previniendo así la violencia.

Por todo lo anterior puede decirse que la pareja debe amarse y respetarse, es decir, ningún miembro merece ser humillado y sobre todo evitar el maltrato de su pareja y de sus hijos que a veces imitan el modelo de sus padres violentos, por lo que sería necesario recuperar su dignidad para desembocar en la armonía dentro de las relaciones de pareja y familiares.

Por su parte Montesinos (2002) menciona que las actividades laborales de las mujeres las han colocado en una posición diferente en relación con su pareja, colaborando y decidiendo sobre el ingreso familiar, con lo que modificó su situación y sentó las bases para lograr la independencia del hombre. A consecuencia las mujeres “modernas” y urbanas se descubren como propietarias de su cuerpo y se ganan el derecho de decidir con quién, cuándo y cómo tener relaciones sexuales, así como decidir en qué momento embarazarse, pasando de ser objeto a sujeto sexual, dando como resultado el respeto a la

individualidad tanto de las mujeres como del hombre lo cual deriva en una armonía en la pareja.

De acuerdo con Alterman (2008) las bases para ejercer las mínimas posibilidades de una coexistencia exitosa dentro de un hogar, o cualquier otro tipo de sociedad organizada son la existencia de valores, el ejercicio de la libertad, el respeto por la existencia del otro, el ejercicio de las pautas morales y el aprendizaje.

Asimismo es importante mantener dentro de la pareja el diálogo, la comunicación y comprensión entre ambos lo cual desemboca en una negociación para emprender tareas compartidas en diferentes aspectos ya que son responsabilidades de los dos. Al respecto Garrido, Reyes, Ortega y Torres (2007) mencionan que la distribución de las actividades diarias es un aspecto que influye en la ruptura o en la consolidación de la pareja, por lo que parece ser importante la forma en que se negocien e involucren aspectos de poder, expectativas, economía y demás. Es por eso que realizaron una investigación con el objetivo de identificar los procesos de negociación de parejas en relación con la distribución de las actividades diarias y la manera en que se llevan a cabo. Para ello se entrevistó a treinta parejas, residentes de la zona metropolitana de la Ciudad de México con edad promedio de 26 años.

Los resultados muestran que antes de casarse, las actividades que suponían que debían realizar, tanto el 80% de las mujeres como el 48% de los hombres incluyeron actividades domésticas tales como lavar, barrer, hacer la limpieza, cuidar y arreglar el hogar y otras. Las mujeres mencionaron además apoyo económico y atención a la pareja. Una de las partes de la entrevista consistió en señalar quién realizaba determinadas actividades dentro del hogar, resultando que en la mayoría de ellas siguen siendo las mujeres quienes las llevan a cabo, sin embargo la participación de los hombres se mostró elevada, lo que habla de su integración a las mismas. Actualmente se propicia la participación del hombre en las labores domésticas, aun cuando tal implicación no es del todo voluntaria sino un resultado de la insistencia de las mujeres.

En relación con lo anterior Garrido y Cols. (2008) realizaron otro estudio con el objetivo de identificar y definir expectativas y proceso de negociación en la

distribución de las actividades domésticas en el que participaron 50 parejas entre 18 a 47 años, de ambos sexos, residentes del área metropolitana de la Ciudad de México. Se realizó de manera individual y después en pareja, la sesión tuvo duración de 45 minutos. Como instrumento se utilizó un cuestionario abordando datos generales, expectativas, actividades cotidianas y formas de resolución de conflictos. Se consideraron diferentes del rol tradicional, es decir, las expectativas de las mujeres no solo son las labores del hogar y la crianza, sino también trabajar, estudiar o tener un negocio, las de los hombres dedicarse a trabajar, proveer el hogar y además estudiar, ayudar en las labores domésticas y otras actividades considerando la superación económica así como tener una buena comunicación, una relación estable y convivir sanamente en compañía del otro.

A su vez Rage (1997) menciona que las parejas sin hijos también deben considerarse como familia. En caso de que la pareja decida tener hijos implica un cambio importante en su relación, del cual la madre es generalmente la primera en manifestar síntomas de readaptación, después del nacimiento de un hijo, sin embargo para el padre y para el hijo también es una situación difícil, ya que la paternidad es vista como algo permanente. Es importante mencionar que las funciones de maternidad y paternidad, si son compartidas, pueden ser el camino a la equidad entre hombre y mujer, lo que desemboca en relaciones de pareja y familiares exitosas.

Del mismo modo los estigmas o patrones tradicionales sugieren que una familia está conformada por padres e hijos, por lo cual es preciso mencionar que una familia no necesariamente depende de este esquema, de acuerdo con López y Escudero (2003) la familia es la unión de personas que comparten un proyecto de vida en conjunto y duradero, en el que se generan sentimientos de pertenencia a dicho grupo, existe un compromiso personal entre sus miembros y se establecen intensas relaciones de intimidad, reciprocidad y dependencia. Son únicas en la forma en que estructura a los géneros y a las generaciones. No todas las familias incluyen una pareja, ni es siempre heterosexual, sin embargo culturalmente se espera que la pareja sea sexual y reproductivamente activa.

Por su parte Linares (2006) considera que desde el último tercio del siglo XX surgió la familia posmoderna, cuya principal característica es la relativización

de los vínculos conyugales, es decir la posibilidad de la separación o divorcio. Sin embargo la familia regularmente es conformada por dos personas que funcionan como padres que acogen y cuidan a los hijos. De igual manera Linares (2006) y Maureira (2011) coinciden que al decidir vivir en pareja, ambos miembros, procedentes de contextos diferentes, se comprometen a aprender su nuevo papel de cónyuges, encarando cambios importantes en su estilo de vida y en el sistema de seguridad emocional de cada cual a fin de lograr un acoplamiento y un proyecto compartido en el que conozcan y respeten las costumbres ajenas, cumpliendo con sus funciones de proveedores y responsables de las labores domésticas.

Para Alvira, (2002) la familia es lugar por excelencia para el amor y el diálogo y por tanto es constitutivamente fuente de participación, de otro modo no hay familia y viceversa, es la base para armonizar con la funcionalidad de relaciones de pareja y familiares con cada una de sus distintas actividades en donde todos participan por igual, se considera que el espacio humano en la familia es totalmente imposible sin los demás, es decir que la necesidad del otro es trascendental, por lo que es un aspecto, en donde se puede ver la relevancia de la participación, en un sentido más propio toda persona ha de participar para ser realmente humano, dando como resultado auténticas familias reduciendo la deshumanización y violencia en la sociedad.

Al respecto Salazar (2007) menciona que la participación del hombre en la vida familiar comprueba que existe una mejor relación dentro de las parejas y familias, una mayor prevención de violencia, toma de decisión y motivación por parte de las mujeres, así mismo menciona que su nivel escolar le da responsabilidad en cuanto al compromiso laboral y libertad de movimiento. Lo anterior enmarca un ámbito de empoderamiento en las mujeres, lo cual se menciona como parte de la negociación y de los logros de las mujeres en sus relaciones.

Por su parte Lerner (2009) comenta que las mujeres deberían tener la oportunidad para decidir porque sería parte de su libertad a tener un espacio libre e independiente en el que pueda tomar decisiones de acuerdo a su criterio personal y responsabilidad propia. Ya que en algunos casos al ser dependiente

económicamente vive sin capacidad de elegir y decidir, dedicándose únicamente a la organización familiar, la armonía y el cuidado de los hijos, es decir, actividades domésticas que no remuneradas ni tiene una validez establecida, es por ello que las mujeres se creen comprometidas a realizar actividades a las que no están dispuesta. Se sugiere incrementar su liderazgo y asertividad que derivará en el incremento de su autoestima, ya que de lo contrario estas conductas se vuelven un ritual en las relaciones de pareja y familiares.

Con respecto a lo anterior Izquierdo (1998), señala que las actividades domésticas se deben considerar como productivas. Hay movimientos feministas que trabajan en conseguir que todos los trabajos no pagados en el hogar sean tomados en cuenta, de lo contrario se entiende subestimada la aportación económica de las mujeres en este aspecto. Comparar el trabajo de ama de casa con el de una trabajadora doméstica es algo inaceptable ya que es de considerar que el trabajo que realizan al cuidado de su familia es de calidad, variedad, responsabilidad y compromiso de acuerdo a las actividades que desempeñan.

Finalmente la familia cobra importancia debido a que es la estructura básica de la sociedad ya que la necesidad del otro es significativa, dado que ayuda a la humanización de las personas, es decir, que en la familia cada miembro y las funciones que realiza son importantes, por lo que podemos observar que mediante el respeto, el diálogo, la comunicación, equidad, comprensión e involucración de mujeres y hombres en las labores domésticas se logra una equidad en las relaciones de pareja y familiares. Sin descartar que existan familias en los que no se logra dicha equidad, debido a que se ejerce el patriarcado o el matriarcado, por lo que a continuación se mencionarán y analizarán las características de los hogares a cargo de las mujeres descubriendo su liderazgo en el hogar.

2.2 Los hogares a cargo de las mujeres

A continuación se planteará el trabajo de las mujeres en el hogar, como cuidadoras de sus hijos y las maneras en las que se organizan para llevar a cabo una actividad laboral que les permita la manutención de su familia. Las mujeres a cargo del hogar no solo están al cuidado de sus hijos y su pareja siguiendo con los

estereotipos tradicionales, ya que asumen el papel y las funciones de jefas de familia. Este tema es importante porque según cifras del INEGI (Instituto Nacional de Estadística y Geografía) en 2010 los hogares con jefatura femenina fueron 6,916,206 de un total de 28,159,373 hogares en México, es decir el 24.6% de hogares en México están a cargo de las mujeres.

Es por la necesidad de la manutención de su familia que las mujeres han ingresado al ámbito laboral lo que puede llevarlas a un proceso de empoderamiento, donde se observa que ha logrado permanecer en este ámbito aparte de cumplir con las labores familiares, se nota un progreso significativo de las mujeres debido al control que tienen en cuanto a su situación económica responsabilizándose del gasto familiar y de sus proyectos personales mediante la valoración a su trabajo (Salazar, 2007).

Por su parte Izquierdo (1998) refiere que el trabajo fuera del hogar es de suma importancia en el desarrollo de las mujeres porque le genera confianza en sí misma en función de sus objetivos considerando sus deseos, necesidades y tiempos, como efecto de las relaciones sociales que establece. Asimismo les atribuye una subjetividad autónoma, produciendo un efecto de liberación en las mujeres, respecto al tiempo se menciona la importancia de proporcionar guarderías en función de las necesidades de los hogares a cargo de las mujeres ya que supone un derecho en su interés al ser responsables de sus hijos.

Al respecto Zabala (2010) manifiesta que para las mujeres amas de casa y trabajadoras, el cumplir con las responsabilidades familiares supone altas exigencias y gran esfuerzo, pues a la carga que genera la división sexual del trabajo se adiciona el hecho de no contar con apoyo de la pareja ni de la familia o ser éste insuficiente, además de las fuertes exigencias y demandas hacia sí mismas. Sin embargo aún mantienen hábitos donde se condensan las reglas, normas y otros elementos prescriptivos sobre lo que debe ser y hacer una madre a cargo del hogar, como cualidades, responsabilidades, derechos, percepciones, valoraciones y exigencias sobre su cumplimiento, que aunque varían según las condiciones, experiencias y características de las mujeres, le otorgan coherencia a sus prácticas sociales y estilo de vida.

Desde la incursión de las mujeres en el ámbito laboral, ha surgido un cambio de roles y el trabajo podría considerarse una experiencia relativamente nueva para ellas, generalmente los hombres logran establecer límites entre el trabajo fuera del hogar y su actividad familiar, mientras que las mujeres muchas veces establecen prioridad sobre sus roles familiares sobre los de su vida laboral. Al respecto Amarís (2004) comenta que existe la tendencia de aplazar o retardar la decisión de contraer matrimonio y de cuándo tener el primer hijo. Además las mujeres no casadas o divorciadas que deciden criar a sus hijos solas, son las líderes de su hogar, afrontando dificultades producidas por los estereotipos de género impuestos por la sociedad. Actualmente los hombres cuyas esposas trabajan fuera asumen más tareas relacionadas con el cuidado de los niños, aunque las mujeres siguen haciendo la mayor parte mientras que el hombre “colabora”, sin verlo como su responsabilidad.

Asimismo Martínez (2002) deduce que la presencia y continuidad de las mujeres en el mercado laboral ha acelerado un cambio demográfico puesto que, por término medio las mujeres que trabajan fuera de su hogar tienen menos hijos que las que no lo hacen, es indudable que todo ello modifica las expectativas de futuro de la sociedad especialmente en los hogares a cargo de las mujeres, ya que en el caso de que continúen los comportamientos actuales, es previsible que aumente el número de receptoras de salario y pensiones. Se puede prever así que se va a acentuar la presencia de las mujeres en las actividades productivas fuera del hogar.

De acuerdo con Abramo (2004) las mujeres adquieren autonomía por su participación en el área laboral que se ha incrementado a un ritmo mayor al de los hombres. Le da importancia a las visiones en común hombres y mujeres sobre roles y funciones en el trabajo, familia y sociedad; a la base de decisiones concretas, la economía, capacitación y asignación de tareas y responsabilidades a mujeres y hombres; y a las ideas conformadas que afectan una serie de oportunidades de vida y trabajo de ambos sexos. En América Latina se observa una mayor participación de las mujeres en el aspecto laboral en mujeres adultas casadas con mayor intensidad que en las solteras. Considerándolo un factor para

disminuir la pobreza y teniendo un porcentaje significativo en la jefatura femenina en los hogares.

Por su parte Lázaro, Zapata, Martínez y Alberti (2005) comentan que los cambios en la estructura familiar se asocian con el incremento de la población femenina en la esfera laboral desembocando a su contribución económica, la delegación de tareas domésticas a otros miembros y el incremento de su jornada laboral, mismos que propician que las mujeres contribuyan económicamente al núcleo familiar, asumiendo la jefatura del hogar, redefiniendo su posición y condición social, aceptando o rechazando la maternidad, el matrimonio y buscando una mayor autonomía individual.

Es por eso que realizaron una investigación donde analizaron la jefatura femenina en el hogar y las transformaciones en los modelos de género tradicionales. Eligieron a 6 mujeres jefas de hogar, madres solteras, viudas, divorciadas o separadas de Guanajuato de entre 31 y 60 años. Se les aplicaron entrevistas a profundidad e historias de vida con duración de hora y media a dos horas que fueron grabadas y posteriormente transcritas. La información fue categorizada y sistematizada de acuerdo con indicadores previamente establecidos (Lázaro y Cols. 2005).

Observaron que para que se presente jefatura femenina, interactúan factores de tipo sociocultural, como el incremento de la escolaridad femenina y el desarrollo de una carrera laboral, la separación, el abandono, el divorcio, la viudez o maternidad. Otro de los elementos fue que mujeres y hombres se ven obligados a emigrar en busca de empleos. Por otra parte las mujeres de generaciones más recientes poco a poco abandonan los estereotipos tradicionales de género y muestran cambios relevantes porque están dispuestas a reivindicarse como mujeres autónomas. Los principales problemas que enfrentan las mujeres jefas de hogar son económicos, sociales y culturales. Los logros en el ámbito público son el empleo, los profesionales y la autonomía económica por lo que se convierten en un ejemplo para otras mujeres. Ser responsable absoluta del ingreso les proporciona a las mujeres satisfacción y nuevos desafíos (Lázaro y Cols. 2005).

Otro dato encontrado en estos pueblos estudiados, fue que las mujeres con pareja se sitúan en la cima dentro de una escala de valores, en tanto que las

mujeres que se encuentran fuera de una relación como el contrato matrimonial, o al menos con una pareja estable, llevan implícita una valoración negativa. Pese a ello, las nuevas socializaciones que viven las mujeres jefas de hogar producen cambios en la identidad femenina, en el trabajo productivo y reproductivo, en el acceso y control de los recursos, así como en la toma de decisiones (Lázaro y Cols. 2005).

También ha sido abordada la migración en los estudios de género desde la década de los ochenta por las feministas de Estados Unidos y más recientemente en América Latina y México en lo particular. Los efectos económicos provenientes de dichos migrantes, son destinadas a la subsistencia de los hogares a cargo de las mujeres. Por lo que Loza, Vizcarra, Lutz y Quintanar (2007), buscaron analizar los cambios en las relaciones sociales y de género que ocurren con la migración del jefe de hogar, particularmente los que enfrentan las mujeres al asumir roles y adoptar actividades que antes estaban a cargo de su pareja, dado el desafío que las mujeres enfrentan al adquirir autonomía en el control de los recursos económicos.

Realizaron un estudio cualitativo con base en la perspectiva de género. Se eligieron tres comunidades del sur del Estado de México que presentan un alto grado de intensidad migratoria: Las Vueltas, La Unión Riva Palacio y Potzontepec. El trabajo se desarrolló en dos fases: la primera consistió en identificar algunas características socioeconómicas mediante la aplicación de una encuesta en 45 hogares con migrantes masculinos, la cual fue respondida casi en su totalidad por mujeres que se hacían cargo del hogar. La segunda fase consistió en la realización de 12 entrevistas a profundidad (cuatro en cada una de las comunidades de estudio) con mujeres, madres de entre 22 y 65 años de edad, que estaban a cargo de su hogar y cuyos esposos se encontraban en Estados Unidos (Loza y Cols., 2007).

Los resultados mostraron que los cambios ocurridos en los hogares a partir de la migración se inician desde que el hombre toma la decisión de migrar, para ganar dinero y enviarlo a la familia mejorando su estilo de vida, en la que pueden o no intervenir las mujeres. Los cambios observados en los hogares a

cargo de las mujeres fueron en las relaciones de género y en la adquisición o no de la autonomía femenina (Loza y Cols., 2007).

Al respecto en los hogares a cargo de las mujeres ellas son las principales responsables de tener un trabajo remunerado y ser administradoras del mismo convirtiéndose en jefas de hogar, las causas mencionadas anteriormente que determinan dicha transformación social son el ser madres solteras, viudas, divorciadas o separadas, así como la migración del “jefe de hogar”, que son factores culturales que denotan la ausencia del hombre. Sin embargo no sólo por esta ausencia se debe considerar a las mujeres como jefas de hogar, es decir, debería haber equidad entre pareja como jefes de hogar.

Otro aspecto relevante es el considerar que las mujeres tengan apoyo en las condiciones laborales como es el aspecto económico, el servicio de guardería, incapacidad y otras prestaciones adecuadas que le puedan dar seguridad en este sentido. Para lo cual es necesario que las mujeres busquen un desarrollo personal mediante un liderazgo tanto en el ambiente laboral como en el familiar, mismo que se planteará a continuación.

2.3 Las mujeres líderes

En este subtema se abordarán los avances que las mujeres han logrado a través de la voluntad para ejercer cualquier tipo de liderazgo en el trabajo, fuera del hogar y dentro del mismo. Por otra parte se hará referencia en cuestión del rechazo sociocultural y culpas atribuidas a las mujeres por el hecho de dejar a sus hijos para salir a trabajar y otras barreras que vivían, por lo cual se plantearán estrategias y formas de educación para destacar y propiciar la transformación en el rol de las mujeres líderes. Además se expondrán las habilidades de las mujeres dentro de la política y la importancia del empoderamiento de las mujeres. Asimismo se observarán las ventajas que adquiere las mujeres con dicho empoderamiento en su calidad de vida, tales como liderazgo y autoestima entre otras. De acuerdo a lo anterior se profundizará en el tema dejando entrever las diferentes opiniones y estilos de liderazgo de las mujeres en el hogar, trabajo y puestos políticos, ya que es necesario que exista una igualdad de oportunidades entre hombres y mujeres.

En toda convivencia la figura de un líder es necesaria, García, Armas y Galascio (2011) mencionan que el líder debe contar con ciertas características o habilidades, tales como disponer de cierto nivel de formación y capacitación, flexibilidad para adaptarse a las exigencias, altruismo y conducta prosocial. Es decir el líder es la persona que se encarga de incorporar pensamientos, actitudes y conductas motivacionales sobre conceptos sociales variantes.

El compromiso de los líderes es ser flexibles para adaptarse al constante cambio, buscar el desarrollo continuo de su entorno y fomentar la creatividad e innovación en las personas que están a su cargo. Existen diferentes tipos de liderazgo, como el resonante que Arteaga y Ramón (2009) analizaron y tiene como fundamento la inteligencia emocional que implica reconocer y controlar adecuadamente los sentimientos de sí mismo y estructurar relaciones interpersonales efectivas del líder hacia los demás, considerando las características propias de género, femenino y masculino. Mencionan al liderazgo resonante como la capacidad del individuo de distinguir fortalezas y debilidades en sus aptitudes emocionales, para así establecer una empatía con los demás y lograr un equipo de trabajo creativo y eficaz.

La aptitud emocional del líder es de gran importancia en los aspectos personales e indispensable en su interacción con su entorno de acuerdo al trabajo y las distintas necesidades para el logro de metas comunes. Las capacidades necesarias en el liderazgo resonante, las presenta el género femenino, pero no se deja de considerar al género masculino dejando entrever que le es necesario tener una visión externa de sí mismo, con los cuales pueda descubrir la opinión de los demás, que buscan en él un carisma basado en las emociones (Arteaga y Col., 2009).

Por su parte Barberá (2004) comenta que los nuevos entornos organizacionales requieren cada vez más del estilo de liderazgo transformacional, que resulta ser el estilo directivo femenino. Se puede decir que el liderazgo masculino se basa en los resultados y el hacer, mientras que el femenino se centra en el proceso y el ser. Además el estilo directivo femenino se caracteriza por darle mayor importancia a la relación entre las personas que las personas en sí mismas, al mismo tiempo tiene en cuenta sus necesidades personales y

profesionales, los motiva a superarse y fomenta la confianza para lograr un trabajo en equipo. Está formado por cuatro dimensiones el carisma, la inspiración, la estimulación intelectual y la consideración individualizada.

Existen diferentes estilos de dirección entre hombres y mujeres, según el Curso Básico de Empoderamiento y Liderazgo (2014) el estilo femenino se caracteriza por la consecución de los objetivos a través de la cooperación de su entorno, es un estilo centrado en la persona, abierto y flexible, que fomenta la comunicación y la relación interpersonal, y que se basa en la dirección participativa. Según la investigación de Clancy (2007) las mujeres son en general más orientadas al consenso, más empáticas y más inclinadas a establecer compromiso o afiliación que los hombres.

Por lo anterior se entiende como liderazgo femenino a la capacidad y estrategias que las mujeres desempeñan en diversos ámbitos, generalmente con la característica de enfocarse en las personas y trabajo en equipo, lo cual es indispensable en los ambientes laborales. Sin embargo se cree que en las organizaciones existe un límite invisible sin criterios establecidos para las mujeres que impiden su acceso a los máximos niveles jerárquicos, es lo que el Curso Básico de Empoderamiento y Liderazgo (2014) y Montesinos (2002) llaman techo de cristal en alusión metafórica a un conjunto de mecanismos discriminatorios, invisibles aparentemente, que marcan una barrera difícil de superar para las mujeres respecto de su participación en la multiplicidad de esferas que presenta la vida pública.

Son condiciones impuestas tanto por la sociedad así como por las propias mujeres y están relacionadas a los estereotipos y prejuicios sociales sobre la capacidad de las mujeres para desempeñar puestos de responsabilidad que les generan sentimiento de culpa, así como sobre su disponibilidad laboral ligada a la maternidad y a las responsabilidades familiares y domésticas, actividades que suelen coincidir con las fases de itinerario profesional ligadas a su promoción, estancando su carrera, su acceso y su consolidación en posiciones de poder, de modo que una vez llegado a este punto es difícil rebasar dicha barrera, sin embargo hay mujeres que lo logran, mediante el fortalecimiento de su autoestima,

empoderamiento y liderazgo (Curso Básico de Empoderamiento y Liderazgo, 2014; Montesinos, 2002).

Según Montesinos (2002) los hombres no tienen remordimientos por trabajar, mientras que en las mujeres se producen sentimientos de culpa sobre todo si sus hijos son pequeños. Estos sentimientos responden a la eficacia que siguen teniendo las estructuras simbólicas sobre el ideal maternal pues todavía cumple su función de violencia simbólica, al considerar egoístas a las mujeres que prefieren su éxito profesional y que sin embargo también contribuyen al beneficio económico de su familia.

Por su parte Martínez (2002) hacen referencia a las posibilidades desiguales para hombres y mujeres de ocupar determinados puestos de trabajo, es decir, en remuneraciones que recibe cada uno cuando ocupan puestos idénticos y en los derechos a percibir o a transmitir pensiones o subsidios, de acuerdo con la trayectoria de su vida laboral. Lo que significa que en los mercados laborales se encuentra todavía presente la discriminación a la que se enfrentan las mujeres en el ámbito de la economía.

Si bien es cierto que existen obstáculos sociales y personales que impiden que las mujeres accedan a puestos de liderazgo, también tiene la capacidad de emplear estrategias para lograr un desarrollo tanto a nivel personal, familiar y laboral, por lo que Clancy (2007) afirma que la cantidad y el grado de estereotipos negativos de los que los hombres hacen gala en contra de las mujeres en el mundo corporativo, están disminuyendo ya que algunos de los empleos gerenciales y profesionales en los Estados Unidos y en algunos países de Latinoamérica los ocupan las mujeres líderes. Desde los años 70 las mujeres han ido desarrollando cada vez más la fuerza de trabajo y políticas públicas que buscan el desarrollo de las mismas. Aquellas que han tenido éxito sostienen que la discriminación no existió, o si ocurrió, ellas no permitieron que ese hecho las retrasara.

Además López (2010) manifiesta que el sistema educativo emplea un papel de primera magnitud a la hora de corregir las desigualdades por razones de sexo y otros elementos. Es decir debe funcionar como agente de igualdad de oportunidades ya que un avance considerable lo constituye la escuela coeducativa

en la que queda superada la diferenciación de modelos tradicionales, es decir se corrigen y se eliminan todo tipo de desigualdades o de mecanismos discriminatorios por razón de sexo, de ahí parte el compromiso con los derechos humanos y la equidad de género. La educación debe ser el eje de acciones para combatir la violencia cultural contra las mujeres y violencia de género ya que es una herramienta con la que se cuenta para llevar a cabo un cambio cultural.

Asimismo Rodríguez (2003) menciona que dichos avances se forman a partir de un conjunto de factores en los que intervienen la educación, la cultura a la que se pertenece, las expectativas sociales, el perfil psicológico de la persona y las propias experiencias y expectativas sociales. Bajo este supuesto, la propia satisfacción e insatisfacción construye los cimientos de la propia personalidad. De hecho es durante la infancia cuando se empieza a dibujar una imagen de sí mismo, fundamentalmente a partir de la socialización.

Por consiguiente Clancy (2007) parte de que el enfoque de género redefine el desarrollo como una actividad asociada a la igualdad de oportunidades de todos los seres humanos, para acceder a los recursos y desarrollar sus potencialidades, tomar decisiones y ejercer sus derechos.

Es decir, las mujeres líderes son las que pueden cambiar su contexto, sin embargo los entorno laborales y familiares deben ser más inclusivos y valorar el trabajo de las mujeres sin limitarlas o estereotiparlas en relación a su sexo. Se debe hablar de igualdad de condiciones entre mujeres y hombres para acceder a las posiciones de poder y en la toma de decisiones por lo que las mujeres líderes pueden ser consideradas agentes de cambio.

Un ambiente en el que las mujeres puede ser líderes en el trabajo, que Tobio (2005) define como:

Una actividad que formula objetivos y tiene objetos materiales y mentales, como resultado de un esfuerzo disciplinado... cuando trabajamos nos producimos en dos sentidos, nuestros medios de vida y a nosotros mismos... Siendo el trabajo una actividad humana, tiene una finalidad subjetiva (felicidad). (P. 271 y 273).

Por lo tanto en está deberían estar involucrados tanto hombres como mujeres para alcanzar un desarrollo personal, este es un aspecto en el que ambos pueden desarrollar un liderazgo e independencia económica. Sin embargo existen ciertos estereotipos que limitan a las mujeres, como los que menciona Clancy (2007) acerca de que las mujeres se inclinan a la enseñanza, enfermería, relaciones públicas, trabajo social y recursos humanos, profesiones que las sitúan exclusivamente en posiciones de apoyo. Además comenta que gran parte de las mujeres que dejan el ámbito laboral lo hacen por la familia.

Sin embargo Amaya-Castellanos, Pelcastre, Márquez y Juárez (2012) mencionan que para las mujeres el realizar un trabajo extra-doméstico puede generar otros elementos positivos tales como la posibilidad de alcanzar independencia financiera y económica de la pareja que puede generar el tener un hogar propio, socializar fuera de casa y del matrimonio, así como aceptar su autoestima y liberarse de ciertas tareas.

Por lo anterior es importante que las mujeres líderes logren una independencia económica introduciéndose en el ámbito laboral, principalmente en posiciones de liderazgo, por lo tanto Cárcamo, Vázquez, Zapata y Nazar (2010) trabajaron con el objetivo de analizar la experiencia de participación de las mujeres en la Unión de Productores Orgánicos de San Isidro, Siltepec; organización cafetalera de Chiapas conformada por 105 socios (56 mujeres y 49 hombres). Su unidad de análisis fue la totalidad de socias y esposas de socios que la conforman mediante la aplicación de una encuesta. Las primeras son dueñas de un cafetal con capacidad de decisión en los proyectos del mismo, mientras que las segundas trabajan en el de su esposo y no tienen derecho a decidir. Observaron que las mujeres de Chiapas han realizado esfuerzos por constituirse en diferentes tipos de asociaciones que les permitan mejorar sus niveles de bienestar y defender sus derechos económicos, sociales y políticos. Además suelen vivir su participación de manera contradictoria, por una parte ven positivo el potencial de desarrollo personal y grupal derivado de su pertenencia a una organización y por otra, las presiones, el esfuerzo demandado, los conflictos familiares, el hostigamiento e incluso la violencia que se desata contra ellas les causa conflicto y sentimientos encontrados.

También encontraron que las mujeres que realizan actividades estereotipadas al género masculino generan cambios personales como una mayor confianza en sí mismas. Adquieren nuevos conocimientos, habilidades y estrategias en aspectos técnicos, administrativos y de carácter organizacional que incrementan su autoestima. En general, su participación en la organización está permitiendo que las mujeres tengan conciencia de pertenencia. Si bien no han logrado acabar con las desigualdades de género, sí han iniciado un proceso de empoderamiento gracias a que son dueñas de su cafetal, han recibido capacitación y participan en procesos de toma de decisiones. Asimismo comentan que una de las posibilidades para el empoderamiento de las mujeres es su integración en organizaciones, donde las mujeres puedan crecer, valorarse, acceder al proceso de toma de decisiones y convertirse en autogestivas (Cárcamo y Cols. 2010).

Con base a lo anterior se puede observar que las mujeres se han ganado un lugar a nivel laboral, mismo que dentro del hogar es también importante obtener ya que ambos ambientes se relacionan, es decir, las condiciones de relación familiar facilitan o dificultan las relaciones laborales, e inversamente. La forma convencional en que se han venido refiriendo los cambios sociales consideran que se ha producido una relación funcional y emocional entre la empresa y la familia, las actividades productivas se realizan en la empresa y las afectivas en la familia. Por lo que se deduce que la producción corresponde a la empresa, mientras que el consumo y la socialización a la familia (Izquierdo, 1998).

Es importante considerar a las mujeres líderes tanto en lo laboral como dentro del hogar para guiar de la misma manera a su familia en todos los aspectos. Esto significa que las mujeres contribuyen a armonizar y a cambiar su realidad con actividades productivas, por lo que las mujeres líderes son las que se enfrentan diariamente a su vida teniendo tolerancia a la frustración es decir que a pesar de sus problemas logra mantener la realización de su vida laboral y dentro del hogar, para así obtener su bienestar personal y familiar, recursos como un hogar propio y control de sus decisiones, lo cual se traduce en mejorías en los miembros de su familia.

Esto incluye el derecho a tener hijos, como el tomar en cuenta el deseo compartido, las posibilidades reales y prácticas, la oportunidad y los proyectos personales. Asimismo la maternidad no debería ser un fenómeno casual ni accidental sino una búsqueda amorosa que satisfaga una necesidad y un deseo de dos para no rechazar en ningún momento esa responsabilidad, ya que a las mujeres también les importa su desarrollo personal y el aporte económico a la familia (Lerner, 2009).

Por su parte Montesinos (2002) menciona que conforme pasa el tiempo las mujeres han cambiado las relaciones de poder construyendo una nueva identidad de mujer líder en la que están presentes la elección como elemento constituyente y el trabajo, la educación y la maternidad como opciones, lo que ha permitido que el mito de proyectar a las mujeres con poder como masculinas, agresivas, solitarias, carentes de reconocimiento, incapacitadas para tomar decisiones o acusadas de usar su cuerpo como único medio para alcanzar el éxito.

El proceso de empoderamiento que han comenzado las mujeres al tener control sobre algunos aspectos de su vida y el tener cierto grado de participación en las estructuras de poder o injerencia en la toma de decisiones, que aún no se ha alcanzado, e implica para ellas un importante camino por recorrer (Amaya-Castellanos y Cols., 2012).

Por último cabe mencionar que las mujeres líderes tienen que afrontar obstáculos personales, familiares y sociales que aún impiden su desarrollo personal en su entorno. Sin embargo tienen la capacidad, inteligencia, voluntad y estrategias para superar ese techo de cristal que se ha construido debido a las culpas que socialmente se le atribuyen y que al ser superadas derivan en mujeres libres de prejuicios, que disfrutan de su individualidad y las consolidan como líderes incluso en ámbitos públicos que solo se consideraban masculinos, tales como la política.

Considerando la necesidad de sostener a su familia, las mujeres adquieren control y capacidad de obtener cargos de dirección y liderazgo, ya que tiene las mismas posibilidades en nivel educativo y en ocasiones hasta mayores al hombre y no obstante es responsable en el hogar. Lo cual deriva como un

desarrollo en la autoestima, incluso algunas de ellas han obtenido logros en el ámbito público, llevando a cabo sus capacidades de trabajo, comunicación, amistad y al mismo tiempo en su familia, dando como resultado confianza de sus habilidades a nivel laboral y de hogar (Lázaro, 2007).

Aunado a lo anterior se ha observado que las mujeres han irrumpido en los ámbitos de la vida pública, mediante su desarrollo profesional, e incluso ha accedido al poder y participa en la toma de decisiones. Por lo cual las mujeres en la política, al igual que en el ambiente laboral, son un agente de cambio, es decir que pueden darle un giro a las actividades masculinas dentro de estos ámbitos, ya que tiene la habilidad de conformar equipos y pensar en los demás buscando un contexto de equidad.

Por lo anteriores de observar que en América Latina 9 mujeres han sido presidentas, la primera de ellas fue Isabel Martínez de Perón quien en 1974 fue presidenta de Argentina durante 2 años, Lidia Gueiler Tejada fue presidenta interina de Bolivia de 1979 a 1980, Janet Rosemberg Jagan dirigió la Guyana Francesa entre 1997 y 1999, Violeta Chamorro fue presidenta de Nicaragua entre 1990 y 1997, Mireya Elisa Moscoso Rodríguez quien en 1999 ganó las elecciones presidenciales de Panamá, Cristina Fernández de Kirchner fue presidenta de Argentina desde 2007 y reelegida en 2011, Laura Chinchilla es presidenta de Costa Rica desde el 2010, Dilma Rousseff quien el 31 de octubre de 2010 ganó la elección presidencial de Brasil, y Michelle Bachelet en 2006 ganó las elecciones de Chile y posteriormente fue reelecta en el 2014.

Al respecto Hernández (2006) menciona que se ha revertido el pensamiento clásico tradicional de que las mujeres eran incapaz de tener habilidades para poder obtener cargos dentro de la política, misma que ya no es sólo cosa de hombres y tal vez nunca lo fue, recordando en la historia a las mujeres que estuvieron en lucha constante en México como Josefa Ortiz de Domínguez, Leona Vicario y otras mujeres que acompañaron el proceso de Independencia a las que no se les ha dado su justa importancia por el papel que desempeñaron.

En torno a este hecho las mujeres que han aspirado a la presidencia de la república en México han sido cinco, Rosario Ibarra en 1982 por el partido

revolucionario de los trabajadores, Cecilia Soto en 1994 por el Partido del Trabajo, Marcela Lombardo Otero en 1994 por el partido Popular Socialista, Patricia Mercado en el 2006 por el partido Alternativa Social Democrática y Josefina Vázquez Mota en el 2012 del Partido Acción Nacional.

Al respecto según el estudio del INEGI (2013) en el senado de la república el porcentaje de mujeres en el senado es de 33.6%, el de diputadas es de 36.8%, en comisiones ordinarias del senado es de 30.6%. El estado en el que hay mayor participación a nivel diputación de las mujeres es Tabasco con 42.9% y Chiapas con 41.5% mientras que en el distrito federal es de 33.3% y el estado con menor porcentaje es Oaxaca con el 7.1%. En el puesto de dirección de áreas es del 33.5%. Esto significa que según las cifras del INEGI “Mujeres y hombres 2013” la participación política femenina sigue siendo escasa pues aún no llega al 40% en ningún ámbito, como según la ONU mujeres, PNUD e IDEA Internacional (2013), el Código Federal de Instituciones y Procedimientos Electorales (COFIPE) ha recomendado como evolución favorable desde 1993, en lo que concierne a la normatividad electoral a los partidos políticos promover una mayor participación de las mujeres en la vida política del país, a estableciendo en 2008, una cuota mínima obligatoria de 40% de candidaturas propietarias de un mismo sexo. Sin embargo el dictamen de las comisiones unidas de reforma del estado establecido en mayo del 2014 menciona que es un derecho y obligación para los partidos políticos la igualdad de oportunidades y la paridad entre hombres y mujeres para tener acceso a cargos de elección popular. Estas disposiciones aún están lejos de garantizar dicho derecho en condiciones de igualdad sin discriminación, esto es, de asegurar la igualdad sustantiva.

De acuerdo con la ONU mujeres, PNUD e IDEA Internacional (2013) los Estados están obligados a poner todos los medios a su alcance para alcanzar en los hechos la igualdad de género, la igualdad de resultados, la igualdad sustantiva. Las políticas en favor de la igualdad de género son fundamentales para alcanzar este fin. Sin embargo, para ser efectivas y acelerar su avance, éstas requieren de medidas temporales y de acciones afirmativas para eliminar las desigualdades, la discriminación y la violencia contra las mujeres.

Asimismo las mujeres violentadas están protegidas por la ley, sus derechos abarcan el ser escuchadas, hablar, tener voz y voto en las grandes decisiones, poniéndolas en una postura argumentada que se defiende con firmeza, porque los derechos cívicos dan seguridad en la validez de las posiciones personales que incluye la libertad de tomar decisiones, de no ser descalificadas por la condición de ser mujer, de no ser desvalorizadas frente a terceros como prueba de machismo, a ser apoyadas frente a los hijos de manera que los desacuerdos se resuelvan en la intimidad, la exclusión de las mujeres en los negocios o la política ya no es aceptable y está en decadencia (Lerner, 2009).

Si bien es cierto que existen leyes que protegen a las mujeres y promueven la equidad, aún hace falta tomar conciencia sobre la eficacia de las mismas e incluso por parte de las mujeres al hacer valer sus derechos, ya que la discriminación y violencia hacía ellas se ejerce de una forma sutil y difícil de analizar y demostrar.

De acuerdo a la Comisión Nacional de los Derechos Humanos en México se han establecido programas para el desarrollo e integración de las mujeres, así como conferencias para sensibilizar a la población respecto de la equidad de género y capacitación de mujeres emprendedoras, considerándolas como vocales de grupo, jefas de colonia o manzana (Instancias Municipales de las Mujeres en México, 2009).

De acuerdo con Pérez y Russo (2008) las mujeres, al tener un cargo de poder, ocupan un nuevo espacio dentro de su comunidad, ya que conocen en profundidad la situación de su zona, interactúan con los vecinos, iglesias, escuelas, hospitales y centros de salud, es decir su lugar puede redituarle un reconocimiento público y social, para transformar estos espacios políticos vecinales en verdaderos enclaves de empoderamiento para las mujeres.

El hecho de que las mujeres se encuentren dentro de la política favorece tanto a la comunidad como a sí mismas ya que según Lois y Diz (2006) su presencia en la política podría incrementar su autoestima y su capacidad para asumir roles de liderazgo de un modo que beneficia al conjunto global de otras mujeres. Es decir, su presencia en puestos de representación política configura el

significado social de éstas. El contraste entre el principio de la igualdad de derechos y la falta de representación de las mujeres en la vida política y pública.

La cultura política, sus estructuras y reglas surgen desde el punto de vista masculino, por lo que las mujeres eran excluidas de este ámbito, sin embargo se encuentran dentro de la lucha de integración haciendo valer sus derechos de forma activa de acuerdo a sus aptitudes y capacidades con las que puede lograr el desarrollo de su liderazgo incursionando en cargos como vocales de grupo, jefas de colonia o manzana, jefa de hogar, delegada, diputada y presidenta si así lo desea, dejando a un lado el techo de cristal que ella misma se forma observando que puede asumir responsabilidades en el trabajo o ámbito político y dentro de su hogar haciendo uso de ayudas externas, lo cual genera su autonomía personal y laboral reflejado en su empoderamiento. Al respecto se revisará en el capítulo siguiente otras características de las mujeres sin violencia, es decir las habilidades sociales y emocionales, la autoestima y el empoderamiento, entre otros.

3. FACTORES DE EMPODERAMIENTO Y PROTECCIÓN PARA LAS MUJERES CONTRA LA VIOLENCIA

La participación de las mujeres es importante en la toma de decisiones tanto en el hogar como en la comunidad, mediante una concientización sobre los valores y factores de protección que son indispensables en la vida de las mujeres, mediante la práctica de la autoestima, habilidades sociales, manejo de las emociones y empoderamiento con las que se pueden construir relaciones en armonía, considerándolos como factores de protección contra la violencia de género que podrían derivar en que las mujeres se realicen tanto en el aspecto familiar, laboral y social, en la realización de sus proyectos, metas y objetivos, así como la toma de decisiones, con lo cual se podrían dejar de lado los estigmas tradicionales que han originado la violencia de género. Cabe mencionar que estos factores de protección aún necesitan ser propagados en algunas comunidades rurales.

3.1 Autoestima

Considerando la importancia de la autonomía personal y laboral de las mujeres, la autoestima se convierte en la base para poder establecer relaciones enriquecedoras y alejar las destructivas dando cavidad a una convivencia de acuerdo a sus necesidades y observando las oportunidades que se les presenten en su comunidad y entorno, con las cuales tienen posibilidades de abrir expectativas de relaciones sociales, familiares, profesionales y laborales.

Por consiguiente Alonso, Murcia y Murcia (2007) refieren que el concepto de autoestima fue motivo de estudio de personajes como: Freud quien la definió como el amor propio del hombre; Hamacheck sugiere que la autoestima es la parte afectiva del mismo, relacionándose entre sí; Maslow, Sears, Kaegen, Bardwick sostienen que la autoestima es el sentirse capaz de dominar algo del ambiente, saberse competente e independiente; Sears considera que las metas a las que aspira el sujeto son importantes para su autoestima y la convicción para lograrlo, por lo que las expectativas de logro influyen sobre la autoestima; Kagen

afirma que el aprecio son valores positivos, y la crítica generarechazo que origina imágenes derrotistas que influyen en la autoestima.

Por su parte Polaino (2004) manifiesta que el concepto de autoestima está inscrito en el ámbito de la psicología, traducido como self-esteem, que inicialmente se introdujo en el medio de la psicología social y de la personalidad, denota la íntima valoración que una persona hace de sí misma, es un sentimiento personal que surge de lo que se proponga ser y hacer cada persona, determinado por sus potencialidades, ya que de acuerdo a sus propósitos y éxitos alcanzados puede valorarse, dando como resultado una autoestima plena y satisfactoria, en función de que mejoren sus emociones y de los logros obtenidos.

Para Ramírez, Duarte y Muñoz (2005) la autoestima se reconoce como un indicador del desarrollo personal fundado en las valoraciones positivas, negativas o neutras que cada persona hace de sus características cognitivas, físicas y psicológicas. Dicha valoración se construye sobre la base de la opinión que cada persona tiene sobre sí misma, a partir de los atributos que le otorgan las características mencionadas.

De igual forma Alonso, Murcia y Murcia (2007) definen a la autoestima como la actitud hacia uno mismo, y éste es el modelo del cual se parte para estudiarla. Definirla como una actitud implica aceptar unos presupuestos antropológicos y psicológicos determinados, a la vez que respetar otros modelos basados en diferentes teorías de la personalidad. La autoestima como actitud es la forma habitual de pensar, amar, sentir y comportarse consigo mismo.

De acuerdo con Aguilar (2002) la autoestima es el grado de gusto que tenemos por quienes somos, que deriva en el logro de la salud tanto psicológica como física, obteniendo una mejor calidad de vida en los aspectos laborales y familiares, logrando sentirse competente ante retos que en las situaciones cotidianas se le pudieran presentar como la resolución de problemas, logrando con ello autoconfianza y valía. Además de observarlas habilidades que se tiene para lograr metas que pudiera tener como el poder modificar sus habilidades sociales, mediante el manejo de su carácter y los límites que son necesarios para lograr estabilidad en su autoestima.

Al respecto Sebastián, Manos, Bueno y Mateos (2007) Refieren que la autoestima es la valoración de las percepciones que tiene de sí misma incluyendo el atractivo físico, la feminidad la confianza en sí misma incluyendo la evaluación de imagen corporal, el cómo se siente que pueden ser importantes en su valoración social, salud física y psíquica. Para lograr una autoestima positiva, es indispensable el aprendizaje de habilidades de comunicación, mejorar su aspecto físico mediante ejercicio y arreglo personal y fortalecer el afrontamiento de sus problemas, logrando que relacione aspectos de imagen corporal con lo emocional y cognitivo, juicios de comportamientos, habilidades o apariencia externa, por tanto la autoestima es importante en la evaluación de sus propias características.

A su vez Criado (2004) define la autoestima como la sensación de que uno es auténtico, siendo una de las razones de ser valioso el sentirse competente. También influye la interpretación que da el sujeto a sus éxitos o fracasos con relación a lo que se denomina lugar de control de los acontecimientos. Al respecto Castanyer (2007) considera que la autoestima es un conjunto de pensamientos, sentimientos y conductas marcadas por el concepto que se tenga de sí mismo, que es independiente de las habilidades aprendidas. Es decir lo que origina que una persona tenga la autoestima acertada, depende del tipo de situación y de la habilidad que se posea, lo que dice y como se siente al resolverla.

Por su parte Christophe (2009) refiere que es necesario considerar que el amor "incondicional" a uno mismo no depende de las realizaciones, sino de quererse y aceptarse a pesar de los defectos y límites, sencillamente por ser digno de amor y respeto obteniendo una autoestima alta y derivando en que puedan resistir la adversidad y reconstruirse tras un fracaso como resistencia a la frustración (resiliencia), por lo cual habrá sufrimiento y duda en caso de dificultades, sin embargo protege de la desesperación que conlleva a una baja autoestima, encausándose a lograr su autonomía.

Al respecto Acosta y Hernández (2004) describen que la autoestima es conocerse, estimarse, defenderse, valorarse y observarse así mismo, es decir amarse, respetarse y cuidarse. Las causas que pueden bajar la autoestima son el miedo, la tensión, los fracasos, las enfermedades, la angustia, la ansiedad, la disfunción sexual, las neurosis, la gordura, el incumplimiento de las metas, y las

adiciones, entre otras. Para aumentar la autoestima influye pensar positivamente, sentirse satisfechos de la actitud ante la solución de problemas por las acciones o actitudes realizadas, independientemente de los resultados obtenidos, el estar dispuestos cada día a afrontar los retos de la vida, sentirse valiosos para los demás, responsables y comprometidos con la sociedad.

De acuerdo a lo anterior André y Lelord (2009) mencionan que la autoestima es el amor a sí mismo, que se relaciona con que la persona pueda resistir la adversidad y reconstruirse tras un fracaso lo cual inevitablemente incluye el sufrimiento y las dificultades, sin embargo protege ante una situación sin llegar a la desesperación. Por otra parte se necesita la visión de sí mismo que es la identificación de ideas o sentimientos y características de la persona, desde las propias cualidades y defectos, potencialidades o limitaciones, siendo un pilar de la autoestima.

Por otra parte Criado (2004) Polaino (2004) describe que el término de autoestima forma parte de nuestras conversaciones diarias como dimensión evaluativa y afectiva del autoconcepto para el concepto de autoestima es decir que están vinculadas, la cual es realizada en ocasiones de forma inadvertida en función de sus experiencias al tratar de resolver ciertos problemas, el autoconcepto es un instrumento del que se valen los individuos para integrar los datos de la experiencia y adaptarse a la realidad, estableciendo un equilibrio que se experimenta acerca de su valía personal, la cual tiene como resultado que se acepte, se guste y se respete como es y su importancia radica en su contribución a la formación de la personalidad.

Así mismo la autoeficacia también se le vincula con la autoestima, ya que no solo son las conductas sino también los niveles de aspiración en la vida las que están condicionadas al autoconcepto. Al respecto Morales, Benítez y Agustín (2013) en su estudio abordaron habilidades cognitivas centradas en la autoeficacia y el afrontamiento. La autoeficacia, definida como los juicios que hace cada individuo sobre sus capacidades, con base a los cuales organizará y ejecutará sus actos de modo que le permitan alcanzar el rendimiento deseado.

Por lo que Rodríguez (2003), refiere que la autoestima está relacionada con la valoración que la persona hace de sus capacidades y habilidades y se va

construyendo mediante factores como la educación, la cultura, las expectativas sociales, el perfil psicológico y las propias experiencias y expectativas. La satisfacción e insatisfacción constituye los cimientos de la propia personalidad que comienzan desde la infancia, de ahí que ni la persona más experta en técnicas de autoayuda pueda decir a otra como mejorar su autoestima sin que sea esta última quien haga previamente una valoración de sí misma.

Sin embargo López (2010) refiere como una de las herramientas importantes con que se cuenta para realizar un cambio cultural sobre la discriminación y aumentar la autoestima a la coeducación ya que hace referencia a la educación conjunta de dos colectivos humanos específicos, las mujeres y los hombres, ya que la educación fruto de las transformaciones sociales y económicas habidas en un país, crea condiciones legales que favorecen su extensión, asimismo generaliza en la enseñanza básica el mismo plan de estudio tanto para mujeres como para hombres que establece una enseñanza homogénea que sustenta las bases para la valoración personal.

Además existen otros factores que impactan en la autoestima como la educación en la familia y en las instituciones educativas, los lugares en que se trabaja y las relaciones interpersonales que se establecen. Por lo que Alonso (2003) refiere que en la autoestima pueden incidir factores positivos o negativos en el lugar de trabajos dados por las características del puesto y la organización del mismo. Los negativos pueden ser; ausencia de iniciativa y autonomía falta de organización en su trabajo y determinación de la forma al realizarlo o de corregir las anomalías que se presenten, e impide la autorregulación o cae en la monotonía e irresponsabilidad, que derivan en una baja remuneración. Por el contrario los positivos aplicando estos factores debidamente generan un salario bien remunerado y una autoestima alta.

Por su parte Ancer, Meza, Pompa, Torres y Landero (2011), Consideran que la autoestima se refiere a la confianza en sí mismo, en orientación positiva o negativa de acuerdo a la valoración de cada persona, un elevado nivel de estrés impacta en los sentimientos de respeto y aceptación en la autoestima, padecimientos como la depresión traen consigo una baja en su autoestima, es

importante mencionar que la inclusión de las mujeres en el mercado laboral se asocia con el incremento de la autoestima.

Al respecto realizaron un estudio para determinar si existe una relación entre el estrés y la autoestima en jóvenes estudiantes, observando diferencias por sexo y por estatus laboral, partiendo de la hipótesis de que las mujeres mostrarán mayor estrés que los hombres y que habrá diferencias en función de si los participantes trabajan o no repercutiendo en su autoestima. Encontraron una relación inversa entre estrés y autoestima, más atribuida en las mujeres que en los hombres, los análisis mostraron que los hombres que estudian solamente, son los que manifiestan una mayor correlación negativa entre ambas escalas, comparados con los que estudian y trabajan. Percibiendo una considerable presión en los que no trabajan, lo que impone un mayor nivel de estrés que afecta paralelamente su autoestima (Ancer y Cols, 2011).

De igual forma observaron que se valora más a una mujer ama de hogar que trabaja y combina diferentes roles, lo que mostró que incrementa su autoestima y minimiza su percepción de estrés al sentirse una persona útil. Por otro lado, al observar la correlación de estrés y autoestima entre los hombres y mujeres que solamente estudian, aunque en ambos casos se obtienen correlaciones negativas, en los hombres fue mayor en comparación con la correlación de las mujeres. También se observó que los jóvenes estudiantes muestran una mayor autoestima cuando se insertan en el mercado laboral y combinan esta actividad con sus estudios lo que les permite convivir con los demás y desarrollarse plenamente, llevándolos a sentirse personas de valor logrando una sana autoestima (Ancer y Cols, 2011).

Así mismo Feldman, Vivas, Lugli, Zaragoza y Gómez (2008) realizaron un estudio en donde analizaron la relación que se presenta entre las gratificaciones e interferencias suscitadas en las mujeres que afectan o incrementan su autoestima, llegando a ser independientes debido a su nivel de formación académica, considerando trabajo y familia, por lo que su inserción laboral incrementó favorablemente su autoestima, esta realidad requiere de conformar las actividades que se desarrollan dentro de la familia y el trabajo, sin afectar su calidad de vida, salud física y psicológica. Para tal efecto se observaron los roles compartidos en lo

laboral y familiar tomando como beneficio mutuo el establecimiento de una relación de pareja positiva donde se compaginen dichos roles.

Como interferencias, uno de los conflictos que existe dentro de la familia es la falta de tiempo que se le dedica al hogar, derivado de la demanda laboral y por otra parte en el aspecto laboral la baja de producción originando efectos negativos que afectan a la salud de las mujeres. Por otra parte en diferentes estudios se consideran como parte de las interferencias, los niveles altos de depresión y carencia de salud física a los cuales se relacionan desórdenes de ansiedad, mal humor y abusos de sustancias considerados cuando existen diferencias en la relación. Como gratificaciones se encontró que la suficiencia de recursos y el desempeño de ambos roles que incrementa considerablemente el potencial físico, incita a mejorar la autoestima fortaleciendo sus fuentes de apoyo así como su nivel económico y social (Feldman y Cols., 2008).

Con base en lo anterior, se realizó un estudio considerando a 402 mujeres trabajadoras de Caracas Venezuela de 27 a 71 años con diferentes niveles educativos desde primaria hasta nivel universitario, de los cuales 225 mujeres manifestaron realizar dos roles trabajo y familia, como instrumento se aplicó el cuestionario relación trabajo-familia, para medir autoestima, se utilizó la escala de Rosenberg que toma la autoestima como autoaceptación. Como resultado se presentaron autoestima alta, nivel de bienestar moderado y percepción de salud relativamente baja. Por otra parte las gratificaciones en relación trabajo familia, son mayores cuando las mujeres desempeña un mayor número de roles ya que experimenta mayor autoestima y bienestar el cual se observa cuando es más alto el nivel educativo y son menores cuando el número de síntomas notificados como ansiedad y depresión son mayores. En general se considera que las participantes obtuvieron más satisfacciones que interferencias (Feldman y Cols., 2008).

Por su parte Matud (2004) realizó un estudio en donde analizó la autoestima como una forma de salud y actitud hacia uno mismo, que influyen en los sucesos que se consideran como retos o amenazas. Este estudio lo llevó a cabo con 2,583 mujeres, de entre 18 y 65 años, en Islas Canarias, considerando asociación entre autoestima y estrés y la forma de afrontarlo y por otra parte las

variables sociodemográficas y de personalidad, relevantes para la salud física y emocional.

Los resultados obtenidos muestran que se valoran más que las mujeres con estudios medios básicos, así mismo las que tiene empleo profesional, en donde se encontraron diferencias significativas fueron con el estado civil, las solteras tienen menos valoración que las casadas, de igual forma las que no tienen hijos se valoran menos que las que los tienen(Matud, 2004).

Sin embargo es necesario aclarar que de acuerdo con Alberti y Emmons (2006) las mujeres con una autoestima positiva son valoradas por las mujeres y hombres, es capaz de elegir su propio estilo de vida, libre de los dictados de la tradición, gobierno, marido, hijas(os) o de grupos sociales. Quizá elija ser ama de casa y no le afecte la prosperidad de otras mujeres o tal vez elija dedicarse a una profesión dominada por hombres y disfrute en lo más profundo de si misma de sus derechos y capacidades en los diferentes ámbitos que ella elija.

Es así como la relevancia de la autoestima en las mujeres es importante para su bienestar en sus diferentes estilos de vida que ellas elijen, ya que algunos estudios afirman que la autoestima influye en este sentido así como las estrategias de autoconfianza y de autorrespeto. Por tanto la autoestima se puede clasificar como una evolución de persona al ir descubriendo sus fortalezas y debilidades de forma positiva e independiente dejando de lado la opinión de los demás.

3.2 Habilidades sociales y manejo de emociones.

A parte de la autoestima existen otros factores de empoderamiento y protección para las mujeres contra la violencia que propician la participación efectiva de las mujeres en pro de su bienestar integral y autocuidado mediante la adquisición de estrategias de afrontamiento que les permiten ser mujeres activas en su proceso de superación. En este apartado se expondrán factores que han adquirido algunas mujeres y que les han servido para evitar la violencia de género basados en habilidades sociales y manejo de emociones, teorías que a continuación se describirán, considerando la autoestima, el empoderamiento, la educación, la toma de decisión y elección de trabajo remunerado, que constituyen una práctica que involucra la adquisición de lashabilidades sociales y emociones.

Es preciso determinar las habilidades sociales y el manejo de emociones que las mujeres requieren practicar en su cotidianidad, ya que para su adquisición precisan de una interacción con los demás, para lo cual necesita de los factores mencionados anteriormente, los que mediante su práctica le brinden seguridad en sí misma en los aspectos de su vida. Por lo que se iniciará describiendo que son las habilidades para la vida de las cuales se hará énfasis en las habilidades sociales.

De acuerdo con Morales, Benítez y Agustín (2013) las habilidades para la vida son destrezas psicosociales que facilitan a las personas el aprender aptitudes en su vida cotidiana además señalan que desde la perspectiva teórica, las habilidades a fortalecer se clasifican en tres categorías; habilidades sociales, cognitivas y las relacionadas con el manejo de los afectos y emociones.

Al respecto Goldelman (1996) menciona que es necesario proporcionar una educación en las habilidades para la vida desde edades tempranas, así como alentar a las niñas y niños a incrementar sus potencialidades y a sentirse satisfechos con lo que hacen. Por tanto se puede catalogar el alcance de una persona sobre estas habilidades, es decir, que resulta decisivo para determinar porque ciertos individuos prosperan en la vida, sin importar su nivel intelectual. Así pues, las aptitudes adquiridas en la vida se reflejan en las habilidades sociales y manejo de emociones.

Respecto a las habilidades sociales Caballo (2005) menciona que no puede haber un claro criterio absoluto de lo que son, ni puede haber una manera correcta de comportamiento que sea universal. Sin embargo en general se espera que la conducta socialmente habilidosa produzca reforzamiento positivo y se podría definir como un conjunto de conductas emitidas por un individuo en un contexto interpersonal que expresa los sentimientos actitudes deseos opiniones o derechos de ese individuo, de un modo adecuado a la situación respetando esas conductas en los demás, que generalmente resuelve los problemas inmediatos de la situación mientras evita la posibilidad de futuros problemas.

A su vez Eceiza, Arrieta y Goñi (2008) consideran a las habilidades sociales, o habilidades interpersonales como una dimensión social del comportamiento humano que se refieren a la capacidad estable en el tiempo y

relativamente consistente a través de las situaciones entre las que se incluyen la defensa de los propios derechos; el hacer o rechazar peticiones y cumplidos; el iniciar, mantener y terminar conversaciones; la expresión de sentimientos positivos y opiniones personales, incluido el desacuerdo y la expresión justificada de sentimientos negativos.

Así mismo Monjas y González (1998) definen las habilidades sociales como un conjunto de conductas aprendidas a lo largo del proceso de socialización desde la infancia con la persona a cargo de los cuidados comienzan a relacionarse entre sí, algunas que se incluyen son las capacidades o destrezas sociales específicas requeridas para ejecutar competentemente una tarea e interactuar y relacionarse con los demás. Posteriormente se adquieren mediante mecanismos de aprendizaje por experiencia directa, por observación, verbal o instruccional y por retroalimentación interpersonal y educación. Entre estas están la comunicación, la negociación o rechazo, la asertividad, la cooperación y la empatía, en general se requiere de las habilidades sociales y manejo de emociones para establecer relaciones interpersonales en la vida.

Por lo que las habilidades sociales resultan importantes ya que Centeno (2011) refiere que el ser humano necesita de su entorno social y natural para desarrollarse integralmente, valerse por sí mismo, comunicarse e interrelacionarse socialmente, en reuniones grupales ya que requiere física y emocionalmente de los demás durante su vida. Las habilidades sociales y las emociones parten del comportamiento y actividad psicológica, emocional y física del individuo, originadas desde la niñez a través de la interacción con su entorno, adquiriendo habilidades para comunicarse efectivamente tales como la escucha y la expresión, que le permiten crecer como individuo, respetando la forma de ser de los demás y adquiriendo habilidades en solución de conflictos.

Sin embargo solo algunos individuos adquieren dichas habilidades por medio de la educación o su entorno social durante la infancia, por lo que es necesario recurrir a un entrenamiento en habilidades sociales ya que de acuerdo con Caballo (2005) la comunicación interpersonal, al ser una parte esencial de la actividad humana, está implicado en los trastornos psicológicos así que se tiende

a recurrir a dicho entrenamiento como un procedimiento básico en el trabajo psicológico.

De igual manera Monjas y Gonzáles (1998) sugieren que los programas de entrenamiento en habilidades sociales mejoran mediante una instrucción directa, deliberada y sistemática con aplicaciones desde el campo clínico o como promoción de la competencia personal o profesional, pero además es necesario que el entrenamiento y la enseñanza de las habilidades sociales se incluya en la educación habitual sistemática desde la infancia con el objetivo de promover el desarrollo integral de la niñez.

Al respecto Eceiza, Arrieta y Goñi (2008) señalan que el entrenamiento o enseñanza de habilidades sociales es el tratamiento de elección para los sujetos que necesitan reforzar o adquirir conductas sociales, pero en los casos en los que la dificultad interpersonal sea resultado de creencias irracionales o de elevado nivel de ansiedad están indicadas las técnicas de reestructuración cognitiva y de reducción de ansiedad como la desensibilización sistemática. También cabe destacar la importancia de combinar técnicas conductuales con técnicas cognitivas encaminadas a identificar las ideas irracionales y de practicar otras que sean funcionales.

Con relación a lo anterior es de observar la necesidad de seguir instruyendo en habilidades sociales tanto a niñas y niños como adolescentes ya que de esto depende de la integración personal, que se verá reflejada en una adultez integral y armónica en los ámbitos familiares y laborales.

Así mismo Morales, Benítez y Agustín (2013) abordaron en su estudio las habilidades sociales basadas en comunicación, empatía, asertividad y control de la ira, entre otras que favorecen el establecimiento y mantenimiento de relaciones interpersonales, mediante la implementación de un programa de intervención psicoeducativa para el fortalecimiento de habilidades sociales denominado “Conocer las habilidades sociales”, la cual se dio en seis sesiones de 90 minutos, una vez por semana, abordando los temas: habilidades sociales básicas, expresión de sentimientos y emociones, manejo del enojo y frustración, empatía y conducta prosocial, asertividad y afrontamiento, toma de decisiones, planificación y proyecto de vida.

Participaron 96 adolescentes de los tres grados de una secundaria técnica del municipio de Zacapu, Michoacán (Norte). El 51% hombres y el 49% mujeres. Se utilizó la Escala de Autoeficacia General de Baessler y Schwarzer (1996) que evalúa el sentimiento estable de competencia personal para manejar de forma eficaz una gran variedad de situaciones estresantes. También se mencionan dos factores basados en la teoría de la Autoeficacia: la expectativa de eficacia que hace referencia a las creencias y habilidades personales; y la expectativa del resultado que representa la creencia de que cierto comportamiento producirá determinados resultados. En los resultados se consideraron las habilidades sociales de los adolescentes que normalmente se encuentran receptivos a ideas nuevas y están deseosos de aprovechar al máximo su creciente capacidad para tomar decisiones; su curiosidad e interés conllevan una gran apertura a nuevas posibilidades y entre ellas podrían considerarse las de relacionarse con sus iguales, así como el ocuparse en actividades positivas y constructivas que al mismo tiempo ofrece ocasiones para forjar relaciones con adultos (Morales, y Cols., 2013).

Además según estos autores, las mujeres centrarían su bienestar en el control de las situaciones. A pesar de la evidente existencia de diferencias en el afrontamiento por parte de hombres y mujeres; éstas se han hecho presentes de formas muy diversas en las distintas investigaciones, lo cual podría ser influido por algunos factores como el contexto, o la situación emocional por la que estén pasando, entre otras (Morales, y Cols., 2013).

Por su parte Eceiza, Arrieta y Goñi (2008) trabajaron bajo el objetivo de clasificar las habilidades sociales diferenciándolas bien por su distinta naturaleza o bien en función de distintos contextos de interacción; así como obtener índices de la validez del instrumento, de comprobar su fiabilidad, su capacidad de discriminación y la esperable correlación con las autoverbalizaciones de los sujetos. Para lo cual trabajaron con 358 alumnos y alumnas de 1º, 2º y 3º curso de las Escuelas de Magisterio de Bilbao, Donostia y Vitoria/Gasteiz, en España (311 mujeres y 47 hombres). Emplearon el Cuestionario de Dificultades Interpersonales (CDI), de creación propia y el Test de Autoverbalizaciones en la Interacción Social (SISST), de Glass, Merluzzi, Biever y Larsen (1982).

Entre sus resultados encontraron que los sujetos de baja habilidad social desarrollan pensamientos negativos sobre su conducta y los sujetos de alta habilidad social emiten autoverbalizaciones positivas. Un problema frecuente entre los estudiantes fue la concertación de citas (Eceiza, y Cols., 2008).

Se puede decir con base a lo anterior que las habilidades sociales son el conjunto de hábitos de los que se dispone para relacionarse con los demás desde la infancia a la edad adulta, que se va logrando a través de los años mediante la práctica de factores como son una comunicación asertiva, en las que interactúan tanto las habilidades sociales como el manejo de emociones es decir, considerando sus pensamientos y experiencias a través del lenguaje corporal y de sus emociones, por lo que es necesario tener control de sí mismo, así como establecer y mantener relaciones interpersonales adecuadas, en este sentido es básico adquirir dichas habilidades mediante un oficio o preparación personal y laboral, para obtener una vida digna.

Por lo cual es necesario tener en claro el funcionamiento emocional de acuerdo al aprendizaje de cada persona ya que es la base para tener control de sí mismo logrando identificarlas y controlarlas en un momento dado, por lo que Goldelman (1996) sugiere que la capacidad de manejar las emociones, o conciencia de uno mismo, es una habilidad básica que nos permite estabilizar nuestros sentimientos y adecuarlos al momento. El conocimiento de las propias emociones constituye la base de la inteligencia emocional y los sentimientos resultan trascendentales para la comprensión de sí mismo. Las personas que tienen una mayor certeza de sus emociones suelen dirigir mejor sus vidas, ya que reconocen sus sentimientos reales y por tanto tienen un buen criterio en la toma de decisiones. Existe un convencimiento de que las habilidades emocionales así como el dominio de los impulsos y la capacidad de controlar las situaciones sociales es algo que puede aprenderse.

Sin embargo Zaccagnini (2004) menciona que desde la infancia se mimó tanto a las niñas y niños que no se fomenta el autocontrol emocional, de manera que con frecuencia carecen de habilidades o destrezas de autorregulación, por lo que su comportamiento se hace muy disruptivo y caprichoso ya que los padres no quieren asumir modelos autoritarios, lo cual acaba produciendo importantes

problemas de disciplina tanto en casa como fuera de ella, llegando a ser muy serios en la adolescencia en la cual hace falta un tipo de entrenamiento en el manejo de las emociones para evitar sufrimiento individual de los jóvenes, uno de ellos es el comportamiento antisocial y la falta de autocontrol emocional.

Para lo cual es necesario conocer que la emoción, de acuerdo con Díaz (2010) son reacciones subjetivas al ambiente que van acompañadas de respuestas neuronales y hormonales. Generalmente se expresan como agradables o desagradables y se consideran reacciones de tipo adaptativo que afectan a nuestra manera de pensar y ser, la experiencia de una emoción involucra la conducta verbal y conductual, la alegría, la ira o la ansiedad ya que son un conjunto de cogniciones, actitudes y creencias e influyen en el modo en el que se percibe dicha situación, también se interpretan las emociones de las personas en sus expresiones corporales, tono de voz y en el rostro.

Al respecto Vivas (2007), sugiere que son un proceso en el que están integradas respuestas de tipo neuro-fisiológico, motor y cognitivo es decir que emoción y cognición están integradas. Para que se presente una emoción se necesita de una situación o estímulo adecuado, un sujeto capaz de percibirlo, procesarlo correctamente y reaccionar ante él, darle significado y definirla experiencia emocional ante esa situación. Las emociones auténticas se inician con rapidez, generalmente se reconocen la alegría, la aflicción, tristeza, el enojo, el miedo, la sorpresa y el asco ya que estas están presentes en todas las culturas por lo que se cree que no son aprendidas sino que forman parte del ser humano.

Así mismo Martín, Serrano, Conde y Cabello (2006) comentan que las emociones rigen casi todos los modos de comunicación humana mediante las expresiones faciales, gestos, posturas, tono de voz, elección de las palabras, respiración, temperatura corporal, entre otras, además se debe considerar espontaneidad de las emociones cuando se analiza a las mismas, lo que lleva a la conclusión de que lo importante no es el mensaje, sino el modo en que es transmitido. Además Vivas (2007) añade respuestas involuntarias como; cambios en el ritmo cardíaco, en la tensión muscular y respiratoria; aumento de sudoración; sequedad en la boca y presión sanguínea, así mismo la expresión motora observable como el volumen de voz, movimientos del cuerpo, sonrisa, llanto.

Al respecto Belli (2010) sugiere que las emociones corresponden a experiencias corporales naturales que se recubren de lenguaje para expresarlas, siendo considerada esa expresión como irracional y subjetiva. Es decir, primero se siente en el cuerpo posteriormente se manifiesta con el lenguaje verbal en forma de un discurso que, en cierto modo, se opone a la razón, ya que se gestan en el inconsciente y no en la voluntad, porque son sentidas en lugar de pensadas. En ocasiones, se las mezcla con conductas consideradas racionales y se viene cuestionando su carácter de proceso interno o mental para concebirlas como construcciones sociales de naturaleza fundamentalmente discursiva.

A su vez Zaccagnini (2004) refiere que bajo el modelo racional la razón es la que debería guiar el comportamiento mientras que las emociones señalarían lo que conduciría a la irracionalidad y la barbarie, sin embargo es de notar que los aspectos racionales y emocionales se relacionan e interactúan en el mismo plano con papeles complementarios para la elaboración de un comportamiento psicológicamente bien adaptado, de modo que la emoción resulta ser un producto de la interacción con el medio.

De acuerdo con Vivas (2007) se pueden usar palabras o conceptos distintos para describir una determinada emoción, siendo la expresión facial la misma. La importancia de las emociones radica en que son indispensables para la toma de decisiones porque tienden a orientar en la dirección adecuada, de modo que el ser solamente racionales nos niega el acceso a una fuente compleja de conocimiento emocional, que informa adaptativamente a la acción y contribuye a la resolución de problemas y a la toma de decisiones.

A su vez Zaccagnini (2004) refiere que una vez que se obtiene la habilidad necesaria en el conocimiento emocional para interpretar la información que contienen los estados emocionales se gana comprensión de los mismos y si se encuentra ante situaciones emocionales desagradables para la persona, esta puede buscar salir de la situación mediante sus habilidades de resolución de problemas evitando otras consecuencias. Para comprender un estado emocional se necesita identificar qué es lo que lo produce (percepción), cómo se valora (interpretación), cómo se responde a esa situación (decisión) y finalmente anticipar

las consecuencias de lo que se va a hacer (acción), así mismo tener la capacidad de manifestar los estados emocionales.

Es decir, las personas necesitan tener en claro que tipo de emociones experimentan en un conflicto ya que hay pensamientos que alteran sentimientos, cuando se utilizan de forma negativa y para determinar la resolución de conflictos se requiere la expresión adecuada de estas emociones produciendo un estado emocional que derive en buenas habilidades sociales y manejo de emociones lo cual es trascendental en el aspecto laboral de las mujeres para que tenga plenitud en este sentido.

Al respecto Selva, Sahagún y Pallarés en el (2011), realizaron una revisión teórica con relación al fenómeno en la trayectoria de las mujeres en cuanto a cargos directivos, que en las últimas décadas ha aumentado debido a las habilidades de las mujeres derivado de trabajos técnicos y profesionales, para lo cual fueron revisados 110 artículos. En dicha revisión se encontró una de las hipótesis de que existe carencia de interés o motivación ante este tipo de cargos debido a la idea afectiva, por lo cual es las mujeres quienes rechazan de manera emocional y afectiva este tipo de trabajos. Se señalan las habilidades propias de algunas mujeres como creatividad, visión, capacidad, planificación, organización, motivación y resolución de conflictos, haciendo énfasis sobre la tolerancia a la frustración en cuanto a su crecimiento profesional.

Estas habilidades de resolución de conflictos se pueden adquirir a nivel educativo desde un ámbito preventivo para fomentar la armonía, para trabajar tanto con las habilidades sociales y personales como con las emociones garantizando el respeto de las personas, practicando principios y valores comunes para mantener la paz, así mismo son importantes ya que permiten enfrentar y asumir las situaciones que se afrontan en el momento admitiendo también el cuidado de sus predisposiciones a sentir, juzgar, reaccionar y actuar de una determinada manera considerando sus emociones.

Al respecto la psicología puede aportar sus conocimientos y herramientas de investigación para participar en el proceso de atención y prevención de estos problemas mediante la regulación de las emociones y el uso de formas no

violentas de resolución de conflictos que derive en prevención de violencia hacia las mujeres (Barberá 2004).

Es necesario aclarar que también la inteligencia emocional forma parte considerable de las emociones por lo que Goldelman (1996) manifiesta que en el desarrollo de las habilidades sociales la inteligencia emocional es importante ya que del grado de destreza que se alcanza en el dominio de las facultades depende el carácter decisivo para el crecimiento personal. Las personas que han desarrollado adecuadamente las habilidades emocionales suelen sentirse más satisfechas, son más eficaces y más capaces de dominar los hábitos mentales que determinan la productividad. Sin embargo existe a quien le es difícil controlar su vida emocional, debatiéndose en constantes luchas internas que quebrantan su capacidad de trabajo y les impiden pensar con la suficiente claridad.

Por su parte Martínez (2011) realizó una investigación teórica de las diferencias de género basadas en estrategias de afrontamiento hacia la emoción, las cuales indican que la inteligencia emocional juega un papel muy importante en el autocontrol emocional y en la capacidad adaptativa del individuo para afrontar situaciones, señalando que las mujeres son más empáticas. Así mismo muestran que niveles altos en inteligencia emocional se relacionan con estrategias de afrontamiento basadas en la reflexión y la resolución de problemas. Sin embargo, los niveles bajos se relacionan con estrategias de afrontamiento basadas en la evitación, la rumiación y la superstición, los cuales parecen evidenciar que las mujeres prestan niveles altos de atención hacia las emociones, misma que se relaciona con estrategias de afrontamiento inadecuadas y ello está asociado con un estilo de afrontamiento centrado en las propias emociones que se pueden manifestar de modo pasivo y agresivo, ambas basadas en el alivio producto del miedo, la tristeza o la ira provocadas por violencia.

A su vez Centeno (2011) puntualiza que el concepto de inteligencia emocional se define como:

La habilidad de comprender y manejar las emociones propias y las de quienes nos rodean es decir la intrapersonal y la interpersonal en forma más conveniente y satisfactoria"... La primera con relación a la autoestima y la segunda con las

habilidades sociales. La intrapersonal es lo que se entiende por autoestima centrándose en sentimientos, es la capacidad de asumir con respeto y veracidad cómo somos y que queremos, entender cuáles son nuestras prioridades y anhelos, para así actuar en consecuencia. Mientras que la interpersonal es la habilidad para entender y relacionarnos eficazmente con nuestras emociones y las de los demás. (P. 27).

En conclusión se puede considerar a la inteligencia emocional como la forma de hacer que las emociones trabajen, utilizándolas con el fin de que ayuden a guiar el comportamiento. Las mujeres que cuentan con habilidades sociales, manejo de emociones, alta autoestima y empoderamiento, muestran capacidad para colaborar en condiciones de igualdad e incluso para ejercer liderazgo en su entorno, pueden llegar al logro de sus metas y objetivos mediante reglas claras y explícitas sin dejar de mencionar que existen excepciones de acuerdo a su entorno. Así mismo, la superación personal, profesional y otros logros como los psicológicos auguran que las mujeres adquieran factores de protección contra la violencia, por lo que a continuación se abordará sobre este tema.

3.3 Factores de protección contra la violencia de género

Las habilidades sociales y el manejo de las emociones ayudan a la solución de problemas y repercuten de forma positiva en la autoestima originando los factores de protección contra la violencia de género, lo que se refleja en la armonía de las relaciones en el entorno de la persona, que se logra mediante la educación y entrenamiento de habilidades sociales para la prevención de la violencia. Antes de analizar los factores de protección contra la violencia de género se mencionarán las causas que originan la violencia, además de observar los factores de riesgo en la violencia de género, considerando los mismos en las mujeres para prevenirla.

La violencia también se puede manifestar en los infantes ya que según Criado (2004), se originan si no cuentan con ciertas necesidades tales como: la falta de normas y reglas establecidas, carencias en la vinculación afectiva, falta de

educación formal, inadecuada interacción con adultos que sirven como modelo y pueden transmitir actitudes pasivas y sin violencia, entre otras. Cabe mencionar que este patrón de conductas, en algunas ocasiones, se mantiene durante la adultez, mediante conductas violentas.

A su vez Barberá (2004) expresa que las principales causas de violencia contra las mujeres son las desigualdades sociales generadas por el sistema patriarcal y las creencias misóginas, estas desigualdades tanto en el ámbito público como en el privado constituyen barreras para el empoderamiento y también para la prevención de la violencia contra las mujeres.

Del mismo modo Echeburúa y Redondo (2010) indican que el perfil de riesgo de las mujeres víctimas de violencia es contar con antecedentes de maltrato o abuso sexual en la infancia, con una discapacidad o alteración psíquica o física, con una personalidad débil o poco asertiva, con baja autoestima, con carencias afectivas, con aislamiento social y familiar y roles sociales tradicionales fuertemente enraizados.

También hay factores de riesgo que menciona Rico (1996) son la escasa calificación laboral de las mujeres, el menor reconocimiento social de las tareas que realizan y su menor autonomía y poder de decisión. A estos elementos hay que sumar la falta de asertividad de las mujeres para resistir a la intimidación y la coerción y el aprendizaje, a través de la socialización, que las lleva a considerar que la seducción forma parte de toda relación con los hombres.

Por lo tanto Criado (2004) sostiene que es necesario prevenir la violencia desde la primera infancia y los distintos contextos del desarrollo infantil, tales como la familia, la escuela, el grupo de iguales, los medios de comunicación y la sociedad o cultura en que el infante vive, para que en la adultez no prevalezca la violencia de género.

Asimismo Echeburúa y Redondo (2010) mencionan que para la prevención de la violencia se necesitan emprender actuaciones educativas, sociales, de ayuda, económicas, de mejora urbanística, entre otras, que tengan como objetivo y logren en alguna medida, disminuir las agresiones contra las mujeres con acciones preventivas que se identifican y justifican por la evaluación de sus resultados. Se recomienda que la prevención se inicie en las primeras

etapas, especialmente en el marco de la familia y de la escuela, y cuando los casos requieran de atenciones concretas mediante servicios psicosociales especializados. Es decir, unos de los factores para la prevención de la violencia son la crianza y educación en la familia.

Dado que los roles y estereotipos de género tienen su origen en la infancia al ser modificados pueden influir en la prevención de la violencia, por eso Casique (2004) examinó los posibles efectos que tienen en la erradicación de la violencia hacia las mujeres y la participación de los hombres en el cuidado y crianza de los hijos sobre la que los cónyuges toman las decisiones, mientras que la distribución del gasto es la decisión menos tomada en conjunto ya que en ocasiones existe violencia económica. La autonomía de las mujeres, al igual que su poder de decisión, varió significativamente entre mujeres urbanas y rurales, también según su nivel educativo y grupo socioeconómico.

Es de observar que en las familias existe la necesidad de que las mujeres modifiquen su rol en el hogar debido a la necesidad particular que tenga, lo cual ha dado lugar a que las mujeres trabajen fuera de casa, originando que adquieran diversos factores protectores de violencia de género como el empoderamiento, logrado a través de la libertad, entendida como autonomía, control de sí misma y su vida, toma de decisiones, acceso y control de recursos económicos obtenidos a través del aspecto laboral y ausencia de violencia en contra de ella.

Como parte de las medidas para proteger a las mujeres de la violencia de género, Barberá (2004) comenta que sería necesario transmitir a las mujeres confianza en sí mismas, en sus capacidades y en su poder como seres humanos mediante la educación, las oportunidades laborales, la alfabetización general y en materia legal y de derechos humanos. Además debería llevarse a cabo simultáneamente la sensibilización y concienciación de la opinión pública y de los colectivos profesionales implicados, la educación sentimental para la no violencia y la resolución pacífica de los conflictos, la reforma de las leyes, el control de la publicidad, la intervención directa de la potenciación y recuperación de las víctimas o la educación de las intervenciones y de las medidas adoptadas.

Además Hernández (2006) comenta que las políticas de desarrollo rural en México, en las últimas décadas, han puesto muchos de sus esfuerzos en la

incorporación de las mujeres de los pueblos al mundo laboral, rescatando algunas de las antiguas tareas que hasta hace unas pocas décadas realizaban. Por lo que las mujeres no sólo deben conformarse con la visualización y valoración de las funciones sociales que realizan y menos con un poder marginal, sino que deben transformar las relaciones entre los géneros demandando espacios en los que pueda adquirir el verdadero reconocimiento y negociar en igualdad. Cabe mencionar que lo anterior no es generalizado en algunas zonas rurales.

Al respecto Barberá (2004) refiere que las políticas estatales están obligadas a proteger a las personas que están siendo víctimas de violencia contemplando en primer lugar las medidas de protección y acción inmediata y en segundo lugar los programas de prevención a mediano y largo plazo. Así mismo Sargot (2008) menciona que algunas de las propuestas feministas son las leyes, políticas y programas para empoderar a las mujeres, y contemplan las dimensiones: prevención, protección, sanción y reparación integral del daño. Sin embargo para erradicar la violencia, se debe garantizar la autonomía, el bienestar e integridad de las mujeres, sin buscar solamente la aprobación de leyes.

Por su parte Álvarez (2003) nos refiere, en su trabajo, factores de prevención que puedan interesar a las mujeres para tener un entorno saludable, conforme una equidad de género. Se ha observado que la violencia afecta a la sociedad desde un ámbito histórico cultural, debido a que no son perceptibles y favorecen en mucho la violencia. Lo anterior afecta en gran medida a las mujeres considerado como violencia de género, que provoca enfermedades y alteraciones psíquicas e incluso algunas como el cáncer y accidentes mortales.

Trabajo con dos grupos de 24 adolescentes de ambos sexos de 15 a 19 años, considerando que son la generación del futuro y utilizando técnicas de participación y juego que permitieran conocer cuestiones cotidianas que detonaran en violencia de género, los cuales constaron de 9 sesiones con 9 temáticas, considerando la relación de pareja y expresión de afectos, las sesiones se conformaron con objetivo, contenidos y secuencia de actividades. Los resultados muestran que la violencia llega a verse de forma cotidiana y normal formando una subjetividad insensible generadora de mecanismos de defensa psicológica. Ambos sexos relacionaron la problemática de violencia de género a la relación de pareja

vinculando el amor romántico, incluyendo la idea de que la violencia del hombre a las mujeres o viceversa se puede tomar como amor (Álvarez, 2003).

Es de observar que algunos de los factores eficaces y accesibles para la prevención de la violencia de género se relacionan con la educación escolar y dentro del hogar, otro factor importante para prevenirla puede ser cuando las mujeres adquieren independencia económica por medio de un empleo ya que logra autonomía y libertad en su vida. Sin dejar de lado que puede ser libre de elegir desempeñar cualquier actividad y sin embargo ser una persona valorada del mismo modo si trabaja o no lo hace. Del mismo modo existen leyes que promueven el bienestar de las mujeres y aunque son importantes para respaldarlas, su difusión y aplicación no abarca algunas de las comunidades rurales. Las mujeres que han adquirido presencia en la sociedad la ha logrado a través de factores de protección como empoderamiento que a continuación se detallará.

3.4 Empoderamiento

Los cambios estructurales que demanda la sociedad con respecto a la valoración de las mujeres son reemplazados constantemente, y ellas mismas se plantean su valía y capacidades mediante actividades individuales, además ha logrado desempeñar cargos de liderazgo y otros puestos de poder, por lo que se verá el empoderamiento de las mujeres, abordado desde la influencia de la autonomía y el autoconocimiento como capacidades adquiridas para pensarse, sentirse y actuar como persona independiente bajo principios, normas, criterios, deseos y metas propios, que permitan el reconocimiento y realización de sus potencialidades.

El empoderamiento ayuda a las mujeres a plantearse metas y cumplir su proyecto de vida, repercutiendo de forma benéfica en su autoestima así como desafiar obstáculos y tener seguridad en sus cualidades y defectos de acuerdo a su subjetividad, así como a desprenderse de mitos y esquemas tradicionales donde las mujeres son subordinadas.

En el Curso Básico de Empoderamiento y Liderazgo (2014) siguiendo los argumentos de Gramsci, Foucault y Freire, el poder se define como el acceso, uso y control de recursos tanto físicos como ideológicos que comenzó a ser aplicada en los movimientos de mujeres a mediados de los setenta, generando cambios dentro de las relaciones de poder entre géneros.

De acuerdo con García (2003) el uso de la palabra empoderar y empoderamiento denotan acción y surgen en el contexto de movimientos sociales que buscan la transformación de las condiciones de subordinación y explotación, así mismo transmiten la idea de que el sujeto se convierte en agente activo de su proceso de cambio y contribuye a impulsar cambios en la cultura, principalmente en los imaginarios sociales sobre las mujeres en el poder.

Por su parte De Gonzalo y Vitela (2010) manifiestan que el término empoderamiento es una traducción literal del concepto inglés empowerment y significa “ganar poder” como persona o grupo, fortalecerse, en la posición social, económica y política. En el contexto de la igualdad de mujeres y hombres, alude al proceso de toma de conciencia individual y colectiva de las mujeres, que les permite aumentar su participación en los procesos de toma de decisiones y de acceso al ejercicio de poder. Así mismo para Sargot (2008) el empoderamiento es la transformación de las relaciones de poder debido al control sobre sus condiciones de vida; sus recursos económicos, físicos e intelectuales.

Al respecto Castillo (2011) comenta que el concepto de empoderamiento, asociado al tema de los derechos, es interpretado como la capacidad de conocer, apropiarse, defender y ejercer sus derechos, más allá de las resistencias encontradas en el entorno. También está asociado con autoestima, autoafirmación, desarrollo de habilidades para un buen desenvolvimiento en la comunidad, la familia y la pareja, se refiere al control de su cuerpo, de su vida, de sus decisiones. Por lo que en los grupos, son más bien percepciones individuales a partir de sus reflexiones personales, o grupales.

A su vez Riaño y Okali (2008) consideran que el empoderamiento es un conjunto de procesos centrado alrededor del núcleo de la confianza, autoestima, sentido de la capacidad individual o grupal para realizar acciones de cambio y dignidad. Así mismo Casique (2010) refiere que el empoderamiento es el medio

por el cual la persona sin posibilidad de tomar decisiones de vida adquiere la capacidad, pero cuando se habla de empoderamiento femenino hace referencia al proceso y al resultado de la acción. Analizó los datos provenientes de la Encuesta Nacional sobre la Dinámica de las Relaciones en los Hogares en el 2003 para predecir el poder de decisión en la esfera familiar de las mujeres.

Como resultados encontró que la diferencia en años de escolaridad entre los miembros de la pareja, la unión libre y la condición de trabajador del esposo, no se relacionan con el nivel de poder de decisión en la esfera familiar de las mujeres ni tampoco el estrato socio-económico muy bajo. El poder de decisión aumentó si las mujeres podían decidir si trabajar o no, cuándo tener relaciones sexuales, si tienen una ideología en equidad de género, en la realización de trabajo doméstico. También existe interacción entre el empoderamiento y los ingresos del trabajo de las mujeres, la propiedad de la casa y entre la ideología de roles de género de las mujeres con el poder de decisión (Casique, 2010).

Así mismo Castillo (2011) refiere que las mujeres que conforman una organización, son clave en el trabajo de la misma y hablan del empoderamiento colectivo, o del poder en el grupo; el cual les da fuerza para incidir en los cambios de su comunidad y les permite sentirse orgullosas y poderosas, es decir que las familias se involucren apoyando las actividades; que a su vez les sirvan como referentes para el tema de los derechos de las mujeres.

A su vez Flintan (2008) añade que el empoderamiento de las mujeres implica la apertura de oportunidades, acceso y control sobre los recursos y participación igualitaria con los hombres en la toma de decisiones de acuerdo a sus necesidades básicas, que implican el aumento de concientización, confianza en sí misma, conocimiento y actividades colectivas, reducción de la violencia y explotación, seguridad económica, independencia, opciones y oportunidades, así como responsabilidad compartida para el trabajo individual y de grupo para crear fortaleza, solidaridad y acción, poder político, capacidad para mejorar la vida y el futuro de su familia.

Al respecto De Gonzalo y Vitela (2010) definen el empoderamiento de las mujeres como una implicación de la toma de conciencia sobre su subordinación y el aumento de la confianza en sí mismas (poder propio); la organización autónoma

para decidir sobre sus vidas y sobre el desarrollo que desean (poder con); la movilización para identificar sus intereses y transformar las relaciones, estructuras e instituciones que les limitan y que perpetúan su subordinación (poder para).

En relación con lo anterior Medina (2007) menciona que en el análisis de aspectos concretos del empoderamiento femenino como la autonomía de las mujeres han probado ser un factor central para el logro de metas y capacidades a las que tradicionalmente tenían un acceso limitado o nulo. En general, el empoderamiento de las mujeres se refiere al control de las mismas sobre su vida, su cuerpo y su entorno y ello pasa por diversos aspectos como libertad de movimiento y acción (autonomía), injerencia en los procesos de toma de decisiones (poder de decisión), acceso y control de recursos económicos, ausencia de violencia en contra de ella, acceso a la información e igualdad jurídica.

El empoderamiento es un factor que determina el que las mujeres puedan decidir sobre su vida, es decir lo que quieren, necesitan y pueden realizar, sin embargo para que el proceso de empoderamiento se dé es esencial una conciencia crítica, reflexiva, que promueve la creatividad y la capacidad de tomar decisiones y transformar la realidad; y la organización para luchar por el cambio (el cual involucraría el control de los recursos y el de la ideología). Otros lo plantean en tres dimensiones principales: la personal (desarrollo del sentido de ser, de la confianza y de la capacidad individual), la referente a las relaciones cercanas (habilidad para negociar la naturaleza de la relación y las decisiones que se toman en su interior), y la colectiva (participación en estructuras políticas locales o informales, internacionales o formales; acción fundamentada en un modelo cooperativo y no competitivo) (García; 2003).

En relación a lo anterior Delgado-Piña, Zapata-Martelo, Martínez-Corona y Alberti-Manzanares (2010) realizaron un estudio basado en el proyecto llamado "Empoderamiento de Mujeres de colonias urbano-marginadas", y fue producido por el Fondo de Desarrollo de Naciones Unidas para la Mujer y el Instituto de la Mujer Guanajuatense, realizado en Celaya Guanajuato durante 2004 con el objetivo de contribuir a la formación y empoderamiento de las mujeres para mejorar los términos y condiciones de su participación en el desarrollo social y

económico de su comunidad; el grupo que participó en el proyecto de empoderamiento 2004 se conformó por 20 mujeres, escogidas entre doscientas incorporadas al proceso, de esas se eligieron solo siete mujeres para las entrevistas, relatos de vida y observación, que se realizaron en 2006 después de dos años de concluido el proyecto. La entrevista tuvo siete apartados con 38 preguntas distribuidas en: datos generales, programa de empoderamiento, autoreconocimiento, autoestima, participación, autoconcepto y organización. Los relatos de vida estuvieron dirigidos a tres momentos: infancia familiar; adolescencia, decisiones importantes, miedos y expectativas y adultez, autoconcepto, autoreconocimiento, decisiones y elecciones.

Observaron que las mujeres entrevistadas tuvieron un padre autoritario sin oportunidad de comunicación o expresión de ideas y una estrecha relación con sus madres. Además observaron una represión, y el “salir adelante” es uno de sus objetivos principales y han superado conflictos por lo que están acostumbradas a luchar y resolver problemas. Todas coincidieron en que la familia es la creadora del género, del trabajo, la moral y la formación emocional e intelectual de sus miembros(as), además consideran a la familia como su debilidad. Antes del proyecto refirieron haberse sentido un tanto perdidas como personas (con pocas ganas de dedicar tiempo a su persona y con muchos temores). Como defectos identificaron que no sabían cuándo hay que decir “no” y dejaban pasar las cosas sin decir nada. El empoderamiento les ayuda a hacer y hablar, y cada una lo ha vivido de manera distinta y los conflictos han sido diferentes; uno de los principales obstáculos que estas mujeres encontraron fue con la familia (pareja particularmente), además de romper con los roles establecidos como el trabajo doméstico; pero a cambio de eso se sienten libres para administrar su tiempo y son capaces de tomar decisiones ya que en general las experiencias de las mujeres del proyecto de empoderamiento parecen similares, y ahora son promotoras comunitarias que colaboran en la organización, planeación y solución de problemas de las comunidades (Delgado-Piña y Cols, 2010).

Encontraron que el empoderamiento es uno de los procesos que producen cambios en la identidad, también implica cambios en la forma de percibirse a sí mismas y su entorno. Se da a nivel cognitivo ya que su fin es el cambio de las

estructuras de poder, y propone la construcción de una nueva configuración social y subjetiva en la que exista una relación de equidad entre los géneros y al ser un proceso individual cada una puede empoderarse a sí misma, siendo un proceso importante y esencial para la prevención de la violencia contra las mujeres. La práctica del empoderamiento en mujeres es uno de los factores que previenen la violencia de género, ya que esta adquiere mayor control sobre su vida (Delgado-Piña y Cols, 2010).

De acuerdo con De Gonzalo y Vitela (2010) el proceso del empoderamiento tiene un inicio y un fin diferentes para las mujeres o grupos de mujeres, además para cada estilo de vida, contexto e historia, y según la localización de la subordinación en lo personal, familiar, comunitario, nacional, regional y global.

Así mismo Flintan (2008) considera que la intervención y apoyo en programas es básica y fundamental para fomentar y favorecer el proceso de empoderamiento a través de una función de capacitación o facilitación en apoyo de esta necesidad, lo cual desarrollaría el empoderamiento individual de las mujeres promoviendo su participación, adquisición de habilidades, y capacitación en la toma de decisiones, control sobre sus recursos. Y puede ser apoyado y promovido para su participación en los sistemas políticos, que implicaría un proceso por el cual las mujeres pueden analizar, desarrollar y expresar libremente sus necesidades e intereses, sin que sean predefinidos o impuestos, siendo ellas mismas capaces de formular y decidir cuáles son estos intereses y metas u objetivos a lograr.

Además existen factores como la autonomía que forman parte del empoderamiento, por lo cual García (2003) considera indicadores directos de la autonomía a la participación de las mujeres en la toma de decisiones en el hogar (educación, la salud de los hijos e hijas así como la influencia de las mujeres en lo que concierne a las compras y los gastos del hogar mediante el acceso y control de recursos económicos); la decisión del uso de anticonceptivos y la planificación familiar; estar libre de violencia doméstica; actitudes a favor de la equidad de género y a la elección del cónyuge, composición de la pareja y del hogar.

De acuerdo con lo anterior Medina (2007) realizó un estudio cuyo objetivo fue estudiar las experiencias de un grupo de mujeres, de lo cual obtuvo que son determinantes las motivaciones para la realización de la actividad comunitaria, el cumplimiento de su deber como ciudadanas, el mejoramiento de las condiciones de vida y a la solidaridad, dichas actividades están asociada con la actividad político partidista, ya que en las narraciones las participantes mencionan su activismo político y la posición alcanzada dentro de sus agrupaciones. Existe la inquietud por trascender y están presentes rasgos de empoderamiento, ya que las habilidades que este grupo pueda transmitir a los demás fomentan en los individuos respuestas asertivas hacia los cambios de la sociedad.

De acuerdo con el Curso Básico de Empoderamiento y Liderazgo (2014) erradicar los estereotipos que frenan la plena inserción de las mujeres en el mundo laboral, en condiciones de igualdad, supone una dificultad para su empoderamiento como colectivo social que participa en los procesos de producción, por tanto las políticas activas de empleo deben potenciar, como estrategia para el empoderamiento, acciones positivas destinadas a erradicar toda discriminación de tipo laboral hacia las mujeres.

En conclusión el empoderamiento de las mujeres, es adquirido a través de factores como la autonomía, el control de sí misma, toma de decisiones, acceso y control de recursos económicos, el desarrollo de autoestima y fomento de las capacidades necesarias para su bienestar físico y psicológico logrando equidad de género, sin olvidar que son personas con derechos y obligaciones que es necesario compartir, por lo cual se consideró como un factor de protección contra la violencia ya que le otorga confianza y dignidad como persona para tener independencia logrando reducir la violencia, mejorando su calidad de vida en una equidad de género.

MÉTODO

Planteamiento del problema

El tema de la violencia que se genera hacia las mujeres por el simple hecho de serlo, ha sido abordado en artículos y medios de comunicación en donde se ve de manifiesto dicha violencia de género. Se habla, con frecuencia, de ella, cómo se vive, se enfrenta o las secuelas que produce, sin embargo no se abordan, en su mayoría, los factores que puede poseer una mujer para estar exenta o protegida de la violencia. Es por ello que el presente trabajo aborda los factores de protección para la prevención de violencia hacia las mujeres, los cuáles son las herramientas que las mujeres necesitan para situarse en una posición sin violencia respecto de su género. Para tal efecto se consideraron como factores de protección para la prevención de violencia hacia las mujeres a la autoestima, el liderazgo y el empoderamiento.

Preguntas de investigación

1. ¿Con qué herramientas cuentan las mujeres para no ser violentadas?
2. ¿Está el liderazgo relacionado con la prevención de violencia?
3. ¿Se relaciona la no violencia con la autoestima?

Objetivo general

Investigar los factores de protección de las mujeres sin violencia.

Objetivos específicos

- Identificar si la autoestima, el liderazgo y el empoderamiento son factores de protección contra la violencia hacia las mujeres
- Distinguir las características de la autoestima de las mujeres.
- Conocer las características de las mujeres líderes.
- Observar las características de las mujeres empoderadas

Participantes:

Se trabajará con 4 familias que consten de padre, madre, hijos e hijas, cuyos miembros sean mayores de 18 años y menores de 60 años.

Criterios de inclusión:

- Que pertenezcan a una familia.
- Que la familia conste de padre, madre, hijos y/o hijas.
- Que la familia conste de madre hijos y/o hijas.
- Que sean mayores de 18 años.
- Que sean familias de 4 integrantes o más.
- Que las familias cuenten con al menos una hija.
- Residentes de zona metropolitana.
- Que la madre trabaje o tenga estudios a nivel licenciatura o equivalente.
- Que sean menores de 60 años.

Criterios de exclusión:

- Que la familia conste de padre e hijos.
- Que las familias solo tengan hijos hombres.
- Que los hijos o hijas sean menores de 18 años.
- Que sean familias de menos de 4 integrantes.
- Que los participantes sean mayores de 60 años.

Materiales

1. Lápices o plumas.
2. Hojas blancas.
3. Hojas impresas de los instrumentos.

Lugar de aplicación:

Los instrumentos se aplicarán en los domicilios de las familias.

Sistemas de evaluación:

Se les proporcionarán 3 instrumentos autoaplicables, uno referente a liderazgo, dos de autoestima y la historia de vida, todos aplicados de forma escrita.

Diseño:

El diseño de investigación empleado será no experimental de tipo correlacional-causal y de corte transversal ya que este describe relaciones entre dos o más categorías, conceptos o variables en un momento determinado, puesto que en éste caso se van a relacionar la autoestima, el liderazgo y el empoderamiento como factores de protección para la prevención de violencia hacia las mujeres.

Procedimiento:

El procedimiento empezará con la selección de las familias; posteriormente se realizará una entrevista previa para informarles sobre el estudio y pedirles su autorización y cooperación con el mismo; después se llevará a cabo la aplicación de los instrumentos sin determinarles el tiempo en el cual se deberá contestar, adaptando las sesiones y su duración a cada familia; se recolectarán los datos obtenidos de acuerdo a la forma de empleo de cada prueba y por último se analizarán los resultados obtenidos para llegar a una conclusión.

RESULTADOS

Los participantes fueron cuatro familias de entre 4 a 5 miembros cada una. La tabla 1 muestra que el rango de edad fue de entre 18 y 56 años. En cuanto a nivel escolar se observa que la mayoría de los participantes tiene estudios de licenciatura, sin embargo uno de los participantes tiene solo estudios de primaria, y otro cuenta con maestría. Asimismo muestra que en dos de las familias la madre tiene una preparación superior a la del padre (Familia 1; Familia 3), siendo la familia 4 la única en donde el hombre es quien tiene mayor preparación mientras que la familia 2 tiene una igualdad en el nivel escolar.

Tabla 1. Datos demográficos por familia.

| Familia 1 | | |
|------------|------|-----------------|
| Integrante | Edad | Nivel escolar |
| Madre | 56 | Carrera Técnica |
| Padre | 56 | Secundaria |
| Hija | 33 | Secundaria |
| Hija | 32 | Bachillerato |
| Hija | 21 | Licenciatura |
| Familia 2 | | |
| Integrante | Edad | Nivel escolar |
| Padre | 55 | Licenciatura |
| Madre | 50 | Licenciatura |
| Hijo | 31 | Licenciatura |
| Hija | 25 | Licenciatura |

| Datos demográficos por familia | | |
|---------------------------------------|------|---------------|
| Familia 3 | | |
| Integrante | Edad | Nivel escolar |
| Padre | 55 | Primaria |
| Madre | 48 | Licenciatura |
| Hija | 22 | Licenciatura |
| Hija | 18 | Bachillerato |
| Familia 4 | | |
| Integrante | Edad | Nivel escolar |
| Padre | 56 | Maestría |
| Madre | 56 | Licenciatura |
| Hija | 21 | Licenciatura |

De acuerdo a la tabla 2 de datos por edades se determina que la media es de 39 años, 6 meses y 9 días, mientras que la moda es de 56 años.

Tabla 2. Datos por edades de los participantes

| EDADES (EN AÑOS) | FRECUENCIAS | |
|-------------------------|--------------------|----------|
| 18 | 1 | 18X1=18 |
| 21 | 2 | 21X2=42 |
| 22 | 1 | 22X1=22 |
| 25 | 1 | 25X1=25 |
| 31 | 1 | 31X1=31 |
| 32 | 1 | 32X1=32 |
| 33 | 1 | 33X1=33 |
| 48 | 1 | 48X1=48 |
| 50 | 1 | 50X1=50 |
| 55 | 2 | 55X2=110 |
| 56 | 4 | 56X4=224 |
| TOTALES | 16 | 635 |

$635/16=39.6875$
 LA MEDIA ES 39.69 AÑOS
 LA MODA ES 56 AÑOS

En la tabla 3 se muestran los resultados de la escala de autoestima de Rosenberg (2000) que considera a la autoestima como un sentimiento hacia uno mismo, el cual se construye por medio de una evaluación de las propias características. La escala fue dirigida en un principio a adolescentes, hoy se usa con grupos etarios. Cuenta con 10 ítems, divididos equitativamente en positivos y negativos. Se mide mediante la graduación de respuestas entre 1 y 4 puntos (1=muy en desacuerdo, 2=en desacuerdo, 3= de acuerdo y 4 =muy de acuerdo) y se asigna el puntaje inverso a las afirmaciones direccionadas negativamente; los valores teóricos varían entre 10 (baja autoestima) y 40 (alta autoestima) quedando 20 en nivel medio.

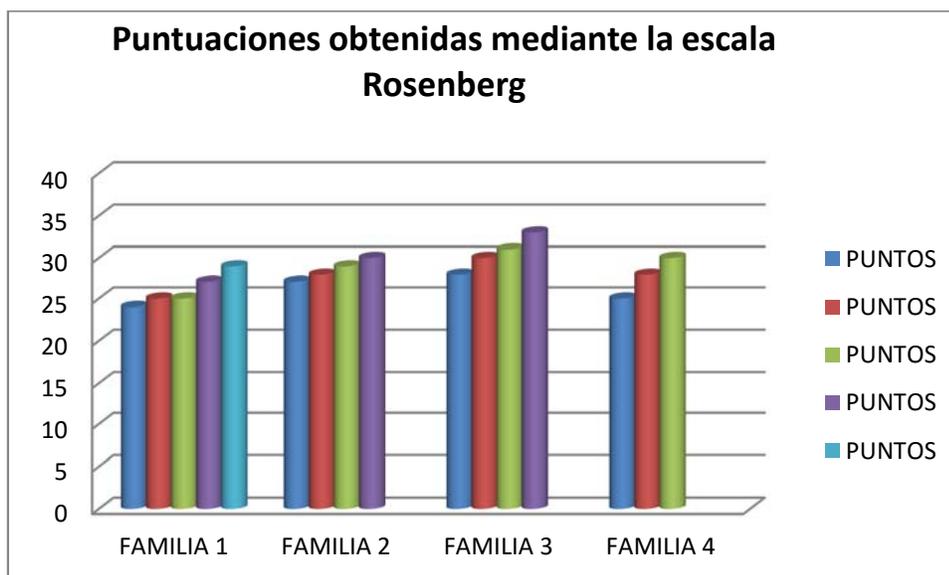
De acuerdo a esta escala se puede observar que en la familia 1 sus integrantes parten del nivel medio que es de 20 puntos sin embargo es de considerar que el integrante con nivel licenciatura calificó con 24 puntos mientras que el de nivel secundaria de sexo masculino de 56 años calificó con 29 puntos es decir que en este caso el nivel escolar no fue uno de los puntos importantes dentro de la autoestima. En la familia 2 todos sus integrantes calificaron mayor de 20 puntos por lo cual tienen un nivel medio superior en autoestima, cabe notar que todos tienen estudios a nivel licenciatura y que la mayor calificación de 30 puntos es de la integrante femenina de 50 años. En la familia 3 es muy variada la puntuación de acuerdo a los estudios dos integrantes son de nivel primaria, bachillerato y 2 de licenciatura, sin embargo el de primaria calificó con 30 puntos lo cual deja entrever nuevamente que no le afectó en este caso su nivel de estudios en cuanto a su autoestima. En la familia 4 resultó la calificación entre 25 a 30 puntos siendo la menor del integrante de sexo masculino de 56 años con nivel de estudios maestría y la mayor del integrante de sexo femenino de 56 años con estudios a nivel licenciatura.

Tabla 3. Puntuaciones obtenidas mediante la Escala Rosenberg

| | Familia 1 | | | | | Familia 2 | | | | Familia 3 | | | | Familia 4 | | |
|---------------------|-----------|------|------|--------|------|-----------|------|------|------|-----------|-------|------|------|-----------|------|------|
| Nivel Escolar | Lic. | Bach | Sec. | C.Tec. | Sec. | Lic. | Lic. | Lic. | Lic. | Bach. | Prim. | Lic. | Lic. | Mc. | Lic. | Lic. |
| Sexo | F | F | F | F | M | M | F | M | F | F | M | F | F | M | F | F |
| Edad | 21 | 32 | 33 | 56 | 56 | 55 | 25 | 31 | 50 | 18 | 55 | 48 | 22 | 56 | 21 | 56 |
| Puntuación obtenida | 24 | 25 | 25 | 27 | 29 | 27 | 28 | 29 | 30 | 28 | 30 | 31 | 33 | 25 | 28 | 30 |

En la información se considera la puntuación en escala de autoestima Rosenberg tomando en cuenta que el más alto es de 40 puntos mientras que el medio es de 20, por lo cual se determinó que dentro de las cuatro familias todos los participantes es tan arriba del punto medio es decir que ningún participante estuvo en riesgo de baja autoestima.

Figura 1. Puntuaciones obtenidas mediante la Escala Rosenberg



En la tabla 4 se muestra la puntuación total obtenida por participante y por familia del Cuestionario de autoestima (2007) que consiste en una escala tipo Lickert, que mide el nivel de acuerdo de los participantes ante cada afirmación

respecto a la percepción que tienen sobre su autoestima. Consta de 48 afirmaciones que abordan aspectos personales, familiares y laborales. El resultado se obtuvo al sumar los datos, que se clasifican en resultados favorables (F) de autoestima si los puntajes se aproximan al máximo puntaje que es de 250, y se clasifican como resultados desfavorables (D) a los puntajes cercanos a los 50 puntos, siendo 150 la puntuación media para determinar si la autoestima es alta o baja.

De acuerdo al cuestionario de autoestima en escala Licker se puede observar que en la familia 1 los integrantes obtuvieron resultados favorables ya que todos calificaron mayor a 150 que es la puntuación media observando que la persona de nivel secundaria obtuvo una calificación de 210 puntos mientras que el de nivel licenciatura logro 159 como calificación menor en su familia. En la familia 2 cabe notar que uno de sus integrantes calificó con 138 puntos, por tanto fue menor es decir desfavorable sin considerarse de riesgo y la más alta de 231 items de sexo femenino de 50 años. En la familia 3 el integrante con nivel primaria fue la persona con mayor puntuación con un total de 201 items, mientras que el de nivel bachillerato obtuvo 142 items considerándose desfavorable sin riesgo, y uno de los de nivel licenciatura obtuvo 164, quedando en nivel medio lo cual es de observar que el nivel escolar no influyó en la autoestima. En la familia 4 quien obtuvo mayor puntuación en ítems fue la persona con maestría y todos sus integrantes calificaron arriba de la puntuación media siendo en esta ocasión la persona de sexo femenino de 56 años quien obtuvo 161 items sin quedar debajo de la puntuación media.

Tabla 4. Resultados de cuestionario de autoestima

| Familia 1 | Familia 2 | Familia 3 | Familia 4 |
|-----------|-----------|-----------|-----------|
|-----------|-----------|-----------|-----------|

| Nivel Escolar | Lic. | Sec. | Sec. | Bach | C.Tec. | Lic. | Lic. | Lic. | Lic. | Bach. | Lic. | Lic. | Prim. | Lic. | Lic. | Mc. |
|---------------------|------|------|------|------|--------|------|------|------|------|-------|------|------|-------|------|------|-----|
| Sexo | F | F | M | F | F | M | F | M | F | F | F | F | M | F | F | M |
| Edad | 21 | 33 | 56 | 32 | 56 | 31 | 25 | 55 | 50 | 18 | 48 | 22 | 55 | 56 | 21 | 56 |
| Puntuación obtenida | 159 | 196 | 210 | 222 | 223 | 138 | 186 | 197 | 231 | 142 | 157 | 164 | 201 | 161 | 182 | 208 |
| Resultado | F | F | F | F | F | D | F | F | F | D | F | F | F | F | F | F |

En la tabla 5 se puede observar los resultados obtenidos por persona y por familia del test de liderazgo de Kurt Lewin (1939) que mide los tres tipos de liderazgo: autoritario, democrático y permisivo (*laissez faire*); los cuales se adaptan de acuerdo a la situación en que el líder se encuentre. Para su evaluación se marcan el número de las respuestas que contesten "de acuerdo" y se suman el número de respuestas obtenidas en cada estilo.

Los participantes puntuaron alto en el estilo de liderazgo democrático, a excepción de los participantes femenina de 25 años y masculino de 55 años de la familia 2 y femenina de 48 años de la familia 3. En este tipo de liderazgo el líder acepta contribuciones de las demás personas y facilita el trabajo en conjunto y la toma de decisiones, además comunica los planes a los demás y ofrece opciones para la realización del mismo, también procura que los miembros a trabajen entre si y realiza una división de las actividades, de esta forma se conservan múltiples puntos de vista, colaboraciones y participación, mientras conserva el control y rol de líder.

Las participantes que puntuaron alto en el estilo de liderazgo permisivo (*laissez faire*) fueron dos mujeres de las cuales una eran de la familia 2 de 25 años y la otra de la familia 3 de 48 años. Este tipo de liderazgo se da cuando el líder otorga a los demás una total libertad para tomar decisiones sin participar activamente, por lo que los integrantes de la familias no se muestran

comprometidos y dispuestos a realizar las actividades si la necesidad de un líder autoritario o democrático. A su vez la participante de 18 años de la familia 3, además de puntuar alto en el estilo democrático obtuvo el mismo puntaje en el estilo permisivo (*laissez faire*).

Por último la participante de 55 años de la familia 2 y la participante de 33 años de la familia 1 obtuvieron alto puntaje en el estilo autoritario que es cuando el líder toma las decisiones sin que los demás miembros conozcan sus planes.

Tabla 5. Test de liderazgo de Kurt Lewin

| | | Resultados por participante | | | | | | | | | | | | | | | |
|--|---------------|-----------------------------|---|----|----|----|-----------|----|----|----|-----------|----|----|----|-----------|----|----|
| | | Familia 1 | | | | | Familia 2 | | | | Familia 3 | | | | Familia 4 | | |
| Estilos | Participantes | F | F | M | F5 | F | M | F | F | M | M | F | F | F | M | F | F |
| | | | | 32 | 33 | 56 | 6 | 21 | 55 | 50 | 25 | 31 | 55 | 18 | 22 | 48 | 56 |
| Estilo 1 autoritario | | 6 | 8 | 5 | 6 | 5 | 5 | 4 | 4 | 2 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 3 | 5 |
| Estilo 2 democrático | | 9 | 8 | 10 | 11 | 9 | 4 | 5 | 4 | 5 | 6 | 5 | 6 | 4 | 8 | 7 | 10 |
| Estilo 3 Permisivo (<i>laissez faire</i>) | | 3 | 5 | 6 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 3 | 3 | 5 | 4 | 6 | 4 | 2 | 4 |

A continuación se detallaran las historias de vida escritas que se realizaron analizando la información por etapas de: 0-2, 2-7, 7-12, 12-18, 18-25, 25-35, 35-45, 45-60 de acuerdo a cada participante, para visualizar la conducta de los participantes, lo que dicen y hacen, como el producto de la definición de sí mismos respecto a su género y autoestima. Los datos recabados se englobaron en tablas considerando los temas mencionados por los participantes, las personas con las que se relacionaban dichos temas, las emociones que causaban y el conflicto que se desarrollaba, para obtener un análisis por familia de cada uno de los participantes.

En la familia 1 se observó que la participante de 33 años tuvo problemas con la forma como quería vivir su género y como sentía que se lo imponían, y lo resolvió al hacerse independiente de su familia. Además se nota que los participantes masculino 56 años y femenino 56 años notaron cambios en la

estructura familiar por la que expresan sentimientos de alegría al formar una familia propia y con la llegada de los hijos, sin embargo el hombre además manifestó preocupación y nostalgia. Sobre esta familia se puede concluir existen diferentes emociones como desconfianza, molestia, alegría y satisfacción personal, sobre el orgullo y la nostalgia en su mayoría respecto al ámbito familiar.

| Masculino 56 años | | | |
|---|--------------------------------------|--------------------------------------|---|
| TEMA | PERSONAJES | EMOCIONES | CONFLICTOS |
| Familia Amor | Padres Abuelos Tíos | Incertidumbre | |
| Familia Escolar | Madre Abuelos | Tristeza Nostalgia | Cambio de domicilio Muerte de la madre |
| Familia Escolar Amor | Papá Abuelita Primera Novia | Nostalgia | Cambios sin la madre |
| Escolar Trabajo pareja | Esposa | Tristeza | Cambios económicos |
| Familia Personal | Esposa Hijos | Alegría Nostalgia Preocupación | Cambios a la llegada de los hijos |
| Familia Trabajo | Hijos | Satisfacción | Trabajo en E.U |
| Trabajo | | Preocupación | Atención solo en el trabajo |
| Familia Trabajo | Nietos | Satisfacción | Más tranquilidad en el trabajo |
| Trabajo | Hijos Nietos | Alegría Satisfacción | |
| Conclusiones: el participante muestra las emociones de satisfacción por encima de la tristeza y la nostalgia, siendo los cambios en diferentes ámbitos: domicilio, laboral y familiar; fuente de conflicto. | | | |

| Femenino 56 años | | | |
|--|---------------------------------|--|---|
| TEMA | PERSONAJES | EMOCIONES | CONFLICTOS |
| Familia | Gemela | | |
| Familia Escolar | Gemela | Alegría | Cambio de domicilio |
| Escolar | Religiosas Otros niños | Nostalgia Alegría | Cambio de ciudad |
| Escolar Trabajo | Monjitas | Satisfacción Orgullo Alegría Nostalgia | Ingreso laboral |
| Trabajo Familia | Hermanas Padres | Preocupación | Apoyo a familiares |
| Familia Pareja Amor | Familia Novio Primer Hijo | Felicidad | Casarse hijos |
| Familia Pareja Amor Trabajo | Hija Esposo Hermana | Incertidumbre Tristeza Preocupación | Problemas en matrimonio Cambios en estructura familiar |
| Trabajo Familia | hijos | Preocupación | |
| Familia Trabajo | hijos | Felicidad Incertidumbre Preocupación Satisfacción | |
| Conclusiones: en la participante prevalece la emoción de felicidad seguida de la preocupación por encima de la satisfacción, la nostalgia y la incertidumbre. Siendo la mayor fuente de conflicto en el ámbito familiar. | | | |

| Femenino 33 años | | | |
|--|--------------------------|-----------|---|
| TEMA | PERSONAJES | EMOCIONES | CONFLICTOS |
| Familia | Papá Mamá Hermanos | Alegría | |
| Familia | Mamá | Molestia | |
| Familia Rol de género | | Molestia | Poca libertad de movimiento Desigualdad al realizar labores domésticos |
| Familia Rol de género | | | Se vuelve independiente |
| Rol de género Trabajo | | Orgullo | Cambios a independencia económica u cultural |
| Conclusiones: en el participante predomina la molestia sobre el orgullo y la alegría, siendo fuente de conflicto la libertad de movimiento restringida y la desigualdad de labores domésticas. | | | |

| Femenino 21 años | | | |
|---|------------------------------------|--|--|
| TEMA | PERSONAJES | EMOCIONES | CONFLICTOS |
| Familia Trabajo | Madre Padre Hermano tía | Disgusto, tristeza, decepción resentimiento | Cambio en el sistema familiar |
| Familia | Papá Mamá Tercera persona | Coraje Resentimiento Frustración | Separación |
| Familia | Mamá Hermano | Enojo Pérdida | Nuevos estilos de vida |
| Familia Trabajo | Papá Mamá | Fracaso | Independencia económica, laboral y cambio de vivienda |
| Trabajo Escuela | Terceras personas | Autonomía, confianza | Logro laboral y escolar |
| Conclusiones: en la participante se observan emociones de desconfianza e inquietud, por una separación que generó inseguridad en el aspecto familiar. | | | |

En la familia 2 resalta que los participantes masculinos de 55 años y 32 años, presentaron emociones de orgullo, autoconfianza generados por la independencia económica y la adquisición de conocimientos; sin embargo la participante de 25 años presentó conflictos para combinar las actividades laborales con las escolares, ocasionando que se enfocara más en lo laboral. Por lo que respecta a esta familia se observa en gran medida incertidumbre respecto a diferentes ámbitos del futuro: escolar y laboral.

| Masculino 55 años | | | |
|---|-------------------------------------|------------------------------------|---|
| TEMA | PERSONAJES | EMOCIONES | CONFLICTOS |
| Familia | Madre, padre, Esposa Hijos | Confianza Alegría | |
| Familia | Hermano | Añoranza | |
| Familia Escuela | | Alegría | Juegos de infancia, Rebasar limites |
| Escuela | | Confianza | Independencia, escolar y laboral |
| Familia Trabajo Estudio | Esposa | Orgullo, Autoconfianza | Cambios en independencia económica y Adquisición de conocimientos |
| Familia | Esposa | Culpabilidad | Errores cometidos en el matrimonio |
| Familia | Esposa Hijos | Autoconfianza, Autoestima, Amor | Cambios a nivel personal, y familiar |
| Conclusiones: en él participante se observa, inestabilidad familiar en la infancia, así como el logro posterior en la adolescencia a través de un trabajo y la realización de una carrera a nivel Licenciatura, fracasos en nivel personal y matrimonial, así como un logro de superación personal y logro familiar en la actualidad. | | | |

| Femenino 50 años | | | |
|--|------------|------------------------------------|----------------------------|
| TEMA | PERSONAJES | EMOCIONES | CONFLICTOS |
| Familia | Mamá | Agradecimiento, admiración | |
| Familia | Papa | Empatía, Protección, Admiración | |
| Familia | Hermano | Resentimiento | Convivencia en la infancia |
| Escuela | Profesora | Admiración, aprendizaje, | |
| Familia | Marido | Amor, Enojo, Solidaridad | Condiciones económicas |
| Familia | Hijo | Amor, protección, orgullo | |
| Familia | Hija | Amor, protección, empatía, orgullo | |
| <p>Conclusiones: en la participante se observa que predominan los sentimientos positivos y sólo se refiere a una persona de forma negativa. Lo cual indica que es una persona estable en dichos sentimientos. El ámbito que más menciona es el familiar.</p> | | | |

| Masculino 32 años | | | |
|---|---------------------------------------|--|--|
| TEMA | PERSONAJES | EMOCIONES | CONFLICTOS |
| Familia | Padres Abuelos | Valores, amor a la vida. | |
| Familia Escolar | Madre, Padre Hermana Abuelos | Amor, Nostalgia | |
| Familia Escolar Deporte | Madre Padre Amigos | Alegría | Cambio de escuela |
| Escolar | Amigos | Alegría, Confianza | Mejor etapa de amigos, toma de decisión, escolar |
| Familia Trabajo | hermana | Alegría, satisfacción, decisión | Cambio, en la vida laboral, y escolar |
| Escuela Trabajo | | Satisfacción | Trabajo y estudio de una segunda carrera |
| Trabajo | Padres, Abuelos hermana | Satisfacción, Alegría, Añoranza Amor | Realización académica, Insatisfacción en el aspecto laboral |
| Conclusiones: en él participante se observa, satisfacción a nivel familiar y escolar, sin embargo, existe incertidumbre en ámbito laboral en lo futuro aunque por otra parte existe un objetivo de realizar un negocio. | | | |

| Femenino 25 años | | | |
|---|--|--|---|
| TEMA | PERSONAJES | EMOCIONES | CONFLICTOS |
| Familia | Madre, Padre, hermano, abuelos | Amor, alegría, empatía | |
| Familia Escolar | Padre Hermano primos | Felicidad, añoranza agradecimiento | Separación |
| Escolar | Padres Primos, Amigos, profesores | Satisfacción Orgullo alegría | Logro académico |
| Escolar | Hermano amigos | Seguridad, Orgullo, felicidad | |
| Escolar Trabajo | Amigos profesores | Satisfacción laboral, sin embargo incertidumbre en el aspecto escolar | Incompatibilidad en lo académico y laboral |
| Conclusiones: en él participante se observa, estabilidad en ámbito familiar y del trabajo, no así en el profesional que se observa incertidumbre por falta de concluir actividades escolares. | | | |

En la familia 3 destaca que la participante de 22 años expresaba preocupación por el cambio de residencia de la familia sin el padre, pero se sentía protegida y unida a él porque percibía a su familia unida. Además presentó autonomía y orgullo al vivir sola. Es interesante observar como las condiciones adversas en relación a los estudios orillaron al participante de 55 años dejar los estudios y dedicarse al campo. También resalta que la participante de 18 se sintió limitada por su género al no dejarla “jugar rudo” con otros niños, o incluso limitarles amigos, y con sus amigas su autoestima bajaba por percibirse fea, también expreso sentimientos de tristeza por no quedar en ninguna universidad. En resumen se presentan emociones de alegría y felicidad, en relación a aspectos familiar y escolar siendo el participante de 55 años quien muestra en su mayoría emociones negativas.

| Masculino 55 años | | | |
|---|--------------|--------------------------------|---|
| TEMA | PERSONAJES | EMOCIONES | CONFLICTOS |
| Nacimiento | Mamá | | Mucho frío y no tenían ropa para cubrirse de él |
| Accidente | Hermano | Culpa | Se quemó con una braza |
| Educación escolar | Maestro | Temor | Los maestros golpeaban al alumno |
| Ayuda en el hogar | Otros niños | Emoción | |
| Primaria | Maestros | Nostalgia | La escuela estaba lejos y no había transporte para llegar a ella |
| Trabajo | Padres | Coraje | No pudo seguir estudiando y se dedicó al campo |
| Trabajo en el campo | Hermano | | Economía. Dejó de tener apoyo de su hermano porque éste se casó |
| Familia | Hija mayor | Felicidad | |
| Familia | Hija menor | Confianza | Quería que su hija corriera antes de gatear |
| Trabajo | Participante | Tristeza, negación, melancolía | La edad no le permite hacer lo que antes hacía con la misma energía |
| Conclusiones: las emociones que más experimenta esta persona son un tanto negativas, como temor, coraje y culpa. Hace mención en mayor medida de sus maestros, las personas que le enseñaron, algo que al parecer le gustaba, pues mostró mucho coraje cuando supo que no podría continuar estudiando y que debía dedicarse a las labores del campo, así como su padre. | | | |

| Femenino 48 | | | |
|--|-----------------------------|------------------------|---|
| TEMA | PERSONAJES | EMOCIONES | CONFLICTOS |
| Familia | Papá, mamá, tías, madrastra | Alegría | Fallece su madre, vive con sus tías y su padre se vuelve a casar |
| | Tías, madrastra | Dolor, enojo, tristeza | La separan de sus tías y tiene que aceptar a su madrastra |
| Autoestima | Papá, madrastra, | | Su madrastra la golpea |
| Formación académica | | Emoción, pasión | Termina estudios y se va a vivir al Estado de México. Comienza a trabajar en telesecundaria |
| Familia | Esposo, hijas | Felicidad | Su cuñada se casa, ella cuidaba a las niñas, por lo que decide mudarse con sus hijas. Su esposo se queda. |
| Familia | Esposo, hijas | Tranquilidad | Hijas ayudan en labores de la casa y estudian |
| Familia | Hijas, esposo | Melancolía, cariño | Nido vacío |
| Conclusiones: la tabla muestra que las emociones frecuentes se inclinan hacia aspectos positivos, como alegría y felicidad. Los personajes acerca de los cuales hace mayor mención son sus hijas y esposo. | | | |

| Femenino 22 | | | |
|--|---|----------------------------------|---|
| TEMA | PERSONAJES | EMOCIONES | CONFLICTOS |
| Familia | Papá y Mamá | | Cambio de residencia de la madre. |
| Presentación | Hermana | Orgullo | |
| Trabajo y familia | Papá, mamá, abuela paterna, tía paterna y sus 2 hijos | Amor, | Responsabilidades compartidas por el trabajo de su madre, ideas conservadoras de la familia del padre, presión a la familia |
| Familia | Mamá, papá, primo paterno, abuelos maternos, | Preocupación, decisión | Enfermedad en un poblado sin servicios, cambio de residencia a una zona más poblada sin el padre |
| Familia | Abuelos maternos, mamá, papá | Protección, sentimiento de unión | Sus padres vivían separados pero siendo una familia, su madre carga con lo económico |
| Familia | Mamá, abuelos, papá | | Separación del padre |
| Escuela | Amigas y amigos | Soledad | Entra a una nueva escuela, casi no tenía amigas ni amigos |
| Escuela y familia | Amigos, padre, mamá | Amistad, | Escasa relación con el padre comparada con la gran unión a su madre |
| | Chicas, chicos | Reflexión, igualdad | |
| Familia y escuela | Mamá y papá | Apoyo, sorpresa | Cambio de residencia por su cuenta, nueva escuela |
| Realización personal | Novio, mamá | Autonomía, orgullo, | |
| Conclusiones: en la participante predominan las emociones orgullo, generalmente hacía su familia. En dos ocasiones atraviesa por un cambio de residencia que genera cambios y conflictos, aparte de la separación con el padre pese a que siguen siendo una familia. | | | |

| Femenino 18 | | | |
|---------------------|-----------------------------|------------------------------|--|
| TEMA | PERSONAJES | EMOCIONES | CONFLICTOS |
| Nacimiento | Mamá, papá, hermana, abuela | | La mayoría de su infancia la pasó con su abuela |
| Juego | Amiga | | No podían jugar “rudo” con los niños porque podían lastimarse |
| Primaria | Abuela, amigos | Felicidad | Su abuela no quería que jugara con “ciertos” niños |
| Amistad | Amigos | Orgullo | Defendió a uno de los amigos de otro niño y terminó siendo amiga de ambos. |
| Autoestima | Amigas | Enojo | Se sentía fea al lado de sus amigas. |
| Autoestima | Amigos | Alegría. | Hace nuevos amigos (hombres) y se siente más segura de sí misma. |
| Relación con chicas | Grupo de secundaria | | Rivalidad entre las mujeres, no la querían inicialmente. |
| Amistad | Amigos | Alegría | Su mamá le decía que no se “juntara” con sus amigos que eran impulsivos y diferentes. |
| Adolescencia | Amigos, mamá | Arrepentimiento | Amigos con apariencia de “drogos”, bebedores, fumadores. Su mamá la cambia de turno en la escuela. |
| Noviazgo | Novio, mamá | Enojo | Su primer novio era la persona “ideal” según su mamá, por eso regresó con él después de terminar porque eso era lo mejor según su familia. |
| Educación superior | Participante | Tristeza, depresión | No quedó en ninguna universidad. |
| Trabajo | Novio | Seguridad | |
| Universidad | Participante | Alegría, emoción, seguridad. | |

Conclusiones: esta persona experimenta mucha alegría a lo largo de su vida, pero debido a los amigos que tiene, quienes son hombres. Hace mucha mención de su mamá, quien era la que le decía con quien se debía o no relacionar, aspecto al que no hacía mucho caso en ocasiones. Se puede hacer mención de una patología, que se presenta debido a que no queda en la universidad, y a la que ella misma llama depresión.

Por último en la familia 4 se observó que la participante de 21 años mostró indiferencia por los juegos y otras actividades estereotipadas y percibía limitación libertad de movimiento respecto a su género. También destaca que la participante de 56 mezcló actividades laborales con las estereotipadas a su rol dentro del hogar que la llevan a tener sentimientos de sobrecarga laboral, pese a que reporta mayormente emociones de amor, responsabilidad, gozo y alegría. En esta familia se observan emociones como alegría, indiferencia, molestia e incertidumbre. Siendo la mujer de 56 años quien presenta en su mayoría aspectos positivos.

| Masculino 56 | | | |
|---|---------------------|--|--|
| TEMA | PERSONAJES | EMOCIONES | CONFLICTOS |
| Familia | Padres | Amor, cuidado | Cambio de residencia |
| Familia | Madre | Extrañeza, se sentía originario de Coatzacoalcos | La ropa de su madre contrastaba con el origen que él sentía |
| Escuela y amistad | Amigos | Felicidad | |
| Escuela y familia | Padres | Incertidumbre | Cambio de residencia |
| Escuela | padres | Incertidumbre | Desconocimiento del motivo y valor del estudio, cambio de residencia |
| Escuela | Amigos y compañeros | Orgullo, entendimiento | |
| Sentimental | | Vergüenza | “Errores juveniles sentimentales” |
| Familia | 2 hijos, esposa | Superación, ánimo, felicidad | |
| Realización personal | | Reflexión incertidumbre, felicidad | Cuestiones sobre su pasado le producen incertidumbre |
| Conclusiones: en el participante predomina el sentimiento de incertidumbre. Se observa un cambio de residencia en dos ocasiones, aunque en una ocasión lo adoptó como ciudad de origen. | | | |

| Femenino 56 | | | |
|--|-----------------------|---|---|
| TEMA | PERSONAJES | EMOCIONES | CONFLICTOS |
| Familia | Familia | Amor, protección | |
| Sociedad | Niños | Orgullo | |
| Escuela, familia | Compañeros, hermanos | Igualdad | Añora aventuras de otros |
| Familia, escuela y trabajo | Primer amor platónico | Desesperanza, amor, valentía, cansancio, responsabilidad | Baja economía, se hace responsable de su familia mientras estudia, duerme poco y come en horarios irregulares, sobrecarga laboral |
| Escuela y trabajo | | Responsabilidad, gozo | Cambio de trabajo, adquiere más responsabilidad |
| Familia | Esposo, 2 hijos | Amor, alegría, sobresaltos, comprensión-aprendizaje | Empieza una nueva etapa |
| Trabajo, familia | | Alegría y responsabilidad | Conjuga desarrollo profesional con estereotipos de género |
| Realización personal | | Realización, reflexión, altibajos emocionales, constancia, esfuerzo, gozo | Búsqueda de retos, menopausia, sobrecarga laboral, recuerda fracasos para aprender |
| Conclusiones: en la participante se observan recurrentemente los sentimientos de amor, responsabilidad, gozo y alegría. Como principal conflicto y fuente de nuevos conflictos se observa la sobrecarga laboral. | | | |

| Femenino 21 años | | | |
|--|-------------------------|--|---|
| TEMA | PERSONAJES | EMOCIONES | CONFLICTOS |
| Familia | Papá Mamá | Agrado a la feminidad Inestabilidad | Cambio de residencia |
| Familia | Papá Mamá Hermano | Agrado | |
| Familia Sexualidad | Papá Mamá Hermano | Indiferencia a juegos estereotipados | Diferencias de género Nuevos conocimientos |
| Familia Escolar | Papá Mamá Hermano | Molestia Frustración Incomodidad Alegría por el orgullo de su padre hacia ella | Libertad de movimiento restringida |
| Conclusiones: en el participante predominan las emociones de indiferencia hacia las actividades estereotipadas de género aunque también presenta molesta por la restricción de libertad de movimiento. | | | |

En resumen, en las cuatro familias se observan emociones agradables, que de acuerdo con Díaz (2010) son reacciones subjetivas de acuerdo a las experiencias personales, en el caso de los participantes mostraron en su mayoría de alegría, lo cual, haciendo una integración con los resultados obtenidos en los instrumentos de autoestima y liderazgo, parece demostrar que es indispensable el predominio de estas emociones como factor protector de violencia.

DISCUSIÓN

Los factores de protección de violencia en la mujer son herramientas que permiten la libre autonomía y libertad de éstas, sin depender siempre de un hombre. En este trabajo se pretendió relacionar el liderazgo y la autoestima para la prevención de violencia en las mujeres. De acuerdo con los resultados obtenidos se muestra que en las cuatro familias se cuenta con autoestima media-alta. Respecto con el liderazgo, en la mayoría de los casos hay liderazgo democrático, en donde tanto hombres como mujeres participan activamente en la división de actividades. Lo cual da pauta a ver que si se cumplió con los objetivos propuestos ya que existe relación entre autoestima y liderazgo, además de que ésta tanto en hombres como en mujeres fomenta la igualdad de derechos, equidad y oportunidades, concluyendo que si hay un buen nivel de autoestima en la mujer, ésta puede reivindicar sus derechos en su entorno, e incluso tomar la pauta para desarrollarse autónomamente en su núcleo familiar social o en su empleo.

Según Clancy (2007), algunas investigaciones demuestran que las mujeres son en general más orientadas al consenso, más empáticas y más inclinadas a establecer compromiso o afiliación que los hombres. Los resultados de este trabajo, no realizan una comparación entre hombres y mujeres, pero se observó que en general las cuatro familias presentan el liderazgo democrático, en el que el líder y las demás personas realizan un trabajo en conjunto, mientras el líder conserva el control y su rol, es decir, en las cuatro familias se encuentra presente un liderazgo orientado al consenso y al compromiso.

Así mismo se muestran a dos madres que tuvieron a su primer hijo a los 35, una de las cuales cuenta con carrera técnica y la otra con licenciatura. A diferencia de lo anterior, una participante que actualmente cuenta con nivel licenciatura tuvo su primer hijo a los 19 años. Lo cual indica que tener hijos a temprana edad puede ser motivo de querer desarrollarse en el ámbito familiar, laboral, económico o académico.

Referente a la autoestima se aplicó la escala de Rosenberg con la cual se pudo observar lo dicho por Matud (2004); Feldman, Vivas, Lugli, Zaragoza y Gómez (2008); Ancer, Meza, Pompa, Torres y Landero (2011) acerca de que las mujeres

con estudios universitarios y con inserción laboral se valoran más que las mujeres con estudios medios básicos. En este trabajo los integrantes de las 4 familias que cuentan mayormente con estudios universitarios, obtuvieron una autoestima de nivel medio (25 a 33 puntos), así mismo se observa que en cada una de las familias uno de sus integrantes supera la autoestima media, por lo tanto se puede decir que las cuatro familias gozan de autoestima de nivel medio a alto, lo cual puede derivarse del nivel de estudios y trabajo que en cada una de las familias se desarrollan.

En conclusión a mayor autoestima, los participantes muestran emociones positivas dentro de las historias de vida, mientras que en el liderazgo se muestra, en la mayoría de los participantes, que a menor liderazgo mayor presencia de conflictos a lo largo de su vida. Como menciona Feldman y cols. (2008); Ancer y cols. (2011) Como resultado se presentaron autoestima alta, nivel de bienestar moderado y percepción de salud relativamente baja. Por otra parte las gratificaciones en relación trabajo familia, son mayores cuando la mujer desempeña un mayor número de roles experimenta mayor autoestima y bienestar. Así mismo Cárcamo, Vázquez, Zapata y Nazar (2010) comentan que una de las posibilidades para el empoderamiento de las mujeres es su integración en organizaciones, donde las mujeres puedan crecer, valorarse, acceder al proceso de toma de decisiones y convertirse en autogestivas. Además coincidimos con Arteaga y Ramón (2009) quienes comentan que las características de liderazgo, que pueden existir sobre todo en el género debido a los cambios de paradigmas, han permitido la intervención de la mujer en el campo laboral de diferentes ámbitos, donde asume cargos de liderazgo importantes demostrando eficiencia.

De igual manera, en la mayoría de las familias, a mayor escolaridad, presentaron mayor puntuación tanto de liderazgo como de autoestima, lo cual indica la importancia del nivel académico como factor protector de violencia. Eso coincide con los resultados obtenidos por Matud (2004), que muestran que se valoran más las mujeres con estudios medios básicos, así mismo las que tiene empleo profesional, en donde se encontraron diferencias significativas fueron con el estado

civil, las solteras tienen menos valoración que las casadas, de igual forma las que no tienen hijos se valoran menos que las que los tienen.

Por lo que cabe mencionar que en la familia 2, 3 y 4 los participantes de sexo masculino y mayor edad son quien obtuvieron menor puntuación, mientras en la familia 1 el participante de sexo masculino mayor de edad obtuvo la mayor puntuación considerando que tiene estudios sólo a nivel secundaria lo cual se puede corroborar con lo que menciona Goldelman (1996) en relación a que es necesario proporcionar una educación en las habilidades para la vida desde edades tempranas a incrementar sus potencialidades y sentirse satisfechos con lo que hacen, que resulta decisivo para determinar porque ciertos individuos prosperan en la vida, sin importar su nivel intelectual.

Además se puede señalar que uno de los factores importantes encontrados en el análisis de historias de vida es que en las familias 1, 3 y 4 las mujeres muestran liderazgo en sus hogares y en cargos laborales con mayor poder que los hombres. Por lo tanto coincidimos con lo mencionado por Sharim (2005) acerca de que los hombres perciben esta faceta de la feminidad como un empoderamiento de las mujeres. Esto es valorado en términos de admiración, pues lo identifican como un cambio que requiere de esfuerzo y que no está exento de dificultades en tanto deben compatibilizar con los roles familiares.

Se llegaron a enfrentar limitaciones metodológicas, tales como el abandono de una de las participantes, debido a cambio de domicilio, por lo que se tuvo que buscarla, atrasando con ello el trabajo de historia de vida. De acuerdo con lo cual se propone que se realicen ambas actividades, tanto la realización de los instrumentos, como la historia de vida, en un mismo día, dividiendo en dos sesiones con un momento de descanso entre una y otra. Esto con el fin de que no se vaya a presentar muerte experimental.

Por tanto, lo que aporta esta investigación es que efectivamente existe relación entre liderazgo y autoestima, siendo estas indispensables como un factor protector de violencia, tanto en mujeres como en hombres.

Dado que los roles de género han estado cambiando y que actualmente han salido a la luz casos de mujeres violentas, sugerimos que este tema se aborde para futuras investigaciones, ya que persiste el estereotipo de que la

violencia se encuentra principalmente en los hombres y que las mujeres, al considerarse “débiles e incapaces de cometer tales actos y que si los comete es por provocación de la parte masculina”, Badinter (2003) afirma que la violencia de las mujeres ira en aumento debido a la doble presión de la frustración social y sexista. Sin embargo el reconocer la existencia de una violencia femenina no es minimizar lo importante que es la violencia masculina y la urgencia de contenerla apoyando a las víctimas.

Con base a lo anterior en De Gonzalo y Vitela (2012) refieren que se debe promover un análisis más profundo, con perspectiva de género, que llegue a cuestionar el orden social establecido y que considere las relaciones de poder entre hombres y mujeres como factores de influencia fundamental sobre la vida de las personas y como una de las causas principales por las que las mujeres no ejercen plenamente sus derechos humanos. También es importante mencionar que se debe dejar de victimizar a las mujeres, e impulsar, desde todos los ámbitos, su papel de agentes sociales y su rol activo y protagónico en los procesos para el cambio social.

Por otra parte cabe la posibilidad de que las mujeres tengan buena autoestima y estén en casa desempeñando el rol de amas de casa por gusto o predilección de estas labores, sin ser una regla que tengan que trabajar o estudiar para tener una autoestima apropiada. Tal como lo mencionan Alberti y Emmons (2006) las mujeres son capaces de elegir su propio estilo de vida, libre de los dictados de la tradición, quizá elijan ser amas de casa o tal vez dedicarse a una profesión y disfruten en lo profundo de sí mismas de sus derechos y capacidades en los diferentes ámbitos que ellas elijan.

BIBLIOGRAFÍA

- Abramo L. (2004). ¿Inserción laboral de las mujeres en América Latina: una fuerza de trabajo secundaria? *Revista de estudios feministas*, 12(2), 224-235. Disponible en: <http://www.scielo.br/pdf/ref/v12n2/23969.pdf>
- Acosta P., R., Hernández, J. A. (2004). La autoestima en la educación. *Límite*, 1(11), 82-95. Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=83601104>
- Aguilar K., Eduardo (2002). *Familias con autoestima: cómo lograr el conocimiento y la confianza en uno mismo*. México: Árbol. 3-10.
- Alberti R. Emmons M. (2006) *Con todo tu derecho; asertividad e igualdad en su vida y en sus relaciones*. Barcelona, España: Obelisco.
- Alonso O., A. (2003). Factor individual autoestima. "Curso de Enfermería de Empresa". España: Salamanca. 14-15 Disponible en: http://www.enfermeriasalamanca.com/TRABAJOS_SALUD_LABORAL/SEGURIDAD/AUTOESTIMA.PDF
- Alonso, P., L., Murcia G., G. Murcia, G., J. Herrera, P., D. Gómez G., D. Comas V., M. Ariza, T., P. (2007). Autoestima y relaciones interpersonales en jóvenes estudiantes de primer semestre de la División Salud de la Universidad del Norte, Barranquilla. *Salud Uninorte*, 23(1), 32-42. Disponible en: <http://www.scielo.org.co/pdf/sun/v23n1/v23n1a05.pdf>
- Alterman, M. (2008). *La identidad del rol sexual: los vínculos entre el hombre y la mujer*. Argentina: Lugar editorial.
- Álvarez R. M. M. (2003). Violencia de género y adolescencia, una propuesta de intervención educativa. *Universidad de los Andes Mérida, Venezuela*. 3(2), 96-110. Disponible en: <http://www.redalyc.org/redalyc/pdf/183/18330204.pdf>
- Alvira, R. (2002). La participación como alma de la familia. *Por un feminismo de la complementariedad: nuevas perspectivas para la familia y el trabajo*. En: Aparisi, A. y Ballesteros, J. Navarra. Pamplona, España: EUNSA.

- Amarís M., M. (2004). Roles parentales y el trabajo fuera del hogar. *Psicología desde el caribe*. (13)15-28. Disponible en: <http://redalyc.uaemex.mx/pdf/213/21301303.pdf>
- Amaya-Castellanos, C. I.; Pelcastre-Villafuerte, B.; Márquez-Serrano, M.; Juárez-Ramírez, C. (2012). Género y trabajo: experiencia de las prestadoras de las casas de salud de mujeres indígenas de Guerrero y Oaxaca. *Ciência & Saúde Coletiva*. 17(3), 731-739. Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=63023334022>
- André, C., Lelord F. (2009). *La autoestima, Gustarse así mismo para mejor vivir con los demás*. Barcelona, España: Kairós.14-16.
- Arteaga, A. y Ramón, S. (2009). Liderazgo resonante según género. *Multiciencias, Universidad del Zulia Venezuela*. 9(3), 289-295. Disponible en: <http://redalyc.uaemex.mx/src/inicio/ArtPdfRed.jsp?iCve=904123255008>
- Badinter, E. (2003). *Hombres/mujeres; cómo salir del camino equivocado*. Argentina: Fondo de cultura económica de Argentina, S.A. 57-59.
- Barberá, E. (1998). *Psicología del género*. España: Ariel.
- Barberá, E. (2004). *Psicología y género*. España: Paerson Prentice Hall.
- Belli, S. (2010), Emociones y Lenguaje. Universidad Autónoma de Barcelona. (17), 307-312. Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=53712938022>
- Bergara A., Riviere J., Bacete R. (2008). *Los hombres, la igualdad y las nuevas masculinidades*. España: Emakunde.
- Caballo, V. E. (2005). *Manual de evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales*. Madrid, España: Siglo XXI.
- Cárcamo, T. N. J.; Vázquez, G. V.; Zapata, M. E. y Nazar, B. A. (2010). Género, trabajo y organización. Mujeres cafetaleras de la Unión de Productores Orgánicos San Isidro Siltepec, Chiapas. *Estudios Sociales*. 18(36), 156-176. Disponible en: <http://redalyc.uaemex.mx/src/inicio/ArtPdfRed.jsp?iCve=41715777007>.
- Casique, I. (2010). Factores de empoderamiento y protección de las mujeres contra la violencia. *Revista Mexicana de Sociología*. 72(1), 37-71.

- Disponible en:
<http://redalyc.uaemex.mx/src/inicio/ArtPdfRed.jsp?iCve=32116013002>
- Castanyer O. (2007). *Yo no valgo menos*. España: Desclee de Brower,
- Castillo A., V. (2011), *Mujeres jóvenes: Empoderamiento y ejercicio de derechos. Puntos de encuentro para la transformación de la vida cotidiana*. Nicaragua: Ardisa. 1-46.
- Centeno S., C. (2011). *Las habilidades sociales: elemento clave en nuestras relaciones con el mundo*. España: Formación Alcalá. 17-27.
- Clancy, S. (2007). ¿Por qué no hay más mujeres en la cima de la escala corporativa: debido a estereotipos, a diferencias biológicas o a escogencias personales? *Academia, Revista Latinoamericana de Administración*. 38, 1-8. Disponible en:
<http://www.redalyc.org/pdf/716/71603802.pdf>
- Colás, B.P. y Villaciervos M. P. (2007). La interiorización de los estereotipos de género en jóvenes adolescentes. *Revista de Investigación Educativa*. 25(1), 35-58. Disponible en:
<http://revistas.um.es/rie/article/viewFile/96421/92631>
- Comisión Nacional de los Derechos Humanos (2009). *Instancias Municipales de la Mujer en México*. 302-411 Disponible en:
http://www.cndh.org.mx/sites/all/fuentes/documentos/programas/mujer/11_Publicaciones/11.1.pdf
- Criado P, M. J. (2004). La autoestima teoría y práctica. En: González-Pérez, J. y Criado P., M. J. (Eds.) *Educación en la no violencia*. España: CCS.
- Curso Básico de Empoderamiento y Liderazgo: ¿Qué es eso del empoderamiento? (2014). *Escuela municipal de Formación Feminista*. Recuperado de:
http://www.iucordoba.org/empoderamiento_y_liderazgo.pdf
- Chaves, J. A. R. (2012). Masculinidad y feminidad: ¿De qué estamos hablando? *Revista electrónica Educare*. 16(Especial), 5-13. Disponible en:
www.revistas.una.ac.cr/index.php/EDUCARE/article/view/4746

- De Gonzalo A., I. Vitela, M. (2012). *Defensa de los Derechos Humanos de las Mujeres*. 17-23 en: <http://www.mundubat.org/archivos/201205/ddhbmujeres02web.pdf?1>
- Delgado-Piña, Zapata-Martelo, Martínez-Corona y Alberti-Manzanares (2010). Identidad y empoderamiento de mujeres en un proyecto de capacitación. *Ra Ximhai*. 6(3). 453-467. <http://revistas.unam.mx/index.php/rxm/article/view/24602>
- Di Marco, G. (2011). *El pueblo feminista: movimientos sociales y lucha de las mujeres en torno a la ciudadanía*. Argentina: Editorial Biblos.
- Díaz, O., A. (2010). Teorías de las emociones. *Revista digital, innovación y expectativas educativas*. 29. Disponible en: http://www.csi-csif.es/andalucia/modules/mod_ense/revista/pdf/Numero_29/ALVARO_DI_AZ_1.pdf
- Eceiza, M.; Arrieta, M. y Goñi, A. (2008). Habilidades sociales y contextos de la conducta social. *Revista de Psicodidáctica*. 13(1), 11-26. Disponible en: <http://www.redalyc.org/pdf/175/17513102.pdf>
- Echeburúa O., E. y Redondo I., S. (2010) *¿Por qué víctima es femenino y agresor masculino?: La violencia contra la pareja y las agresiones sexuales*. Madrid: Ediciones Pirámide.
- Elósegui, M. (2002). Igualdad de oportunidades entre mujeres y hombres en el derecho comunitario desde la *Educational Politics*. En: Aparisi, A. y Ballesteros, J. (Ed.). En: *Por un feminismo de la complementariedad: nuevas perspectivas para la familia y el trabajo*. España: Ediciones universidad de Navarra, S.A. (EUNSA).
- Entidad de las Naciones Unidas para la Igualdad de Género y el Empoderamiento de las Mujeres, ONU Mujeres; Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo, PNUD y el Instituto Internacional para la Democracia y la Asistencia Electoral, IDEA Internacional (2013). *Participación política de las mujeres en México: a 60 años del reconocimiento del derecho al voto femenino*, México. Recuperado de: <http://www.undp.org.mx/IMG/pdf/PartiPolMujeresCompleto.pdf>

- Espinar A., E. (2007). Estereotipos de género en los contenidos audiovisuales infantiles. *Comunicar: Revista científica iberoamericana de comunicación y educación*. (26), 129-134. Disponible en: <http://www.revistacomunicar.com/index.php?contenido=detalles&numero=29&articulo=29-2007-21>.
- Feldman L., Vivas, E. P., Lugli, Z., M., Zaragoza, J., M., Gómez, V., O., (2008) Relaciones trabajo-familia y salud en mujeres trabajadoras. *Universidad Simón Bolívar salud pública de México*. 50(6), pp. 482-489. Disponible en: <http://www.scielo.org.mx/pdf/spm/v50n6/09.pdf>
- Fernández, J. (2011). Un siglo de investigaciones sobre masculinidad y feminidad. *Psicothema*. 23(2), 167-172. Disponible en: www.psicothema.com/pdf/3866.pdf.
- Flintan F. (2008). *Estudio sobre buenas prácticas: el empoderamiento de las mujeres en las sociedades pastoriles*. 1-160 Disponible en: http://cmsdata.iucn.org/downloads/gender_study_spanish.pdf
- García M., P.; Armas V., E. y Galascio S., M. A. (2011). Violencia y liderazgo en la escuela: aportación paliativa. En: Romeo C., C. M. (Ed.) *Violencia y psicología comunitaria: aspectos psicosociales, clínicos y legales*. Granada: Comares.
- García, B. (2003). Empoderamiento y autonomía de las mujeres en la investigación sociodemográfica actual. *Estudios Demográficos y Urbanos*. 18(53), 221-253. Disponible en: <http://www.jstor.org/page/info/about/policies/terms.jsp>
- García, G. B. (2007). Cambios en la división del trabajo familiar en México. *Papeles de Población*. (53) 23-45. Disponible en: http://redalyc.uaemex.mx/pdf/112/112053_03.pdf
- Garrido, G. A.; Reyes L., A. G., Ortega S. P. y Torres, V. L. E. (2007). La vida en pareja: un asunto a negociar. *Enseñanza e investigación en psicología*. 12(2), 385-396. Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=29212212>.
- Garrido G., A.; Reyes L., A. G.; Ortega S. P. y Torres V., L. E. (2008). Importancia de las expectativas de pareja en la dinámica familiar. *Universidad*

- Veracruzana, Enseñanza e Investigación en Psicología*. 13(2), 231-238.
Disponible en:
<http://redalyc.uaemex.mx/src/inicio/ArtPdfRed.jsp?iCve=29213203>
- Goldelman D. (1996). *Inteligencia Emocional* ed. Kairós.
- Gray J. (2000). *Los hombres son de Marte, las mujeres son de Venus, Una guía práctica para mejorar la comunicación y obtener lo que usted desea en su pareja*. México: Océano.
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía (2013). *Mujeres y Hombres en México 2013*. México: INEGI. Recuperado de:
http://www.inegi.org.mx/prod_serv/contenidos/espanol/bvinegi/productos/integracion/sociodemografico/mujeresyhombres/2013/Myh_2013.pdf
- Izquierdo, M. J. (1998). *El malestar en la desigualdad*. Madrid: Catedra Universidad de Valencia.
- Lázaro, C. R., Zapata, M. E., Martínez, C. B. y Alberti, M. P. (2005). Jefatura femenina de hogar y transformaciones en los modelos de género tradicionales en dos municipios de Guanajuato. *Revista de estudios de género. La ventana*. (22). 219-268 Disponible en:
<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=88402210>
- Lerner, L. (2009). *Vivir como mujer y convivir con los hombres*. Buenos Aires: Lugar.
- Linares, J. L. (2006). *Las formas del abuso: la violencia física y psíquica en la familia y fuera de ella*. México: Paidós.
- Lois, M. y Diz, I. (2006). ¿Qué sabemos sobre la presencia política de las mujeres y la toma de decisiones? Claves para un marco de análisis. *Política*, (46), 37-60. Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=64504602>
- López L. S., Escudero C. V. (2003). *Familia, Evaluación e Intervención*. Madrid: C.C.S, Alcalá.
- López Z. E. (2010). *Violencia contra las mujeres descripción e intervención Biopsicosocial*. España: Universidad de Jaén.
- Loza, T. M., Vizcarra, B. I., Lutz, B. B. y Quintanar, G. E. (2007). Jefaturas de hogar: El desafío femenino ante la migración transnacional masculina en el sur del Estado de México. *Migraciones Internacionales*. 4(2). Disponible

en: http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1665-89062007000200002

- Martín D., I.; Serrano, A.; Conde, C. y Cabello, E. (2006). Técnicas de reconocimiento automático de emociones. *Teoría de la Educación: Educación y Cultura en la Sociedad de la Información*. 7(2), 107-127. Disponible en: <http://www.redalyc.org/pdf/2010/201017296007.pdf>
- Martínez A., E. (2011) Relaciones entre Inteligencia Emocional y Estrategias de Afrontamiento ante el Estrés. *Clínica Neuropsicológica Mayor, Alcantarilla (Murcia) y Departamento de Psicología de la Salud, Universidad Miguel Hernández, Elche (Alicante)*. Disponible en: <http://reme.uji.es/articulos/numero37/article6/article6.pdf>
- Martínez C., E. (2002). Mujer y mercado laboral. En: Aparisi, A. y Ballesteros, J. (Ed.). *Por un feminismo de la complementariedad: nuevas perspectivas para la familia y el trabajo*. España: Ediciones universidad de Navarra, S.A. (EUNSA).
- Matud, M. P. (2004). Autoestima en la mujer: un análisis de su relevancia en la salud. *Avances en Psicología Latinoamericana, Universidad de la laguna Espala*. 22(1), 129-140. Disponible en: <http://www.redalyc.uaemex.mx/pdf/799/79902212.pdf>.
- Maureira C., F. (2011). Los cuatro componentes de la relación de pareja. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*. 14(1), 321-332 Disponible en: <http://www.revistas.unam.mx/index.php/repi/article/view/24815>.
- Medina, V. (2007). El empoderamiento de la mujer y la acción colectiva. *Revista Venezolana de Estudios de la mujer*. 12(29). Disponible en: http://www.scielo.org.ve/scielo.php?pid=S1316-37012007000200005&script=sci_arttext
- Monjas C., M. I. y González M., B. P. (1998). *Las habilidades sociales en el currículo*. España: Secretaría General Técnica.
- Montesinos, R. (2002). *Las rutas de la masculinidad: ensayos sobre el cambio cultural y el mundo moderno*. México: Gedisa Editorial.
- Montesinos, R., y Carrillo R. (2010), Feminidades y masculinidades del cambio cultural de fin y principio de siglo. *Universidad Autónoma Metropolitana*

- Distrito Federal, México.* 1-11. Disponible en:
<http://www.redalyc.org/src/inicio/ArtPdfRed.jsp?iCve=32512766002>
- Morales R., M.; Benítez H., M.; Agustín S., D. (2013). Habilidades para la vida (cognitivas y sociales) en adolescentes de una zona rural REDIE. *Revista Electrónica de Investigación Educativa.* 15(3), 98-113. Disponible en:
<http://www.redalyc.org/pdf/155/15529662007.pdf>
- Pérez, P. y Russo, M. (2008). Recuperar el lugar de las mujeres de sectores populares. Políticas sociales estatales: entre lo socialmente esperado y las posibilidades de autonomía. En: Tarducci, M. (Ed.) *Maternidades en el siglo XXI.* Argentina: Espacio Editorial.
- Polaino, A. (2004). *Familia y autoestima.* Barcelona España: Ariel. Pp. 19-22, 36.
- Rage A., E. (1997). *Ciclo vital de la pareja y familia.* México: Plaza y Valdés.
- Ramírez, P., P. Duarte, V., J. y Muñoz, V., R. (2005). Autoestima y refuerzo en estudiantes de 5º básico de una escuela de alto riesgo. *Anales de psicología.* 21(1), 102-115 en: http://www.um.es/analesps/v21/v21_1/12-21_1.pdf
- Riaño M., R. E.; Okali, C. (2008). Empoderamiento de las mujeres a través de su participación en proyectos productivos: experiencias no exitosas Convergencia. *Revista de Ciencias Sociales.* 15(46), pp. 119-141. Disponible en: <http://www.redalyc.org/pdf/105/10504606.pdf>
- Rico, N. (1996). *Violencia de género: un problema de derechos humanos. Serie Mujer y Desarrollo.* 16, 1-50. Disponible en:
<http://www.cepal.org/publicaciones/xml/5/4345/lcl957e.pdf>
- Rodríguez, N. (2003). *Como desarrollar tu autoestima, cambia tu vida mejora tus relaciones.* España: Océano.
- Rodríguez, V. y Padilla, D. M. (2009). Las Prácticas de Equidad en un Grupo de Parejas Heterosexuales en Puerto Rico. *Revista Interamericana de Psicología.* 43(1), 84-90. Disponible en:
<http://www.redalyc.org/pdf/284/28411918010.pdf>
- Salazar C., L., M. (2007). Reseña de "Las familias en el México metropolitano: visiones femeninas y masculinas". *Economía, Sociedad y Territorio.* 6(23), 833-848. Disponible en: <http://www.redalyc.org/pdf/111/11102310.pdf>

- Sargot, M. (2008). Estrategias para enfrentar la violencia contra las mujeres: reflexiones feministas desde América Latina. *Athenea Digital*. (14), 215-228. Disponible en: <http://redalyc.uaemex.mx/pdf/537/53701413.pdf>
- Sebastián, J.; Manos, D., M.; Bueno, J.; Mateos, N. (2007). Imagen corporal y autoestima en mujeres con cáncer de mama participantes en un programa de intervención psicosocial. *Clínica y Salud*. 18(2), pp. 137-161. Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=180613878002>
- Selva C. Sahagún, M., A. y Pallarés S. (2011), Estudios sobre Trayectoria Profesional y Acceso de la Mujer a Cargos Directivos: un Análisis Bibliométrico. *Revista de Psicología del Trabajo y de las Organizaciones, Universidad autónoma de Barcelona*. 27(3), 227-242. Disponible en: <http://www.redalyc.org/src/inicio/ArtPdfRed.jsp?iCve=>
- Sharim, K. D. (2005). La Identidad de Género en Tiempos de Cambio: Una Aproximación Desde los Relatos de Vida. *Psykhé*. 14(2) 19-32. Disponible en:
<http://redalyc.uaemex.mx/redalyc/src/inicio/ArtPdfRed.jsp?iCve=96714202>
- Tobio, C. (2005). *Madres que trabajan: dilemas y estrategias*. Valencia: Instituto de la mujer.
- Vargas N., I. B. (2011). *Violencia Doméstica*. México: Porrúa.
- Vivas M. (2007). *Educación de las emociones*. Mérida, Venezuela: Producciones Editoriales.
- Zabala, A., M. C. (2010). *Jefatura femenina de hogar, pobreza urbana y exclusión social. Una perspectiva desde la subjetividad en el contexto cubano*. Buenos aires: CLACSO.
- Zaccagnini (2004). *Qué es inteligencia emocional: la relación entre pensamientos y sentimientos en la vida cotidiana*. Madrid: Biblioteca Nueva.

ANEXOS

Cuestionario de Autoestima

Escolaridad: _____ Edad: _____

Estado Civil: _____ Ocupación: _____

No. De hijos: _____ Profesión: _____

Tiempo de vivir en pareja: _____

La información que usted proporcione en las siguientes afirmaciones se maneja en forma confidencial, por lo tanto le pedimos que lo conteste con la mayor sinceridad posible, ya que es necesario para los fines del taller. De antemano le damos las gracias por la información que proporcione.

INSTRUCCIONES: A CONTINUACIÓN APARECEN UNA SERIE DE AFIRMACIONES. EXPRESE SU OPINIÓN PERSONAL ANTE CADA SITUACIÓN Y ESCRIBA EL NÚMERO QUE CORRESPONDE A LA RESPUESTA SEGÚN SU PUNTO DE VISTA.

- 5 Totalmente de acuerdo
- 4 De acuerdo
- 3 Ni de acuerdo ni en desacuerdo
- 2 En desacuerdo
- 1 Totalmente en desacuerdo

- _____ Gozo de buena salud
- _____ Soy una persona atractiva
- _____ Me considero muy arreglada
- _____ Soy una persona alegre
- _____ Considero que doy una buena impresión
- _____ Los demás tienen un concepto positivo de mi persona
- _____ Me siento bien conmigo misma
- _____ Los demás piensan que soy inteligente
- _____ Me siento contenta como soy
- _____ Pienso que tengo muchas cualidades
- _____ Mi familia siempre me ayuda en cualquier problema
- _____ Pertenezco a una familia feliz
- _____ Mi familia me quiere y me acepta
- _____ Siento que mis familiares me tienen confianza
- _____ Mi familia ha alabado los éxitos que he logrado
- _____ Las demostraciones de amor y cariño de mi familia son frecuentes
- _____ Considero que soy importante para mi familia
- _____ Mi familia me motiva a salir adelante
- _____ Mi familia ha respetado mis decisiones

- _____ Demuestro mi cariño a mis hijos
- _____ He logrado que mis hijos tomen sus propias decisiones
- _____ Los demás opinan que he educado bien a mis hijos
- _____ Mis hijos me ayudan con mis labores dentro de casa
- _____ Disfruto ser madre
- _____ Me siento amada, valorada y respetada por mis hijos
- _____ Ser madre ha sido una de mis metas en la vida
- _____ Disfrute mi maternidad plenamente
- _____ Me siento satisfecha como madre
- _____ Siento que le soy agradable a mi pareja
- _____ Me considero atractiva para mi pareja
- _____ Mi pareja me apoya en mis decisiones
- _____ Soy feliz con mi pareja
- _____ Mi pareja valora mis cualidades
- _____ Me siento querida, amada y respetada por mi pareja
- _____ Mi pareja alaba y apoya mis éxitos
- _____ Mi pareja está orgullosa de mi
- _____ Mi pareja me impulsa a superarme continuamente
- _____ Con mi pareja me siento apoyada y segura de mí misma
- _____ Me siento bien con el trabajo que realizo
- _____ Considero que mi trabajo es importante para mí
- _____ Las personas que me rodean valoran mi trabajo
- _____ Mi trabajo es una fuente de superación personal
- _____ Me siento realizada en mi trabajo
- _____ Me satisface la realización de mi trabajo
- _____ Siento que mi trabajo es importante para los demás
- _____ Realizo el trabajo que deseo
- _____ Las actividades que realizo en mi trabajo son satisfactorias para mí
- _____ Mi trabajo me permite superarme y sentirme satisfecha constantemente

Gracias por su colaboración

ESCALA DE AUTOESTIMA DE ROSENBERG (RSE)

(Rosenberg, 1965; Atienza, Balaguer, & Moreno, 2000)

Por favor, lee las frases que figuran a continuación y señala el nivel de acuerdo o desacuerdo que tienes con cada una de ellas, marcando con un aspa la alternativa elegida.

| | | Muy en desacuerdo | En desacuerdo | De acuerdo | Muy de acuerdo |
|----|--|----------------------|------------------|---------------|-------------------|
| 1 | Me siento una persona tan valiosa como las otras | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 2 | Generalmente me inclino a pensar que soy un fracaso | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 3 | Creo que tengo algunas cualidades buenas | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 4 | Soy capaz de hacer las cosas tan bien como los demás | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 5 | Creo que no tengo mucho de lo que estar orgulloso | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 6 | Tengo una actitud positiva hacia mí mismo | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 7 | En general me siento satisfecho conmigo mismo | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 8 | Me gustaría tener más respeto por mí mismo | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 9 | Realmente me siento inútil en algunas ocasiones | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 10 | A veces pienso que no sirvo para nada | 1 | 2 | 3 | 4 |

TEST DE LIDERAZGO (Kurt Lewin)

Lea los siguientes enunciados. Marque la **A** si está de acuerdo, y la **D** si está en desacuerdo.

1. Un mando que mantiene relaciones amistosas con su personal le cuesta imponer disciplina. A / D
2. Los empleados obedecen mejor los mandos amistosos que a los que no lo son. A / D
3. Los contactos y las comunicaciones personales deben reducirse a un mínimo por parte del jefe. El mando ha de mantener los mínimos contactos y comunicaciones personales con sus subordinados. A / D
4. Un mando debe hacer sentir siempre a su personal que él es el que manda. A / D
5. Un mando debe hacer reuniones para resolver desacuerdos sobre problemas importantes. A / D
6. Un mando no debe implicarse en la solución de diferencias de opiniones entre sus subordinados. A / D
7. Castigar la desobediencia a los reglamentos es una de las formas más eficientes para mantener la disciplina. A / D
8. Es conveniente explicar el porqué de los objetivos y de las políticas de la empresa. A / D
9. Cuando un subordinado no está de acuerdo con la solución que su superior da aun problema, lo mejor es pedir al subordinado que sugiera una mejor alternativa y atenerse a ella. A / D
10. Cuando hay que establecer objetivos, es preferible que el mando lo haga solo. A / D
11. Un mando debe mantener a su personal informado sobre cualquier decisión que le afecte. A / D
12. El mando debe establecer los objetivos, y que sean los subordinados los que se repartan los trabajos y determinen la forma de llevarlos a cabo. A / D
13. Usted considera que octubre es el mejor mes para hacer ciertas reparaciones. La mayoría de los trabajadores prefiere noviembre. Usted decide que será octubre. A / D
14. Usted considera que octubre es el mejor mes para hacer las reparaciones en la planta. Un subordinado dice que la mayoría prefiere noviembre. La mejor solución es someter el asunto a votación. A / D
15. Para comunicaciones diarias de rutina, el mando debe alentar a sus subordinados a que se pongan en contacto con él. A / D
16. En grupo rara vez se encuentran soluciones satisfactorias a los problemas. A / D

17. Si dos subordinados están en desacuerdo sobre la forma de ejecutar una tarea, lo mejor que puede hacer el mando es llamar a los dos a su despacho y buscar una solución entre los tres. A / D
18. Los empleados que demuestren ser competentes no deben ser supervisados. A / D
19. Cuando se discuten asuntos importantes, el supervisor no debe permitir al subordinado que manifieste sus diferencias de opiniones, excepto en privado. A / D
20. Un mando debe supervisar las tareas de cerca, para tener oportunidad de establecer contactos y dirección personal. A / D
21. Si dos subordinados están en desacuerdo sobre la forma de ejecutar una tarea, el mando debe pedirles que se reúnan para que resuelvan sus diferencias y que le avisen del resultado. A / D
22. Un buen mando es aquél que puede despedir fácilmente aun subordinado cuando lo crea necesario. A / D
23. Lo mejor que puede hacer un supervisor al asignar un trabajo es solicitar a subordinado que le ayude a preparar los objetivos. A / D
24. Un mando no debe preocuparse por las diferencias de opinión que tenga con su personal. Se atiene al buen juicio de sus subordinados. A / D
25. Un subordinado debe lealtad en primer lugar a su mando inmediato. A / D
26. Cuando un subordinado critica a su jefe, lo mejor es discutir dichas diferencias en forma exhaustiva. A / D
27. Al supervisor le basta obtener datos de cada unidad bajo su supervisión para comparar resultados y detectar fácilmente las deficiencias. A / D
28. Cuando se fijan objetivos, un mando no debe confiar mucho en las recomendaciones de sus subordinados. A / D
29. Cuando se tienen que fijar objetivos, el supervisor debe fijarlos de preferencia a través de una discusión amplia con los subordinados inmediatos. A / D
30. Son los subordinados mismos quienes deben procurarse adecuada información para su autocontrol. A / D
31. No conviene promover reuniones de grupo pequeño con el personal. Es preferible realizar asambleas para comunicar las decisiones importantes. A / D
32. Para ventilar los problemas de trabajo son preferibles los grupos pequeños, coordinados por el mando, alas asambleas. A / D
33. El buen jefe se preocupa sólo de los resultados, sin entrometerse nunca a examinar los métodos y procedimientos que emplea su personal. A / D

Aquí abajo ponga un círculo en las preguntas que contesté "de acuerdo" y sume el número de círculos de cada columna.

| ESTILO 1 | ESTILO 2 | ESTILO 3 |
|----------|----------|----------|
| 1 | 2 | 3 |
| 4 | 5 | 6 |
| 7 | 8 | 9 |
| 10 | 11 | 12 |
| 13 | 14 | 15 |
| 16 | 17 | 18 |
| 19 | 20 | 21 |
| 22 | 23 | 24 |
| 25 | 26 | 27 |
| 28 | 29 | 30 |
| 31 | 32 | 33 |

El estilo 1 es el "autoritario";

El 2, el "democrático";

El 3, el "laissez faire".

VEA CUÁL PREDOMINA Y EN QUÉ PROPORCIÓN.