



UNIVERSIDAD
DON VASCO, A. C.

UNIVERSIDAD DON VASCO, A.C.

INCORPORACIÓN N° 8727-25 A LA

UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO

ESCUELA DE PSICOLOGÍA

***DIFERENCIAS EN EL NIVEL DE AUTOESTIMA ENTRE
MUJERES AMAS DE CASA Y MUJERES QUE TRABAJAN***

T E S I S

PARA OBTENER EL TÍTULO DE:

LICENCIADA EN PSICOLOGÍA

Karen Estephany Cuevas Mercado

Asesora: Lic. Perla Lizbeth Uribe Carmona

Uruapan, Michoacán. A 18 de marzo de 2016.



Universidad Nacional
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

Biblioteca Central



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

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

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

AGRADECIMIENTOS

Me gustaría aprovechar estas líneas agradecer principalmente a Dios y a mis padres, por ser un pilar en todo lo que soy, por toda mi educación, tanto académica como de la vida, por su incondicional apoyo que se ha mantenido a lo largo de mi vida y que con tanto esfuerzo, han hecho posible la culminación de mi carrera y de este proyecto.

A mi hermano, Rolando Iván Cuevas Mercado y su esposa Nataly González Solís, por ser un ejemplo de tenacidad y esfuerzo para mí y a mi sobrino Ángel Alejandro Cuevas, para que vea en mí un ejemplo a seguir.

A mi prometido Erick Humberto Casillas, por su ayuda, por impulsarme y motivarme a terminar este proyecto y por su amor incondicional demostrado con su compañía en mis noches de desvelo para concluir mi trabajo.

Y un agradecimiento muy especial a mi asesora de tesis: Perla L. Uribe Carmona, por guiarme e impulsarme en la realización de este proyecto, por su disponibilidad y paciencia para aclarar mis ideas.

ÍNDICE

Introducción.

Antecedentes.....	1
Planteamiento del problema.....	6
Objetivos.....	8
Pregunta de investigación.....	9
Hipótesis.....	9
Operacionalización de las variables.....	10
Justificación.....	10
Marco de referencia.....	12

Capítulo 1. Autoestima.

1.1. Concepto de autoestima.....	13
1.2. Elementos que conforman la autoestima.....	17
1.3. Componentes de la autoestima.....	21
1.3.1. Cognitivo.....	22
1.3.2. Afectivo.....	23
1.3.3. Conductual.....	23
1.4. El desarrollo de la autoestima.....	25
1.5. Niveles de autoestima.....	30
1.6. Importancia de la autoestima.....	33

Capítulo 2. Mujer.

2.1. Perspectiva de género.....	37
---------------------------------	----

2.2. Concepción de las mujeres.....	38
2.2.1. Aspecto biológico y sexual.....	39
2.2.2. Aspecto social y cultural.....	41
2.3. Rol de la mujer.....	43
2.4. La mujer en el hogar.....	48
2.5. La mujer en el trabajo.....	51
2.6. Autoestima en la mujer.....	54

Capítulo 3. Metodología, análisis e interpretación de resultados.

3.1. Descripción metodológica.....	56
3.1.1. Tipo de enfoque.....	56
3.1.2. Tipo de diseño.....	57
3.1.3. Tipo de estudio.....	58
3.1.4. Tipo de alcance.....	59
3.1.5. Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	59
3.2. Población y muestra.....	61
3.3. Descripción del proceso de investigación.....	62
3.4. Análisis e interpretación de resultados.....	64
3.4.1. Análisis de resultados del grupo de mujeres amas de casa.....	64
3.4.2. Análisis de resultados del grupo de mujeres que trabajan.....	72
3.4.3. Análisis comparativo del nivel de autoestima.....	78
Conclusiones.....	81

Bibliografía.....	84
Mesografía.....	87
Anexos.	

INTRODUCCIÓN

Los estereotipos sociales que se le han asignado a lo largo del tiempo al género femenino, de acuerdo con los comportamientos, actitudes o ideas que debe presentar y el rol que debe cumplir en la cultura en que vive, provocan que las mujeres vivan en una opresión constante, lo cual no les permite desarrollarse de manera completa en los distintos ámbitos de la vida, como el social, laboral, sexual y personal.

La ciudad en la que se realizó la presente investigación, aún juzga a las mujeres cuando ellas se atreven a salir de casa y dedicarse a otras actividades, como el trabajo. Cuando una persona descubre que no cumple con lo que la cultura marca que debe realizar, se pueden ocasionar sentimientos negativos, que incluso pueden influir en la autoestima, sin embargo, el que las mujeres decidan dedicarse a las actividades remuneradas puede contribuir a su desarrollo e independencia personal.

Antecedentes

En el presente apartado se examinan los estudios previos a la presente investigación, para lo cual se iniciará presentando la definición de autoestima que se tomó como base para este estudio.

Coopersmith (referido por Brinkmann y cols.; 1989) define la autoestima como el juicio personal de valía, que es reflejado en las actitudes que el individuo toma hacia sí mismo. Es una experiencia subjetiva que se transmite a los demás por reportes verbales o conducta manifiesta.

Desde la perspectiva del mismo autor, se señala que la autoestima posee cuatro dimensiones que se caracterizan por su amplitud y radio de acción:

- 1) Autoestima en el área general o personal: Consiste en la evaluación que el individuo hace en relación con su imagen y cualidades personales.
- 2) Autoestima en el área académica o laboral: Es la evaluación que el individuo hace en relación con su desempeño en el ámbito escolar/laboral.
- 3) Autoestima en el área familiar: Consiste en la evaluación que el individuo hace en relación con los miembros de su grupo familiar.
- 4) Autoestima en el área social: Es la valoración que el individuo realiza a sí mismo en relación con sus interacciones sociales.

A continuación se presentan las investigaciones previas que sirvieron como base para fundamentar este nuevo proyecto de investigación, la primera fue realizada por García (2009), y tiene por título “Nivel de autoestima en mujeres con drogadicción en centros de rehabilitación”. Este trabajo tuvo como objetivo general, determinar el nivel de autoestima en mujeres de cuatro centros de rehabilitación, de tal manera que la incógnita mayor para esta investigación fue: ¿Cuál es el nivel de

autoestima que presentan las mujeres drogadictas de los centros de rehabilitación en las ciudades de Uruapan y Morelia, Michoacán?

La muestra estudiada fueron mujeres drogadictas que se encontraban internas en centros de rehabilitación, sin especificar edad, estado civil ni tiempo de tratamiento en rehabilitación; los estados civiles de las mujeres estudiadas incluyen: casadas, solteras y divorciadas, su edad varía desde los 15 hasta los 65 años. La prueba estandarizada que se utilizó fue el Coopersmith Self Esteem Inventory (Inventario de Autoestima de Coopersmith), el cual consta de 58 declaraciones.

Con la realización del estudio se corroboró la veracidad de la hipótesis de trabajo, la cual menciona que el nivel de autoestima de las mujeres de los centros de rehabilitación en adicciones de Uruapan y Morelia, Michoacán, es significativamente bajo, pues al realizar el análisis de los resultados obtenidos y tomar la medida estadística de la media aritmética del total de la población, se obtuvo que al tener un puntaje de 12.72, corresponde al parámetro que marca el nivel de autoestima baja.

La siguiente investigación fue realizada por Matud (2004), y tiene por título "Autoestima en la mujer: Un análisis de su relevancia en la salud". La muestra está formada por 2,583 mujeres, residentes en las Islas Canarias, de edades comprendidas entre 18 y 65 años. La edad media es de 33.7 años, la desviación típica de 11.6 y la mediana de 31, es una muestra muy diversa tanto en el nivel de estudios como en la profesión, estado civil y número de hijos/as, si bien es algo mayor el porcentaje de mujeres con estudios universitarios, solteras y sin hijos/as.

Además de una hoja de recogida de datos generales, de salud y de hábitos relacionados con la salud, se utilizaron 12 pruebas, la mayoría de las cuales ha sido validada en una muestra de 3,856 personas de la población general, residentes en Canarias.

Las correlaciones se realizaron con el coeficiente de correlación r de Pearson cuando las variables eran cuantitativas y con el índice r_o de Spearman cuando eran ordinales. Con el fin de conocer la relevancia de las variables sociodemográficas, de personalidad, estrés, de los estilos de afrontamiento del estrés y del apoyo social en los dos factores de autoestima, se realizó un análisis de regresión múltiple.

Los resultados confirman la relevancia de la autoestima en la salud. De toda la sintomatología evaluada, la depresiva es la más asociada a la autoestima; esta también parece estar relacionada de forma importante con los estilos de afrontamiento del estrés, que es más eficaz en las mujeres con mayor autoestima, este resultado también se ha encontrado en otros estudios. Adicionalmente, aunque esta asociación parece bastante clara, este estudio no permite conocer si es la autoestima la que influye en el estilo de afrontamiento del estrés o si el afrontamiento eficaz del estrés contribuye a una mejora de la autoestima de la mujer.

La última investigación fue realizada en la Universidad Anáhuac, México norte (2009), con el título de “Asociación entre violencia y autoestima con respecto a las distintas etapas de vida en la mujer”, realizada por Schnaas y colaboradores. El objetivo del estudio fue determinar si existe asociación entre la exposición a la

violencia en alguna etapa de la vida y la presencia de una baja autoestima. Se contó con la participación de 200 mujeres en el tercer trimestre de embarazo de bajo riesgo, con un rango de edad entre los 18 y 36 años.

Los instrumentos utilizados fueron el Cuestionario Materno de Exposición a Violencia, desarrollado por Ritchez y Saltzman (1990), dicho cuestionario va dirigido a las madres y tiene con fin medir niveles de violencia. El otro instrumento utilizado fue el Inventario Coopersmith de Autoestima, adecuado.

En los resultados obtenidos en cuanto a la exposición de violencia, la calificación media fue de 8.48, donde entre más alta la puntuación, mayor exposición a la violencia en la infancia. De los tres grupos, de acuerdo con el nivel de exposición de violencia (bajo, moderado y alto) la muestra se distribuyó para el primer grupo de bajo nivel de exposición de violencia (63.5%) con una puntuación de 0 a 7, el segundo grupo con moderado nivel de exposición de violencia (22.5%), cuyos puntajes variaron de 8 a 13 y el tercer grupo, con un alto nivel de exposición a violencia (14%) con una puntuación de 14 a 25.

Se encontró un mayor porcentaje de mujeres expuestas a violencia leve o moderada, pero también un porcentaje importante de mujeres expuestas a violencia alta. La mayoría de las mujeres mostró autoestima adecuada, sin embargo, se encontró que el grupo con mayor exposición a la violencia tenía menor nivel de autoestima.

Se argumenta que estos resultados sugieren que la violencia que han experimentado las mujeres embarazadas puede predecir pobres niveles de autoestima.

Planteamiento del problema

Actualmente se observa que la mujer se encuentra inmersa tanto en el campo laboral como en el hogar, ya sea por intereses o ambiciones personales y/o profesionales o por dificultades, de tipo económico y social; las mujeres se han visto en la necesidad de desarrollarse laboral y profesionalmente, lo cual ayuda a tener una seguridad e independencia económica, el empleo aporta oportunidades para desarrollar la autoestima, la confianza y para romper el aislamiento social, sin embargo, estas mujeres también pueden sentirse culpables, ya que podrían descuidar su rol familiar.

Por otro lado, aquellas que se dedican a las tareas del hogar pueden sentirse poco productivas o aisladas socialmente, ya que el trabajo doméstico es desvalorado en la cultura mexicana por ser visto como algo inherente a la condición de ser mujer.

Según el INEGI, la población económicamente activa de mujeres que tienen un empleo en México en el segundo trimestre de 2014 es de 18,767,335. En el estado de Michoacán, el número de mujeres empleadas es de 684,708; por otro lado la población de mujeres económicamente activa, pero que no tiene un empleo en el segundo trimestre de 2014 es de 950,180 en México y en el estado de

Michoacán es de 22,478. Si se compara en el estado de Michoacán, en el año 2014 el número de mujeres que tienen un empleo es por mucho, superior a las que no lo tienen.

Como se puede ver, de acuerdo con las estadísticas, cada vez es mayor el número de mujeres que trabajan fuera de casa. Algunas lo hacen porque lo necesitan, otras para desarrollar su carrera profesional y unas más porque la economía familiar cuenta con su colaboración, pero sin importar cual sea el motivo, la mujer siempre se siente dividida y sobrecargada por desempeñar varios roles. Esto muchas veces genera más carga para ella, ya que presenta diferentes dificultades al desempeñar la función como ama de casa, trabajadora y madre de familia.

Actualmente existen mayores oportunidades para que las mujeres ingresen al campo laboral, sin embargo, existe un desconocimiento acerca de cómo ha influido en la autoestima de las mujeres el hecho de que puedan desarrollarse profesionalmente.

Por otro lado, también es importante conocer de qué forma puede repercutir en el desarrollo de la autoestima, para la mujer que vive con el modelo tradicional de ama de casa, el no formar parte de estas oportunidades de trabajo y por eso, en esta investigación surge la inquietud de conocer si existe realmente una diferencia significativa entre el nivel de autoestima en mujeres que trabajan, en comparación con mujeres amas de casa de la ciudad de Uruapan, Michoacán.

Objetivos

Las siguientes directrices sirvieron para regular el trabajo teórico y metodológico, estuvieron divididas en un objetivo general y varios particulares.

Objetivo general

Determinar la diferencia en el nivel de autoestima que presentan las mujeres amas de casa, en comparación con mujeres que trabajan, de 25 a 35 años de edad, de la ciudad de Uruapan, Michoacán.

Objetivos particulares

1. Definir el concepto de autoestima.
2. Describir los elementos que conforman la autoestima.
3. Conocer la situación actual de la mujer en la sociedad.
4. Distinguir los roles de las mujeres dentro del hogar y en el ámbito laboral.
5. Medir el nivel de autoestima en los dos grupos de mujeres por medio de la aplicación del Inventario de Coopersmith.
6. Comparar los niveles de autoestima en los dos grupos de mujeres de 25 a 35 años de edad por medio de un análisis estadístico.

Pregunta de investigación

En la actualidad, se dice que la autoestima es parte fundamental para que las personas puedan desarrollarse y alcanzar su plenitud, ya que influye en todos los aspectos de la vida. De acuerdo con las estadísticas revisadas, se observa que el número de mujeres que trabajan es notablemente mayor al de las que no trabajan, por ello surge la siguiente pregunta de investigación:

¿Existe una diferencia significativa en el nivel de autoestima que presentan las mujeres amas de casa, en comparación con las mujeres que trabajan, con un rango de edad de 25 a 35 años de edad, de la ciudad de Uruapan, Michoacán?

Hipótesis

La realidad estudiada y la estructura del objetivo general, permitieron formular las siguientes explicaciones tentativas sobre el problema a investigar.

Hipótesis de trabajo

Existe una diferencia significativa en el nivel de autoestima de mujeres de 25 a 35 años de edad que trabajan, en comparación con mujeres que son amas de casa.

Hipótesis nula

No existe una diferencia significativa en el nivel de autoestima de mujeres de 25 a 35 años de edad que trabajan, en comparación con las que son amas de casa.

Operacionalización de las variables

La prueba que se utilizó para medir la variable de autoestima es el Inventario de Coopersmith, la cual se encuentra estandarizada, es válida y confiable. La versión adaptada al español del Coopersmith's SEI, fue elaborada por el Dr. O. Prewitt-Díaz de la Pennsylvania State University, en 1984. Con una adaptación posterior para Chile, hecha por H. Brinkmann y T. Segure, de la Universidad de Concepción, en 1987. El instrumento consta de 58 declaraciones.

Justificación

La relevancia de esta investigación reside en que permitirá conocer si existe una diferencia en el nivel de autoestima entre las mujeres que trabajan y las que no, ya que según algunos estudios, a las mujeres que tienen un empleo, este les ayuda en su seguridad e independencia y les brinda oportunidades para desarrollar su autoestima, de ahí el interés de verificar en un grupo determinado si en realidad estas mujeres presentan un nivel mayor de autoestima.

En la ciudad de Uruapan, Michoacán, no se ha realizado una investigación de autoestima comparando estos dos grupos de mujeres, de ahí la importancia para dar a conocer a las integrantes de la muestra si su empleo influye en el desarrollo de su autoestima o no y a la sociedad en general.

Para la psicología, es importante conocer cómo afecta a nivel psicológico el hecho de que una mujer se desarrolle laboralmente en su autoestima, ya que el trabajo, en la mayoría de los casos, es una parte fundamental de la vida de las personas y podría ser una forma de reforzar el hecho de que la mujer trabaje, para hacer crecer su independencia y autonomía personal.

En la actual sociedad, el trabajo está considerado como un elemento que refleja la importancia y capacidad de una persona. A mayor jerarquía y/o sueldo, mayor probabilidad de que se fortalezca la autoestima de la persona que trabaja, sin embargo, el no trabajar también tiene beneficios, ya que en ocasiones las mujeres no tienen necesidad de tener un empleo o simplemente se dedican a otras actividades del hogar; esta investigación servirá para comprobar si realmente se afecta la autoestima cuando las mujeres no trabajan.

La autoestima de una persona repercute en la calidad de vida, su trabajo y en las diferentes relaciones que esto implica para la persona. Es importante recordar que dicha característica no siempre está relacionada con la falta de capacidad o conocimientos ni la determina siempre el tener un empleo.

También servirá para dar a conocer la información y los resultados obtenidos para ampliar y profundizar la información en futuras investigaciones.

Marco de referencia

La presente investigación se realizó con un grupo de 100 mujeres, adultas jóvenes de entre 25 y 35 años de edad, residentes de la ciudad de Uruapan, Michoacán, México, quienes fueron invitadas a participar por medio de las maestras del Jardín de Niños “Azteca” donde sus hijos estudian. Las maestras de cada salón les pidieron a las madres de familia que se quedaran a la hora de salida para participar en una investigación.

El jardín de niños está construido de material en su totalidad, cuenta con una cancha muy amplia para los eventos cívicos, tiene áreas verdes y un espacio con juegos, tiene baños de hombres y mujeres en adecuadas condiciones, tiene todos los servicios indispensables como electricidad y agua, cuenta con siete salones amplios y acondicionados con todos los materiales didácticos para el aprendizaje de los niños, también cuenta con una dirección y un cuarto de servicios. El jardín se encuentra ubicado en la Colonia Santa Bárbara, de la ciudad de Uruapan, Michoacán.

Se ocuparon dos salones, acondicionados con sillas y mesas para llevar a cabo la aplicación del inventario, cada grupo en un salón, mientras que se les pidió a los niños que esperaran afuera a sus madres, para evitar distractores como el ruido.

CAPÍTULO 1

AUTOESTIMA

La autoestima es una necesidad del ser humano e influye en todas las áreas de su vida, por esto es tan importante su estudio, ya que generalmente las personas hacen juicios de valor a cerca de sí mismos y constantemente están evaluando sus propios actos, sentimientos, pensamientos o conductas que realizan cotidianamente.

A partir de esta idea, en el presente capítulo se abordará la principal variable de esta investigación: la autoestima, revisando aspectos como la conceptualización de la misma, los elementos que la componen, así como el proceso que se lleva a cabo para su desarrollo, los niveles en que la autoestima se presenta y finalmente la importancia que tiene en la vida de las personas.

1.1. Concepto de autoestima

Este apartado permite tener más información clara de lo que es la autoestima y su importancia en el desarrollo humano. Todas las personas desarrollan un nivel de autoestima, ya sea alto o bajo, a través de sus experiencias y vivencias que dependen del valor que los sujetos se dan a sí mismos, tomando en cuenta las habilidades, debilidades y capacidades que poseen.

La autoestima ha sido conceptualizada por Branden (1994), como la experiencia de ser competente para enfrentarse a los desafíos básicos de la vida y de ser digno de felicidad. Tiene dos componentes, el primero se refiere a considerarse eficaz, confiar en la capacidad de sí mismo para pensar, aprender, elegir y tomar decisiones correctas y, por extensión, superar los retos y producir cambios. El segundo aspecto es el respeto por sí mismo, o la confianza en su derecho a ser feliz y, por extensión, confianza en que las personas son dignas de logros, el éxito, la amistad, el respeto, el amor y la realización que aparezca en su vida.

Para este autor, la autoestima es considerada como la capacidad de enfrentarse a los retos de la vida y tener autoeficacia y autorrespeto para creerse merecedor de felicidad, superar los retos y enfrentarse a los desafíos de la vida diaria, a partir de la confianza en la propia capacidad.

La autoestima según Clark y cols. (2000), es el concepto que se tiene sobre la valía y se basa en todos los pensamientos, sentimientos, sensaciones y experiencias que se han ido recogiendo durante la vida, si se aprecia a sí mismo o no. Los millares de impresiones, evaluaciones y experiencias así reunidos, se conjuntan en un sentimiento positivo hacia sí mismos o, al contrario, en un incómodo sentimiento de no ser lo que se espera.

Todas las personas necesitan tener autoestima, independientemente del sexo, edad, cultura, trabajo y objetivos en la vida; la autoestima afecta a

prácticamente todas las facetas de la vida. Algunas investigaciones indican que si no se satisface esta necesidad de autovaloración, tampoco pueden satisfacerse otras necesidades más expansivas, como la creatividad, los logros personales y la realización de todo el potencial; la autoestima se refuerza con las opiniones y valoraciones de los demás.

Las personas que se sienten bien consigo mismas, suelen sentirse bien en la vida y, por lo tanto, son capaces de afrontar y resolver con seguridad los retos y las responsabilidades que esta les plantea.

Para Carrión (2007), se define la autoestima como la valoración y aprecio que se tiene de sí mismo, por las cualidades y circunstancias propias que se reconocen. La autoestima esta directamente relacionada con la autoimagen o el autoconcepto, que son los conocimientos y sentimientos que el individuo tiene sobre sí. Este autor ve a la autoestima como un proceso que se desarrolla a través de la realidad individual y las cualidades que se reconocen de sí mismo.

Según Rogers (citado por García; 2009: 24), “expresa que la autoestima es una estructura organizada y consciente, compuesta por percepciones, valores e ideales, los cuales son formulados por el individuo de manera provisional acerca de su percepción de la realidad y no necesariamente de la realidad en sí”.

Para esta autora, la estructura organizada y consciente que es la autoestima se formula de manera provisional, ya que puede cambiar a lo largo del tiempo, de

acuerdo con las nuevas percepciones y valoraciones que se van adquiriendo y que se reconocen en el propio sujeto.

Para Posee y Melgoza (citados por García; 2009), la autoestima comienza a desarrollarse en la infancia y tiene funciones específicas que ayudan al sujeto en los retos que se le presentan. En la infancia, la autoestima es una estructura bien organizada de la propia imagen, la cual es edificada por el niño, a partir de la percepción de sus capacidades y limitaciones.

Dentro de esta investigación se considerará como base la definición de autoestima elaborada por Coopersmith (referido por Brinkmann y cols.; 1989: 5), quien la define como “el juicio personal de valía, que es expresado en las actitudes que el individuo toma hacia sí mismo. Es una experiencia subjetiva que se transmite a los demás por reportes verbales o conducta manifiesta”.

Se entiende entonces la autoestima como la evaluación que hace y mantiene habitualmente la persona respecto a sí misma; se expresa en una actitud de aprobación o desaprobación subjetiva que se transmite a los demás e indica el grado en el que el individuo se cree capaz, destacado, con éxito y valioso.

1.2. Elementos que conforman la autoestima.

Conocer los componentes de la autoestima permitirá entender mejor su desarrollo y reconocer la importancia de ella en la vida cotidiana. Puesto que la autoestima afecta a todo el comportamiento humano y recibe influencias determinantes desde la infancia hasta el último momento de la vida; es indispensable identificar sus componentes, para así, entender los aspectos que llevan a fortalecerla o mantenerla en un estado adecuado.

Según Branden (1994), como parte de la autoestima se encuentran seis pilares o elementos fundamentales que son indispensables para el desarrollo de la autoestima: el autoconcepto, la autoaceptación, el autoconocimiento, la autoimagen, la autoafirmación y el autorrespeto, los cuales se detallarán enseguida, tomando algunas definiciones del autor referido y complementándolos con otros.

1.2.1. El autoconcepto.

Como elemento de la autoestima se encuentra el autoconcepto que, según Beltrán y Bueno (1995), abarca las ideas, evaluaciones, imágenes y creencias que el sujeto tiene y hace de sí mismo, incluyendo las imágenes que otros tienen de él.

Dicho componente de la autoestima es la opinión o impresión que las personas tienen de sí mismas, y se entiende como el conjunto de percepciones y actitudes que se toman hacia sí mismo, este autoconcepto es diferente en cada

persona, ya que este cambia y es elaborado constantemente, dependiendo de las circunstancias y de las relaciones confrontadas por el individuo.

De acuerdo con Lamb y cols. (2006), el autoconcepto se encuentra compuesto por actitudes, creencias, percepciones y autoevaluaciones. Es un elemento que permite que cada sujeto conforme su identidad para así poder llegar a crear un comportamiento consistente y coherente.

En este sentido, de acuerdo con Branden (1994), el principio de vivir de manera consciente significa intentar ser reflexivo sobre todo lo que tiene que ver con las propias acciones, propósitos, valores y metas, al máximo de las capacidades, sean cuales sean, y comportarse de acuerdo con lo que se conoce.

1.2.2. Autoaceptación.

De acuerdo con Branden (1999: 21), aceptarse a uno mismo “es la virtud de comprometerse con el valor de su propia persona” De acuerdo con este autor, la autoaceptación es reconocer el propio valor que la persona tiene y todas las características que esto conlleva, ya sean virtudes o defectos.

Según Branden (1999), aceptarse a uno mismo es un acto primario de valoración propia que funciona como punto de partida desde el que dedicarse a procurar la autoestima, se expresa mediante la voluntad de aceptar lo que el sujeto piensa, siente, realiza y es.

Señala este autor que la aceptación de sí mismo implica rehusar a considerar cualquier parte del propio ser. Según algunos médicos, han observado que cuando la persona aprende a admitir e integrar una parte previamente no reconocida o negada de su personalidad, se siente más fuerte y plena, y su autoestima se refuerza.

1.2.3. Autoconocimiento

Otro elemento de la autoestima es el conocimiento de uno mismo. De manera sencilla, se puede decir que se refiere a conocer el propio yo, o “self”, tomando consciencia de sus partes desconocidas o inconscientes, para conocerse más y mejor.

Novel y Lluch (2000) perciben el autoconocimiento como el proceso de mirarse a uno mismo, los pensamientos, sentimientos, creencias, valores, habilidades y conductas en el entorno pasado, presente y futuro, de una manera abierta y honesta.

En relación con la misma idea, “el autoconocimiento permite estar en contacto con las diferentes partes del yo y favorece la integración de las mismas de forma que todas constituyan un todo coherente y afín a la persona” de acuerdo con Novel y Lluch (2000: 54).

Cuando las personas aprenden a conocerse, en realidad viven, ya que aprenden a identificar cada parte de su yo, ya que, efectivamente, no se puede vivir

con algo o con alguien que se desconoce y menos emplear capacidades, recursos o habilidades desconocidas para sí mismos. El conocimiento de sí mismo no solamente afecta de manera positiva a la autoestima, sino a las relaciones con los demás, y hasta la comprensión del mundo y del universo.

1.2.4. Autoafirmación.

Según Branden (2010: 45), “afirmarse a uno mismo es la virtud de expresarse adecuadamente, respetando las necesidades, deseos, valores y convicciones que tenemos como personas, y buscando formas racionales para expresarlas de forma práctica”.

Según Branden (2008), cuando se tiene una sana autoestima, la autoafirmación suele aparecer como una consecuencia natural y cuando se tiene un adecuado sentido de autoafirmación, la autoestima se refuerza; una de las formas de construir la autoestima es aprender a respetar los propios deseos, necesidades, valores y pensamientos, y buscar formas adecuadas de expresarlos al mundo. Significa estar dispuesto a defenderse a uno mismo, no tener miedo a ser quien se es, tratarse con respeto a sí mismo en los encuentros con los demás.

En este sentido, esto significa no actuar como alguien que no se es ni desvirtuar los propios valores, creencias u opiniones para ganar la aprobación de los demás, sin embargo, no significa pasar por encima de los demás para poder avanzar, ni querer ser el centro de atención o no reconocer los derechos de otros.

1.2.5. Autodeterminación.

La autoestima según Branden (2008), trae consigo la sensación de control sobre la propia existencia. Vivir con propósito es utilizar las propias facultades para la consecución de las metas que se han elegido, ya que son estas lo que impulsan y exigen aplicar dicha facultades y las que vigorizan la vida.

Según Branden (2008), los propósitos organizan y centran las energías, y dan significado y estructura a la propia existencia, lo que fortalece la autoestima, ya que si se alcanzan las metas deseadas, la persona se siente feliz.

Por el contrario, alguien con una autoestima baja se siente fundamentalmente bajo el control de los acontecimientos externos, es decir, las decisiones y las acciones de los demás. En ausencia de propósitos y objetivos, se siente absolutamente a merced del cambio y de las acciones incontrolables de los demás. Esta pasividad es incompatible con la experiencia de la autoestima.

1.3. Componentes de la autoestima.

Como ya se ha mencionado, la autoestima esta compuesta por elementos que le dan significado al contexto del sujeto, es conveniente recordar la consideración que hace Coopersmith (citado por González-Arratia; 2001: 18), refiriéndose a la autoestima como “la evaluación que el individuo hace y mantiene por costumbre sobre sí mismo, expresa una actitud de aprobación e indica el grado en el que el

sujeto se cree capaz, importante, exitoso y valioso. Es decir, es el juicio personal de valor que se expresa en las actitudes que el individuo mantiene acerca de sí mismo.”

Entonces, la autoestima es la abstracción que el individuo hace y desarrolla acerca de sus atributos, capacidades, objetos y actividades que posee o persigue; esta abstracción es representada por el símbolo mí, que consiste en la idea que la persona tiene sobre sí misma”.

1.3.1. Cognitivo

El componente cognitivo, según Miles y Williams (2001), se desarrolla como un reflejo de las experiencias que se tienen con los demás, pues esto genera en el individuo pensamientos que le orientan acerca de su valor y forma creencias de quien es él, ya que la manera en que la gente responda al individuo, le creará indicios de la importancia o valor que él tiene.

El componente cognitivo indica idea, creencia, opinión, perspicacia y procesamiento de la información, así como las percepciones que se tienen sobre sí mismo. Lo cognitivo, se refleja como la capacidad o facilidad mental de la persona para obtener e incorporar a su esquema mental niveles morales y éticos.

1.3.2. Afectivo

El componente afectivo, de acuerdo con Miles y Williams (2001), surge de la vinculación emotiva que se forma con las personas significativas para el sujeto, estas transmiten al individuo mensajes sobre sus sentimientos de valía hacia él y le dan significados que irá atribuyendo como propios o no. Esto indica que mientras el sujeto se sienta valioso y capaz, podrá entonces tener éxito, mientras que si él mismo no se aprueba y se siente fracasado, le será más difícil tener éxito.

El componente afectivo se refiere al grado en el que la persona siente que es aceptada y valorada por quienes le rodean, es sentirse a gusto o disgusto consigo mismo, sobre las cualidades personales, y es la respuesta de los valores y contravalores que se advierten dentro de sí mismo, donde se practica el sentimiento, la admiración, desprecio, afecto, gozo o dolor.

1.3.3. Conductual

El elemento conductual se presenta en las actitudes y acciones que el sujeto emprende en su vida, ya sea a manera de proyectos, planteamientos de metas e incluso en sus relaciones interpersonales.

El elemento conductual de la autoestima, según Branden (1994), se manifiesta en el sujeto y en los demás de manera sencilla y directa. La autoestima proyecta el placer que se tiene de estar vivo a través de un rostro, un ademán; del modo de

hablar y de moverse. Se expresa en la tranquilidad con la que se habla de los logros o de los defectos de forma directa y honesta. Se esta abierto a la crítica y se tiene el alivio de reconocer los errores, ya que no esta ligada a la imagen de “ser perfecto”.

El componente conductual, significa tensión y decisión de actuar, de llevar a la práctica un comportamiento consecuente y coherente. Es la autoafirmación dirigida hacia el propio yo, para alcanzar el éxito o el fracaso, ante los demás y ante sí mismo, pues se enfoca a la capacidad que el sujeto percibe que tiene para desempeñar tareas que considera importantes.

En conclusión, los componentes cognitivo, afectivo y conductual de la autoestima están determinados por las tres características mencionadas anteriormente y según Coopersmith (citado por Tito y cols.; 2006), sirven para que el sujeto pueda fundamentar la imagen de valor que va creando de sí mismo.

Coopersmith (citado por Pastor; 2002: 71), consideró que “para que se desarrollen los elementos cognitivo, afectivo y conductual de la autoestima, es necesario que el sujeto viva las siguientes experiencias, el tratamiento de ciertos factores significantes como consecuencia de que otros nos valoran, la historia de éxitos o el reconocimiento social de los propios logros, los valores y las aspiraciones que determinan la consecución de un logro y el estilo particular de defender la autoestima o la forma de responder a los sucesos negativos que nos afectan personalmente”.

1.4. El desarrollo de la autoestima

Según Branden (1994), para las personas no hay un juicio de valor más importante que la evaluación que emiten sobre ellas mismas en su desarrollo psicológico y en su motivación, ya que esta autoevaluación es un factor presente en la psicología humana.

La naturaleza de esta autoevaluación tiene profundos efectos sobre el proceso de pensamiento de las personas, sus emociones, sus deseos, valores y objetivos. Es la clave más significativa para su conducta. Para comprender psicológicamente a alguien, hay que entender la naturaleza y grado de su autoestima, y los parámetros según los que se juzga.

Según Branden (1994), el hombre experimenta este deseo de autoestima como una necesidad básica, ya que no puede evitar la sensación de que la valoración que hace de sí mismo tiene una importancia vital.

La autoestima tiene dos aspectos interrelacionados: implica un sentimiento de eficacia personal y otro de valor propio. Es la suma integrada de la confianza y el respeto en sí mismo. Es la convicción de que se es competente para vivir y digno de ello.

La necesidad de autoestima que tiene la persona es inherente a ella. Hay dos hechos sobre la naturaleza humana que permiten entender esta necesidad de autoestima: el primero es el hecho de que la razón es el medio básico de

supervivencia humana, el segundo es el hecho de que el ejercicio de su facultad racional volitiva.

Miles y Williams (citados por García; 2009) argumentan que el desarrollo de la autoestima no es más que un reflejo de las experiencias, ya que se vincula con la forma en que las personas responden o le proporcionan un indicio de valía al individuo.

De acuerdo con García (2009), en el caso del recién nacido, aún no tiene un concepto de sí mismo ni experiencias pasadas de los otros para poder juzgar su propio sentido de valía personal, así que conforme el niño va creciendo, almacena experiencias de sus relaciones con los otros, las cuales le permiten ir formando su sentido de autoestima. Si las experiencias con los otros han sido positivas, se esperaría que la autoestima sea más elevada, que la de aquel que ha tenido relaciones interpersonales en las que se ha sentido ignorado o poco amado.

Coopersmith (citado por Tito y cols.; 2006) enuncia el orden en el que se compone la autoestima y los factores que se van formando en cada etapa de su estructuración, los cuales se describirán a continuación de manera general.

El primer elemento que nace para que surja la autoestima es el autorreconocimiento, que surge alrededor de los 18 meses de edad, cuando el infante es capaz de identificar su propia imagen en el espejo; continúa con la

autodefinición, que se presenta a los 3 años, es el momento en que el niño reconoce las características que le definen de manera externa.

Después, entre los 6 y 7 años la descripción es ya de forma psicológica, cuando el sujeto introyecta el concepto de yo verdadero e ideal. Le sigue el autoconcepto, que se forma de los 6 a los 12 años, donde se manifestarán las ideas que dan el valor personal, es en este momento cuando ya se elabora de forma más estructurada y organizada una concepción de la autoestima como un sentimiento positivo o negativo.

De acuerdo con Posse y Melgoza (citados por García; 2001), para que la autoestima se forme, influyen aspectos biológicos y sociales, sin embargo, tienen mayor peso los sociales, pues incluyen factores como: el grado de aspiración, la aprobación del mundo adulto, el grado de responsabilidad asignada, el efecto de los medios de comunicación, el estilo de vida y la escala de valores.

De tal manera que la autoestima es el resultado de un proceso interior y personal, que de forma directa se ve influido por otros agentes como los padres, adultos, maestros, amigos y del medio social en el que el individuo se desenvuelve.

Para Medina (1990), en el desarrollo de la autoestima se ha destacado la familia, en especial los padres, como una influencia reveladora, pues el contexto familiar provee al sujeto de las experiencias interpersonales necesarias para

aprender su propia valoración; la familia se convierte en un factor que, de acuerdo con el ambiente, puede favorecer o inhibir una autoestima adecuada.

La autoestima tiene su origen en la infancia, con base en aspectos que la familia potencia en el niño, como la calidez, la implicación, la coherencia, los elogios y el respeto. Asimismo, Coopersmith y Mruk (citados por Wiscarz y Laraia; 2006) mencionan que las formas en las que se puede estimular la autoestima en el niño consisten en proporcionarle experiencias para el éxito, inculcarle ideales, animarle en sus aspiraciones y ayudarle a construir defensas contra el ataque que recibirán sus percepciones sobre sí mismo.

Según Predvechni (1985: 209), “la necesidad de comunicación surge en la más temprana infancia, ya en los primeros seis meses de vida el niño necesita la atención y el afecto del adulto. Luego aumenta la necesidad de colaboración con el adulto, el afán de obtener su aprobación, lo que asegura la eficacia de las influencias educativas. La necesidad de respeto surge inclusive en la edad preescolar, y está vinculada con el enriquecimiento de las nociones que el niño tiene sobre sí mismo, lo que hace posible la formación de la autoestima”.

El niño comienza a buscar su propia identidad desde que nace y esta va aumentando conforme él va creciendo, mientras recibe estimulación de su medio ambiente, por el cuidado y lecciones que los padres le dan. Desde el momento de la lactancia y especialmente, durante la interacción madre-hijo, el niño va adquiriendo la consciencia de sí mismo.

Así, poco a poco el infante va evolucionando desde su sentido de egocentrismo hasta adoptar el concepto del yo en relación con los demás, de este modo, la autoestima se va reafirmando, lo anterior ayuda a que el niño forme una madurez plena, tanto en el aspecto físico como en lo psicológico, moral, social y espiritual.

De acuerdo con Posse y Melgoza (2001: 151), “la autoestima es para el niño como su retrato consciente, su autenticidad, cómo se considera a sí mismo, lo que espera de sí y de su capacidad, es su documento de identidad interior”.

De acuerdo con Wiscarz y Laraia (2006), conforme se avanza en edad, la autoestima va aumentando, y el momento en que se aprecia mayormente perturbada es durante la adolescencia, debido a los múltiples cambios por los que atraviesa, como la modificación en el concepto del yo.

Con la llegada de la edad adulta, la autoestima se estabiliza, pues el autoconcepto está más maduro y proporciona una idea clara del propio yo, entonces comienza una mejor autoaceptación. La autoestima siempre esta cambiando, pues incluso en la vida adulta se ve afectada por los nuevos desafíos a los que se enfrenta el individuo constantemente.

1.5. Niveles de autoestima.

Según González-Arratia (2001: 17), “una autoestima saludable es fundamental para una percepción vital y una competencia emocional, que se refleja en la calidad de las relaciones. En cambio, una baja autoestima se encuentra presente en una buena parte de los diagnósticos psiquiátricos y por lo tanto, en relaciones disfuncionales con el entorno”.

La autoestima es un elemento psicodinámico, es decir, está en constante cambio y su nivel permanece fluctuante a lo largo de la vida del sujeto, pues está vinculada a factores externos que la pueden modificar. El éxito o fracaso individual o colectivo, suelen contribuir a la elevación o disminución de la autoestima de acuerdo con Posse y Melgoza (citados por García; 2009).

1.5.1. Nivel alto de autoestima

La autoestima es un factor que promueve la búsqueda de desafíos en la vida. Branden (1999), establece diferentes características que dan una autoestima alta o baja al sujeto. La autoestima alta da sentido de ambición a la persona, pues le proporciona una guía de lo que espera experimentar en su vida y el sujeto, en consecuencia, va a manifestar un mayor deseo por expresarse y reflejar su riqueza interior, empleará con mayor facilidad momentos de comunicación abierta, sincera y asertiva, contará con mayor disposición para establecer relaciones interpersonales positivas.

Para Branden (1999), la autoestima alta es el sentimiento de ser apto para la vida y sus desafíos, el pilar central para que esta característica sea saludable, está centrado en vivir de forma consciente, es decir, ser responsable hacia la realidad, los hechos, el conocimiento y la verdad de las propias acciones.

Por último, de acuerdo con Moreno (2008), quien describe dos niveles de autoestima: el alto y bajo, la alta autoestima es aceptarse tal como se es, valorando las virtudes y defectos, quererse así como se llega al mundo, en lo físico y en la manera de ser.

1.5.2. Nivel bajo de autoestima

Duravia (1999: 18) comenta que “la baja estima o carencia de esta es el producto de una espiral en el que las experiencias han sido percibidas como fracasos, lo cual se deriva en fuerzas negativas, que orillan a que el sujeto busque de forma inconsciente más situaciones que le resulten vividas como fracasos, esto a su vez le genera un autoconcepto de incapacidad ante la ejecución de algunas tareas, pues se generará la convicción de que fracasará”.

Se puede determinar que un bajo nivel de autoestima está determinado por una gran discrepancia entre el autoconcepto y el ideal de sí mismo, mientras que la persona con un nivel de estima elevado se caracterizaría por gozar de una mayor conformidad entre su autoconcepto y su ideal de sí mismo, según indican Wiszarz y Laraia (2006).

De acuerdo con Rosenberg (1978), la autoestima baja puede llevar a sentimientos de apatía, aislamiento, poca capacidad de amar y pasividad, mientras que la alta autoestima se relaciona con personas que se encuentran involucradas en vidas más activas, con sentimientos de control sobre las circunstancias, menos ansiosas y con mejores capacidades para tolerar el estrés interno o externo; son menos sensibles a las críticas, suelen tener mejor salud física, disfrutan de sus relaciones interpersonales y valoran su independencia.

Según Moreno (2008), la baja autoestima es una muestra de que el sujeto no se ha aprendido a valorarse a sí mismo, dejando que las demás personas lo hagan sentir menos y se considera que no es capaz de realizar lo que se ha trazado.

Para Branden (1999: 18) “sin autoestima positiva, el crecimiento psicológico se ve perturbado. La autoestima positiva actúa, en efecto, como el sistema inmunológico del espíritu, proporcionándole resistencia, fortaleza y capacidad de regeneración. Cuando el nivel de autoestima es bajo se reduce nuestra resistencia ante los problemas de la vida. Tendemos a dejarnos influenciar más por el deseo de evitar el dolor que por el de experimentar alegría”.

De acuerdo con Branden (1999), quien tiene una autoestima baja presenta menos aspiraciones y por ende, menos posibilidades de éxito, siente mayor necesidad de aprobación olvidándose de las necesidades propias para satisfacer a los demás; vive de manera mecánica e inconsciente, la forma de comunicación que utiliza con los otros es turbia, evasiva e inadecuada, desconfía de sus propios

pensamientos y sentimientos; estas personas se involucran con mayor facilidad en relaciones perjudiciales y destructivas.

Para Novel y Lluch (2000), los éxitos y fracasos de la vida de una persona pueden estar determinados por su nivel de autoestima, ya que se encuentra en un nivel elevado; esto hace que la capacidad personal se potencie y aumente el desarrollo de sus habilidades y, en consecuencia el nivel de seguridad y confianza que el sujeto se tiene a sí mismo; por otra parte, la autoestima en un nivel bajo enfocará a la persona hacia sentimientos de derrota, puesto que no desarrollará con la misma fuerza la capacidad de autoconfianza.

A manera de conclusión, se puede afirmar que los sujetos que presentan un nivel de autoestima alto o elevado, afrontan los retos de la vida con expectativas de éxito y se sienten seguros de sus capacidades, mientras que quienes presentan una autoestima baja o disminuida, afrontan las tareas de la vida con expectativas de posible fracaso y sentimientos de derrota, que a su vez refuerzan el bajo concepto de sí mismo.

1.6. Importancia de la autoestima.

De acuerdo con Branden (2007), la autoestima en cualquier nivel genera una especie de profecías que se cumplen por sí mismas, las cuales se forman por un conjunto de expectativas acerca de lo que es posible y apropiado para sí mismo, lo

cual lleva al individuo a generar acciones que sean congruentes con estas perspectivas, que terminan convirtiéndose en realidades confirmadas y reforzadas.

La autoestima puede ser generadora de una personalidad sana, ya que según Wiscarz y Laraia (2006), con base en la teoría del desarrollo y dinámica del yo, alguien con una sana autoestima tiene la capacidad necesaria para formar una imagen corporal positiva y exacta, evaluando su propio potencial y siendo congruente consigo mismo.

El sujeto tiene objetivos vitales que son valiosos: el autoconcepto que manifiesta es positivo, lo cual implica que se siente merecedor de éxito en la vida y su enfrentamiento ante las dificultades de la vida, es realista y directo. La persona también se siente merecedora de respeto y dignidad, cree en su propio nivel de valía, es asertiva y entusiasta; como resultado de esto, se encuentra con un sentido claro de identidad, pues experimenta una unidad en su personalidad al ser muy parecida a la persona que quiere ser, propiciando en su sentido del yo y propósito ante la vida.

De acuerdo con Branden (1999), la autoevaluación que el sujeto elabora afecta sus pensamientos, emociones, deseos, objetivos e incluso valores, se cree que este proceso es un factor clave en el desarrollo de ciertas conductas y que permite comprender de forma psicológica a una persona, aunque cabe considerar que la autoestima no es un valor que una vez obtenido, se conserve de manera permanente, sino que al ser un aspecto propio, requiere de la acción para que se pueda conservar.

La autoestima es un elemento esencial para el desarrollo del individuo, pues desde el nacimiento, este necesita sentirse seguro, protegido y amado por su entorno, para poder desarrollarse psicológicamente de manera sana. El sentido de estima propia que se forme desde la infancia será un pilar de la vida adulta, ya que proporcionará al sujeto las herramientas necesarias para desenvolverse adecuadamente en su contexto; tales instrumentos pueden ser seguridad, confianza y eficacia, entre otros, todos ellos le permitirán saber claramente con que recursos y limitantes cuenta en su personalidad.

El desarrollo y el efecto de la autoestima resultan diferentes en cada individuo, y esas características individuales tienen efectos en la conducta, en la mentalidad, los sentimientos y el desempeño en la vida cotidiana.

Para concluir el presente capítulo, se puede afirmar que la autoestima es una clave importante en el desempeño del sujeto en su vida, ya que la manera en la que este se siente y se perciba, afectará en forma directa su modo de actuar, además de que condicionará su estructura para reaccionar de forma particular ante las vivencias diarias.

En las mujeres, el proceso de formación de la autoestima se da de manera similar que en los hombres, sin embargo, factores como la cultura, edad, raza y el medio social donde se desarrollan, influyen en gran medida en la manera que se les inculca desde pequeñas el papel que deben desenvolver de acuerdo a su cultura, lo cual repercute directamente en su autoestima.

Por ello, en el siguiente capítulo se hablará acerca de la situación que las mujeres viven en la sociedad y los roles que se les han asignado a lo largo del tiempo, principalmente como amas de casa y trabajadoras, tomando como base la cultura mexicana.

CAPÍTULO 2

MUJER

En el presente capítulo se encuentran primeramente el concepto de género y su definición, así como el abordaje de las mujeres desde los aspectos psicológico, biológico, social, cultural e histórico; también se hablará acerca del papel que cumplen las mujeres en la sociedad, de acuerdo con los roles que se le han asignado culturalmente; asimismo, se describirá cómo se desenvuelven las mujeres en los quehaceres domésticos como amas de casa y en el ámbito laboral, y cómo influyen estos factores en la autoestima de las mujeres.

2.1. Perspectiva de género

De acuerdo con Lagarde (1996), la perspectiva de género permite analizar y comprender las características que definen a las mujeres y a los hombres de manera específica, así como sus semejanzas y diferencias. Esta perspectiva de género analiza las posibilidades vitales de las mujeres y los hombres; el sentido de sus vidas, sus expectativas y oportunidades, las complejas y diversas relaciones sociales que se dan entre ambos géneros, así como los conflictos institucionales y cotidianos que deben enfrentar y las maneras en que lo hacen.

Es fundamental primero definir el término género, que de acuerdo con Burin y Meler (2001), se utiliza para describir el conjunto de conductas atribuidas a los

varones y a las mujeres. Los modos de pensar, sentir y comportarse de ambos géneros, se deben a construcciones sociales y familiares asignadas de manera diferenciada a estos géneros, a partir de estadios muy tempranos en la vida de cada infante humano, quienes incorporan pautas de configuración psíquica y social que dan origen a la feminidad y la masculinidad. Desde este criterio, el género se define como la red de creencias, rasgos de personalidad, actitudes, valores, conductas y actividades que diferencian a mujeres y a hombres.

De acuerdo con Scott (citado por Cavazos; 2005: 271), el género es un “elemento constitutivo de las relaciones sociales basadas en las diferencias que distinguen a los sexos y, a la vez, como una forma primaria de relaciones significantes de poder. La categoría de género atañe, desde este punto de vista, tanto a los sujetos individuales como a la organización social, y a la naturaleza de las interrelaciones, el género es y opera a través de cuatro dimensiones: en los símbolos culturales que integran representaciones múltiples y muchas veces contradictorias; conceptos normativos que limitan y contienen las posibilidades metafóricas de interpretación de símbolos culturales que afirman unívocamente el significado masculino- femenino; en el sistema de parentesco y la familia, en la economía y la política, y finalmente pero no menos importante, en la identidad subjetiva historizada”

2.2. Concepción de las mujeres

En el presente apartado se abordará la concepción de la mujer desde el aspecto biológico y sexual, hablando de las diferencias sexuales entre los géneros y

cómo es vista la sexualidad en la mujer, así como de la reproducción y la maternidad. También se abordará el aspecto social y cultural, hablando de los roles que deben cumplir socialmente las mujeres.

2.2.1. Aspecto biológico y sexual

De acuerdo con Barberá y Martínez (2004), se sabe que existe una primera información relevante que se halla en el par 23 de cromosomas, de forma que al ser este par XX o XY, el óvulo y espermatozoide unidos van a dar lugar, en principio, a una niña o un niño, respectivamente. Apenas nacido el bebé, quedará adscrito por imperativo social a un morfismo sexual, bien al grupo de las mujeres o de los varones. Entre los 3 y 7 años de edad, los niños experimentan la construcción paulatina de su primera identidad sexual, percibirse y concebirse como niño o niña, clasificarse como tal dentro de su categoría y clasificar a los demás; junto con esta primera identidad sexual tiene lugar la identidad de género, que es el grado de identificación con los papeles asignados por una determinada sociedad a la condición de su sexo, identificarse y mostrar aquellos comportamientos idóneos de su sexo.

De acuerdo con Burin y Meler (2001), a la sexualidad se le ha dado socialmente una carga muy grande sobre todo a la sexualidad femenina, desde hechos cotidianos que desvaloran a la mujer y que están cargados de sexualidad y de una consideración de inferioridad respecto a las mujeres. Por otra parte, se enseña una sexualidad referida más a la genitalidad y cuya realización debe darse

de manera privada, a escondidas, ya que muchas veces se ve como algo sucio, vergonzoso y hasta con mucha culpabilidad, sobre todo para las mujeres, pues en los hombres es más permitido cualquier acto sexual, aquí entra la represión de la sexualidad para las mujeres.

De acuerdo con Lagarde (2006), se ve a la mujer como un cuerpo circunscrito a la sexualidad y sobre el cual se han estructurado sus posibilidades de vida como espacio para los otros, ya que ella se encarga de cuidar, alimentar y proteger a los otros. La mujer es reducida a la sexualidad y esta, por considerarse natural, es desvalorada.

También para Burin y Meler (2001), los criterios biólogos de las diferencias sexuales se basan en el cuerpo, y así asocian fundamentalmente el sujeto mujer a la capacidad reproductora. Este criterio supone que ser mujer es tener las características físicas de la mujer, y del cuerpo se derivarían supuestos instintos tales como el maternal, el de brindar cuidados y el de nutrir, entre otros. Se sitúa a la sexualidad femenina como enclaustrada en la esfera familiar y en la función reproductora, y se considera a las mujeres como factores de estabilidad o inestabilidad social a través de su inserción en la familia.

En relación a la reproducción, Barberá y Martínez (2004), respecto a las teorías evolucionistas, afirman que la mujer tiene un número amplio pero limitado de óvulos, está sujeta a ciclos que regulan su reproducción, a la vez que esta capacidad tiene un final cronológico definido: la menopausia. La mujer tiene un compromiso

biológico mucho mayor con la reproducción: aportar el óvulo, gestar durante nueve meses, parir y amamantar, también la tendencia a ocuparse incondicionalmente de los hijos, esta biológicamente programado en la mujer. Esto explica que la mujer sea más selectiva buscando varones dispuestos a comprometerse con la crianza y que posean recursos para defender y sostener a la familia, por esto, existe la tendencia de la mujer a dar más peso a las implicaciones emocionales y a los reconocimientos formales de la relación, como indicadores de un mayor compromiso.

Para Cavazos (2005), en consecuencia, la maternidad reforzada por las religiones se volvió la función esencial femenina y su principal responsabilidad. Tan severa es la etiqueta de “buena” o “mala” madre que, desde su construcción hasta estos días, constituye el papel fundamental de la vida de la mujer y aunque paradójicamente, puede ser lo más querido y/o lo más despreciado.

2.2.2. Aspecto social y cultural

Para Chávez (2004), la identidad es producto de una construcción social e histórica, que se establece mediante un sistema de clasificación propio de cada sociedad y cultura. La identidad se define a partir de los elementos que singularizan a las personas y consiste en la definición que ellas hacen de sí mismas en un mundo determinado y que se integra por los atributos asignados desde el género, la raza, la clase social del medio donde se nace.

La identidad de género se construye a partir del sexo, de lo que cada cultura reconoce como sexual y en cada cultura el proceso de socialización consigue lo que las mujeres y hombres interioricen, y que por lo tanto, hace que se apropien de determinadas normas, valores, actitudes y conductas que se consideran como “femeninas o “masculinas”, dependiendo del lugar y momento histórico en el que se viva.

En la sociedad mexicana se ha privilegiado la sexualidad reproductiva y a las mujeres se les ha educado para que se realicen en la maternidad; incluso es calificada como antinatural la mujer que decide negar su cuerpo a esta tarea que, se dice, es propia de su sexo. A las mujeres se les ha educado para ser buenas madres, buenas esposas y buenas amas de casa, esto es, su cuerpo social, entrenado para otros, un cuerpo que nutre, que da vida y que sirve a otros; un cuerpo que es usado para servir a otros y que sin embargo, no se considera productivo. La única sexualidad aceptada es la que se da en el marco del matrimonio y cuyo fin es tener hijos.

De acuerdo con Lipovetsky (1999), en la sociedad actual la esposa es responsable de la cohesión afectiva del grupo doméstico y se ocupa de la casa y de los hijos; mientras que el padre se encarga de las tareas del exterior o los roles instrumentales y la madre se enfoca a las tareas del interior y los roles expresivos. El reparto de los papeles es exclusivo, solamente la mujer se consagra a las tareas domésticas y el hombre dotado de extensas prerrogativas y responsabilidades, ejerce la autoridad tanto sobre los hijos como sobre su esposa.

2.3. Rol de la mujer

Para comenzar con este apartado, es necesario definir el concepto de roles de género, entendiendo a estos como el conjunto de expectativas acerca de los comportamientos sociales considerados apropiados para las personas que poseen un sexo determinado, y está formado por el conjunto de normas, principios y representaciones culturales que dicta la sociedad sobre el comportamiento masculino y femenino, esto es, conductas y actitudes que se esperan tanto de las mujeres como de los hombres.

Ya que el género, de acuerdo con Chávez (2004), es un concepto construido socialmente a partir del conjunto de ideas, creencias y representaciones que cada cultura ha generado a partir de las diferencias sexuales entre hombres y mujeres, se puede deducir que estas características construidas han sido la causa de desigualdades, marginación y subordinación para la mayoría de las mujeres. Se considera que el hecho de que la mujer tenga la capacidad biológica del embarazo y la lactancia, la limita de por vida al trabajo en la esfera privada, para ser madre, esposa y ama de casa, independientemente de las actividades remuneradas o no que realice fuera de casa.

Así, de acuerdo con Cavazos (2005), en las culturas se ha demostrado el dominio del más fuerte, de lo masculino y de lo “normal”, reafirmando en el hombre la condición de superioridad y dependencia. En los hogares es necesario designar a un jefe de familia que será quien representa el mando dentro de la misma, que decidirá

y juzgará la actuación de los otros miembros, esta figura generalmente es representada por varones, aunque no sea la figura del padre o esposo, pero que representa la autoridad.

De acuerdo con Lipovetsky (1999), son las mujeres quien masivamente continúan asumiendo la mayor parte de la responsabilidad en la educación de los hijos y en las tareas del hogar. Incluso cuando los hombres intervienen más que en el pasado en las actividades domésticas, la gestión de la vida cotidiana sigue siendo prioritariamente, de la incumbencia de las mujeres.

Para Cavazos (2005), es así como en todas las sociedades, el ejercicio del poder se ha depositado de manera preponderante en los varones, y en las primeras épocas se restó interés a la figura femenina cuando apareció el patriarcado, este llegó a tal grado que la sumisión y el servicio, así como la fidelidad y obediencia, se convirtieron en sus principales obligaciones y la mujer perdió todos sus derechos. Esta subordinación dependía del sitio que ocupaba la mujer en la escala social, lo que determinaba el grado de poder que pudiera ejercer en su entorno social y cotidiano.

De acuerdo con Lagarde (2006: 77), “la condición de la mujer es una creación histórica cuyo contenido es el conjunto de circunstancias, cualidades y características esenciales que definen a la mujer como ser social y cultural genérico: ser de y para los otros. Es histórica en tanto que es diferente a natural, opuesta a la llamada naturaleza femenina, es decir, al conjunto de cualidades y características

atribuidas a las mujeres, desde formas de comportamiento, actitudes, capacidades intelectuales y físicas, hasta su lugar en las relaciones económicas y sociales y la opresión que las somete, cuyo origen y dialéctica escapan a la historia y pertenecen, para la mitad de la humanidad, a determinaciones biológicas congénitas ligadas al sexo”.

De acuerdo con Lagarde (2006), desde esta perspectiva, la condición de la mujer está constituida por todas las relaciones vitales en que están inmersas las mujeres, independientemente de su voluntad y de su conciencia, y por las formas en que participan en ellas; por las instituciones políticas y jurídicas que las contienen y las norman; así como por las concepciones del mundo que las definen y las interpretan.

La situación expresa la existencia concreta de las mujeres particulares, a partir de sus condiciones reales de vida: desde la formación social en que nace, vive y muere cada una, las relaciones de producción-reproducción y con ello la clase, el grupo de clase, el tipo de trabajo o de actividad vital, su idea en relación con la maternidad, a la conyugalidad y a la filialidad, su adscripción familiar, así como los niveles de vida y el acceso a los bienes materiales y simbólicos; la etnia, la lengua, la religión, la política, el grupo de edad, las relaciones con las otras mujeres, con los hombres y con el poder, las preferencias eróticas, las costumbres y tradiciones, los conocimientos y la sabiduría, las capacidades de aprendizaje, creadoras y de cambio, y la capacidad de sobrevivir, la subjetividad personal, la autoidentidad y la particular concepción del mundo y de la vida.

Algunos conceptos que han sido contruidos por los grupos humanos, de acuerdo con Chávez (2004), a partir de las diferencias biológicas, les atribuyen a las mujeres características simbólicas, como llanto, valentía o sumisión, dando así valoraciones diferentes a ambos géneros.

También, de acuerdo con Barberá y Martínez (2004), dentro de los estereotipos femeninos, se puede afirmar que la idea de feminidad se vincula con los rasgos de dulzura, comprensión, amabilidad, calidez, educación, emotividad, ser consciente de los sentimientos de otros y dedicación a los demás; también se vincula con conductas o roles como llevar la dirección de las tareas domésticas, ocuparse de los hijos, atender la casa, hacer compras y ser fuente de soporte emocional, entre otras. También hay caracteres físicos, como la belleza, la elegancia, ser bonita, y destrezas cognitivas de tipo verbal, expresivo o artístico que se le atribuyen a las mujeres.

Por lo tanto, se afirma que incluso en la expresión de emociones es distinto para mujeres y hombres, ya que emociones tales como la rabia o el orgullo se asocian con la masculinidad, mientras que una gran mayoría de expresiones emocionales comunes, tales como la felicidad, culpa, miedo, amor o preocupación, se vinculan más con lo femenino.

Sin embargo, para Cavazos (2005), el patriarcado no invadió todas las esferas pertenecientes a los individuos de las familias, pues hay casos en que la mujer ejerce la autoridad y fija los derechos y obligaciones de los distintos miembros.

En el ámbito cotidiano o privado no se restó tanta importancia a la figura femenina, dado que la función de la reproducción humana es más prolongada y evidente en las mujeres, además, ellas tienen que inspeccionar lo que ocurre en el hogar, esto permite mantener el control unificado en las familias, lo cual significa un espacio modesto de ejercicio de poder femenino. Actualmente, los ámbitos que eran estrictamente masculinos se han visto ocupados por las mujeres y sus características gradualmente se han modificado, lo anterior ha permitido a las mujeres desarrollarse dentro de espacios más equitativos y se han empoderado para ingresar al mundo considerado exclusivo de los hombres.

De acuerdo con el mismo autor, las mujeres se han construido a partir del hombre y se han adaptado a los órdenes masculinos, que son los mismos para ambos géneros: la familia, la religión y la escuela, por ejemplo. Así que el precio de que la mujer se encuentre en los espacios enunciados como masculinos consiste en que la mujer se identifique como un “rival” del hombre y pierda un poco su feminidad construida para ingresar a la vida política, laboral, social y económica.

Por lo tanto, el papel secundario de la mujer, desde el punto de vista económico y social, supuso la idea de que el trabajo femenino tuviera menos valor social y productivo, idea que hasta el presente, se mantiene entre el trabajo remunerado y las labores domésticas, asimismo, se abrió paso a la concepción de inequidad remunerada entre el hombre y la mujer.

Cuando la mujer comprende el proceso de “etiquetamiento” y construcción que le ha dado la cultura por su género, puede decidir continuar con esta visión o saber y comprender sus ventajas dentro del mundo masculinizado, al que poco a poco se han infiltrado las mujeres y donde algunas destacan, por buscar un espacio y el reconocimiento por sus esfuerzos.

2.4. La mujer en el hogar

En este apartado se revisará el rol que juega la mujer dentro del hogar y cómo se encuentra entre la obligación y la satisfacción de cumplir con los roles de la labor doméstica.

Dentro de las actividades domésticas, se encuentra el cuidado a los demás miembros de la familia y es un concepto muy utilizado en las sociedades de la actualidad como muchas del pasado, ya que lo asignan como algo natural a partir de las condiciones sociales y de género, y este rol es asignado a la mujer.

Con las transformaciones del siglo XX, se reforzó para millones de mujeres en el mundo un sincretismo de género, por un lado, se debe cuidar a los otros a la manera tradicional y a la misma vez, lograr su desarrollo individual para formar parte del mundo moderno, a través del éxito y la competencia, por esto, las mujeres se encuentran atrapadas en un dilema entre cuidar y desarrollarse.

Para Lagarde (2006), la condición de cuidadoras gratifica a las mujeres afectiva y simbólicamente en un mundo gobernado por el dinero y la valoración económica del trabajo y por el poder político; dinero, valor y poder son inculcados a las mujeres. Los poderes del cuidado, conceptualizado en conjunto como con la maternidad, no sirven a las mujeres para su desarrollo individual y moderno. Son ellas quienes se encargan de cuidar vitalmente a los otros, ya sean hijos, familiares o esposo. Esta condición lleva a las mujeres al descuido para lograr la atención de sí mismas, ya que dedican el tiempo principal y sus mejores energías en el cuidado de los otros, por eso naturalmente se desarrolla una alerta a las necesidades de los otros, de ahí la famosa solidaridad femenina y la abnegación de las mujeres.

Así, el deseo de las mujeres es contradictorio, ya que cuidar no se considera valioso, por el contrario, significa descuidarse, usar su tiempo dedicado a los otros, dejar sus intereses, usar sus recursos, bienes y dinero en los otros; así, no aceptan dejar de ser el centro de su vida, ceder su espacio a los otros y colocarse en una posición subordinada, todo ello porque en la organización social cuidar es ser inferior. El cuidado como deber de género es uno de los mayores obstáculos para alcanzar la igualdad, por su inequidad.

Cabe mencionar que de acuerdo con Chávez (2004), no se presta atención al trabajo no asalariado realizado en el ámbito del hogar por el ama de casa y por su parte, la ciencia económica tampoco consideró el trabajo doméstico como parte de la economía, sin embargo, la actividad doméstica continúa siendo la más importante fuente de “trabajo” femenino, aunque no es asalariado.

Por lo tanto, separar la producción doméstica de la actividad económica solamente conduce a su no contabilización, y por lo tanto, a la marginación tanto cultural como económica de la actividad que realiza el ama de casa.

Por otra parte, las cargas domésticas se incrementan, lo que significa un aumento del trabajo de las mujeres en el seno del hogar, que permite amortiguar el descenso del nivel de vida de la familia, por lo tanto, la mujer que es activa fuera del domicilio, por lo general lleva una doble jornada: dentro y fuera del hogar, por lo que su trabajo dentro de la vivienda se hace menos visible y se le da un criterio de minusvaloración a esta actividad, por lo que cobra importancia la de afuera, es decir la de la fábrica, por el hecho de obtener esta última una remuneración monetaria.

Otro rasgo importante de la actividad doméstica, es que carece de horarios definidos y la cantidad de tiempo destinado a dichas actividades estará determinado por las necesidades de los miembros de la unidad familiar, por lo que requiere la disponibilidad de la mujer todo el tiempo y no existe separación entre su tiempo de actividad doméstica y su propio tiempo libre.

Se considera que la actividad doméstica no requiere de aprendizaje, ya que se supone que cualquiera lo hace, y que es connatural a la mujer, como un atributo casi “genético” con el que la mujer nace. Este adiestramiento no se adquiere bajo la forma del sistema escolar, sino en la unidad familiar, razón por la cual se le descalifica.

De acuerdo con Lipovetsky (1999), existe un impacto cultural, al poner de manifiesto el malestar del ama de casa, su aislamiento y sus angustias, el vacío de su existencia y su ausencia de identidad. El ideal del ama del hogar ya no provoca unanimidad, ahora se presenta una insatisfacción de la mujer que vive en el interior del hogar, presenta frustraciones y una monotonía que acompaña su vida. Antes, el estereotipo de la madre ama de casa y de la esclava doméstica suponían un sueño colectivo, ahora para las mujeres en rebeldía, se convierte en sinónimo de pesadilla.

2.5. La mujer en el trabajo.

Según Berryman (1994), uno de los cambios más impresionantes en la naturaleza de la fuerza laboral en los países industrializados, en años recientes, ha sido el número cada vez mayor de mujeres en empleos remunerados. Es ahora la norma que las mujeres tengan un trabajo remunerado antes de que se casen y, si lo hacen, que continúen en este trabajo hasta que se espere el primer hijo.

De acuerdo con Chávez (2004), las mujeres se han incorporado al trabajo en casi la misma proporción que los hombres, en cuanto a educación se ha logrado unificar los criterios para ambos géneros. En México, aproximadamente, el 33% de la población económicamente activa es femenina; en cuanto a la educación, cabe señalar que en el nivel superior las proporciones entre hombres y mujeres son similares. Sin embargo, estos cambios, no han logrado incidir en todas las féminas; solamente algunos grupos o clases sociales han incorporado a sus mujeres en el camino de la transformación del concepto genérico femenino.

De acuerdo con Berryman (1994), también el número de madres que trabajan se ha incrementado de manera notable en los últimos años. Hay muchas razones posibles para estas tendencias: entre ellas, los avances tecnológicos y la recesión económica en las sociedades industrializadas. El incremento del costo de la vida ha obligado en mayor o menor medida, a algunas mujeres, a convertirse en proveedores secundarios para mantener a la familia, mientras que las tasas de desempleo entre los varones y el alza en las tasas de divorcio y separación, han convertido a otras en las responsables de que la mujer salga a trabajar.

Sin embargo, también para este autor, las ganancias de las mujeres son consistentemente menores que las de los varones. Los trabajos dominados de manera tradicional por las mujeres son en general, peor pagados que los dominados por los varones, y la mujer que trabaja en empleos dominados por estos tiende a no avanzar tan rápido, o siquiera a avanzar, a niveles de un mayor salario. Tienden a tener patrones interrumpidos de carrera, compromisos con la familia, en tanto que si tienen parejas e hijos, puede serles imposible aceptar ascensos que las involucrarían en más horas lejos de casa y movilidad, por eso, los estereotipos negativos acerca del bajo nivel de entrega de las mujeres, afectan su acceso para entrenamiento posterior y obtener un ascenso.

Según asevera Lipovetsky (1999), en la actualidad el trabajo femenino ya no se contempla como un mal menor, sino como una exigencia individual e identitaria, una condición para realizarse en la existencia, un medio de autoafirmación. En la sociedad mexicana, el trabajo profesional se ha autonomizado ampliamente con la

vida familiar, se ha convertido en un valor, un instrumento de logro personal, una actividad reivindicada y ya no meramente sufrida. En numerosos estudios se pone de manifiesto que el compromiso femenino con el trabajo responde en la actualidad al deseo de escapar de la reclusión que supone la vida doméstica y de dar apertura a la vida social, a lo cual cabe añadir la negativa a depender del marido, la reivindicación de una autonomía en el seno de la pareja y la construcción de una seguridad para el futuro.

Sin embargo, Lagarde (2006) comenta que el trabajo es un valor positivo en mujeres de ciertos grupos de edad y en determinadas circunstancias. La valoración positiva del trabajo de las mujeres es, de hecho, un problema de tiempo. Se valora positivo cuando ya pasó y se retribuyó a los otros, como sacar a los hijos adelante. En jóvenes solteras es valorado sobre todo porque no compite con la conyugabilidad ni con la maternidad, es decir, con el ser social de ser madre y esposa.

El trabajo también significa la posibilidad de ingresos para la familia, aunque solamente sea para la manutención de ella misma o en el mejor de los casos, cuando su salario o su ganancia ingresan al conjunto de la familia. Con la ampliación del estudio para las mujeres, con la dificultad de reproducir a las familias con solamente el ingreso masculino, el trabajo de la mujer joven, incluso casada pero sin hijos, es bien visto.

Según Lagarde (2006), las mujeres de los estratos más altos trabajan mientras se casan, y las de las clases populares lo hacen con la esperanza de dejar de

hacerlo algún día. Solamente en ese lapso de juventud, el trabajo es considerado un atributo que no lesiona la identidad femenina. A esto se añade el trato de mujer objeto que reciben las jóvenes, por el solamente hecho de serlo, y son bien vistas en los ámbitos públicos.

A las jóvenes también les gusta salir de la casa, de la familia y encontrar con el pretexto positivo del trabajo a los hombres, amigas y tener dinero propio para valorarse socialmente. En el trabajo o en la escuela, las mujeres encuentran un espacio de libertad frente a la mayor coerción doméstica y familiar. Aunque sea contradictorio, aun en condiciones de explotación, la circunstancia de salir, de ganar dinero y de ser tratadas como personas, las relaciones de contacto y la movilidad espacio temporal, aunadas a la novedad de experiencias, al ejercicio de la capacidad de aprendizaje y a la puesta en práctica de habilidades y conocimientos en el desarrollo de actividades, hacen que el trabajo constituya un espacio menos opresivo para las mujeres.

2.6. Autoestima en la mujer.

En gran parte, la autoestima ha permitido que las mujeres entren en un mundo que era masculino. De acuerdo con Branden (1999), al momento de sentirse seguras y responder de manera adecuada a los desafíos y las oportunidades, la autoestima da fortaleza, energía y motivación, lo que anima a tener éxito y sentirse orgulloso de los propios logros. Mientras más alta sea la autoestima, se está mejor equipado para enfrentarse a los problemas que surgen en el trabajo o en la vida personal.

Asimismo, la autoestima es una necesidad básica del ser humano, ya que es esencial para el desarrollo normal y sano de la persona, es importante incluso, para la supervivencia; sin una autoestima positiva, el desarrollo psicológico se ve perturbado, ya que esta característica actúa como el sistema inmunológico del espíritu, y proporciona resistencia, fortaleza y capacidad de regeneración; cuando el nivel de autoestima es bajo, se reduce la resistencia ante los problemas de la vida.

Para Lagarde (2006), la autoestima es indispensable para todas las personas, sin embargo, ya que las mujeres actualmente están abandonando los roles sexuales tradicionales y luchan por la autonomía emocional e intelectual, trabajan para progresar en su empleo, creando nuevas empresas, ocupando ámbitos tradicionalmente masculinos y desafiando prejuicios milenarios. Por esto, la autoestima es necesaria para que las mujeres puedan alcanzar el éxito y ganar la batalla por la autorrealización.

Las mujeres que tienen más confianza en sí mismas, están creando sus propias empresas o luchan de cualquier forma para progresar en su carrera profesional. Cuanto más alto es el nivel de autoestima, las mujeres se sienten más capaces y tienen mayores ambiciones, tanto en el sentido profesional y financiero, como en lo que se espera experimentar en la vida, así como en los ámbitos emocional, intelectual, creativo y espiritual; cuanto más bajo sea el nivel de autoestima, se tendrán menos aspiraciones y menos posibilidades de tener éxito. Ambos niveles tienden a reforzarse y perpetuarse.

CAPÍTULO 3

METODOLOGÍA, ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

En el presente capítulo se hará una descripción metodológica de los aspectos que hacen válida una investigación científica. Específicamente, se describirá el tipo de enfoque, alcance, tipo de diseño, técnicas e instrumentos utilizados para la investigación. De igual manera, se darán a conocer las técnicas e instrumentos utilizados, así como las características de la población estudiada y para finalizar, se presentará el análisis e interpretación de los resultados obtenidos en esta investigación.

3.1. Descripción metodológica

De acuerdo con Hernández y cols. (2010), la investigación es un conjunto de procesos sistemáticos, críticos y empíricos, los cuales se aplican al estudiar determinado fenómeno. Por ello, en el presente apartado se describirá el proceso metodológico que se llevó a cabo para esta indagación, haciendo una descripción general de los pasos que se siguieron durante la realización del presente estudio.

3.1.1. Tipo de enfoque

El enfoque metodológico que se utilizó para esta investigación fue de tipo cuantitativo, ya que está apoyado principalmente en la medición de las variables

contenidas en las hipótesis de investigación; según Hernández y cols. (2010), se caracteriza por la recolección y el análisis de datos, para dar respuesta a la hipótesis o a la pregunta de investigación, con base en la medición numérica y el análisis estadístico.

De acuerdo con lo que menciona Cozby (2005), el enfoque cuantitativo se emplea cuando el estudio se lleva a cabo a través de la utilización de algún cuestionario que es otorgado a la población para que esta lo conteste. Después de asignar valores numéricos a las respuestas, se someten los datos a un análisis estadístico. Precisamente esta descripción del proceso es la que se ha seguido en el presente estudio.

Como ya se mencionó en la presente investigación, se utilizó un enfoque cuantitativo, el cual permitió realizar un análisis estadístico para medir el nivel de autoestima en las mujeres, aplicando el Inventario de Coopersmith para dar respuesta a la pregunta de investigación y corroborar la hipótesis planteada.

3.1.2. Tipo de diseño

El diseño de la investigación es la estrategia que se desarrolla para obtener la información que se requiere en una investigación. El diseño que se utilizó en esta investigación es de tipo no experimental, que se puede definir, de acuerdo con Hernández y cols. (2006: 25), como aquel “que se realiza sin manipular

deliberadamente variables. Se trata de estudios donde no se modifican en forma intencional las variables independientes para ver su efecto sobre otras variables”.

Para fines de la presente investigación, lo que se hizo fue observar el fenómeno de estudio tal como se presenta en su contexto natural, sin influir en las variables, lo cual permitió la recolección de datos para después poder analizarlos.

Según Hernández y cols. (2010), en los diseños no experimentales se observan situaciones ya existentes, que no son provocadas intencionalmente, las variables independientes ocurren y no es posible manipularlas, no se tiene control directo sobre ellas, porque ya sucedieron. En el caso de esta investigación, no se influyó o controló la autoestima en las mujeres, porque ya estaba establecida en cada una ni se creó ninguna situación experimental.

3.1.3. Tipo de estudio

El tipo de estudio utilizado en esta investigación fue el transversal, que de acuerdo con Hernández y cols. (2010), es utilizado para la investigación que requiere una recolección de datos en un solo momento y tiempo único, con el propósito de describir las variables y crear un análisis de incidencia e interrelación en un momento dado.

Este tipo de diseño de investigación puede abarcar varios grupos o subgrupos de personas, objetos o indicadores, así como diferentes comunidades, situaciones o

eventos. En este tipo de estudio, la recolección ocurre en un solo momento como lo fue el caso del presente trabajo, donde se llevó a cabo la aplicación del cuestionario con una única ocasión a los dos grupos de mujeres.

3.1.4. Tipo de alcance

El alcance de la presente investigación es de tipo comparativo, porque se contrastaron dos grupos en relación con una variable. En este caso, según Coolican (2005), se estudian las “diferencias grupales”, en donde el objetivo es la comparación entre grupos dentro de una misma población.

Lo anterior se consideró debido a la naturaleza de esta investigación, que tuvo por objetivo la comparación de los niveles de autoestima en dos grupos de mujeres, quedando conformado por 50 sujetos cada uno, para estudiar sus diferencias en relación con la misma variable.

3.1.5. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Una técnica estandarizada, como lo explican Hernández y cols. (2010), es una prueba que mide una variable de manera específica, refleja la proyección del sujeto para determinar en qué estado de la variable se encuentra y puede contener valores cuantitativos y cualitativos.

La forma que se utilizó para medir la variable autoestima en esta investigación fue a través de las técnicas estandarizadas de recolección de datos, que en este caso, consistió en aplicar el Inventario de Autoestima de Coopersmith (IAE), que evalúa la autoestima; este instrumento es válido y confiable.

Como ya se mencionó, la prueba estandarizada que se utilizó fue el Coopersmith Self Esteem Inventory (Coopersmith's SEI y en español, Inventario de Autoestima de Coopersmith). La versión adaptada al español del Coopersmith's SEI, fue elaborada por el Dr. O. Prewitt, Díaz de la Pennsylvania State University, en 1984. Con una adaptación posterior para Chile, hecha por Hellmut Brinkmann y Teresa Segure, de la Universidad de Concepción, en 1987.

El SEI ha sido utilizado y validado en un mayor número de investigaciones. Los resultados sobre la validez y la confiabilidad obtuvieron coeficientes con valores entre los 0.81 y 0.93 para las diferentes escalas del inventario (Brinkmann y cols.; 1989).

El instrumento es un inventario que consta de 58 declaraciones, a las cuales el sujeto responde con una de las dos opciones: 1) "Igual que yo" o 2) "distinto de mí". Cada respuesta del sujeto es registrada para obtener las escalas de autoestima del instrumento. Las escalas que evalúa el inventario son: autoestima general (G), autoestima social (S), autoestima escolar-académica (E), autoestima familiar, en relación con el hogar (H), y la escala de autoestima total. La prueba se complementa con una escala de mentira (M) que indica si las respuestas

dadas por las personas son confiables o no. Los valores obtenidos en las escalas permiten evaluar y clasificar en un rango de muy baja, baja, normal, alta y muy alta, los distintos niveles de autoestima que mide el inventario.

3.2. Población y muestra

De acuerdo con Hernández y cols. (2010), la población es el conjunto de todos los casos que concuerdan con una serie de características, las cuales deben situarse en torno a contenido, lugar y tiempo. Es poco probable poder trabajar con todos los sujetos, por lo cual es necesario seleccionar una muestra, la cual deberá ser un reflejo fiel de la población.

De acuerdo con Hernández y cols. (2010), una muestra es un subgrupo de la población y básicamente existen dos tipos: la probabilística, en la cual todos los elementos de la población tienen la posibilidad de ser elegidos, y la no probabilística, en la que la elección de los elementos depende de las características de la investigación o de quien la realiza.

Para la presente investigación, se decidió trabajar con una muestra no probabilística de 100 mujeres, las cuales se reunieron en el Jardín de Niños “Azteca”, siendo estas en su mayoría las madres de familia y algunas maestras de los niños del plantel, posteriormente, estas 100 mujeres se dividieron en 2 grupos de 50.

El primer grupo estuvo conformado por mujeres amas de casa, todas ellas con un rango de edad de 25 a 35 años, ellas desempeñan sus labores principalmente dentro del hogar y en el cuidado de los hijos, ya que son madres de familia de los niños que asisten al plantel, estas mujeres son casadas en su mayoría y dependen de los ingresos económicos de sus maridos, viven en una zona de nivel socioeconómico medio bajo de la ciudad de Uruapan, Michoacán.

El segundo grupo estuvo conformado por 50 mujeres que trabajan, todas ellas con un rango de edad de 25 a 35 años, en este grupo, las mujeres cumplen la función de ser madres de familia, atender las labores del hogar y además, tienen un empleo remunerado, algunas de ellas cumplen con horarios de medio turno y otras con turnos completos en sus empleos. Probablemente estas mujeres viven más estables económicamente, ya que aportan dinero para los gastos de la casa y no dependen solamente de los ingresos de sus parejas, sin embargo, ellas tienen menos tiempo para atender a su familia.

3.3. Descripción del proceso de investigación

Toda investigación se debe llevar a cabo con base en el método científico, es decir, siguiendo una serie de pasos, por lo tanto, a continuación se describe el proceso realizado para la presente investigación, explicando cómo se reunió a la muestra de esta investigación y la aplicación del instrumento utilizado.

Primero se reunieron a todas las madres de familia del jardín de niños a la hora de salida de clases en la cancha de la escuela, donde se les preguntó de manera verbal primeramente su edad y se les pidió que se quedaran solamente las que cumplieran con la edad establecida, descartando a las que no entraban dentro del rango, la mayoría de mujeres cumplía con dicho requisito.

Posteriormente se les explicó en qué consistía la investigación y se les pidió su colaboración, estableciendo la duración del estudio, posteriormente se dividieron en dos grupos: uno de mujeres que fueran amas de casa y otro de mujeres que trabajan. Después se reunieron dentro de dos salones de clase cada uno de los grupos, se les explicó de manera detallada los objetivos de la investigación y en qué consistía el inventario, explicándoles de manera verbal las instrucciones de la prueba hasta que quedara claro cómo iban a contestar.

Esta aplicación tuvo una hora de duración, aproximadamente; mientras las mujeres contestaban la prueba, con la ayuda de las maestras se pidió a los niños que esperaran a sus madres afuera, para eliminar distractores, como el ruido muy fuerte.

Después de llevar a cabo la aplicación del inventario a la muestra seleccionada en el jardín de niños, se calificó el test para obtener las puntuaciones, y determinar los niveles de autoestima en cada escala en los dos grupos de mujeres. Estos resultados se explican en las siguientes páginas.

3.4. Análisis e interpretación de resultados

En el presente apartado se hará el análisis de los datos obtenidos de la aplicación del IAE de Coopersmith en los dos grupos de estudio. Esto con el fin de conocer la diferencia en el nivel de autoestima entre mujeres que trabajan y las que son amas de casa, de la ciudad de Uruapan, Michoacán.

Se realizó un análisis de cada una de las escalas de autoestima, descritas en el inventario utilizado para su medición, efectuando una triangulación entre los datos empíricos obtenidos, el sustento teórico y la interpretación que resulta de estos.

La medida estadística que se utilizó para conocer el resultado del presente estudio, fue la media aritmética y para fines del análisis de los resultados, se tomó como punto de referencia las puntuaciones T para realizar la interpretación de los datos obtenidos, ya que permite conocer con mayor exactitud el nivel de autoestima que obtuvo la muestra estudiada.

3.4.1. Análisis de resultados del grupo de mujeres amas de casa.

En este apartado se presentan los resultados obtenidos en las 5 escalas del Inventario de Coopersmith en el grupo de mujeres amas de casa; específicamente, se presentará el análisis estadístico de cada nivel de autoestima, así como los porcentajes de estos, para poder realizar la interpretación de los resultados.

A) Autoestima general

Según Branden (1999), se ha considerado que la autoestima brinda al sujeto la capacidad de generar la consciencia necesaria para darse cuenta de que es competente para enfrentar los desafíos de la vida y que, por lo tanto, es merecedor de crear su propia felicidad.

La autoestima general según Brinkmann y cols. (1989), se refiere a la valoración positiva o negativa que el sujeto hace de sus atributos, rasgos y características de personalidad, incluyendo las emociones que asocia a ellas y las actitudes que tiene respecto de sí mismo.

Al evaluar la población de estudio, se encontró que el resultado que obtuvieron según las puntuaciones T para la media aritmética es de 43.82, lo cual en el Inventario de Autoestima de Coopersmith, se interpreta como nivel de autoestima general bajo en este grupo de mujeres, se obtuvo que el 4% de este grupo muestra una autoestima muy baja, el 56% muestran una autoestima baja, el 28% una autoestima media, el 10% alta y solamente el 2% una autoestima muy alta (ver anexo 1).

La razón podría ser que las mujeres del estudio tienen características en común, como la falta de consciencia sobre su capacidad y la habilidad para crear su propia felicidad, por lo cual según Branden (1999), recurren a factores externos que les den la sensación de poseer la capacidad de enfrentar las dificultades en su vida.

Se podría decir que estas mujeres son evaluadas de manera negativa por su contexto, lo cual no les ha permitido adquirir las herramientas necesarias para sentirse capaces de enfrentar los retos de la vida, lo cual genera que se sientan constantemente inconformes con su realidad.

De acuerdo con lo que mencionan Wiscarz y Laraia (2006), al mostrar estas mujeres un nivel de autoestima bajo en la escala general, se podría esperar que el juicio personal que han realizado en la vida sobre su propio valor sea negativo. Lo cual genera conductas que van dirigidas hacia reforzar este juicio, y disminuye así la frecuencia con la que alcanzan sus metas y esto provoca a su vez, sentimientos de incompetencia, de acuerdo con los resultados en esta escala.

Duravia (1999) menciona que la baja estima o carencia de esta, es el producto de una espiral en el que las experiencias han sido percibidas como fracasos, lo cual se convierte en fuerzas negativas que orillan a que el sujeto busque de forma inconsciente, más situaciones que le resulten vividas como fracasos.

Por lo tanto, esto genera en la persona un autoconcepto de incapacidad ante la ejecución de algunas tareas, pues se genera la convicción de que fracasará. Se podría decir que estas mujeres, al sentirse incapaces, no han buscado la oportunidad de progresar, por lo que buscan situaciones de fracaso que no les generan satisfacciones y es así que tienen un autoconcepto pobre.

B) Autoestima social

La autoestima se construye por la influencia de diversos factores, de acuerdo con González-Arratia (2001), uno de ellos es el factor social, ya que es mediante la interacción con los demás que el sujeto construye la experiencia evaluativa de él mismo, ya que se puede percibir a sí mismo a través de los otros; la influencia social condiciona las evaluaciones internas y externas del yo, de tal manera que la autoevaluación se ve afectada por la percepción que se recibe de los otros.

De esta manera, se esperaría que el sujeto que ha sido reforzado positivamente por su contexto social, muestre niveles de autoestima más alta, mientras que aquel individuo que ha sido evaluado de manera negativa por su contexto, poseería niveles bajos de autoestima.

En la población de estudio se encontró que el nivel de autoestima que presentan en la escala social, corresponde a un nivel bajo, ya que la población obtuvo un puntaje de 46.24. En relación con el valor de la media aritmética, los porcentajes obtenidos en esta escala fueron los siguientes: el 22% obtuvo una autoestima muy baja, el 34% baja, el 18% mostró autoestima media, el 22% alta y solamente el 4% muy alta (ver anexo 2).

Lo anterior muestra que un 56% se encuentra entre los niveles bajo y muy bajo de autoestima, por lo tanto, se puede inferir que la descripción teórica corresponde a los hallazgos empíricos y que estas mujeres han sido evaluadas de

manera negativa por sus contextos sociales, esto ha influido en su experiencia autoevaluativa y las ha llevado a expresar conductas negativas sobre ellas mismas, las cuales corresponden a la evaluación y el valor que reciben de los otros.

Miles y Williams (2001) mencionan que el desarrollo de la autoestima parte de ser un reflejo de las experiencias que se han tenido con las demás personas, ya que estas responden o proporcionan un sentido de valía al individuo. Cada individuo almacena recuerdos de las experiencias que las relaciones con los otros le han proporcionado, y son estas las que le permiten ir formando un sentido de su autoestima.

Cabe mencionar que cuando las relaciones interpersonales han sido positivas, los individuos tienen una autoestima alta, al contrario de quienes han tenido relaciones interpersonales negativas, en las cuales se les ha hecho sentir poco amados o ignorados, ya que su autoestima es baja.

Como sucede en la presente investigación, las mujeres de este grupo de amas de casa presentan una autoestima baja. De acuerdo con los resultados obtenidos en esta escala, se podría explicar que ellas han tenido relaciones interpersonales negativas o insatisfactorias y sus contextos sociales les han reforzado sus aspectos negativos, ya que la condición de amas de casa no les ha permitido desarrollarse personal ni profesionalmente.

C) Autoestima escolar/Laboral

El trabajo es una parte fundamental en la vida del ser humano, ya que es una actividad que proporciona un ingreso, beneficia a diferentes sectores de la población y sirve para el desarrollo personal de quien lo efectúa. Cuando se cumple cualquiera de estos aspectos, se eleva la autoestima de la persona que lo lleva a cabo. En la sociedad actual, el trabajo está considerado como un elemento que refleja la importancia y capacidad de una persona, de acuerdo con Russek (2007).

Al evaluar a la población de estudio, en esta escala se encontró que el puntaje que obtuvieron para la media aritmética es de 44.89, lo cual, en la interpretación del inventario, refleja un nivel de autoestima escolar/laboral baja. Los porcentajes obtenidos fueron los siguientes: se encontró que el 6% de las mujeres mostró una autoestima muy baja, el 54% baja, el 38% media, el 0% alta y solamente el 2% mostró una autoestima muy alta. Los datos anteriores reflejan que el 64% de las mujeres de este grupo se encuentran entre los niveles bajo y muy bajo de autoestima (ver anexo 3).

La razón de estos resultados puede ser que primeramente, este grupo de mujeres no tiene un trabajo, no percibe un ingreso ni ha tenido la oportunidad de desarrollarse laboralmente, ya que depende económicamente de alguien más, que en este caso es el esposo.

Una explicación de los anteriores resultados podría ser también que si un individuo tiene un autoconcepto pobre y percibe a la sociedad como amenazante, no podrá relacionarse de manera adecuada con sus compañeros de escuela o centros de trabajo, se aislará, no estará al nivel de los demás estudiantes/trabajadores y como consecuencia, se desvalora y se rinde fácilmente ante los obstáculos, cuestionará sus propias cualidades y posibilidades, es decir, tenderá a ser más inseguro que los demás, de acuerdo con Ardila (2002).

Cuando una persona tiene una autoestima baja, repercute en la calidad y cantidad de su trabajo y en las diferentes relaciones que este implica (jefes, empleados, clientes y compañeros), sin embargo, es importante recordar que una autoestima baja no siempre está relacionada con la falta de capacidad o conocimientos.

D) Autoestima familiar

El contexto familiar, formado principalmente por los padres, de acuerdo con Medina (1990), es una gran influencia para la formación de niveles bajos o altos de autoestima, ya que se posibilita o inhibe su adecuado desarrollo de acuerdo con el ambiente familiar en que se vive, ya que al ser este el primer microsistema en el que el individuo interactúa, le da las herramientas necesarias para autovalorarse y evaluar las experiencias interpersonales.

Además, de acuerdo con Juárez (2006), las características personales y las actitudes que poseen el padre y la madre, serán generadoras de sentimientos de confianza y valía en el individuo, de lo contrario, producirán desconfianza y temores.

Los resultados obtenidos en esta escala al medir el nivel de autoestima familiar en las mujeres amas de casa, se encontró una puntuación de 45.46 para la media aritmética, lo cual en la escala de medición de Coopersmith corresponde a un nivel de autoestima bajo. Los porcentajes obtenidos para los diferentes niveles de autoestima refieren que el 8% de mujeres mostró una autoestima muy baja, el 50% una autoestima baja, el 20% una autoestima media, el 12% alta y el 10% muy alta (ver anexo 4).

Esto lleva a deducir que la formación de la autoestima familiar está basada en el trato que los padres dan al individuo. De tal forma que si estas mujeres no han logrado desarrollar adecuados niveles de estima personal, se podría considerar que su familia no contribuyó de manera adecuada en la generación de experiencias que proporcionaran un sentimiento de valía, no se les dio el apoyo necesario para construir recursos propios contra el ataque de sus propias percepciones negativas hacia sí mismas.

E) Autoestima total

Al medir el nivel de autoestima total en este grupo de amas de casa, se encontró una puntuación de 43.64 de acuerdo con la media aritmética, lo cual

corresponde a un nivel de autoestima bajo. Los porcentajes obtenidos fueron los siguientes: se encontró que el 2% de las mujeres tuvo un nivel de autoestima muy bajo, el 64% de las mujeres mostró una autoestima baja, el 28% media, el 4% obtuvo un nivel de autoestima alto y el 2% un nivel muy alto de autoestima (ver anexo 5).

Es necesario recalcar que la etapa desde el nacimiento hasta la pubertad, es la que generalmente marca la autoestima total que el sujeto tendrá, ya que es un periodo de mayor vulnerabilidad. Para el desarrollo de la autoestima, de acuerdo con Eguizabal (2007), en la formación de la autoestima total influyen diversos factores como los personales, ahí entran la imagen corporal, las habilidades físicas e intelectuales, las personas significativas y el contexto social.

3.4.2. Análisis de resultados del grupo de mujeres que trabajan.

En el presente apartado se presentan los resultados obtenidos en las 5 escalas del Inventario de Coopersmith en el grupo de mujeres que trabajan, realizando el análisis estadístico de los resultados y mostrando los porcentajes de cada nivel de autoestima en el grupo y un análisis sobre dichos resultados, relacionándolos con la información que brindan diversos autores.

A) Autoestima general.

En la población de estudio se encontró una puntuación de 56.17 para la media aritmética, lo cual, de acuerdo con la escala ya referida, corresponde a un nivel de

autoestima general medio en este grupo. En esta escala se obtuvieron los siguientes porcentajes: el 2% de este grupo muestra una autoestima muy baja, otro 2%, también obtuvo un nivel de autoestima bajo, el 68% obtuvo una autoestima media, el 2% una autoestima alta y el 26% una autoestima muy alta (ver anexo 1).

De acuerdo con lo mencionado anteriormente, la explicación a estos resultados de acuerdo con Branden (1999), podría ser que estas mujeres se han sentido competentes para enfrentar los desafíos de la vida; en este caso se podría decir han tenido las herramientas necesarias para desarrollarse laboralmente y se han sentido capaces de crear su propia felicidad, ya sea por las satisfacciones laborales o profesionales que han vivido.

Se puede deducir que gracias a su nivel de autoestima, estas mujeres han creado en su vida un juicio personal positivo sobre su propio valor, lo cual les ha permitido generar conductas que van dirigidas a reforzar dicho juicio, y a aumentar así la frecuencia con la que alcanzan sus metas y objetivos, lo cual provoca a su vez que se sientan competentes y capaces de superar los retos laborales y profesionales de su vida.

B) Autoestima social

Los resultados obtenidos en esta escala fueron los siguientes: este grupo presentó una media aritmética de 53.74, lo cual corresponde a un nivel de autoestima medio en este grupo, los porcentajes obtenidos en la presente escala son

los siguientes: el 8% obtuvo un nivel de autoestima muy bajo, el 12% mostró un nivel de autoestima bajo, el 48% de las mujeres obtuvo un nivel medio de autoestima, el 2% un nivel alto y el 30%, un nivel muy alto de autoestima (ver anexo 2).

Como ya se mencionó anteriormente, mediante la interacción con los demás el sujeto construye la experiencia evaluativa de él mismo, ya que se puede a través de los otros; se podría explicar que estas mujeres tienen una evaluación interna positiva de sí mismas que ha sido reforzada por la influencia social, de acuerdo con González-Arratia (2001).

De esta manera, se puede pensar que estas mujeres muestran un nivel de autoestima dentro del nivel normal o medio, porque así lo ha propiciado su contexto social. En este caso, se puede decir que ellas conviven con compañeros de trabajo o tienen una vida social activa, en la que su autoestima ha sido reforzada por sus logros personales o profesionales.

Cabe mencionar que cuando las relaciones interpersonales han sido positivas, los individuos tienen una autoestima más alta. En este caso se puede afirmar que estas mujeres han tenido relaciones interpersonales satisfactorias, en las cuales se les ha hecho sentir amadas y tomadas en cuenta por su contexto, incluso se podría decir que esto les ha dado herramientas para sentirse capaces de enfrentar los retos de la vida.

C) Autoestima escolar/Laboral

De acuerdo con Russek (2007), en la actual sociedad, el trabajo está considerado como un elemento que refleja la importancia y capacidad de una persona y que para mayor jerarquía y/o sueldo, hay mayor probabilidad de que se fortalezca la autoestima de la persona que trabaja.

Al evaluar la población de estudio, se encontró que el resultado que obtuvieron según las puntuaciones T para la media aritmética en esta escala es de 55.10, lo cual en el inventario ya antes mencionado, se interpreta como nivel de autoestima escolar/laboral media en este grupo de mujeres. Los porcentajes obtenidos fueron los siguientes: se encontró que el 6% de la mujeres mostró una autoestima muy baja, el 2% obtuvo un nivel bajo, el 56% mostró una autoestima media, el 0% de mujeres un nivel de autoestima alto y el 36%, un nivel muy alto de autoestima (ver anexo 3).

De acuerdo con los resultados obtenidos en esta escala y a la teoría, se puede deducir que estas mujeres muestran un nivel de autoestima medio, porque el trabajo les ha brindado la oportunidad de fortalecer su autoestima, ya que les permite tomar decisiones y sentirse tomadas en cuenta; también les ha brindado la oportunidad de reconocer sus propias habilidades y limitaciones, incluso cuando una persona se siente capaz, presenta expectativas más realistas y confía en que puede alcanzarlas.

Otra explicación a los anteriores resultados podría ser que de acuerdo con Ardila (2002), cuando un individuo presenta un adecuado autoconcepto y percibe a la

sociedad como positiva y un medio para alcanzar sus logros, se relacionará de manera más adecuada con sus compañeros de escuela o centros de trabajo, se sentirá al nivel de los demás estudiantes/trabajadores y confiará en sus propias cualidades y capacidades para alcanzar el éxito.

D) Autoestima familiar

El contexto familiar, de acuerdo con Medina (1990), es una gran influencia para la formación de la autoestima, ya que se posibilita o inhibe su adecuado desarrollo de acuerdo con el ambiente familiar en que se vive; se podría deducir que este grupo de mujeres tuvo un ambiente familiar que le brindó las herramientas adecuadas para autovalorarse, de acuerdo con los resultados siguientes.

En esta escala, se obtuvo una media aritmética de 54.53, lo cual corresponde a un nivel de autoestima medio, los resultados obtenidos en la escala de autoestima familiar de acuerdo con los porcentajes fueron los siguientes: se obtuvo que el 8% de mujeres mostró una autoestima muy baja, el 14% una autoestima baja, el 42% obtuvo un nivel de autoestima medio, el 16% un nivel de autoestima alta y el 20%, muy alta (ver anexo 4).

Esto lleva a deducir que la formación de la autoestima familiar está basada en el trato que los padres dan al individuo. De tal forma que estas mujeres, de acuerdo con los resultados obtenidos, han logrado desarrollar un nivel medio de estima personal, se podría considerar que la familia de estas mujeres ha contribuido de

manera adecuada en la generación de experiencias que les proporcionaron un sentimiento de valía y se les dio el apoyo necesario para construir recursos propios para tener una percepción más positiva de sí mismas.

E) Autoestima total

En esta escala, para medir el nivel de autoestima total, se obtuvo una puntuación de 56.35 para la media aritmética, lo cual se interpreta como un nivel medio de autoestima, de acuerdo con el Inventario de Coopersmith. Los porcentajes obtenidos en este grupo fueron los siguientes: se encontró que el 2% de las mujeres mostró una autoestima muy baja, el 10% se ubicó en autoestima baja, se obtuvo que un 46% mostró una autoestima media, un 12% obtuvo un nivel de autoestima alta y el 30% de mujeres obtuvo un nivel muy alto (ver anexo 5).

Un autoconcepto adecuado, la percepción positiva de la sociedad y un desempeño personal y escolar/laboral positivo, dan como resultado una percepción global de valía personal adecuada. La posición de la mujer como trabajadora, la familia, las interacciones con los demás y la sociedad, son parte fundamental en la formación de la autoestima; estos factores influyen en el nivel en que esta se presente.

En esta escala, las mujeres obtuvieron un nivel alto de autoestima, lo cual indica que ellas se sienten satisfechas a nivel global consigo mismas y con su contexto.

3.3.3. Análisis comparativo del nivel de autoestima.

En este apartado se realiza el análisis comparativo para cada una de las escalas mencionadas en el Inventario de Coopersmith, utilizando el procedimiento estadístico de la “t” de Student, cuya fórmula es:

$$t = \frac{\bar{x}_1 - \bar{x}_2}{\sqrt{\frac{S_1^2}{n_1} + \frac{S_2^2}{n_2}}}$$

Esta fórmula permite dar respuesta a la pregunta de investigación: ¿Existe una diferencia significativa en el nivel de autoestima entre mujeres amas de casa y mujeres que trabajan, de 25 a 35 años de edad, de la ciudad de Uruapan, Michoacán?

Se obtuvo un resultado “t” para cada una de las escalas de autoestima y los grados de libertad fueron igual a 98, posteriormente se compararon los datos obtenidos estadísticamente con el dato que se encuentra en la tabla “t” de Student, utilizando un nivel de significancia de 0.1. El resultado “t” de la tabla fue de 1.29, mismo que establece que cuando los datos obtenidos estadísticamente son mayores al resultado “t” de la tabla, significa que sí existe una diferencia significativa en el nivel de autoestima. Enseguida se indican los resultados de cada una de las escalas del Inventario de Coopersmith.

- 1) Autoestima general/personal: Se obtuvo un puntaje “t” de 22.31 en la fórmula, mientras que en la tabla se obtuvo un dato de 1.29, en relación con un nivel de significancia de 0.1, este resultado indica que sí existe una diferencia significativa en la autoestima general/personal del grupo de mujeres amas de casa, en comparación con las mujeres que trabajan.

- 2) Autoestima social: El resultado de la fórmula “t” fue igual a 12.29, este resultado indica que sí existe una diferencia significativa en el nivel de autoestima social, ya que es mayor al de la tabla, cuyo resultado es de 1.29, en los dos grupos de mujeres de 25 a 35 años de edad, de la ciudad de Uruapan, Michoacán.

- 3) Autoestima escolar/laboral: El resultado obtenido en el calculo estadístico arrojó un puntaje “t” de 17.43, este resultado indica que sí existe una diferencia significativa en el nivel de autoestima escolar/laboral en los dos grupos de mujeres que fueron sujetos de este estudio, ya que en relación con la comparación, el resultado “t” de la fórmula es mayor al de la tabla.

- 4) Autoestima familiar: En esta escala se obtuvo un puntaje “t” de 15.17 en la fórmula, siendo mayor al de la tabla, este resultado indica que sí existe una diferencia significativa entre el nivel de autoestima familiar de mujeres que trabajan y mujeres amas de casa consideradas para esta investigación.

5) Autoestima total: El resultado obtenido para esta escala fue “t” igual a 22.95, en comparación con el dato obtenido en la tabla, el cual es menor al de la fórmula, con “t” igual a 1.29, este resultado indica que sí existe una diferencia significativa en el nivel de autoestima total en mujeres que trabajan en comparación con mujeres amas de casa de 25 a 35 años de edad, ya que el dato estadístico es mayor al de la fórmula.

Como se puede apreciar, en todas las escalas el puntaje “t” obtenido a partir de la fórmula, fue mayor que el de la tabla, con lo cual se puede concluir que la diferencia entre los niveles de autoestima de los grupos ya indicados, es estadísticamente significativa.

CONCLUSIONES

Durante el curso de esta investigación, se estudió la diferencia en el nivel de autoestima entre mujeres amas de casa y mujeres que trabajan, de 25 a 35 años de edad, de la ciudad de Uruapan, Michoacán, a partir de la hipótesis de trabajo, que indica que existen diferencias significativas en el nivel de autoestima entre los dos grupos de mujeres.

Para llegar a comprobar esta hipótesis, se siguieron los objetivos planteados al inicio de la investigación, a los cuales se dio cumplimiento con la información teórica encontrada de acuerdo con la variable que conforma la presente investigación. En lo que concierne a los objetivos establecidos, los resultados son:

Primeramente se plantearon objetivos que estaban dirigidos hacia la condicionante principal de la muestra, que fue el género femenino, para lo cual se determinó definir el concepto de género y después explicar los roles del género femenino. Para alcanzar dicho objetivo, se consultaron diversas fuentes de información, seleccionando aquellos datos que concordaban de manera más adecuada con la orientación de esta investigación.

Además, se cumplieron los objetivos orientados a la variable de esta investigación: la autoestima, en los cuales se definió el concepto de autoestima, se

explicaron los elementos que la conforman, su desarrollo, los niveles en que esta se presenta y la importancia que tiene en la vida de las personas.

Al realizar esta investigación, se planteó el objetivo de medir el nivel de autoestima en los dos grupos de mujeres, amas de casa y las que trabajan, el cual se alcanzó con la aplicación del Inventario de Coopersmith y la interpretación de las puntuaciones obtenidas, con dicha medición se obtuvo el nivel de autoestima en las cinco escalas que maneja el Inventario, las cuales son: autoestima general, social, escolar/laboral, familiar y autoestima total.

En los resultados obtenidos, se encontró que las mujeres que trabajan muestran un nivel de autoestima medio en las cinco escalas presentadas, en comparación con el grupo de mujeres amas de casa, quienes obtuvieron un nivel bajo de autoestima en las cinco escalas del Inventario de Coopersmith.

El objetivo para determinar la diferencia en el nivel de autoestima, se cumplió por medio del análisis estadístico, ya que al obtener los valores interpretados de acuerdo con la escala del inventario, se encontró que sí hay diferencias significativas en el nivel de autoestima en las cinco escalas, así se comprobó que las mujeres que trabajan presentan un nivel significativamente más alto de autoestima que el grupo de las mujeres que son amas de casa.

Finalmente, con la realización de esta investigación se dio cumplimiento tanto al objetivo general como a los particulares y se ha corroborado la veracidad de la

hipótesis de trabajo, la cual menciona que existe una diferencia significativa en el nivel de autoestima de mujeres de 25 a 35 años que trabajan, en comparación con mujeres que son amas de casa de la ciudad de Uruapan, Michoacán.

Al final de todas las tareas presentadas, se puede concluir que el presente trabajo ayuda a tener una seguridad e independencia económica en las mujeres, ya que es una fuente que les aporta oportunidades para desarrollar la estima personal, la confianza en sí mismas y para romper el aislamiento social, ya que al sentirse satisfechas consigo mismas, se sienten capaces de superar los retos que su empleo y, en general, la vida les presenta.

BIBLIOGRAFÍA

- Ardila, Rubén. (2002).
Homosexualidad y psicología.
Editorial Manual Moderno. Colombia.
- Barberá, Ester; Martínez Benlloch, Isabel. (2004)
Psicología y género.
Editorial Pearson. Madrid, España.
- Beltrán Llera, J.; Bueno Álvarez, J. A. (1995)
Psicología de la educación.
Editorial Marcombo. Barcelona.
- Branden, Nathaniel. (1994)
Los seis pilares de la autoestima.
Editorial Paidós Ibérica. Barcelona, España.
- Branden, Nathaniel. (1999)
La autoestima de la mujer.
Editorial Paidós Mexicana. México, D.F.
- Branden Nathaniel. (2008)
La psicología de la autoestima.
Editorial Paidós Mexicana. México, D.F.
- Burin, Mabel; Meler, Irene. (2001)
Género y familia poder, amor y sexualidad en la construcción de la subjetividad.
Editorial Paidós. Buenos Aires.
- Carrión López, Salvador A. (2007)
Autoestima y desarrollo personal con PNL (Programación Neurolingüística)
Editorial Obelisco. Barcelona, España.
- Chávez Carapia, Julia del Carmen. (2004)
Perspectiva de género.
Editorial Entsunam, México.
- Clark, Amina; Clemes, Harris; Bean, Reynold. (2000)
¿Cómo desarrollar la autoestima en los adolescentes?
Editorial Debate. Madrid, España.
- Coolican, Hugh. (2005)
Métodos de investigación y estadística en Psicología.
Editorial Manual Moderno. México.

Cozby, Paul C. (2005)
Métodos de Investigación del Comportamiento.
Editorial McGraw-Hill. México, D.F.

Duravia, Luigi. (1999)
Íntimos y libres.
Editorial San Pablo. Santa-Fe de Bogotá.

García Zarco, Mariana Judith. (2009)
Nivel de autoestima en mujeres con drogadicción en centros de rehabilitación.
Tesis inédita de la Escuela de Psicología de la Universidad Don Vasco A.C. Uruapan,
Michoacán.

García Loy, Suhing; Sánchez, Michael. (2014)
Diferencias en el nivel de autoestima entre hombres y mujeres homosexuales.
Tesis inédita de la Escuela de Psicología de la Universidad Don Vasco A.C. Uruapan,
Michoacán.

González-Arratía López Fuentes, Norma Ivonne. (2001)
La autoestima. Medición y estrategias de intervención a través de una experiencia en
la reconstrucción del ser.
Editorial Universidad Autónoma del Estado de México. Toluca, Estado de México.

Hernández Sampieri, Roberto; Fernández-Collado, Carlos; Baptista Lucio, Pilar.
(2010)
Metodología de la Investigación.
Editorial McGraw-Hill. México.

Juárez Martínez, Andrés. (2006)
Psicología. Texto para Bachilleres.
Editorial Umbral. México.

Lagarde, Marcela. (1996)
Género y feminismo: Desarrollo humano y democracia.
Editorial Horas y Horas. California.

Lagarde, Marcela. (2006)
Los cautiverios de las mujeres: madresposas, monjas, putas, presas y locas.
Editorial Universidad Nacional Autónoma de México. México, D.F.

Lamb, Charles W.; Hair, Joseph F. Jr.; McDaniel, Karl. (2001)
Marketing.
Editorial EDAMSA. Distrito Federal, México.

Lipovetsky, Gilles. (1999)
La tercera mujer: Permanencia y revolución de lo femenino.
Editorial Anagrama. Barcelona.

Medina Rubio, Rogelio. (1990)
La educación personalizada en la familia.
Editorial Rialp. España.

Miles Gordon, Ann; Williams Brouwne, Kathryn. (2006)
La infancia y su desarrollo.
Editorial Thomson Learning. Estados Unidos.

Novel Martí, Gloria; Lluch Canut, Ma. Teresa. (2000)
Enfermería Psicosocial y Salud Mental.
Editorial Elsevier Masson. Barcelona.

Pastor Pradillo, José Luis. (2002)
Fundamentación Conceptual para una Intervención Psicomotriz en Educación Física.
Editorial INDE Publicaciones. España.

Posse, Raúl; Melgoza, Julián. (2001)
Para el niño: el arte de Saber Educar.
Editorial Safeliz. España.

Tito Mendoza, Rebeca; Escartín, Maggie; Gómez, Juan F. (2006)
Del Maltrato a la Ternura.
Editorial San Pablo. Bogotá.

Wiscarz Stuart, Gail; Laraia, Michele T. (2006)
Enfermería Psiquiátrica: Principios y Práctica.
Editorial Elsevier Mosby. España.

MESOGRAFÍA

Brinkmann, Hellmuth; Segure, Teresa; Solar R, María Inés. (1989)
“Adaptación, Estandarización y Elaboración de Normas para el inventario de Autoestima de Coopersmith”
Revista Chilena de Psicología.
http://www2.udec.cl/~hbrinkma/articulo_coopersmith.pdf

Lara Cantú, Ma. Asunción; Verduzco, Ma. Angélica; Acevedo, Maricarmen; Cortés, José. (1993)
“Validez y confiabilidad del inventario de autoestima de Coopersmith para adultos, en población mexicana”.
Bogotá, Colombia.
<http://www.redalyc.org/pdf/805/80525207.pdf>

Matud, M. Pilar. (2004)
“Autoestima en la mujer: Un análisis de su relevancia en la salud”
Avances en Psicología Latinoamericana, núm. 22, 2004, pp. 129-140.
<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=79902212>

Russek, Silvia. (2007)
“Crecimiento y Bienestar Emocional”
México.
<http://www.crecimiento-y-bienestar-emocional.com/autoestima-indice.html>

Schnaas, María De Lourdes; Ruiz González-Celis, Ana Paola; Juárez Miranda, Bertha Yvette. (2009)
“Asociación entre violencia y autoestima con respecto a las distintas etapas de vida en la mujer”
Revista Mexicana de Investigación en Psicología. Vol. 1, No 1, verano 2009.
<http://www.medigraphic.com/pdfs/revmexinvpsi/mip-2009/mip091jj.pdf>









