

INTRODUCCIÓN

INTRODUCCIÓN

Es tan importante el papel que desempeña la mujer en la sociedad, especialmente por cada uno de los roles que ejerce en los diferentes ámbitos donde se desenvuelve y cada uno de ellos con sus dificultades y con sus satisfacciones: como madre, esposa, hija, amiga y hermana.

En la actualidad, existen tantos cambios y la situación económica se torna difícil, por lo que la mujer requiere desempeñar varias actividades, por un lado se dedica a su casa: a recoger, limpiar, lavar, atender al esposo, se ocupa de la crianza y educación de los hijos; por otro lado trabaja fuera del hogar, lo que le lleva a asumir múltiples roles.

El trabajo dentro y fuera del hogar puede ocasionar en ellas un cambio en su estado emocional/psicológico, ya sea de manera positiva, es decir suelen ser mujeres seguras de sí mismas, satisfechas de su capacidad para tomar decisiones, autorrealizadas y estables emocionalmente; en cuanto a lo negativo pueden presentar baja autoestima, problemas en su estado de ánimo, inseguridad, sentimientos de culpa, ansiedad, sentimientos de inferioridad y otros.

Las responsabilidades que asume la mujer son varios, por lo que no es afectada a nivel psicológico sino también físico por el cansancio y el agotamiento que implica la realización de diversas tareas, llevándolas a presentar síntomas como: palpitaciones, temblores, hipersudoración, sequedad en la boca, dificultad respiratoria, opresión en el pecho, insomnio, nudo en la garganta y dificultades para alimentarse.

Todas estas situaciones pueden encaminar a que las mujeres manifiesten y presenten cambios y síntomas asociados a su personalidad y estado emocional, lo que provoque problemas tanto a nivel familiar y personal.

De lo anteriormente planteado surge el objetivo de la presente investigación que dice: *Determinar las características psicológicas en mujeres que se desempeñan como trabajadoras, madres y amas de casa pertenecientes a los barrios periurbanos de la ciudad de Tarija, Provincia Cercado.*

El trabajo consta de seis capítulos que se describen a continuación:

En el **Primer Capítulo** contempla el planteamiento y la justificación del por qué se ha elegido este tema de investigación.

En el **Segundo Capítulo** se concentrará en los objetivos y las hipótesis con las cuales se trabaja en la investigación.

En el **Tercer Capítulo** hace referencia al marco teórico con el cual se sustenta la investigación, donde se tomaron los aspectos más importantes en cuanto al contenido teórico de la investigación, los cuales nos ayudarán a comprender a cabalidad el trabajo que se está realizando.

En el **Cuarto Capítulo** se habla de cómo se está abordando el trabajo, es decir, la metodología que se ha empleado, el tipo de investigación que se hizo, la muestra que se tomó, los métodos y técnicas que se emplearon en la recogida de datos.

En el **Quinto Capítulo** se hace la interpretación de los resultados obtenidos mediante los diferentes instrumentos utilizados para la investigación.

Por último, en el **Capítulo Seis** se presentan las conclusiones y recomendaciones a las que se ha llegado en el presente trabajo de investigación.

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO

Y JUSTIFICACIÓN DEL

PROBLEMA

I. PLANTEAMIENTO Y JUSTIFICACIÓN DEL PROBLEMA

1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

A lo largo de los años el papel de la mujer en la sociedad ha ido cambiando, no ha sido ni rápido ni fácil, por el contrario se ha producido paulatinamente. El papel de la mujer en tiempos pasados, era el de alguien que se dedicaba completamente al hogar, con un rol principalmente doméstico. Actualmente todo ha cambiado, ya que ahora las mujeres no sólo se dedican a las labores de la casa, sino que debido a la situación económica también trabajan fuera del hogar. Cuando no se tiene la preparación o en muchos casos la capacidad de hacer compatible el trabajo dentro y fuera del hogar, se llega al punto de que todos esos roles que desea desempeñar se convierten en una pesada carga que inevitablemente las lleva a no sentirse satisfechas, a sentirse frustradas por su bajo o incompleto desempeño, a dudar de sus propias capacidades y sus motivos para querer realizarse en otros ámbitos. Finalmente las desestabiliza, provocándoles una sensación de inseguridad, lo que les lleva a presentar cambios en el área emocional-psicológica o a padecer enfermedades de tipo físico (Ramírez, A. 2011).

Para la presente investigación se hace referencia a las *características psicológicas* definidas como conductas específicas y rasgos predominantes que se presentan en una persona. Para esta investigación se tomaron en cuenta principalmente las siguientes características psicológicas: rasgos de personalidad, el nivel de autoestima, de depresión y ansiedad, así también las características de las relaciones familiares de las mujeres que se desempeñan como trabajadoras, madres y amas de casa.

Las características psicológicas como la ansiedad, depresión, así también una baja autoestima pueden presentarse exclusivamente en mujeres que trabajan fuera y dentro del hogar, síntomas como irritabilidad, temor a lo imprevisto, inseguridad, expectación negativa, impaciencia, tensión muscular, palpitaciones y/o abandono personal que indican que estas mujeres padecen algún problema psicológico.

A nivel Internacional en una investigación realizada en México, las estadísticas establecen que alrededor del 14% de las amas de casa sufren o sufrirán depresiones. Se estima que la misma enfermedad es sufrida por el 10% de la población general femenina, lo que hace bastante significativa que dentro de esta cifra 14 de cada 100 mujeres depresivas se ocupen en las labores del hogar. Las causas son evidentes, aunque pasen desapercibidas tales como: el aislamiento, inseguridad, la rutina y el bajo reconocimiento social y familiar de su trabajo, totalmente involuntario pero existente, derivan en un sentimiento de baja autoestima e infravaloración de su capacidad en la persona. Esto produce una sensación de tristeza, inutilidad y vacío que unido al estrés del trabajo del hogar, acaban produciendo la depresión (Romero Gil, L. 2011).

En la investigación realizada por Cacique (2000: 35) en Centroamérica se encontró que las amas de casa presentan una baja autoestima, tal vez debido al escaso brillo social de los trabajadores domésticos, a la rutina, a la falta de aprecio por parte de los demás miembros de la familia y a la desigualdad del reparto de las tareas domésticas. Así mismo un estudio realizado por Corredor y Gómez Ortiz (1999: 44) con mujeres que desempeñan múltiples roles se detectó que la autoestima es muy variada, las mujeres que poseen una alta autoestima y tienen interacciones negativas con sus hijos, experimentan niveles bajos de depresión; en cambio las mujeres con baja autoestima ante interacciones negativas con sus hijos, presentan más altos niveles de depresión.

A nivel Nacional; el Dr. Ronald Jiménez Franco, Director del Centro de Salud Mental de Santa Cruz, menciona que *“Las mujeres son propensas a padecer problemas mentales debido a la diversas responsabilidades que asumen en los roles de esposas, madres y trabajadoras, entre otras funciones”*. Pone en relieve, como elemento que incide en la afección mental femenina, el rol múltiple que cumple la mujer en la sociedad, por el deber que tienen de asumir la responsabilidad de ser esposas, madres y cuidadoras de los demás (La Estrella del Oriente. 2011).

Así mismo el Dr. Nils Noya Tapia, indica que los roles de género afectan a los modos de enfermar de las mujeres, sobre todo cuando las desigualdades que se producen son importantes. *“Que las mujeres tengan mayor depresión que los hombres estarían influido por las circunstancias sociales como el nivel socioeconómico, el nivel de estudios, el número de hijos, tipo y condiciones de trabajo”*. Esta desventaja se encuentra en la estructura social donde la feminidad favorece tal como ha sido conceptualizada en nuestra cultura ciertos rasgos como la dependencia, la sumisión y el ocupar determinados roles maternos y de cuidadora de la familia, que significan un factor de riesgo para la depresión en la medida que le exigen la postergación de sus necesidades para comprometerse por los otros que dependen de los cuidados que pueda proveer. Los roles han ido cambiando, en las sociedades industriales ya no están tan prescritos, sino que los elige cada pareja. La autoestima de la mujer tiene un refuerzo importantísimo en los vínculos, constituyendo un factor fundamental de sostén afectivo. *“Es frecuente que mujeres con un cuadro depresivo traigan como motivo de consulta la soledad, el maltrato familiar, la queja de vínculos desafectivizados o conflictivos y la falta de un confidente entre los factores de sufrimiento psíquico y desencadenantes del trastorno depresivo”* (IBID).

A nivel Regional; Según el Diario Nacional en su redacción central/Tarija indica que cada día son más las mujeres que además de ejercer su labor de madres, sostienen con esfuerzo y dedicación sus hogares. En la entrevista realizada a Martha Quispe de 42 años menciona que su trabajo, ya sea en la noche o en el día, no la exime de las labores del hogar y aunque el cansancio la atosigue, cuando vuelve a casa la esperan las obligaciones propias de las madres. Seis hijos la esperan, con preguntas y necesidades propias de los niños y jóvenes y aunque cooperan para ayudarla a mantener limpio el hogar nunca faltan los quehaceres. Hoy su esposo ya colabora en el sostenimiento del hogar pero el dinero siempre falta y debe continuar trabajando fuera y dentro de la casa. Martha tiene dos trabajos de tiempo completo y de uno de ellos jamás se jubilará (Diario Nacional. 2012).

Muchas de las mujeres pertenecientes a los barrios periurbanos de la ciudad de Tarija, sus condiciones de vida son deficientes por el bajo nivel de ingresos por lo requieren salir a trabajar fuera del hogar, por lo tanto una responsabilidad más para ellas, en su rol como madre, esposa, ama de casa y ahora trabajadora fuera del hogar.

No queda duda de que quién lleva las responsabilidades de la atención, los cuidados y la educación de los hijos es la madre. Las madres tienen un papel de madres sonrientes, generosas, pacientes, tolerantes y afectuosas, pero ocultan el agotamiento físico y psíquico que conlleva el cuidado de los hijos, la atención de sus demandas, el hacer todos los días las tareas de casa. Las mujeres pasan a ser trabajadoras invisibles, y las que trabajan fuera de casa se sienten culpables por no dedicarle suficiente tiempo a su familia, no encuentran un espacio de tiempo dedicado para ellas. Todo esto provoca en ellas un cambio en su estado emocional psicológico, por lo que son comunes las respuestas tales como la ansiedad, depresión, baja autoestima, problemas familiares, etc., (Cordero, Castaños y Vásquez 2009).

Tomando en cuenta lo mencionado, cabe plantear la siguiente interrogante:

¿Cuáles son las características psicológicas en mujeres que se desempeñan como trabajadoras, madres y amas de casa pertenecientes a los barrios periurbanos de la Ciudad de Tarija, Provincia Cercado?

1.2. JUSTIFICACIÓN

Dentro del **Aporte Teórico**, la investigación va a llenar el vacío existente sobre el tema y pues permite conocer cuáles son las características psicológicas que presentan las mujeres que se desempeñan como trabajadoras, madres y amas de casa, en cuanto a su personalidad, autoestima y estado emocional. Es por eso que el presente estudio se considera como un aporte al conocimiento de la mujer, tomando en cuenta que es un pilar fundamental en la familia y en la sociedad, para comprenderla y a valorarla en su justa medida lo que ella representa. Así mismo aportará a la sociedad tarijeña

una visión más clara de la mujer como trabajadora tanto fuera y dentro del hogar. De la misma manera este trabajo de investigación servirá de soporte teórico con el fin de poder orientar eficazmente a futuras investigaciones.

El **Aporte Práctico** consiste en brindar un diagnóstico acerca de las características psicológicas de las mujeres que se desempeñan como trabajadoras, madres y amas de casa, ya que conociendo estos datos se podrán emplear programas de intervención hacia la valoración de sus capacidades, elevación de su autoestima y estados de ánimos, creando espacios abiertos de discusión y de reflexiones personales y sociales sobre el tema de los múltiples roles y de tal manera prevenir posibles estados de ánimo depresivos, ansiedad, angustia, sentimientos de culpabilidad. Además servirá como base para instituciones que se dedican en el trabajo y ayuda en la defensa de derechos y deberes de la mujer.

Por último dentro del **Aporte Metodológico**, la investigación aportará con la elaboración del cuestionario sobre el tipo de relaciones que la mujer tiene dentro su núcleo familiar, que servirá para identificar los problemas familiares debido a múltiples roles que realiza la mujer tarijeña.

CAPÍTULO II
DISEÑO TEÓRICO

II. DISEÑO TEÓRICO

2.1. PROBLEMA CIENTÍFICO

¿Cuáles son las características psicológicas en mujeres que se desempeñan como Trabajadoras, Madres y Amas de Casa pertenecientes a los Barrios Periurbanos de la Ciudad de Tarija Provincia Cercado?

2.2. OBJETIVOS

2.2.1. Objetivo General

Determinar las características psicológicas en mujeres que se desempeñan como trabajadoras, madres y amas de casa pertenecientes a los barrios periurbanos de la Ciudad de Tarija, Provincia Cercado.

2.2.2. Objetivos Específicos

1. Determinar rasgos de personalidad en mujeres que se desempeñan como trabajadoras, madres y amas de casa.
2. Identificar el nivel de autoestima en mujeres que se desempeñan como trabajadoras, madres y amas de casa.
3. Identificar el nivel de ansiedad en mujeres que se desempeñan como trabajadoras, madres y amas de casa.
4. Determinar el nivel de depresión en mujeres que se desempeñan como trabajadoras, madres y amas de casa.

5. Describir las relaciones familiares en mujeres que se desempeñan como trabajadoras, madres y amas de casa.

2.3. HIPÓTESIS

Las mujeres que se desempeñan como trabajadoras, madres y amas de casa, presentan las siguientes características:

H1. En cuanto a los rasgos de personalidad de las mujeres que se desempeñan como trabajadoras, madres y amas de casa son: tensas, inseguras, sencillas y tiernas.

H2. El nivel de autoestima en las mujeres que se desempeñan como trabajadoras, madres y amas de casa, es baja.

H3. El nivel de ansiedad en las mujeres que se desempeñan como trabajadoras, madres y amas de casa, es grave.

H4. El nivel de depresión en las mujeres que se desempeñan como trabajadoras, madres y amas de casa, es grave.

H5. Las relaciones familiares de las mujeres que se desempeñan como trabajadoras, madres y amas de casa se caracterizan por presentar poca comunicación y una expresión de afecto por parte de la familia insuficiente.

2.4. OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

Variable	Categoría	Indicadores	Escala
Rasgos de personalidad Son aquellas pautas duraderas de percibir, pensar y relacionarse con el ambiente y con uno mismo, y se hacen patentes en un amplio margen de importantes contextos personales y sociales.		Test de Personalidad 16 P.F. (Factores de Personalidad)	
	Sizotimia	Reservado alejado, crítico, frío.	1 - 3 Bajo
	Afectotimia	Afectuoso, participativo.	4-6 Medio
	Inteligencia baja	Capacidad mental general baja.	7-9 Alto
	Inteligencia alta	Capacidad mental general alta.	
	Poca fuerza del yo	Afectado por los sentimientos.	
	Mucha fuerza del yo	Estable, maduro, tranquilo.	
	Sumisión	Apacible, manejable, dócil.	
	Dominancia	Agresivo, independiente.	
	Desurgencia	Reflexivo, serio, cauteloso.	
	Surgencia	Alegre, animoso, hablador.	
	Poca fuerza del superyó	Despreocupado.	
	Fuerza del superyó	Consciente, responsable.	
Timidez	Susceptible, aislado.		
Audacia	Emprendedor, atrevido.		
Dureza	Sensibilidad dura, realista.		
Ternura	Tierno, idealista.		

	<p>Confiable Suspica</p> <p>Practicidad Imaginativita</p> <p>Sencillez Astucia</p> <p>Seguridad Inseguridad</p> <p>Conservadurismo Radicalismo</p> <p>Adhesión al grupo Autosuficiente</p> <p>Baja integración Mucho control</p> <p>Poca tensión Mucha tensión</p>	<p>Adaptable, comprensivo. Difícil de engañar, exigente.</p> <p>Realista, objetivo. Fantasioso, excéntrico.</p> <p>Franco, natural, simple. Calculador, terco, desafiante</p> <p>Satisfecho, sereno, tranquilo Inquieto, preocupado.</p> <p>Moderado, conservador. Analítico, crítico.</p> <p>Dependiente, inseguro.</p> <p>Independiente, decidido.</p> <p>Auto conflictivo. Controlado, compulsivo.</p> <p>Sereno tranquilo. Irritable, sobre excitado.</p>	
<p>Autoestima Es el grado en que una persona se siente amada, valiosa y competente, con una actitud de aceptación, respeto de sí</p>	<p>Auto conocimiento</p> <p>Auto respeto</p> <p>Auto evaluación</p>	<p>Cuestionario de Autoestima 35-B</p> <p>Nivel de conocimiento que la persona tiene sobre sí mismo.</p> <p>Nivel de respeto que la persona tiene sobre sí mismo.</p> <p>Evaluación que se hace la persona sobre sus actos.</p>	<p>Óptima 75 a 61 Excelente 61 a 46 Muy Buena 45 a 31 Buena 30 a 16 Regular 15 a 0 Baja -10 a -15</p>

<p>mismo en las diferentes formas de pensar, amar, sentir y comportarse.</p>	<p>Auto aceptación</p>	<p>Nivel de aceptación que la persona tiene sobre su propia persona.</p>	<p>Deficiente -16 a -30 Muy Baja -31 a -45 Extremadamente Baja -46 a -60 Nula -61 a -75</p>
<p>Ansiedad Estado subjetivo de temor que se caracteriza por un sentimiento de alerta de estar en guardia, que se vive como anticipación de lo peor.</p>	<p>Síntomas Físicos</p> <p>Síntomas Psíquicos</p> <p>Síntomas de Conducta</p> <p>Síntomas Intelectuales</p> <p>Síntomas asertivos</p>	<p>Cuestionario de Ansiedad de Rojas</p> <p>Palpitaciones, temblores, hipersudoración, sequedad en la boca, dificultad respiratoria, opresión en el pecho.</p> <p>Inseguridad, desasosiego, inquietud interior, presentimiento de la nada, miedos difusos, tristeza.</p> <p>Estado de alerta, irritabilidad, dificultad para la acción, inquietud motora.</p> <p>Pensamiento preocupantes y negativos, pensamientos ilógicos, dificultad para concentrarse.</p> <p>Bloqueo en la relación humana, no saber decir que no, no saber terminar una conversación difícil.</p>	<p>Banda Normal 0 – 20 Ansiedad Ligera 20 – 30 Ansiedad Moderada 30 – 40 Ansiedad Grave 40 – 50 Ansiedad muy grave 50 o más</p>

<p>forman parte dentro del núcleo familiar, que incluyen sentimientos, afectos y opiniones.</p>	<p>Colaboración en las tareas.</p> <p>Dedicación</p> <p>Valoración</p> <p>Satisfacción</p>	<p>sentirse querida.</p> <p>Disposición del esposo e hijos para cooperar en las tareas domésticas.</p> <p>Tiempo que la mujer le dedica a su esposo e hijos.</p> <p>Valoración que le da su esposo e hijos al trabajo que realiza la mujer dentro y fuera del hogar.</p> <p>Sentimiento de agrado o desagrado que manifiesta la mujer al desempeñar múltiples roles.</p>	
---	--	--	--

CAPÍTULO III
MARCO TEÓRICO

III. MARCO TEÓRICO

El presente marco teórico es uno de los capítulos más importantes en la realización de la investigación porque constituye el sustento de todo el proceso de la misma, pretende exponer cada uno de las variables que se quiere estudiar para que de esta manera se pueda entender con mayor claridad el trabajo de investigación. En primer lugar se describirán algunos conceptos y características sobre las mujeres que se desempeñan como trabajadoras, madre y amas de casa. Posteriormente se hará una explicación de cada una de las características psicológicas que se abordarán en esta investigación, empezando por los rasgos de personalidad, autoestima, depresión, ansiedad y por último las relaciones familiares de las mujeres trabajadoras, madres y ama de casa.

3.1. MUJER TRABAJADORA, MADRE Y AMA DE CASA

La *mujer* es un ser humano con ideas, sueños, metas, ambiciones, deseos, capacidades y mucha sensibilidad. Tiene capacidad de pensar, aprender, enseñar, crear, planificar, organizar, trabajar, dar afecto y para sumar a todo esto, tiene la capacidad de ser madre llevando en su ser a otro ser humano durante sus primeros meses de existencia, para luego dar lugar a su nacimiento y destinar parte de su vida a cuidarlo, protegerlo, alimentarlo, educarlo y amarlo hasta el final. Entre sus necesidades se encuentran las afectivas, de pertenencia, de seguridad, de aprecio, de superación, de reconocimiento, de respeto y de libertad (Thompson J. Definición de Mujer).

Psicológicamente la mujer es mucho más sensible, perceptiva y emocional que el hombre, se manifiesta a través de su feminidad. Una cualidad propia de la mujer, es su capacidad de acoger al ser humano, comenzando por sus hijos, su esposo, su familia, sus amigos, su sociedad y su trabajo. *Familiarmente*, el corazón y el eje de una familia, siempre ha sido la mujer por su capacidad de dar todo por su familia. *Laboralmente* una mujer aporta además de sus conocimientos, su percepción, su

tacto, su delicadeza que transforman el ambiente de trabajo y benefician a todo el ámbito laboral. *Económicamente*, son tan capaces como el hombre de aportar recursos a su familia, de hecho lo hacen también con el trabajo del hogar (Mujer Trabajadora Dentro y Fuera del Hogar, 2001).

Por lo que ser madre y trabajar fuera de casa supone un gran esfuerzo que va desgastando físicamente a la mujer, esto hace que se vuelva más irritable, tenga menos tiempo para dedicarse a sí misma, a su pareja, hijos, etc.

En cuanto a su estado emocional, pueden aparecer sentimientos de culpa, sobre todo en aquellas mujeres que pasan mucho tiempo alejadas de sus hijos. Si a esto añadimos el cansancio que supone trabajar fuera y dentro de casa, hacer la compra, preparar comidas, cuidar de los otros hijos, etc. el conflicto es mayor.

Ser madre, esposa y trabajar fuera de casa requiere desarrollar muchas facetas y una gran organización. Aún hoy día, el gran peso de las tareas del hogar y cuidado de los hijos sigue recayendo en la mujer. Todos estos aspectos mencionados pueden provocar en ellas un desequilibrio en su bienestar biopsicosocial por los múltiples roles que desempeña.

3.2. CARACTERÍSTICAS PSICOLÓGICAS EN MUJERES QUE SE DESEMPEÑAN COMO TRABAJADORAS, MADRES Y AMAS DE CASA

Se hace referencia a las características psicológicas definidas como conductas específicas y rasgos predominantes que se presentan en una persona, es decir, rasgos que presenta el individuo resultan ser sus notas particulares que los distinguen y que de alguna manera los hacen ser quiénes son y no otros.

Las madres tienen un papel de madres sonrientes, generosas, pacientes, tolerantes y afectuosas, pero ocultan el agotamiento físico y psíquico que conlleva el cuidado de

los hijos, la atención de sus demandas, el hacer todos los días las tareas de casa, monotonía. Las mujeres pasan a ser trabajadoras invisibles, y las que trabajan fuera de casa se sienten culpables por no dedicarle suficiente tiempo a su familia, no encuentran un espacio de tiempo dedicado para ellas. Todo esto provoca en ellas un cambio en su estado emocional psicológico, por lo que son comunes las respuestas tales como la ansiedad, depresión, baja autoestima, problemas familiares, etc.

3.2.1. Personalidad

Cattell afirma que la Personalidad “Permite predecir lo que hará una persona en una determinada situación. En el concepto de personalidad de Cattell se habla de rasgos, como una estructura mental que se obtiene de la observación coherente de un determinado comportamiento” (Cattell, R. 1982 pág. 36).

3.2.1.1. Teoría de la Personalidad de Cattell

Su teoría se va a encontrar basada en la personalidad, va a ser considerada como el factor que une a las teorías clínicas y experimentales. Su teoría fue fundada en la técnica estadística del análisis factorial.

Considera que el componente más importante de su teoría es el rasgo (configuraciones y regularidades de la conducta), debido a las tendencias reactivas generales y a las características de la conducta del ser humano. Algunos rasgos se pueden llegar a ser comunes a todos los seres humanos, mientras que otros pueden llegar a ser exclusivos de un individuo.

También afirman que los rasgos podrían encontrarse determinados, ya sea por la herencia o el ambiente, se van a encontrar relacionados con los rasgos dinámicos, con la capacidad y el temperamento. Existen dos tipos de rasgos:

- **Los Rasgos Superficiales:** Son los expresivos de la conducta, de una manera superficial pueden aparecer unidas, sin embargo no cavarían conjuntamente, pueden ser descubiertos a través de diferentes métodos subjetivos.
- **Los Rasgos Profundos:** Son expresivos debido a una relación de conducta que cavarían conjuntamente, por lo que se llegaría a formar una dimensión de personalidad unitaria e independiente, pueden ser descubiertos a través de procedimientos estadísticos del análisis factorial. Existen tres fuentes para descubrir estos rasgos profundos: Los datos procedentes de la vida, los datos del cuestionario y los datos de los test objetivos (IBÍD. pág. 36-42).

3.2.1.2. Formación de la Personalidad

La personalidad se va formando desde el instante mismo en que empieza una nueva vida. Los padres aportan una serie de características biológicas que son transmitidas a través de los genes. El recién nacido empieza a interactuar con el medio ambiente. Poco a poco se amplía su campo de interacción, recibiendo la influencia de la familia, del colegio, de la vecindad y de la sociedad en general. Este proceso continúa a través de toda la vida. La formación de la personalidad es permanente, constante y nunca acaba.

3.2.1.3. Personalidad en las mujeres trabajadoras, madres y amas de casa

En la actualidad las mujeres tienden a desempeñar múltiples roles, tareas, responsabilidades, tanto en unas como en otras puede tener un efecto negativo o positivo en su personalidad. La personalidad que han ido desarrollando las mujeres con el transcurso del tiempo puede verse afectada al no tener la capacidad para poder cumplir adecuadamente con sus funciones.

Así mismo Kaplan (1986, pág. 786), descubrió que la personalidad femenina se caracteriza por la pasividad, puesto que pone mayor atención a los demás, tiende al sacrificio, lo que da como resultado baja autoestima y dependencia, convirtiendo a la mujer en agente de riesgo de depresión.

A las mujeres se les enseña a ser pasivas, a cuidar de los demás (padres, abuelos, hijos, esposos o enfermos), a ser dependientes y sumisas. A veces, en el hogar de origen, no se les permite la expresión de sentimientos como la ira, ya que se considera que las mujeres no se deben enojar (Gravioto, R. 2006, pág. 1)

En cuanto a las mujeres que trabajan dentro y fuera del hogar, donde existe incompatibilidad de roles y poco apoyo de los familiares, presentan rasgos de personalidad tales como, inseguridad, sumisión, intolerancia, reservada, aislada. Por lo contrario las mujeres que hacen compatibles sus responsabilidades, tareas tanto dentro como fuera del hogar, así también los roles son equitativos dentro de la familia son más seguras, independientes, tolerantes, afectuosas, cariñosas, son mujeres que se dan tiempo para su familia y para sí mismas. (García, N. 1998, pág. 22)

Un cambio negativo en la personalidad de las mujeres que desempeñan varias actividades va a provocar una inestabilidad emocional en ellas, presentando síntomas de ansiedad, depresión, baja autoestima y problemas familiares.

3.2.2. Autoestima

Cuando hablamos de autoestima; se hace referencia al grado en que una persona se siente amada, valiosa y competente. La persona con baja autoestima puede verse a sí misma como inútil, dependiente, abrumada y angustiada y con miedo. Estas sensaciones pueden llevarla a evadirse de la realidad o a manifestar síntomas

depresivos desde ligeros hasta muy graves, con consecuencias familiares y sociales muy negativas. (Bersing, 2000, pág. 45).

3.2.2.1. Importancia de la Autoestima

La importancia de una autoestima facilita el sentirse bien con uno mismo, saber enriquecer su vida, facilidad de encontrar amigos, además de sentirse bien consigo mismo, ser más abierto les ayudará a establecer relaciones más estrechas. Podrá aceptar lo retos y no tener miedo a desarrollar habilidades para probar cosas nuevas (Gonzales Arratía, 2002, pág. 45)

3.2.2.2. Formación de la Autoestima

Respecto a la formación de la autoestima, se desarrollan gradualmente durante toda la vida, empezando en la infancia y pasando por diversas etapas de progresiva complejidad. Cada etapa aporta impresiones, sentimientos, e incluso, complicados razonamientos sobre el Yo. El resultado es un sentimiento generalizado de valía o de incapacidad. Para desarrollar la autoestima en todos los niveles de la actividad, se necesita tener una actitud de confianza frente a sí mismo y actuar con seguridad frente a terceros, ser abiertos y flexible, valorar a los demás y aceptarlos como son; ser capaz de ser autónomo en sus decisiones, tener comunicación clara y directa, tener una actitud empática, es decir, capaz de conectarse con las necesidades de sus congéneres, asumir actitudes de compromiso, ser optimista en sus actividades.

Explica el autor que, la autoestima se construye diariamente con el espíritu alerta y la interacción con las personas que rodean al individuo, con las que trata o tiene que dirigir. La autoestima es muy útil para enfrentar la vida con seguridad y confianza. Un aspecto central para el desarrollo de la autoestima, es el conocimiento de sí mismo. Cuanto más se conoce el individuo, es más posible querer y aceptar los valores. Si bien las metas son básicas para darle un sentido a la vida, ellas tienen

costos en esfuerzo, fatiga, desgaste, frustración, pero también en maduración, logros y satisfacción personal.

Cuando se tiene contacto con personas equilibradas, constructivas, honestas y constantes, es más probable que se desarrolle una personalidad sana, de actitudes positivas que permitan desarrollarse con mayores posibilidades de éxito, aumentando la autoestima (Steiner. D. 2005, pág. 21).

3.2.2.3. Variables Psicológicas vinculadas a la Autoestima

Se destacan como elemento esencial las variables psicológicas vinculadas a la familia. El individuo no puede ser estudiado sin considerar la influencia que ejerce la familia, puesto que su impacto es definitivo, ya que la familia es la experiencia más importante en la vida del hombre, cualitativamente diferente a cualquier otra experiencia.

Así mismo los valores como una variable importante, puesto que los valores se traducen en guías conductuales que promueven experiencias positivas o negativas que afectan la autoestima y la motivación al logro y la necesidad de logro también está vinculada a la autoestima, puesto que en los individuos que cuenten con una inclinación hacia la búsqueda de éxito, contará con experiencias positivas a nivel de metas, status y roles que le facilitarán un determinado desarrollo de la autoestima.

Por otro lado, se resalta la importancia de las relaciones interpersonales, indicando que las relaciones con otros que implican las interacciones en términos de comunicación y respecto, influyen en la medida en que el individuo se valora a sí mismo en su relación con el entorno.

Y finalmente se destaca que también el comportamiento en general, incluyendo la tolerancia a la frustración afecta la autoestima, puesto que la manera de responder

ante diversas situaciones puede constituir un factor importante que contribuya o limite la autoestima, pudiendo minimizar o maximizar la autoestima (Ibíd., pág. 35).

3.2.2.4. Componentes de la Autoestima

Al respecto también Olivares (1998, pág. 20) considera que la autoestima tiene un significado complejo, y que precisa de cuatro componentes en su definición:

- **Componente cognitivo**, pues se refiere a las ideas, opiniones, creencias percepciones y procesamiento de la información que posee la persona respecto de sí misma.
- **Componente afectivo**, que incluye la valoración de los positivo y negativo, involucra sentimientos favorables y desfavorables, agradables o desagradables que las personas perciben de sí mismas.
- Es una **actitud**, ya que contempla las formas habituales de pensar, actuar, amar y sentir de las personas para consigo mismas.
- Componente **conductual**, porque implica la intención y decisión de actuar, de llevar a la práctica un comportamiento consecuente y coherente.

3.2.2.5. Niveles de la Autoestima

- **Autoestima alta:** Una autoestima alta en el ser humano consiste en que éste se considere suficientemente apto, digno de la estima de los demás, se respeta por lo que es, vive, comparte e incita a la integridad, honestidad, amor, siente que es importante, tiene confianza, seguridad en su propia competencia y tienen fe en sus propias decisiones. La autoestima alta no significa un estado de éxito total, consiste en reconocer sus propias

limitaciones, capacidades, habilidades, destrezas y confianza en la naturaleza interna.

- **Autoestima baja:** Las personas con autoestima baja ofrecen un cuadro desalentador, se sienten aisladas, inseguras de sí mismas, indignas de amor, demasiadas débiles para afrontar sus deficiencias, constantemente preocupadas, susceptibles a la crítica, rehúyen a las interacciones sociales. A este grupo de personas se les puede presentar diversas enfermedades psicosomáticas, tienen falta de confianza general, son pesimistas, se sienten controladas por los hechos externos, en lugar de sentir que controla la situación (Branden, 1997, 45).

3.2.2.6. Autoestima en las mujeres trabajadoras, madres y amas de casa

La mujer de hoy realiza diversas actividades tanto dentro como fuera del hogar, cuando ellas se sienten imposibilitadas en desempeñar sus diferentes roles se ve lesionada su autoestima.

El desarrollo de la autoestima en la mujer es una cualidad necesaria para su desarrollo como ser humano, para que la haga digna, merecedora, inteligente, responsable, consciente e íntegra; mientras más desarrollen su autoestima las mujeres, ésta se reflejará en su calidad de vida, lo cual repercutirá en la de su familia y los que la rodean. De esta forma, se creará también una nueva forma de vida en la sociedad actual (Gravioto, R. 2006. Pág. 4)

El ama de casa presenta una baja autoestima, tal vez debido al escaso brillo social de las trabajadoras doméstica, por la rutina, por la falta de aprecio de los demás miembros de la familia y a la desigualdad de reparto de las tareas domésticas, lo consideran injusto ocasionando en ellas desvalorización y estrés debido a la monotonía de día tras día (Cacique I, 2000: 35).

Las mujeres con autoestima alta, que desempeñan diferentes roles suelen sentirse autorrealizadas, tienen confianza en su propia competencia, fe en sus propias decisiones, seguras de sus capacidades y potencialidades para cumplir, combinar sus diferentes roles. Por el contrario las mujeres que poseen una autoestima baja, ofrecen un cuadro desalentador, se sienten aisladas, indignas de amor, incapaces de expresarse o defenderse, demasiado débiles para afrontar sus deficiencias, pasivas, constantemente preocupadas, susceptibles a las críticas, sienten que se ahogan en sus propios problemas, falta de confianza, sentimientos de inseguridad e inferioridad y culpabilidad, manifestándose con una actitud de tristeza, depresión, renuncia y aparente abnegación, o bien, con actitudes de ansiedad y miedo, esto puede provocar en ellas un desequilibrio en su estado psicológico.(Concepción,J. 2005, pág. 35)

Es por eso que la autoestima es una necesidad vital para el ser humano, es básica y efectúa una contribución esencial al proceso de la vida e indispensable para el desarrollo normal y sano, tanto en mujeres como en hombres. De la valoración que las mujeres se hagan de sí mismas dependerá lo que se haga en la vida y su participación en ella.

3.2.3. Ansiedad

La ansiedad consiste en una respuesta vivencial, fisiológica y conductual, cognitiva y asertiva caracterizada por un estado de alerta (Rojas. 2000, pág. 28)

La ansiedad es un mecanismo adaptativo natural que nos permite ponernos en alerta ante sucesos comprometidos. El sujeto se siente paralizado con un sentimiento de indefensión y en general se produce un deterioro del funcionamiento psicosocial y fisiológico. Se dice que cuando la ansiedad se presenta en momentos inadecuados o es tan intensa y duradera que interfiere con las actividades normales de la persona, entonces se le considera como un trastorno.

3.2.3.1. Síntomas de la Ansiedad

Según Rojas la ansiedad se clasifican en síntomas tales como:

- **Síntomas Físicos:** Están producidos por una serie de estructuras cerebrales intermedias donde residen o se asientan las bases neurológicas de las emociones. Los síntomas que aparecen más a menudo son: palpitaciones, opresión precordial, temblores, hipersudoración, dificultad respiratoria, sensación de la falta de aire, nudo en la garganta.

- **Síntomas Psicológicos:** La experiencia es más que nada psicológica, se presentan sentimientos de inseguridad, desasosiego, inquietud interior, temor a la muerte, presentimientos de la nada locura y suicidio.

- **Síntomas de Conducta:** Se llama conducta a todo aquello que se puede observar desde fuera en otra persona. No es necesario que la gente cuente lo que le pasa, sino que simplemente se registra al ver su comportamiento. Los síntomas más frecuentes son: estado de alerta, dificultad para la acción, bloqueo afectivo, inquietud motora, hipervigilancia, expresión facial congelada, tensión mandibular, bloqueo de los movimientos.

- **Síntomas Intelectuales:** Ello abarca todo lo que es el conocimiento. Ahí quedan comprendidos la sensación, la percepción, la memoria, las ideas, los juicios, y el aprendizaje. Se presentan síntomas tales como: pensamientos preocupantes y negativos, trastorno de memoria, dificultad para atender, concentrarse, comprender e ideas suicidas.

- Y por último **Síntomas Asertivos:** Es aquella conducta que hace y dice lo que es más adecuado a cada situación sin inhibiciones ni agresiones inadecuadas, se trata de algo muy relacionado con la personalidad y con la forma en que ésta se muestra y funciona, así mismo es el conjunto de comportamientos orientadas en

una mejoría de las propias relaciones sociales y poder expresar ideas, juicios y sentimientos tanto de signo positivo como negativo frente a cualquier persona o situación. Entre los síntomas tenemos: bloqueo en la relación humana, no saber que decir ante ciertas personas, no saber decir no, no saber terminar una conversación (2000: pág. 73-87).

3.2.3.2. Causas que producen la Ansiedad

- **Angustia Existencial:** Es aquella que proviene de la inquietud de la vida y nos pone frente a frente con nuestro destino, con la muerte.
- **Ansiedad Exógena:** Es aquel estado de amenaza inquietante producidos por estímulos externos de muy variada condición: conflictos agudos, súbitos, inesperados: situaciones entronizadas de tensión emocional; crisis de identidad personal; problemas provenientes del medio ambiente.
- **Ansiedad Endógena:** Proviene de los sentimientos vitales, donde parece que confluye lo somático y lo psíquico (Ibid, pág. 36-37)

3.2.3.3. Ansiedad en las mujeres trabajadoras, madres y amas de casa

Uno de los estados de ánimo que afecta a todas las mujeres sin excepción en uno u otro momento de la vida, la Ansiedad; que es una sensación psíquica que se caracteriza por un desasosiego de la mente, una elevada tensión del espíritu acompañada por temor indefinido, un sentimiento vago e indescriptible de aprensión e inquietud y una opresión en el corazón tal y como si estuviera próximo a sufrir algún daño o desastre.

Los desajustes matrimoniales, los trabajos dentro y fuera del hogar, los impulsos hostiles y de agresividad reprimida, el disgusto en las relaciones familiares o

amigables, el sentido de culpabilidad, etc., son también capaces de ocasionar un estado de ansiedad en la mujer.

Las mujeres que son presa fácil de la ansiedad acostumbran a ser tímidas, viven dependientes de la opinión de los demás y tienen una tendencia a cohibirse y preocuparse; muchas de ellas experimentan grandes dificultades para tomar decisiones y cuando lo hacen tienen el temor de haberse equivocado. Usualmente son escrupulosas, excesivamente conscientes, meticulosas y viven sometidas constantemente a sus altas normas de ética y moral. Se deprimen fácilmente, duermen poco, son irritables, tienen frecuentes explosiones de agresividad y muchas veces lloran por la más insignificante causa. Se encuentran fatigadas crónicamente y se quejan de imposibilidad para concentrarse. (Jiménez P. 2009, pág. 52).

Las mujeres que se desempeñan como trabajadoras, madres y amas de casa pueden verse afectadas por estos síntomas debido a los múltiples roles que desempeña que le provocan una inestabilidad en su estado emocional.

3.2.4. Depresión

La depresión es un estado de espíritu de melancolía, tristeza o desesperación. La intensidad y la duración de este estado dependen de la personalidad, de los factores que desencadenan el proceso y de la situación actual de la vida del paciente (Izaias Claro, pág. 30).

Es un trastorno del estado de ánimo más frecuente en el género femenino, dominado por sentimientos de tristeza, desaliento y desesperación.

3.2.4. 1. Síntomas de la Depresión

Entre los síntomas psicológicos-cognitivos y somáticos de la depresión tenemos: disminución en el estado de ánimo, pérdida del interés, sentimientos de culpa,

ideación suicida, insomnio y otros trastornos del sueño en la depresión, disminución de energía, agitación psicomotriz y ansiedad psíquica, malestares físicos, alteraciones gastrointestinales y pérdida de peso y disminución del deseo sexual llevándoles, ya sea a una depresión grave, distimia, trastorno bipolar o trastorno adaptativo, así mismo provocando un grave desequilibrio en su estado psicológico (Riveros M., 2007. Pág. 22)

3.2.4.2. Tipos de Depresión

Según Kramlinger (2002, pág. 10) existen cuatro tipos de depresión:

- **Depresión Mayor:** Es la forma más frecuente de depresión. Se caracteriza por un cambio en el estado de ánimo que dura más de dos semanas, e incluye uno o ambos síntomas primarios de la depresión: sentimientos de tristeza y melancolía, pérdida de interés en las actividades cotidianas, aumento de peso, alteraciones en el sueño, falta de energía, baja autoestima.
- **Distimia:** Ésta es una forma prolongada de depresión leve, caracterizada por una perspectiva persistentemente sombría, dura de manera común por lo menos dos años y algunas veces más de cinco.

Las distimia pueden intervenir en el trabajo y la vida social, de hecho muchas personas con este trastorno se aíslan socialmente y son menos productivas. Los síntomas son: dificultad para concentrarse, aislamiento social, inquietud, problemas de sueño, problemas para alimentarse.

- **Trastornos Adaptativos:** Preceden a menudo a la depresión mayor, por lo regular después de una pérdida, debido a situaciones o eventos muy estresante, lo que le lleva a sentirse tenso, triste, abrumado, inseguro y enojado.

- **Trastornos Bipolares:** es otro tipo de depresión que también se le llama enfermedad maníaco depresiva. El trastorno bipolar se caracteriza por cambios cíclicos en el estado de ánimo: fases de ánimo elevado o eufórico (manía) y fases de ánimo bajo (depresión). Los cambios de ánimo pueden ser dramáticos y rápidos, pero más a menudo son graduales.

3.2.4.3. Causas de la Depresión

Las causas de los trastornos depresivos generalmente incluyen una combinación de factores genéticos, psicológicos y ambientales.

Algunos tipos de depresión tienden a afectar miembros de la misma familia, lo cual sugeriría que se puede heredar una predisposición biológica. Esto parece darse en el caso del trastorno bipolar. Los estudios de familias con miembros que padecen del trastorno bipolar en cada generación, han encontrado que aquellos que se enferman tienen una constitución genética algo diferente de quienes no se enferman. Sin embargo, no todos los que tienen la predisposición genética para el trastorno bipolar lo padecen. Al parecer, hay otros factores adicionales que contribuyen a que se desencadene la enfermedad: posiblemente tensiones en la vida, problemas de familia, trabajo o estudio.

Las personas con poca autoestima se perciben a sí mismas y perciben al mundo en forma pesimista y melancólica. Las personas con poca autoestima y que se abruman fácilmente por el estrés están predisuestas a la depresión.

No se sabe con certeza si esto representa una predisposición psicológica o una etapa temprana de la enfermedad. La pérdida de un ser querido, los problemas en una relación personal, familiar, los problemas económicos, o cualquier situación estresante en la vida (situaciones deseadas o no deseadas) también pueden precipitar un episodio depresivo (Strock, M. 1994, pág. 5)

3.2.4.4. Depresión en las mujeres trabajadoras, madres y amas de casa.

Al hablar de Depresión se hace referencia a un trastorno del estado de ánimo más frecuente en el género femenino que en el masculino, con una relación de dos a uno (Elliot, 2001: 163).

Este trastorno del estado de ánimo está afectando a un gran número de personas y dentro de ellas las mujeres que son más vulnerables por los diferentes factores biológicos, psicológicos y sociales. Dentro de los *factores biológicos* que más provocan depresión femenina están relacionados con los cambios hormonales, genéticos, neuroquímicos, enfermedades somáticas, dolor prolongado, medicamentos, consumo de alcohol y drogas. *Factores psicológicos*: Personalidad vulnerable, pérdidas significativas, estrés crónico, eventos traumáticos. *Factores sociales*: Conflictos familiares, laborales o económicos severos, aislamiento social.

Algunas de las causas que desencadenan la depresión en la mujer, entre ellas tenemos: Malos tratos o agresiones físicas y psicológicas, ocuparse de una sola tarea (sea de la casa o de la familia); el complejo de inferioridad; los conflictos domésticos; el estrés; la sensación de abandono; la carencia afectiva; la excesiva preocupación con todo; la ansiedad; la vejez; el pensar que sufre demasiado.

Según Yalom, I. D. (1999, pág. 64). La mujer actual desempeña diferentes roles lo cual puede afectar su comportamiento provocando cambios en su estado de ánimo, que en ocasiones la lleva a la depresión.

Este conflicto entre la duplicación de roles; el trabajar y las labores familiares provocan en las mujeres doble esfuerzo, lo que ocasiona que no puedan rendir al 100% en ambos sitios y precipita en ella la depresión (Greenglass, 1995: 227).

Las mujeres que desempeñan diversos roles tanto dentro o fuera del hogar, se pueden presentar en ellas diversos síntomas que le pueden o no provocar depresión, ya sea

por la incompatibilidad de las tareas, responsabilidades o el factor tiempo que le impide cumplir con todas las exigencias que implica su tarea, es decir como madre, trabajadora y ama de casa.

3.2.5. Relaciones Familiares

Es la integración entre las distintas personas que forman parte dentro del núcleo familiar, que incluyen sentimientos, afectos y opiniones.

La familia es un grupo de personas que comparten afectos, vivencias, casa, bienes, dinero, trabajo y proyectos comunes. En las diferentes etapas a lo largo de la vida la mujer desempeña un papel importante en la familia y sociedad, como madre, esposa, hija, trabajadora, ama de casa, educadora y otros.

3.2.5.1. Componentes de las Relaciones Familiares

- **Comunicación:** Una de las funciones que tiene la comunicación al interior de las familias es poder expresar necesidades y que éstas sean escuchadas y satisfechas por otro miembro de la familia. Una de las dificultades habituales de las familias radica en pensar que ese otro va a poder adivinar lo que uno necesita (Olivos, J. 2003).
- **Expresión de afectos:** El afecto tiene diversas manifestaciones, como realizar un esfuerzo para el mantenimiento de la familia o conseguir las mejores condiciones de vida para su bienestar.

Actualmente se ha comprobado que las expresiones de afecto, como las palabras cariñosas, las caricias, los besos, los elogios, los actos amables, el reconocimiento de logros y cualidades, son acciones necesarias para que niños, niñas y jóvenes crezcan emocionalmente y puedan mantener relaciones de confianza, seguridad y respeto con los demás. Para todas las personas el

afecto es importante porque favorece la autoestima, es decir, el valor que cada quien se da y con una autoestima alta, hay menos riesgos y mayor seguridad (Afecto, Juego, Comunicación y Valores, 2011)

- **Dedicación:** dedicar el tiempo necesario para la familia permite que los cimientos de esta institución estén lo suficientemente fortalecidos, por lo que el trabajo excesivo o nuevos emprendimientos de estudio por parte de los adultos, no deben bajo ningún aspecto dejar de lado este tipo de relaciones (Ibíd.)
- **Cooperación:** En el hogar se pueden aprender muy bien las ventajas de colaborar; trabajando todos en equipo las cosas salen mejor y se terminan antes (García, E. 2008).
- **Valoración del trabajo:** Al aportar su granito de arena comprenden mejor el esfuerzo y la importancia del trabajo de los demás (Ibíd.)

3.2.5.2. Relaciones Familiares en las mujeres trabajadoras, madres y amas de casa

En la familia; la mujer casada que trabaja se encuentra constantemente en un dilema, en cuanto a su misión de esposa y madre trabajadora, lo que le produce una preocupación y angustia constante por no poder cumplir fielmente con su misión, muchas veces debe dejar el hogar abandonado, esta situación trae como consecuencia una serie de desórdenes sociales, desintegración familiar, discusiones y conflictos con el esposo e hijos.

Las mujeres madres esperan que sus hijos, esposo ayuden y participen en la tarea de la casa, esto puede generar una línea de conflicto entre ellos, quienes no aceptan la

tipificación de los roles, además generan tensiones entre los mismos pues estos exigen paridad de las responsabilidades.

Las mujeres que esperan que la vida laboral y familiar pueden ser combinadas sin muchas compensaciones, están más propensas a sentir más frustración, se sienten más culpables por no ser capaces de manejar el equilibrio trabajo-familia; además, la frustración por el reparto de las tareas domésticas también podría desempeñar un papel en el aumento de los síntomas de depresión. Tienen mayores expectativas de imparcialidad, así que es lógico que se sientan más frustradas con la división de las tareas del hogar.

CAPÍTULO IV
DISEÑO METODOLÓGICO

IV. METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

4.1. TIPIFICACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN

El presente trabajo de investigación corresponde al *Área Clínica*, que es el campo que dirige su estudio al diagnóstico y tratamiento de problemas psicológicos, la conducta anormal y explicación de ciertas características de comportamiento en diferentes grupos de personas a través de diferentes instrumentos psicológicos, es así que de esta manera se pretende realizar un diagnóstico de las características psicológicas de mujeres que se desempeñan como trabajadoras, madres y amas de casa, es decir de su personalidad, autoestima, depresión, ansiedad y relaciones familiares.

La investigación es de tipo *Exploratorio* porque en nuestra ciudad se ha encontrado escasa bibliografía relacionada con esta temática y es por eso que se realiza esta investigación respecto a las características psicológicas de las mujeres que se desempeñan como trabajadoras madres y amas de casa de los barrios periurbanos de la ciudad de Tarija, como refiere Hernández, Fernández y Bautista (1991 pág. 58): *“Los estudios exploratorios se efectúan, normalmente cuando el objetivo es examinar un tema o problema de investigación poco estudiado o que no ha sido abordado antes. Es decir, cuando la revisión de la literatura reveló que únicamente guías no investigadas e ideas vagamente relacionadas con el problema de estudio.”*

Así también es de tipo *Diagnóstico-Descriptivo*, es de tipo diagnóstico por que se realizó una evaluación psicológica de las variables a estudiar mediante la implementación de una batería de test que será aplicada a la muestra de estudio y será descriptivo porque con los datos obtenidos, se brindará conceptos e información clara con respecto a la temática estudiada, puesto que: *“Los estudios descriptivos buscan especificar las propiedades importantes de personas, grupos o cualquier fenómeno que sea sometido a análisis”* (Salkind, N. 1997, pág. 82).

En nuestro caso se procederá a la realización de un diagnóstico y descripción de los rasgos de personalidad, nivel de autoestima, grado de depresión, de ansiedad y relaciones familiares de las mujeres que se desempeñan como trabajadoras, madres y amas de casa.

Por otro lado la investigación es *Transversal*, ya que se realizará la aplicación de la batería de los test seleccionados a la población en un corto periodo de tiempo y en el cual no se hará seguimiento o tratamiento alguno a ninguna de las personas que serán objeto de estudio de esta investigación., ya que su objetivo de este tipo de investigación es describir el estado del fenómeno estudiado en un momento determinado.

Asimismo la investigación es *Teórica*, ya que el propósito principal de la misma es la de aportar conocimiento e información para tener una visión más clara con respecto a las características psicológicas de las mujeres que se desempeñan como trabajadoras, madres y amas de casa.

Por último el enfoque que se utilizará para el tratamiento y análisis de los datos es el *Cuantitativo*, y que permite plasmar y expresar los datos obtenidos a través de los procesos estadísticos en forma de cuadros, gráficos, porcentajes acompañados de su correspondiente descripción de cada una de las variables.

4.2. POBLACIÓN Y MUESTRA

4.2.1. Población

La población del presente trabajo de investigación estuvo constituido por mujeres que se desempeñan como trabajadoras, madres y amas de casa que residan en los barrios periurbanos de la Provincia Cercado de la Ciudad de Tarija. Según datos obtenidos de acuerdo a la Federación de las juntas vecinales (FEDJUVE) las mujeres

pertenecientes a los Barrios periurbanos abarcan a un total de 2.129 mujeres que se desempeñan como trabajadoras, madres y amas de casa.

Entre las características de la población se encuentran mujeres que pertenecen a los barrios periurbanos donde sus condiciones de vida son deficientes por el bajo nivel de ingresos, por lo que requieren salir a trabajar fuera del hogar, trabajan en el PLANE (Federación Única de los Trabajadores Eventuales), horario que empieza desde las seis de la mañana hasta las dos de la tarde, en su mayoría llegan a sus casas y salen nuevamente a trabajar realizando trabajos como: lavanderas, cocineras. Son mujeres que tienen entre dos a cinco hijos, con estado civil casadas o concubinas.

Las variables de selección de la población serán mujeres:

- Que estén entre los 28 a 47 años de edad.
- Que sean madres
- Que sean amas de casa
- Que trabajen fuera del hogar.
- Que pertenezcan a los barrios periurbanos
- Que vivan con su pareja.

4.2.2. Muestra

La muestra estuvo conformada por 64 mujeres que se desempeñan como trabajadoras, madres y amas de casa en edades comprendidas entre 28 a 47 años de edad pertenecientes a los Barrios Periurbanos de la provincia Cercado de la ciudad de Tarija. Los mismos que representan el 3% de la población total, ya que al ser una trabajo de investigación de estudio exploratorio este porcentaje resulta representativo.

Tomando en cuenta las características de la investigación, el tipo de muestreo será *intencional*, este tipo de muestreo donde supone la selección de los elementos con base en criterios y juicios del investigador (Fidias G. 1999. Pág. 24). Por lo que el

investigador selecciona su muestra siguiendo algunos criterios identificados para los fines y propósitos de la investigación. Es por eso que se ha elegido este tipo de muestreo ya que es el más apropiado para este trabajo investigación que permite escoger cada uno de los elementos muestrales, es decir a cada una de las mujeres que se desempeñan como trabajadoras, madres y amas de casa que son objeto de estudio, excluyendo de esta selección a cualquier mujer que no cumpla con las variables de selección.

CUADRO N° 1 DISTRIBUCIÓN DE LA MUESTRA

Edad	Mujeres	Porcentaje
28 – 32	16	25
33– 37	16	25
38 – 42	16	25
43 – 47	16	25
Total	64	100%

Fuente: Muestreo intencional
Elaboración Propia

4.3. MÉTODOS, TÉCNICAS E INSTRUMENTOS

Para llevar adelante la presente investigación se utilizó los principales métodos técnicas e instrumentos:

Se utilizó el **método teórico**, ya que permitió “profundizar el conocimiento de las regularidades y cualidades esenciales de los fenómenos a estudiar, lo que nos posibilita la interpretación conceptual de los datos empíricos encontrados”. Lo que se pretende en este trabajo de investigación es conocer esos aspectos teóricos que nos permiten caracterizar a las mujeres que se desempeñan como trabajadoras, madres y amas de casa.

Entre las **técnicas** a utilizarse para la recolección de datos tenemos los cuestionarios, entrevistas e inventarios; técnicas que pueden ser ya sea estructurada o semiestructurada, que permite recopilar datos, que consisten en una serie de preguntas, escritas y orales.

Para tener mayor conocimiento de los **instrumentos** empleados, se procederá a la explicación de cada uno de ellos, haciendo referencia al nombre del instrumento, al autor, forma de aplicación, número de respuestas y rangos o escalas de calificación.

- **Inventario de personalidad de Raymond Catell:** El Inventario de Personalidad de 16 Factores de Personalidad (denominado en adelante con las siglas 16 P.F.). Sus creadores fueron Raymond B. Catell y Eber (1949) y su administración puede ser tanto individual como colectiva, que examina 16 factores bipolares de personalidad, cada factor cuenta con diferente número de preguntas y cada pregunta se puntúa con 1 o 2 de acuerdo a la respuesta, sumándose el total para establecer un tipo de factor bipolar, los factores son: Factor A: Sizotimia - Afectotimia, 10 preguntas; Factor B: Inteligencia Baja, Inteligencia Alta, 13 preguntas; Factor C: Poca o mucha fuerza del Yo, 13 preguntas; Factor E: Sumisión – Dominancia, 13 preguntas; Factor F: Desurgencia – Surgencia, 13 preguntas; Factor G: Poca o mucha fuerza del súper Yo, 10 preguntas; Factor H: Timidez - Audacia, 13 preguntas; Factor I: Dureza – Ternura, 10 preguntas; Factor L: Confiante – Suspica, 10 preguntas; Factor M: Practicidad – Imaginatividad, 13 preguntas; Factor N: Sencillez – astucia, 10 preguntas; Factor O: Imperturbable – Tendencia a la culpabilidad, 13 preguntas; Factor Q1: Tradicionalismo – radicalismo, 10 preguntas; Factor Q2: Adhesión al grupo – Autosuficiente, 10 preguntas; Factor Q3: Baja Integración – Mucho Control, 10 preguntas; Factor Q4: Poca tensión – Mucha tensión, 13 preguntas; haciendo un total 184 preguntas. El 16 P.F. se diseñó para ser aplicado a sujetos de 16 años en adelante. Es un cuestionario, que consta de 184

preguntas, cada una de ellas con tres opciones de respuesta según la preferencia del sujeto.

De acuerdo con las normas o baremos correspondientes, se transforman las puntuaciones directas en puntajes convertidos correspondientes y se determina el nivel respectivo: nivel bajo (puntaje 1, 2, 3) nivel medio (4, 5, 6) nivel alto (7, 8, 9).

Este instrumento nos permite dar respuesta al primer objetivo específico planteado en esta investigación que es “Determinar los rasgos de personalidad en mujeres que se desempeñan como trabajadoras, madres y amas de casa”.

- **Cuestionario de Autoestima 35-B:** Este instrumento fue adaptado en aspectos formales por De los Ríos, Jacqueline (1999); es un cuestionario que consta de 50 ítems, el cual evaluará el nivel de autoestima que presenta el individuo aplicado; cada una de sus preguntas presenta cuatro opciones de 0-3; donde 0 es falso, 1 es algo cierto, 2 creo que es cierto, 3 estoy convencido de que es cierto. Este cuestionario se aplica a personas de 12 años de edad en adelante. Para la corrección del test, se procede a la sumatoria de los puntajes obtenidos en las preguntas impares y luego de las preguntas pares por separado para después realizar una resta del impar con el par, con lo cual el número obtenido será contrastado con la tabla de baremo correspondiente para ver que si corresponde a alguno de los niveles de autoestima correspondiente que son los siguientes: óptima, excelente, muy buena, buena, regular, baja, deficiente, muy baja, extremadamente baja, nula.

Este instrumento proporciona datos para dar respuesta al segundo objetivo específico planteado en esta investigación que es “Identificar el nivel de autoestima en mujeres que se desempeñan como trabajadoras, madres y amas de casa.

- **Cuestionario de Ansiedad de Enrique Rojas** Es un cuestionario valorativo que tiene como objetivo determinar el nivel de ansiedad de la persona a la que se le administrará el mismo, está organizado en una estructura penta dimensional las mismas que son: Físicos, psíquicos, de conducta, intelectuales y asertivos; síntomas característicos de la ansiedad. Dentro de estos cinco grupos de síntomas existen tres apartados que son: *presencia del síntoma* (se subraya o se pone un círculo en el sí), *ausencia del síntoma* (se subraya o se pone un círculo en el no) y por último la intensidad que tiene una valoración del 1 a 4 (en el caso de que se haya subrayado el sí); 1: ligero, 2: mediana intensidad; 3: intenso, 4: muy intenso. Este cuestionario aporta un diagnóstico de ansiedad específica, es decir de cada uno de los síntomas, es decir: Síntomas físicos, síntomas psíquicos, síntomas de conducta, síntomas intelectuales y síntomas asertivos; como también de manera general. Puede ser aplicado de manera colectiva o individual. La escala de calificación es de: 0 – 20 Banda Normal; 20 – 30 Ansiedad Ligera; 30 – 40 Ansiedad Moderada; 40 – 50 Ansiedad Grave; 50 en adelante Ansiedad muy grave.

Este instrumento permite cumplir el tercer objetivo específico planteado en esta investigación que es “Identificar el nivel de ansiedad en mujeres que se desempeñan como trabajadoras, madres y amas de casa”.

- **Inventario de Depresión de Beck:** El inventario de Beck (Beck Depresión Inventory, BDI) (Beck y Cols, 1961) fue desarrollado inicialmente como una escala heteroaplicada de 21 ítems para evaluar la gravedad (intensidad sintomática) de la depresión, conteniendo cada ítems varias frases autoevaluativas que el entrevistador leía al paciente para que este seleccionase la que mejor se adapte a la situación. Sin embargo, con posterioridad su uso se ha generalizado como escala autoaplicada. Esta versión fue adaptada al castellano y validada por Conde y colaboradores (1975), y ha sido durante mucho tiempo la versión más conocida en nuestro medio. Es un cuestionario autoaplicado de 21 ítems tales

como: Tristeza, pesimismo, sensación de fracaso, insatisfacción, culpa, expectativa de castigo, autodesagrado, autoacusaciones, ideas suicidas, llanto, irritabilidad, separación social, indecisión, cambios en la imagen corporal, retardo laboral, insomnio, fatigabilidad, anorexia, pérdida de peso, preocupación somática y pérdida de la libido, cada una de ellas contempla 4 respuestas ordenadas de menor a mayor gravedad, que mide las actitudes y síntomas característicos de la depresión, de acuerdo al número de veces que se repiten las respuestas, que indica que mientras más respuestas negativas emita el examinado, más complejo es el cuadro depresivo. De los 21 ítems, 15 hacen referencia a síntomas psicológicos-cognitivos y los seis restantes a síntomas somáticos. Es un instrumento que puede ser aplicado de forma colectiva o individual, el individuo tienen que seleccionar cada ítem, la alternativa de respuesta que mejor refleje su situación durante el momento actual y la última semana.

- La puntuación total se obtiene sumando los valores de las frases seleccionadas, que van de 0 a 3. Los puntos de corte usualmente aceptable para graduar la intensidad / severidad son los siguientes: Ausente 0 – 9; Leve 10 – 18; Moderada 19 – 29; Grave 30 – 63.

Este instrumento ayuda a dar respuesta al cuarto objetivo específico planteado en esta investigación que es “Determinar el nivel de depresión en mujeres que se desempeñan como trabajadoras, madres y amas de casa”.

- **Cuestionario de relaciones familiares:** Es un instrumento de elaboración propia, constará de 7 preguntas que están orientadas para describir las relaciones familiares de las mujeres que se desempeñan como trabajadoras, madres y amas de casa, es decir la relación que tiene con cada uno de los miembros que forman parte de la familia. Está compuesta por una escala de: Si, Parcialmente y No. El tiempo de aplicación del presente cuestionario será de aproximadamente de 30 min.

Este instrumento permite lograr nuestro quinto objetivo específico que es “Describir las relaciones familiares en mujeres que se desempeñan como trabajadoras, madres y amas de casa”.

4.4. PROCEDIMIENTO

Para el desarrollo de la presente investigación se siguió las siguientes fases:

- **Primera Fase: Revisión bibliográfica;** en esta primera fase se realizó la búsqueda bibliográfica sobre todos los aspectos de la temática de estudio, en internet, textos y otras fuentes donde podremos obtener más información sobre la personalidad, autoestima, depresión, ansiedad y relaciones familiares en mujeres que se desempeñan como trabajadoras, madres y amas de casa.
- **Segunda Fase: Prueba Piloto;** en esta fase se realizó la aplicación de los instrumentos a una muestra piloto, para poder si los instrumentos, al ser aplicados son entendibles para la muestra de estudio, de lo contrario se procederá a la modificación de cada uno de ellos.
- **Tercera Fase: Selección de los Instrumentos;** se procedió a la preparación de los instrumentos para su posterior aplicación, para esta etapa se tomaron en cuenta los resultados y las modificaciones hechas en la prueba piloto con el objetivo de comprobar si los instrumentos eran adecuados a la población investigada.
- **Cuarta Fase: Selección de la muestra de estudio;** se procedió a la selección de cada una de las muestras objeto de estudio, que serán seleccionadas de acuerdo a las características que se muestran en el diseño metodológico de la presente investigación. Se procedió a establecer contacto con cada uno de las unidades muestrales, es decir con cada una de las mujeres que se desempeñan como trabajadoras, madres y amas de casa, para afianzar mayor confianza y tener resultados confiables.

- **Quinta Fase: Recojo de la información;** para la recolección de la información, se realizó mediante la aplicación de los distintos instrumentos preparados para esta investigación, tales como el Inventario de Personalidad 16 P.F. que brinda información acerca de los rasgos de personalidad de las mujeres que se desempeñan como trabajadoras, madres y amas de casa, el Cuestionario de Autoestima 35 – B, de ansiedad y depresión que brinda información acerca de los niveles de autoestima, ansiedad y depresión de las mujeres y por último el cuestionario de relaciones familiares el que aporta con información en cuanto a la convivencia, afectos, expresión de sentimientos, cooperación dentro del núcleo familiar donde se desenvuelve la mujer trabajadora, madre y ama de casa. Los instrumentos fueron aplicados durante la segunda semana del mes de abril y se finalizó en la segunda semana de julio.

La administración de estos instrumentos nos proporcionó información acerca de la temática de estudio, a fin de comprobar las hipótesis de la investigación.

- **Sexta Fase: Procesamiento de datos;** una vez obtenido los resultados se procedió a la sistematización de todos los datos obtenidos a través de los instrumentos empleados. Estos datos fueron tabulados en el Programa SPSS, con los que posteriormente se elaboraron los cuadros de frecuencias y gráficos, a partir de estos se hizo la interpretación de los resultados para poder aceptar o rechazar las hipótesis del trabajo de investigación.
- **Séptima Fase:** Por último se procedió a la redacción y presentación del informe final.

CAPÍTULO V
ANÁLISIS E
INTERPRETACIÓN DE
RESULTADOS

V. ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

A continuación, se presentan los datos obtenidos con respecto a la investigación realizada con las mujeres que se desempeñan como trabajadoras, madres y amas de casa en edades comprendidas entre 28 a 47 años.

Es importante mencionar que debido a la amplitud de los resultados se toman en cuenta a aquellos resultados sobresalientes, con el fin de brindar una mejor comprensión del análisis de cada variable.

En primer lugar se presentaran los datos de los aspectos psicológicos que están relacionados con las características que manifiestan las mujeres, empezando con los datos obtenidos del inventario de personalidad, el cual permitió recabar datos acerca de los rasgos de personalidad de las mujeres, su nivel de autoestima, ansiedad y depresión, ya que las responsabilidades dentro y fuera del hogar han demandado de la mujer las capacidades más especiales y un desgaste de energías físicas y mentales; es decir que la mujer ha hecho una inversión de sí misma, en términos de esfuerzo físico, mental y emocional.

Posteriormente, se presentan los datos obtenidos del cuestionario aplicado sobre relaciones familiares de las mujeres, tomando en cuenta de que este aspecto es muy importante, ya que las mujeres, al desempeñar varias tareas en sus diferentes roles, se ven afectadas a nivel psicológico, físico y también a nivel familiar.

Asimismo se presentan el análisis de las hipótesis planteadas, que con los resultados obtenidos se aceptan o se rechazan las mismas.

El análisis e interpretación de los datos, se encuentran estructurados de acuerdo a los objetivos específicos, los mismos que se detallan a continuación.

5.1. RASGOS DE PERSONALIDAD EN MUJERES QUE SE DESEMPEÑAN COMO TRABAJADORAS, MADRES Y AMAS DE CASA

Cattell afirma que la personalidad “permite predecir lo que hará una persona en una determinada situación. En el concepto de personalidad de Cattell se habla de rasgos, como una estructura mental que se obtiene de la observación coherente de un determinado comportamiento”

En la actualidad, las mujeres tienden a desempeñar múltiples roles, tareas, responsabilidades, tanto en unas como en otras puede tener un efecto negativo o positivo en su personalidad.

En el siguiente cuadro y gráfica se presentan los resultados obtenidos, que proporciona mayor claridad de los rasgos sobresalientes de la personalidad de las mujeres, permitiendo dar cumplimiento al primer objetivo específico que dice: ***“Determinar los Rasgos de Personalidad en mujeres que se desempeñan como trabajadoras, madres y amas de casa”***, se presentan los siguientes resultados:

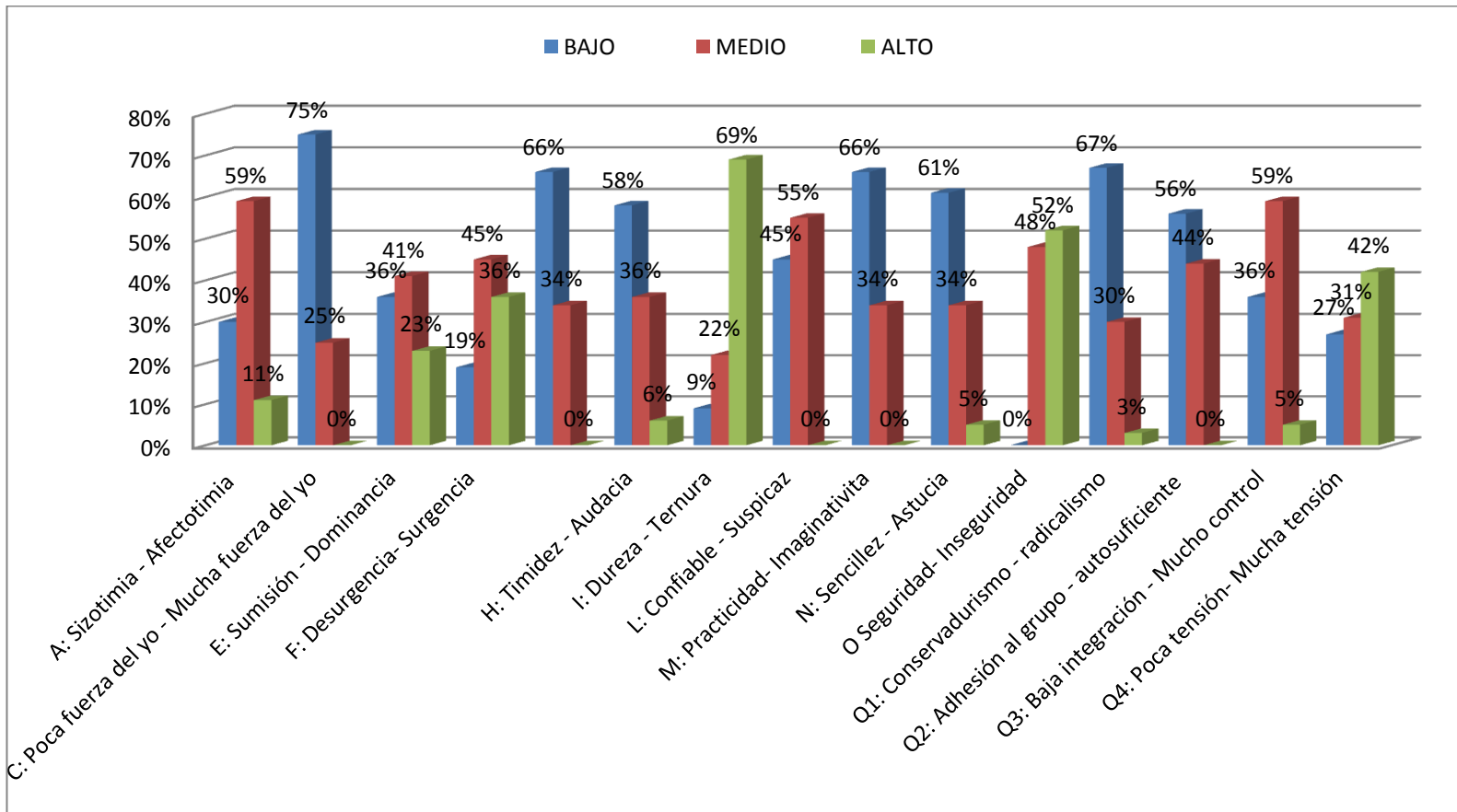
CUADRO N° 2
RASGOS DE PERSONALIDAD EN MUJERES QUE SE DESEMPEÑAN
COMO TRABAJADORAS, MADRES Y AMAS DE CASA

Factores de personalidad	Bajos		Medios		Altos		Total	
	F	%	F	%	F	%	F	%
A: Sizotimia - Afectotimia	19	30%	38	59%	7	11%	64	100%
C: Poca fuerza del yo - Mucha fuerza del yo	48	75%	16	25%	0	0%	64	100%
E: Sumisión - Dominancia	23	36%	26	41%	15	23%	64	100%
F: Desurgencia- Surgencia	12	19%	29	45%	23	36%	64	100%
G:Poca fuerza del superyó - Fuerza del superyó	42	66%	22	34%	0	0%	64	100%
H: Timidez - Audacia	37	58%	23	36%	4	6%	64	100%
I: Dureza - Ternura	6	9%	14	22%	44	69%	64	100%
L: Confiable - Suspica	29	45%	35	55%	0	0%	64	100%
M: Practicidad- Imaginativita	42	66%	22	34%	0	0%	64	100%
N: Sencillez - Astucia	39	61%	22	34%	3	5%	64	100%
O Seguridad- Inseguridad	0	0%	31	48%	33	52%	64	100%
Q1: Conservadurismo - radicalismo	43	67%	19	30%	2	3%	64	100%
Q2: Adhesión al grupo - autosuficiente	36	56%	28	44%	0	0%	64	100%
Q3: Baja integración - Mucho control	23	36%	38	59%	3	5%	64	100%
Q4: Poca tensión- Mucha tensión	17	27%	20	31%	27	42%	64	100%

Fuente: Inventario de Personalidad 16 P.F.

Elaboración: propia

GRAFICA N° 1
RASGOS DE PERSONALIDAD EN MUJERES QUE SE DESEMPEÑAN COMO TRABAJADORAS, MADRES
Y AMAS DE CASA



Fuente: Rasgos de personalidad 16 P.F.

Elaboración: Propia

Los rasgos más sobresalientes que arrojó con la aplicación de inventario de personalidad 16 PF son las siguientes:

En primer lugar, en el factor C con un 75%, rasgo que está caracterizada por la “poca fuerza del yo”, lo que indica de que las mujeres que se desempeñan como trabajadoras, madres y amas de casa, tienen tendencia de ser emocionalmente inmaduras e impulsivas, débiles para tolerar las frustraciones, rehúyen a la toma de decisiones y fácilmente se enojan con las cosas. Se puede deducir que está vinculado con el nivel de autoestima que presenta la mujer, ya que las características descritas, son típicas de una autoestima baja.

Otro porcentaje significativo que corresponde al Q1 como característica aparece el “conservadurismo”, con un 67%, vale decir describen a las mujeres como tradicionalistas, no les gusta las situaciones nuevas y se oponen a cualquier cambio.

Así mismo es importante tomar en cuenta otro de los porcentajes que responde a la hipótesis planteada en la investigación, pertenece al factor N, que es la “sencillez” con un 61% lo que figura que tienen tendencia a ser demasiadas sencillas, son ingenuas y a veces rudo y vulgar.

Dentro de los puntajes altos tenemos al factor I con un 69%, que corresponde al rasgo de “emocional-ternura” lo que indica que las mujeres que se desempeñan como trabajadoras, madres y amas de casa son algunas veces algo exigentes y poco prácticas, se angustian fácilmente, así también tienen la tendencia de ser muy tiernas. Este resultado se corrobora con el autor Kaplan (1986, pág. 786), quien descubrió que la personalidad femenina se caracteriza por la pasividad, puesto que pone mayor atención a los demás y tiende al sacrificio.

Muchas de las mujeres, especialmente en su rol como madre tienen un papel de madres sonrientes, generosas, pacientes, tolerantes y afectuosas, pero ocultan el agotamiento físico y psíquico que conlleva el cuidado de los hijos, la atención de sus

demandas, lo que le provoca muchas veces inseguridad, irritabilidad, impulsividad y debilidad para tolerar sus frustraciones causadas por su trabajo dentro y fuera del hogar.

Entre otro factor se encuentra con un 52% que pertenece al factor 0, lo que indica que las mujeres que trabajan dentro y fuera del hogar, se caracterizan por ser inseguras, se preocupan fácilmente, inclinado a tener sentimientos de ansiedad. Por último con el 42% que corresponde al factor Q4, que describe a las mujeres con una tendencia mínima, presentando síntomas como irritabilidad, impaciencia, fatigabilidad típicos de la ansiedad. Hay ciertos rasgos de personalidad que predisponen a la mujer a padecer problemas de ansiedad, estrés y depresión, sobre todo cuando no tiene la capacidad de hacer compatibles los roles que desempeña.

Estos rasgos de personalidad presentes en las mujeres que se desempeñan como trabajadoras, madres y amas de casa, pueden deberse a las múltiples tareas que realiza dentro y fuera del hogar, por lo tanto le permiten desarrollar nuevos comportamientos que le predisponen a actuar de una determinada manera, ya sea por la preocupación que le implica no estar el tiempo suficiente con su familia o por carga de responsabilidades que involucra trabajar dentro y fuera del hogar.

Para finalizar, a manera de conclusión es posible indicar que las mujeres presentan rasgos de personalidad caracterizadas por ser débiles para tolerar las frustraciones, le rehúye a la toma de decisiones, de nervios fatigados, generalmente son insatisfechas, inseguras de sí mismas, poco prácticas, ansiosas pero a la vez tiernas, sencillas.

5.2. NIVEL DE AUTOESTIMA EN MUJERES QUE SE DESEMPEÑAN COMO TRABAJADORAS, MADRES Y AMAS DE CASA

Tener una buena autoestima, es muy importante para poder desenvolverse dentro del entorno. La autoestima puede definirse como el sentimiento de aceptación y aprecio

hacia uno mismo. Se habla de autoestima en la mujer, refiriendo al grado en que una persona se siente amada, valiosa y competente, con una actitud de aceptación, respeto de sí mismo en las diferentes formas de pensar, amar, sentir y comportarse.

El desarrollo de la autoestima en la mujer es una cualidad necesaria para su desarrollo como ser humano, para que la haga digna, merecedora, inteligente, responsable, consciente e íntegra; mientras más desarrollen su autoestima las mujeres, ésta se reflejará en su calidad de vida, lo cual repercutirá en la de su familia y los que la rodean.

El siguiente cuadro y gráfica muestra los resultados referidos al segundo objetivo que es *“Identificar en nivel de Autoestima en mujeres que se desempeñan como trabajadoras, madres y amas de casa”*.

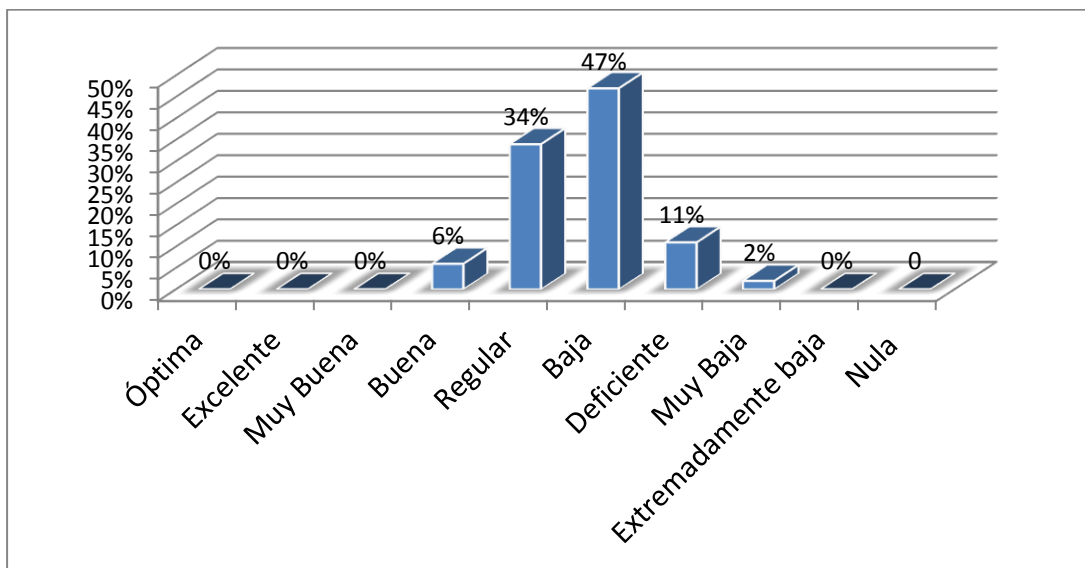
CUADRO N° 3
NIVEL DE AUTOESTIMA EN LAS MUJERES QUE SE DESEMPEÑAN
COMO TRABAJADORAS, MADRES Y AMAS DE CASA

Categoría	Frecuencia	Porcentaje
Óptima	-	-
Excelente	-	-
Muy Buena	-	-
Buena	4	6%
Regular	22	34%
Baja	30	47%
Deficiente	7	11%
Muy Baja	1	2%
Extremadamente baja	-	-
Nula	-	-
Total	64	100%

Fuente: Autoestima 35-B

Elaboración: Propia

GRÁFICA N° 2
NIVEL DE AUTOESTIMA EN LAS MUJERES QUE SE DESEMPEÑAN
COMO TRABAJADORAS, MADRES Y AMAS DE CASA



Fuente: Cuestionario 35-B: Nivel de la Autoestima

Elaboración: Propia

En la Cuadro N° 3 se puede observar que el 47% de las mujeres que se desempeñan como trabajadoras, madres y amas de casa, tienen una autoestima baja, es decir que ellas se sienten inseguras de sí misma, por lo tanto no confían en sus capacidades y en sus decisiones. En teoría, según Concepción, J. (2005: 35) *“las mujeres que poseen una autoestima baja, ofrecen un cuadro desalentador, se sienten aisladas, indignas de amor, incapaces de expresarse o defenderse, demasiado débiles para afrontar sus deficiencias, pasivas, constantemente preocupadas, susceptibles a las críticas, sienten que se ahogan en sus propios problemas, falta de confianza, sentimientos de inseguridad e inferioridad y culpabilidad, manifestándose con una actitud de tristeza, depresión, renuncia y aparente abnegación, o bien, con actitudes de ansiedad y miedo; esto puede provocar en ellas un desequilibrio en su estado psicológico”*

Asimismo tomando en cuenta los resultados de los rasgos de personalidad se comprueba que coinciden con las características que presentan las mujeres que se desempeñan como trabajadoras, madres y amas de casa con baja autoestima, vale decir que son personas débiles para tolerar las frustraciones, le rehúyen a la toma de decisiones, de nervios fatigados, generalmente son insatisfechas, inseguras de sí mismas, algunas veces exigentes pero poco prácticas, ansiosas.

Cuando la mujer trabaja fuera de la casa su situación se complica, porque tiene que cumplir con el trabajo, sin descuidar sus otras obligaciones y muchas veces esto le resulta imposible, al no tener en claro si las decisiones tomadas con respecto al tiempo que le dedica a su familia (especialmente a sus hijos), a las labores domésticas y al trabajo fuera del hogar son las adecuadas, por lo tanto entra en un estado de desesperación, sintiéndose insegura de si misma, desconfiada, insatisfecha y con constantes preocupaciones.

Por otro lado un porcentaje mínimo donde indica que las mujeres tienen una autoestima buena con un 6%, lo que vale decir que son mujeres seguras de sí mismas, tienen la capacidad de tomar las decisiones e incluso autorealizadas. La teoría menciona que cuando las mujeres tienen un buen nivel de autoestima tiende a tratar bien a los demás y a exigir que la traten bien a ella. (Brandem, N. 2010, pág. 18). Así mismo las mujeres que se desempeñan como trabajadoras, madres y amas de casa tienen la capacidad de sobrellevar las carga que implica el trabajo dentro y fuera del hogar, buscan estrategias y nuevas formas de poder dar solución a sus problemas y estar en contacto con su familia de manera constante.

Cuanto más sólida sea la autoestima de la mujer, mejor equipadas estarán para enfrentarse a los problemas que surgen en el trabajo o en la vida personal, con más rapidez podrán recuperarse de una caída y más energías tendrán para empezar de nuevo. Los contratiempos no detendrán a las mujeres que tengan más confianza en sí mismas.

CUADRO N° 4

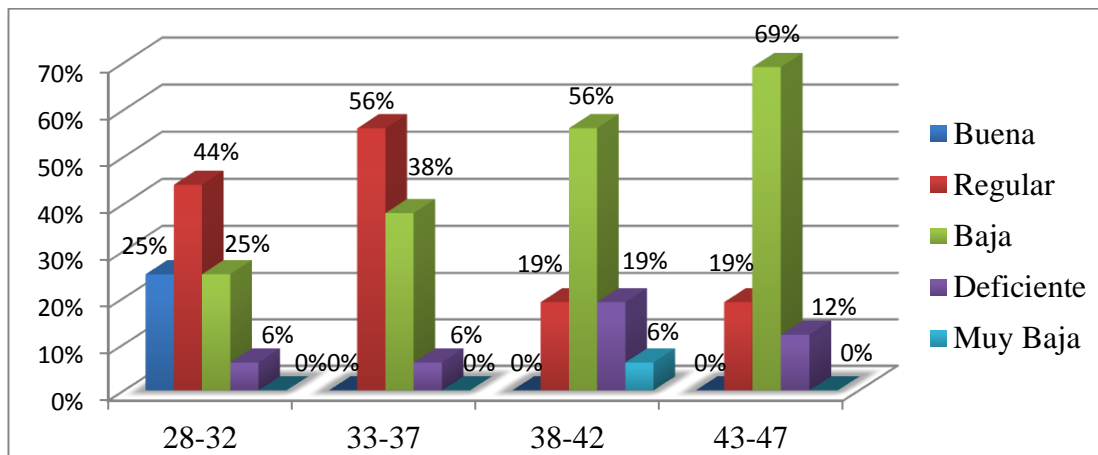
NIVEL DE AUTOESTIMA EN LAS MUJERES QUE SE DESEMPEÑAN COMO TRABAJADORAS, MADRES Y AMAS DE CASA SEGÚN EDAD

Categorías	Edad								Total	
	28-32		33-37		38-42		43-47			
	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%
Óptima	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Excelente	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Muy Buena	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Buena	4	25%	0	0%	0	0%	0	0%	4	6%
Regular	7	44%	9	56%	3	19%	3	19%	22	34%
Baja	4	25%	6	38%	9	56%	11	69%	30	47%
Deficiente	1	6%	1	6%	3	19%	2	12%	7	11%
Muy Baja	0	0%	0	0%	1	6%	0	0%	1	2%
Extremadamente baja	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Nula	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Total	16	100%	16	100%	16	100%	16	100%	64	100

Elaboración: Propia

GRÁFICA N° 3

NIVEL DE AUTOESTIMA EN LAS MUJERES QUE SE DESEMPEÑAN COMO TRABAJADORAS, MADRES Y AMAS DE CASA SEGÚN EDAD



Elaboración: Propia

En la Cuadro N° 4 se observa que un 44% de las mujeres que se encuentran entre las edad de 28 a 32 años presentan una autoestima regular, es decir que son personas inseguras de sí mismas, desconfiadas y no tienen la capacidad de tomar decisiones.

Estas mujeres tienen problemas en hacer compatibles sus roles, lo que no les permite que su estado emocional y familiar no se vea afectada. Estas características no son permanentes, sino temporales dependiendo de la situación o conflictos presentes en su vida.

Entre otros datos, un 56% de las mujeres que se encuentran entre las edades 33 – 37 años de edad presentan una autoestima regular, un 56% de las mujeres ubicadas entre las edades 38- 42 presentan una autoestima baja y se caracterizan por ser inseguras, desconfiadas, aisladas, susceptibles a las críticas.

Y por último 69% de las mujeres que se desempeñan como trabajadoras, madres y amas de casa, comprendidas entre las edad de 43 a 47 años de edad presentan un nivel autoestima baja, es decir que son persona inseguras de sí mismas, tienen dificultad para tomar decisiones, desconfiadas. Las mujeres que se desempeñan como trabajadoras, madres y amas de casa que tienen una edad mayor son propensas a tener baja autoestima. Según Gonzales Arrantía (1996, pág. 36) entre los 20 y 60 años la autoestima de la mujer puede variar debido al grado de éxito o fracaso en el trabajo, la adaptación al matrimonio, la maternidad, el grado éxito o de fracaso en el matrimonio, el divorcio, la evolución de las capacidades físicas, el estatus socioeconómico, la cultura, los papeles desempeñados en la sociedad. Encontró que a medida que la edad aumenta, la autoestima tiende a descender, a mayor edad, menor autoestima atribuyendo este hallazgo a la disminución de capacidades en diferentes áreas: social, familiar y laboral.

Con estos resultados, se infiere que las mujeres se caracterizan por estar preocupadas, susceptibles a las críticas, sienten que se ahogan en sus propios problemas, falta de confianza, sentimientos de inseguridad e inferioridad lo que hace

que el crecimiento psicológico se vea perturbado y le impida autorrealizarse como persona. Siguen la tendencia que a mayor edad, mayor tendencia a presentar una baja autoestima.

5.3. NIVEL DE ANSIEDAD EN MUJERES QUE SE DESEMPEÑAN COMO TRABAJADORAS, MADRES Y AMAS DE CASA

La ansiedad es una sutil enemiga que persigue constantemente a la mujer. Ellas son la población más sensible y pueden ser dominadas por la ansiedad.

Todo el mundo experimenta miedo y todo en algún momento sentimos ansiedad. El miedo es una respuesta emocional, fisiológica y del comportamiento que surge frente a una amenaza externa. En cambio la ansiedad es un estado emocional desagradable que tiene una causa menos clara y a menudo se acompaña de cambios fisiológicos, psicológicos, conductuales. La ansiedad es una respuesta al estrés que se experimenta cuando se enfrenta situaciones de estrés. La ansiedad indica presencia de un conflicto o impotencia para confrontarlo.

Según Rojas (2000, pág. 20) la ansiedad es un “Estado subjetivo de temor que se caracteriza por un sentimiento de alerta de estar en guardia, que se vive como anticipación de lo peor.

Cuando las mujeres suelen padecer ansiedad, suelen sentir irritaciones, frustraciones, cansancio, preocupaciones que puede provocar problemas posteriores en su desarrollo psicoafectivo y social.

Se evidencian los resultados del nivel de ansiedad en las mujeres que se desempeñan como trabajadoras, madres y amas de casa, para dar cumplimiento con el tercer objetivo que es ***“Identificar en nivel de Ansiedad en mujeres que se desempeñan como trabajadoras, madres y amas de casa”***

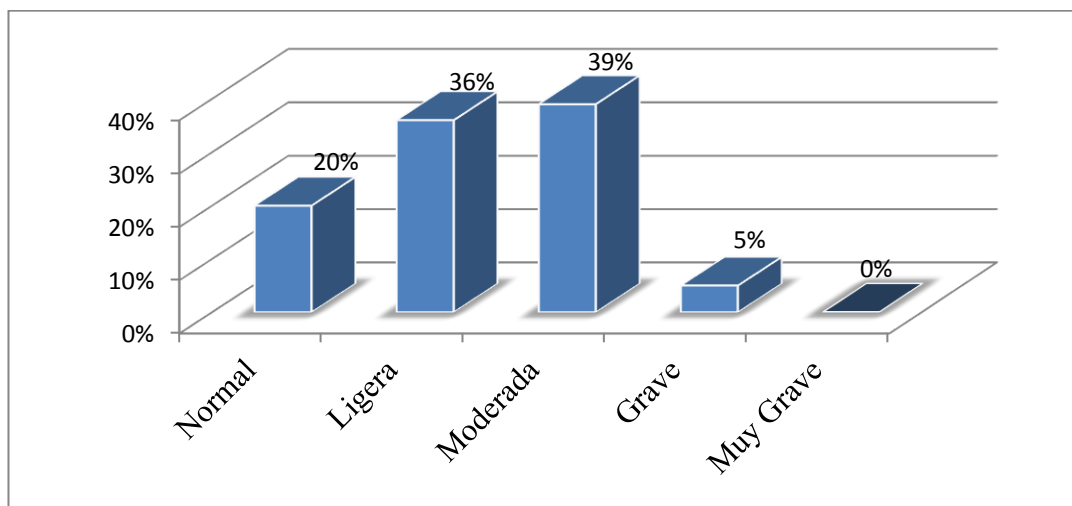
CUADRO N° 5
NIVEL DE ANSIEDAD EN LAS MUJERES QUE SE DESEMPEÑAN COMO
TRABAJADORAS, MADRES Y AMAS DE CASA

Categoría	Frecuencia	Porcentaje
Normal	13	20%
Ligera	23	36%
Moderada	25	39%
Grave	3	5%
Muy Grave	0	0%
Total	64	100%

Fuente: Cuestionario de Ansiedad de Rojas

Elaboración: Propia

GRÁFICA N° 4
NIVEL DE ANSIEDAD EN LAS MUJERES QUE SE DESEMPEÑAN COMO
TRABAJADORAS, MADRES Y AMAS DE CASA



Fuente: Cuestionario de Ansiedad de Rojas

Elaboración: propia

Según los datos observados tanto en Cuadro N° 5 y en la Gráfica N° 4, llega a los siguientes resultados:

Un 39% indica que las mujeres que se desempeñan como trabajadoras, madres y amas de casa presentan un nivel de ansiedad moderada, por lo que pueden experimentar periodos de ansiedad, esto se sustenta mediante la teoría según Hormachea, D. (2008, pág. 31) quien asevera que *“La constante ansiedad nos hacen sentir impotentes, desesperados por lo que nos irritamos y lloramos con más facilidad, debido a esa preocupación permanente muchas personas sienten un estado de turbación constante, no pueden dormir, no pueden comer bien y el poco alimento que logran consumir no pueden digerirlo”*.

La entrevista realizada a las mujeres ponen de manifiesto que *“El no estar en mi casa y no saber que están haciendo mis hijos me preocupa, y me desconcentra en mi trabajo”*; *“ya no tengo las energías suficientes que tenía antes para trabajar”*; *“constantemente me enoja con mis hijos, porque no hicieron nada en el casa, ni sus tareas”*. Se puede señalar una infinidad de síntomas que presentan las mujeres, pero eso lo detallaremos más adelante en el cuadro de los síntomas de ansiedad.

Por otro lado, un 20% que presenta una ansiedad normal, lo que indica que las mujeres presentan limitados periodos de ansiedad, sólo cuando están pasando por situaciones difíciles, ya que la ansiedad no es estática, si no que va cambiando de persona a persona dependiente de su personalidad, autoestima y estado de ánimo.

Las mujeres desempeñan múltiples roles dentro y fuera del hogar; estas responsabilidades han demandado de la mujer las capacidades muy especiales y un desgaste de energías físicas y mentales comparables con las tareas llevadas a cabo por cualquier trabajador masculino. Cualquier mujer en cualquier tiempo ha hecho una inversión de sí misma, en términos de Esfuerzo físico, mental y emocional.

CUADRO N° 6

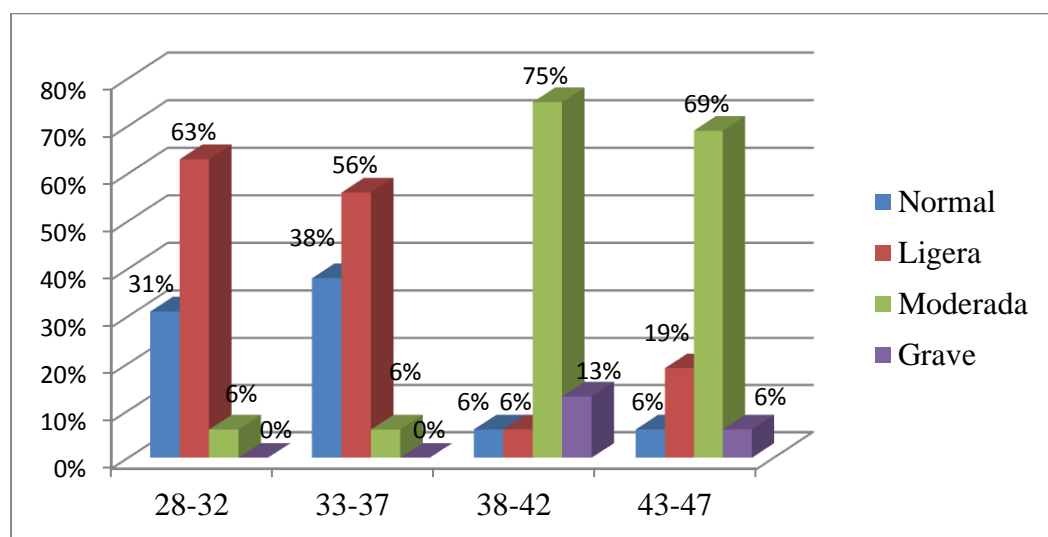
NIVEL EN ANSIEDAD DE LAS MUJERES QUE SE DESEMPEÑAN COMO TRABAJADORAS, MADRES Y AMAS DE CASA SEGÚN EDAD

Categorías	Edad								Total	
	28-32		33-37		38-42		43-47			
	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%
Normal	5	31%	6	38%	1	6%	1	6%	13	20%
Ligera	10	63%	9	56%	1	6%	3	19%	23	36%
Moderada	1	6%	1	6%	12	75%	11	69%	25	39%
Grave	0	0%	0	0%	2	13%	1	6%	3	5%
Muy Grave	-	-	-	-	-	-	-	-	0	0%
Total	16	100%	16	100%	16	100%	16	100%	64	100%

Elaboración: Propia

GRÁFICA N° 5

NIVEL EN ANSIEDAD DE LAS MUJERES QUE SE DESEMPEÑAN COMO TRABAJADORAS, MADRES Y AMAS DE CASA SEGÚN EDAD



Elaboración: Propia

Según estos datos se observan que un 75% de las mujeres que se desempeñan como trabajadoras, madres y amas de casa ubicadas dentro de las edades de 38 – 42, así mismo un 69% de las mujeres dentro de las edades de 43 a 47 años de edad presentan un nivel de ansiedad moderada; se caracterizan por presentar un desequilibrio fisiológico, somático y psicológico. Molina T. (2007, pág. 15); indica que “A partir de los 30 es la etapa más productiva de la vida en la que las mujeres más nos sobrecargamos, es cuando la mujer se incorpora al empleo, forma su pareja, es madre, y llega un momento que sobre nuestras espaldas nos echamos demasiadas responsabilidades. Es una etapa realmente difícil, cuando la mujer sale de casa para trabajar, sobre sí sigue llevando el peso de la familia y del hogar”.

Entre otros datos un 63% de las mujeres que están en las edades comprendidas entre 28 a 32 años y un 56% ubicada entre los 33-37 años de edad; ambos grupos presentan un nivel de ansiedad ligera, por lo que presentan un menor nivel de ansiedad lo que no les impide continuar con su vida de manera satisfactoria.

Con los datos obtenidos es posible concluir que a mayor edad mayor tendencia hay que la mujer que se desempeñe como trabajadora, madres y ama de casa presente mayor nivel de ansiedad.

CUADRO N° 7

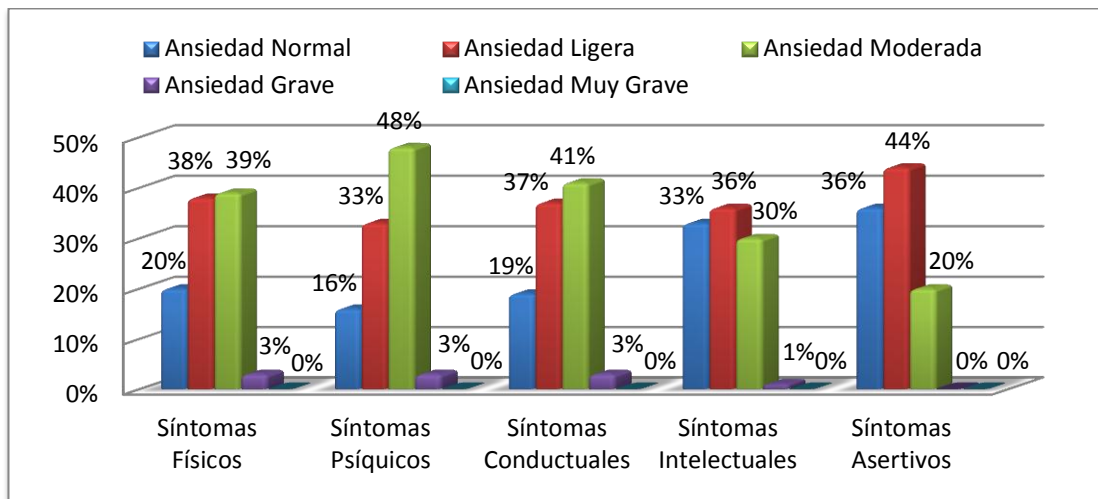
SÍNTOMAS DE ANSIEDAD EN LAS MUJERES QUE SE DESEMPEÑAN COMO TRABAJADORAS, MADRES Y AMAS DE CASA

Síntomas	Síntomas Físicos		Síntomas Psíquicos		Síntomas Conductuales		Síntomas Intelectuales		Síntomas Asertivos	
	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%
Normal	13	20%	10	16%	12	19%	21	33%	23	36%
Ligera	24	38%	21	33%	24	37%	23	36%	28	44%
Moderada	25	39%	31	48%	26	41%	19	30%	13	20%
Grave	2	3%	2	3%	2	3%	1	1%	0	0%
Muy Grave	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%
Total	64	100%	64	100%	64	100%	64	100%	64	100%

Fuente: Cuestionario de ansiedad de Rojas: síntomas de la ansiedad

Elaboración: Propi

GRÁFICA N° 6
SÍNTOMAS DE ANSIEDAD EN LAS MUJERES QUE SE DESEMPEÑAN
COMO TRABAJADORAS, MADRES Y AMAS DE CASA



Fuente: Cuestionario de ansiedad de Rojas: síntomas de la ansiedad

Elaboración: Propia

En el cuadro N° 7 y Gráfica N° 6, se puede observar cada uno de los síntomas en la evaluación del nivel de ansiedad en las personas que se desempeñan como trabajadoras, madres y amas de casa, en este sentido se analizan los síntomas a nivel físico, psíquico, conductuales, intelectuales y asertivos.

En tal sentido, los datos sugieren que entre los **síntomas físicos**, se puede determinar que el 39% de las mujeres tienen una ansiedad moderada, es decir que presentan síntomas tales como: palpitaciones, le tiemblan las manos y los pies, suda mucho, se le seca la boca, le cuesta quedarse dormido en la noches, pasa temporadas sin apetito y tiene menor interés por la sexualidad, síntomas que se presentaron con una intensidad mediana y alta. Mientras que un 38% tienen una ansiedad ligera. Con la entrevista realizada algunas mujeres indicaron presentar problemas somáticos, como gastritis, vesícula, enfermedades típicas por la preocupación e irritabilidad y de una alimentación inadecuada, esto puede deberse a las responsabilidades que le conlleva trabajar dentro y fuera del hogar, que pueden darse por la constante preocupación,

muchas mujeres sienten un estado de turbación, no pueden dormir, no pueden comer bien y el poco alimento que logran consumir no pueden digerirlo, asimismo la irritabilidad que las mueve a reaccionar mal frente a los conflictos normales de la vida familiar. Al irritarse con facilidad, las personas hieren, atacan, maltratan, ignoran o se despreocupan de las personas que dicen amar y de ellas mismas.

Entre los **síntomas psíquicos** un porcentaje de 48% corresponde a un nivel de ansiedad moderada, lo que indica que las mujeres presentan síntomas tales como; nerviosidad, inseguridad de sí mismas, sentimientos de inferioridad, triste, melancólica, cansadas, desconfiadas y tiene dificultad para tomar decisiones, estos síntomas tienen una intensidad mediana y alta. Los datos obtenidos se puede corroborar con los resultados arrojados de los rasgos de personalidad y del nivel de autoestima, lo que indica que las mujeres que se desempeñan como trabajadoras, madres y amas de casa se caracterizan por ser emocionalmente inmaduras, impulsivas, débiles para tolerar las frustraciones, rehúyen a la toma de decisiones, de nervios fatigados, generalmente son insatisfechas, inseguras de sí mismas, algunas veces exigentes pero poco prácticas, ansiosas, susceptibles a las críticas, sienten que se ahogan en sus propios problemas, falta de confianza, sentimientos de inseguridad e inferioridad. Un 45% presentan síntomas **conductuales**, es decir que las mujeres presentan síntomas de irritabilidad, preocupación e inexpresividad.

Por último, dentro del un nivel de ansiedad ligera se encuentran mujeres que presentan **síntomas intelectuales** (36%) y **síntomas asertivos** (44%). Lo que indica que tienen dificultades para concentrarse, pensamiento de los que no se puede librar, les cuesta hablar en público, pero estos síntomas se presentan con una intensidad ligera.

Según Hormachea, D (2008, pág. 25) *“La ansiedad por atender a la familia y convertirse en la única sustentadora de su marido e hijos, hace que la mujer se desenfoque y se olvide que ella, no sólo debe preocuparse sabiamente de los demás,*

sino también de ella y recordar que no sólo es cuerpo lo que se debe proteger, sino que también hay emociones que cuidar y espíritu que alimentar.”

Para finalizar se concluye que las mujeres que se desempeñan como trabajadoras, madres y amas de casa, tienen la tendencia de presentar ansiedad moderada y ligera por lo que experimentan periodos de ansiedad que le impide tener una vida normal. Los síntomas más frecuentes que las mujeres presentan son los psíquicos, caracterizado por sentimientos de inseguridad, dificultad para tomar decisiones; también síntomas físicos debidos al cansancio que implican sus tareas como trabajadora, madre y ama de casa.

Aunque muchas mujeres dan una imagen de ser personas realizadas y sin duda muchas lo experimentan, también muchas se sienten tristes por estar tantas horas lejos de sus hijos. Cuando ella sale del hogar para trabajar, se agrega un mundo de tensiones que le producen impotencia y por lo tanto frustración; sobre todo ansiedad.

5.4. NIVEL DE DEPRESIÓN EN MUJERES QUE SE DESEMPEÑAN COMO TRABAJADORAS, MADRES Y AMAS DE CASA

Al hablar de Depresión se hace referencia a un trastorno del estado de ánimo más frecuente en el género femenino que en el masculino, con una relación de dos a uno (Elliot, 2001: 163). Caracterizada por un estado de melancolía, tristeza o desesperación. La intensidad y la duración de este estado dependen de la personalidad, de los factores que desencadenan el proceso y de la situación actual de la vida del individuo.

Como en los anteriores objetivos se van a presentar de forma clara y ordenada los resultados del nivel de depresión de las mujeres, asimismo se realizará un cruce de variables del nivel de depresión con respecto a la edad, para poder enriquecer el trabajo de investigación.

El objetivo de esta variable es el siguiente: *“Determinar el nivel de depresión en las mujeres que se desempeñan como trabajadoras, madres y amas de casa.”*

CUADRO N° 8

NIVEL DE DEPRESIÓN EN LAS MUJERES QUE SE DESEMPEÑAN COMO TRABAJADORAS, MADRES Y AMAS DE CASA

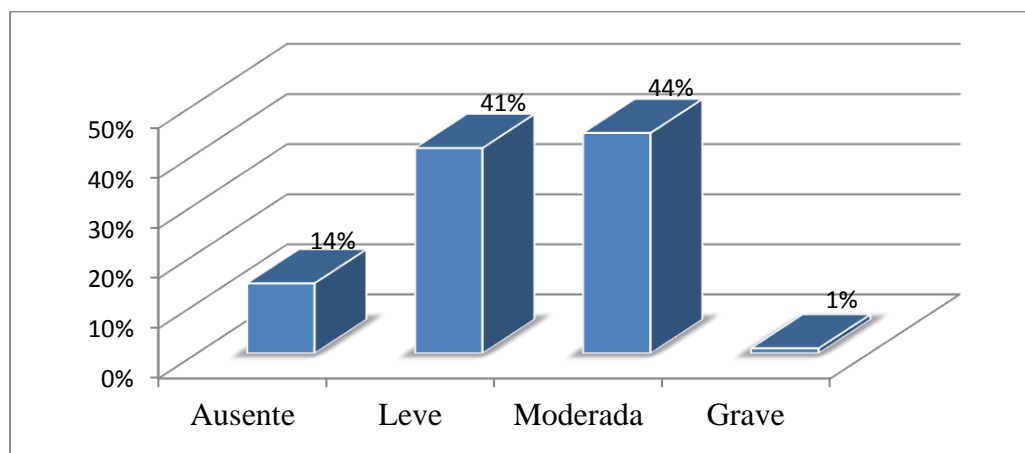
Categoría	Frecuencia	Porcentaje
Ausente	7	14%
Leve	27	41%
Moderada	29	44%
Grave	1	1%
Total	64	100%

Fuente: Inventario de Depresión de Beck

Elaboración: Propia

GRÁFICA N° 7

NIVEL DE DEPRESIÓN EN LAS MUJERES QUE SE DESEMPEÑAN COMO TRABAJADORAS, MADRES Y AMAS DE CASA



Elaboración: Propia

En el Cuadro N° 8 y Gráfica N° 7, se observa que el 44% de la mujeres que se desempeñan como trabajadoras, madres y amas de casa presentan una depresión moderada, por lo que su estado de ánimo es inestable, presentando periodos de depresión, caracterizadas por ser pesimistas, triste, insatisfacción, culpa, episodios de llanto, irritabilidad, indecisión, enlentecimiento, insomnio, fatiga y preocupaciones somáticas.

Un 41 % tienen una depresión leve, presentando las características ya mencionadas pero con una intensidad mínima y por último 14% no presenta depresión. Según Hormachea, D. (2008, pág. 7) *“Toda mujer tiene preocupaciones, pero cuando la mujer determina involucrarse en más actividades y adquirir más compromisos que los que pueden cumplir responsablemente, vive tensionada en un mundo deprimente. Cuando decide sobrecargarse, no solo pierde el enfoque sino que además se destruye lentamente y hiere a otros constantemente”*.

Así también Yalom I. D. (1999, pág. 45), refiere que *“La mujer actual desempeña diferentes roles, lo cual puede afectar su comportamiento provocando cambios en su estado de ánimo, que en ocasiones la lleva a la depresión”*. Este conflicto entre la duplicación de roles; el trabajar y las labores familiares provocan en las mujeres doble esfuerzo, ocasionando que no puedan rendir al 100% en ambos sitios y precipita en ella la depresión (Greenglass, 1995, pág. 227).

Muchas mujeres enfrentan el estrés adicional del trabajo y de las responsabilidades del hogar, cuidado de los hijos y padres ancianos, maltrato, pobreza, y tensiones de las relaciones. Aún no está claro por qué algunas mujeres que enfrentan desafíos inmensos padecen de depresión, mientras que otras con desafíos similares no la padecen (Instituto Nacional de la Salud, 2009 pág. 7)

Es muy difícil ser madre y además cumplir con todas las obligaciones de una ama de casa, pero es más difícil si la mujer trabaja fuera de su hogar. Para poder enfrentar la

vida sin vivir contantemente deprimida y estresada, debe actuar con sabiduría, organizar la ayuda del resto de la familia y llevar una vida ordenada.

CUADRO N° 9

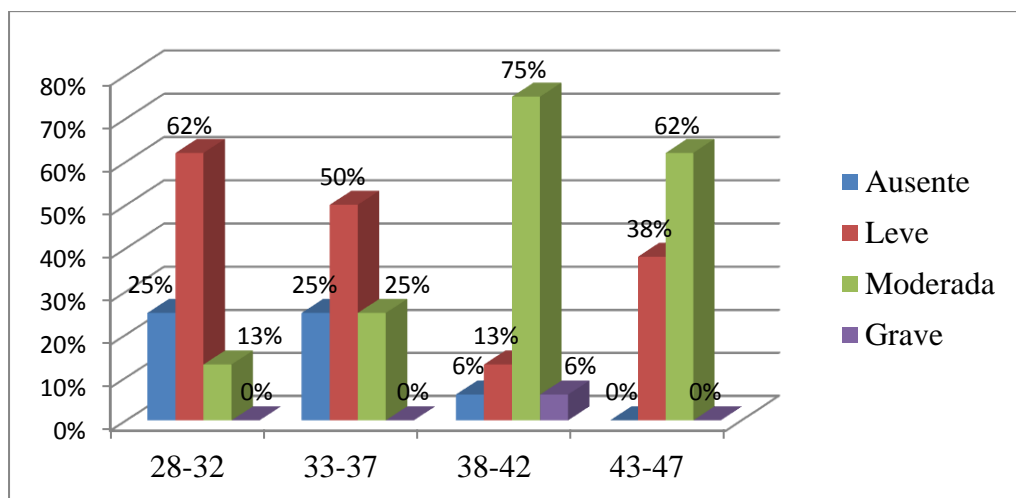
NIVEL DE DEPRESIÓN EN LAS MUJERES QUE SE DESEMPEÑAN COMO TRABAJADORAS, MADRES Y AMAS DE CASA SEGÚN EDAD

Categorías	Edad								Total	
	28-32		33-37		38-42		43-47			
	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%
Ausente	4	25%	4	25%	1	6%	0	0%	9	14%
Leve	10	62%	8	50%	2	13%	6	38%	26	40%
Moderada	2	13%	4	25%	12	75%	10	62%	28	44%
Grave	0	0%	0	0%	1	6%	0	0%	1	2%
Total	16	100%	16	100%	16	100%	16	100%	64	100%

Elaboración: Propia

GRÁFICA N° 8

NIVEL DE DEPRESIÓN EN LAS MUJERES QUE SE DESEMPEÑAN COMO TRABAJADORAS, MADRES Y AMAS DE CASA SEGÚN EDAD



Elaboración: Propia

Con los datos obtenidos es posible indicar que un 75% de las mujeres que se encuentran entre las edades comprendidas entre 38 a 42 años, asimismo un 62% de las mujeres ubicadas dentro de edades de 43-47, poseen un nivel de depresión moderada, vale decir que se caracterizan por tener un estado emocional inestable porque son personas que sienten mucha ansiedad, sentimientos de culpa, tristeza, pesimismo, lo que les puede dificultar lograr una afrontación psicológica.

Las mujeres de esas edades son más propensas a sufrir depresiones. Por lo que la depresión se presenta con mayor frecuencia en la etapa de mayor productividad en el empleo de la mujer. Muchas mujeres tienen más estrés por la responsabilidad en el trabajo y en el hogar, lo que provoca desajustes psicológicos importantes. El nivel socioeconómico bajo, favorece mayor depresión, es debido a las condiciones de vida deficientes, al bajo nivel de ingresos y de educación. Según una investigación, la depresión en mujeres que trabajan es más frecuente, en una edad promedio de 43 años, con 8 horas, de trabajo, casadas, con 2 hijos, que pertenecían al nivel socioeconómico bajo y que tenían un ramo de trabajo del nivel secundario.(Lozano, S. 2005, pág. 36).

Entre otros datos, un 62% de las mujeres que se desempeñan como trabajadoras, madres y amas de casa ubicadas dentro de la edades de 28 a 32 años y un 50% entre 33-37 años de edad presentan una depresión leve, vale decir que son mujeres que presentan episodios de depresión. Sin embargo tienen las herramientas psicológicas para afrontar su vida de aquí en adelante.

Con los datos obtenidos es posible inferir que a mayor edad mayor tendencia hay que la mujer que se desempeña como trabajadora, madres y ama de casa presente mayor nivel de depresión. Los estados depresivos constituyen uno de los síndromes más evidentes de afectación de la salud mental de las mujeres en el momento actual. Los desafíos al desempeño de múltiples roles colocan a las mujeres en situación de exigencia y frustración.

5.5. DESCRIBIR LAS RELACIONES FAMILIARES EN MUJERES QUE SE DESEMPEÑAN COMO TRABAJADORAS, MADRES Y AMAS DE CASA.

La familia es un grupo de personas que comparten afectos, vivencias, casa, bienes, dinero, trabajo y proyectos comunes. En las diferentes etapas a lo largo de la vida la mujer desempeña un papel importante en la familia y sociedad, como madre, esposa, hija, trabajadora, ama de casa, educadora y otros.

La mujer al trabajar dentro y fuera del hogar no sólo le puede afectar a nivel psicológico y físico, sino que también a nivel familiar, es por eso que se ha planteado el siguiente objetivo que es *“Describir las Relaciones Familiares en mujeres que se desempeñan como trabajadoras, madres y amas de casa”*, por lo que ahora con el análisis de los resultados se podrá comprobar si se logró dar cumplimiento al mismo.

Los resultados obtenidos del cuestionario de relaciones familiares, indican la relación, comunicación, expresión de afectos, tiempo de convivencia, colaboración en las tareas, valoración del trabajo y satisfacción dentro de la familia con relación al trabajo que desempeña la mujer dentro y fuera del hogar.

CUADRO N° 10

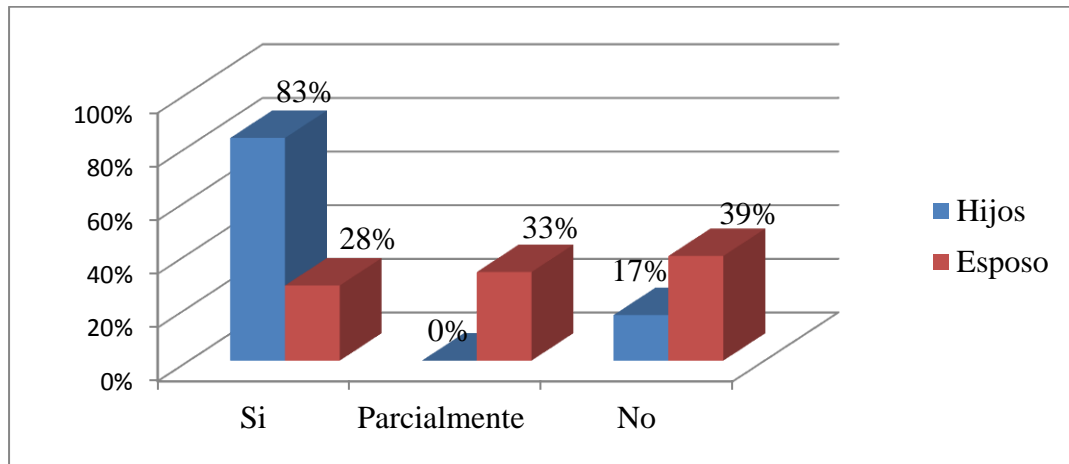
RELACIÓN, COMUNICACIÓN Y EXPRESIÓN DE AFECTOS CON LA FAMILIA DE LAS MUJERES QUE SE DESEMPEÑAN COMO TRABAJADORAS, MADRES Y AMAS DE CASA

Categorías	Relación con la familia				Comunicación con la familia				Expresión de Afectos por parte de la familia			
	Hijos		Esposo		Hijos		Esposo		Hijos		Esposo	
Si	53	83%	18	28%	51	80%	19	30%	57	89%	20	31%
Parcialmente	0	0%	21	33%	13	20%	20	31%	6	9%	18	28%
No	11	17%	25	39%	0	0%	25	39%	1	2%	26	41%
Total	64	100%	64	100%	64	100%	64	100%	64	100%	64	100%

Elaboración: Propia

GRAFICA N° 9

RELACIÓN CON LA FAMILIA



Elaboración: Propia

Según los datos observados el 83% de las mujeres mantienen una buena relación con sus hijos, es decir que existe entre ellos una buena comunicación, les brindan el afecto necesario para sentirse queridas, apreciadas, comprendidas; así también colaboran en las tareas de hogar, lo que permite que las mujeres tengan mas tiempo para dedicarles a sus hijos. un 17% no mantienen una buena relación debido al escaso de tiempo, esto se pudo corroborar con la entrevista realizada donde ellas mocionaron: *“Cuando llego a casa, mis hijos no están, se fueron al colegio”, “No es buena, porque mis hijos trabajan y paran ocupados con sus estudios y tareas”, “no paro mucho tiempo en casa, a parte de este trabajo tengo otro, los fines de semana salgo a lavar ropa”, “llego cansada de mi trabajo, hay mucho que hacer en casa, mis hijos no hacen nada y yo tengo que hacer”*.

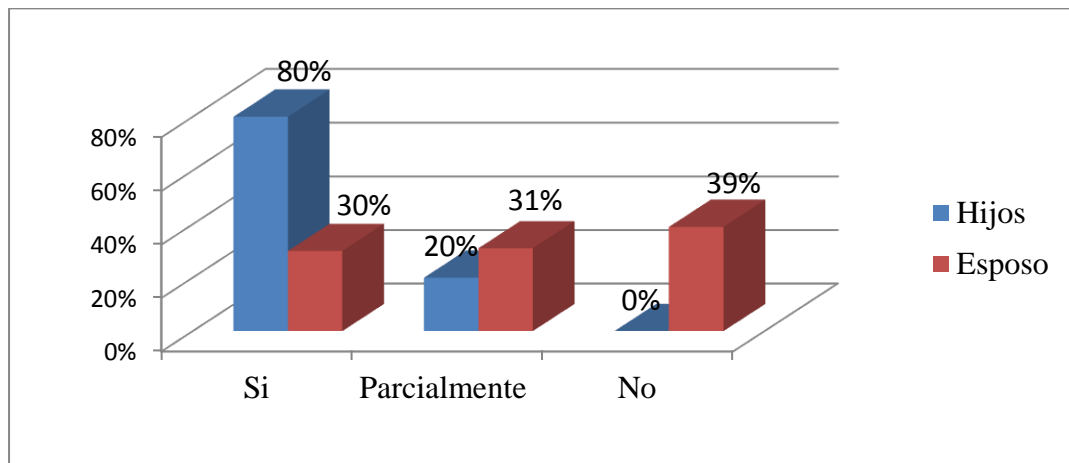
En cuanto a la relación con el esposo un 39% indica que no tiene buena relación con su esposo; ellas mencionan: *“No tenemos tiempo, ambos trabajamos”, “Mi esposo no trabaja aquí, trabaja en otro lugar y de meses viene, cuando llega es para darnos plata irse”, “me fue infiel, ya no hay confianza” “es irresponsable, no se ocupa de*

sus hijos, toma mucho, me maltrata”, “tenemos conflictos por la plata, estamos en crisis”, “peleamos mucho, tengo un carácter fuerte y no me dejo manipular, él quiere tener la autoridad”.

Una infinidad de conflictos que lleva a la mujer a estar preocupada por no poder dar solución a sus problemas.

En la familia; la mujer casada que trabaja se encuentra constantemente en un dilema, en cuanto a su misión de esposa y madre trabajadora, lo que le produce una preocupación y angustia constante por no poder cumplir fielmente con su misión. Muchas veces debe dejar el hogar abandonado, esta situación trae como consecuencia la desintegración familiar, discusiones y conflictos con el esposo, hijos he impide que mantengan una buena relación dentro del sistema familiar.

GRÁFICA N° 10
COMUNICACIÓN CON LA FAMILIA



Elaboración: Propia

La comunicación dentro la familia es uno de los aspectos más vitales en entorno sobre el que giran las relaciones dentro de la familia, no puede existir una familia con buena relación si dentro de sus miembros no existe un clima adecuado de

comunicación, por lo tanto es muy importante en el presente trabajo se analiza cómo es la comunicación dentro de la familia dentro de los hogares de las personas que se desempeñan como trabajadoras, madres y amas de casa.

Los datos obtenidos indican en primer lugar que el 80% de las mujeres tienen una buena comunicación con sus hijos y un 20% parcialmente, en términos más simples tienen una relación regular. Las mujeres tienen un vínculo afectivo especial con sus hijos, por más ocupadas que se encuentren buscan el tiempo para poder estar con ellos y dialogar.

También se obtuvieron datos que indicaron con respecto a la comunicación de las mujeres con su esposo, el 39% no tiene una buena comunicación debido a los conflictos y problemas ya mencionados en la interpretación de la Gráfica N° 9. Por último un 31% que tiene una comunicación regular. Según Jimenez (2007, pág. 27), *“La ausencia de comunicación convierte a las parejas en extraños el uno para el otro y apaga inexorablemente todo sentimiento amoroso. Y el diálogo constructivo tiende a ser sustituido por una cascada de despropósitos en la que abunda la crítica, el reproche o la indiferencia que encierra a sus víctimas en una espantosa prisión de soledad”*, las mujeres necesitan sentirse queridas apoyadas especialmente por su pareja, ya que ambos son responsables de mantener a la familia, sin embargo se observa que tanto el trabajo de la mujer con el de su pareja les limita a pasar tiempo juntos y por ello su relación y comunicación se ve afectada, las carencias de cariño y afecto, provocan que la mujer caiga en un estado emocional deprimente, presentando síntomas de ansiedad y baja autoestima.

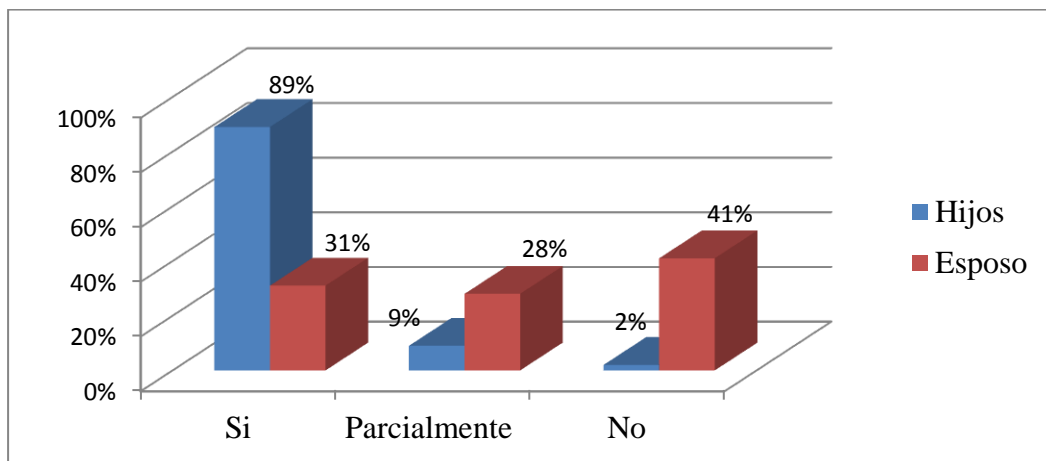
Según Brandem, N. (2010, pág. 22) *“Cuando más alta sea nuestra autoestima, nuestras comunicaciones tendrán la posibilidad de ser más abiertas, sinceras y adecuadas, porque creemos que nuestros pensamientos son valiosos y por tanto aceptaremos la claridad en lugar de temerla, cuando más baja sea nuestra autoestima nuestras comunicaciones tenderán a ser más turbias. Evasivas e*

inadecuadas debido a la desconfianza de nuestros propios pensamientos u sentimientos, así como la ansiedad ante la respuesta de nuestros interlocutores". Con lo mencionado se infiere que las mujeres que tienen una autoestima positiva tendrán más disposición a establecer relaciones positivas y satisfactorias en lugar de tóxicas, especialmente en su vida marital, pues hay más conflictos con la pareja que con los hijos.

Una de las funciones que tiene la comunicación al interior de las familias es poder expresar necesidades y que éstas sean escuchadas y satisfechas por otro miembro de la familia. Una de las dificultades habituales de las familias radica en pensar que ese otro va a poder adivinar lo que uno necesita y es ahí donde surgen los problemas con los diferentes miembros de núcleo familiar.

GRÁFICA N° 11

EXPRESIÓN DE AFECTOS POR PARTE DE LA FAMILIA



Elaboración: Propia

Con un porcentaje significativo el 89% de las mujeres se sienten queridas y apreciadas por sus hijos y un 9% muy minoritario que se limita expresar afecto y cariño a su madre, por lo que es un afecto insuficiente para ella. Según se corrobora con

los rasgos de personalidad las mujeres que no se sienten queridas por sus hijos, tienen una personalidad fría y estricta, por lo tanto los hijos responden de la misma manera.

Por otro lado, un 41 % que indica que sus esposos no les expresan el afecto necesario para ser queridas, por lo que ellas corresponden con la misma frialdad de cómo se las trata. Según Jiménez (2007, pág. 28) menciona que *“La mujer que regresa a su hogar, tras una larga jornada de fatigoso trabajo o que se ha ocupado durante todo el día de las innumerables tareas que requiere la buena administración de la casa, tiene derecho, y así lo reclama, a encontrar en su compañero el soporte afectivo que la haga sentirse viva, digna de ser amada y valorada”*. Pero sin embargo es posible deducir que la mujer, al desempeñar múltiples tareas, tiene su tiempo limitado, asimismo por el trabajo de su pareja no se dan tiempo para estar juntos y por ende el afecto y el cariño va disminuyendo, esto afecta a la mujer emocionalmente por la necesidad de sentir y expresar afecto. Cada vez es mayor el número de mujeres que están despertando y no se sienten egoístas o poco abnegadas por mostrar su humanidad y atreverse a gritar que también ellas son acreedoras a la caricia, a las atenciones, a los mimos, que demandan de sus parejas un tipo de comunicación de la que no esté excluida la expresión de los sentimientos.

CUADRO N° 11

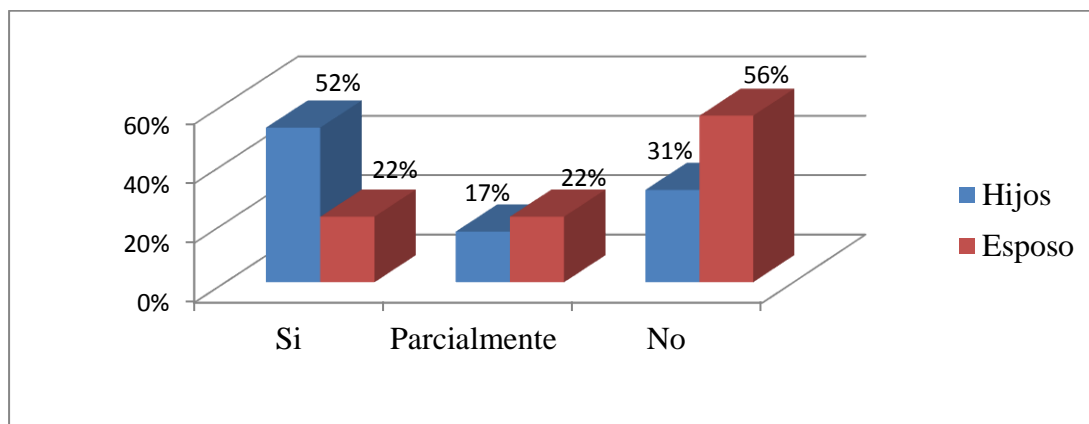
TIEMPO DE DEDICACIÓN, COLABORACIÓN CON LAS TAREAS DEL HOGAR Y VALORACIÓN EN LA FAMILIA DE LAS MUJERES QUE SE DESEMPEÑAN COMO TRABAJADORAS, MADRES Y AMAS DE CASA

Categorías	Tiempo de dedicación a la familia				Colaboración de la familia en las tareas del hogar				Valoración de la familia al trabajo que realiza la mujer			
	Hijos		Esposo		Hijos		Esposo		Hijos		Esposo	
Si	33	52%	14	22%	50	78%	16	25%	53	83%	24	38%
Parcialmente	11	17%	14	22%	13	20%	16	25%	9	14%	15	23%
No	20	31%	36	56%	1	2%	32	50%	2	3%	25	39%
Total	64	100%	64	100%	64	100%	64	100%	64	100%	64	100%

Elaboración: Propia

GRÁFICA N° 12

TIEMPO DE DEDICACIÓN A LA FAMILIA



Elaboración: Propia

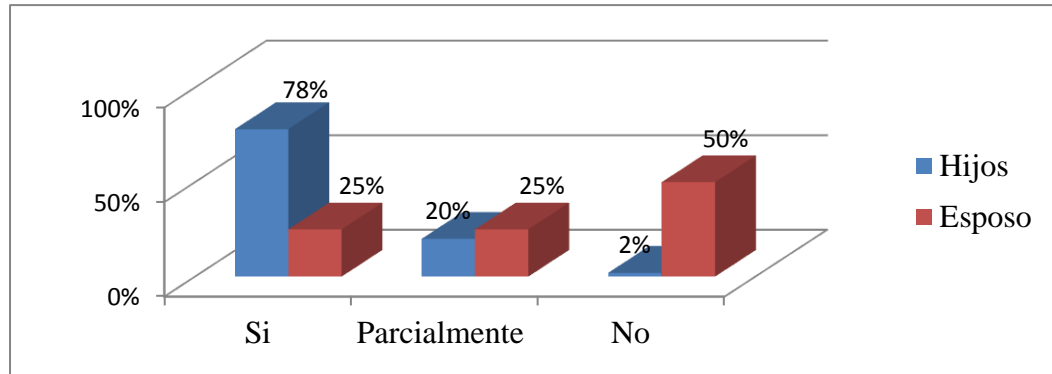
Según los datos el 52% de las mujeres remiten que están de acuerdo con el tiempo que les dedican a sus hijos, vale decir que el poco tiempo que tienen es invertido a pasar con ellos, lo que se muestra en el Cuadro N° 10, ya que tienen buena relación y comunicación. Por otro lado un 31% indica no estar de acuerdo con tiempo que les dedican a sus hijos, especialmente por la falta de tiempo. Ellas mencionan, *“hay mucho que hacer, el tiempo no me alcanza”, “ni los fines de semana tampoco tenemos tiempo, me pongo a recoger la casa, a hacer el mercado, lavo ropa, ahí se pasa rápido el tiempo”*. Según Olivares (2007 pág. 5), muchas mujeres sienten que el poco tiempo que les queda no pueden invertirlo en sus hijos, más aún, si no tienen ayuda en las labores domésticas. Aflora en ellas el sentimiento de que no están ahí cuando las necesitan, que el reducido momento que comparten lo usan para regañarlos más que para afianzar la relación.

En cuanto a sus esposos el 56% de las mujeres no están de acuerdo con el tiempo que le dedican a ellos, esto puede deberse a que no tienen una buena relación y comunicación entre ellos, debido a la falta de tiempo, atención y afecto por parte ellos y viceversa. Un 22% indica que si están de acuerdo con el tiempo que le dedican a su

pareja, ya que el poco tiempo que disponen lo dedican enteramente a su familia, por lo que les permite tener una buena relación y comunicación.

GRÁFICA N° 13

COLABORACIÓN DE LA FAMILIA EN LAS TAREAS DEL HOGAR



Elaboración: Propia

En la Gráfica N° 13 el 78% de las mujeres son colaboradas y apoyadas por sus hijos a la hora de realizar las tareas del hogar como cocinar, barrer, recoger, etc., de manera voluntaria. Eso ayuda a que la madre no trabaje excesivamente y pueda tener tiempo para ella misma y descansar un poco después de tanto trabajo, por lo tanto también ayuda a que sus hijos sean responsables e independientes y siempre estén a disposición de brindar ayuda. Es necesario mencionar que las mujeres a las que se les entrevistó tienen entre dos a cinco hijos, entre 10 a 20 años de edad. Entre otros datos, un 20% que colabora de manera regular, es decir parcialmente: ellas mencionan *“mi hija trabaja, y no puede ayudarme”* *“mis hijos son varones y poco me ayudan, están en la adolescencia y están con sus cosas”*, *“Se dedican bastante a su estudios, tienen exámenes, realiza sus tareas, no tiene tiempo”*, *“paran mucho tiempo con la televisión y no quieren hacer las cosas, obligadamente lo hacen”*, *“sólo reclaman y no quieren hacer nada”*.

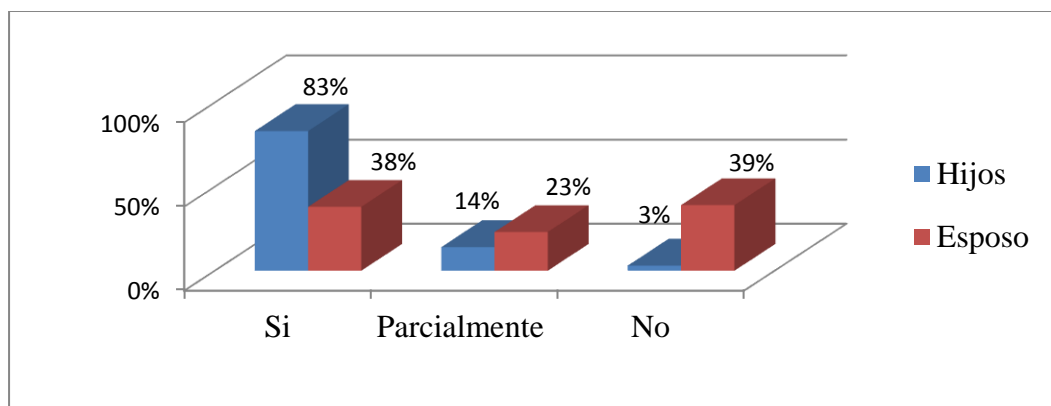
En cuanto a los esposos, un 25% colabora en las tareas del hogar, especialmente los fines de semana, ya que sólo esos días paran en casa y en la semana en su trabajo y

un 50% no colabora: “no para mucho tiempo en la casa, el trabajo fuera, y cuando llega no veo que colabore para nada”, “es alcohólico, ahora está sin trabajo, si no da plata menos se pone a ayudar”, “mi esposo es machista, piensa que las mujeres solo hacemos eso”, “no tiene tiempo, trabaja mucho”, “es un irresponsable”, “sólo se dedica a dar dinero y nada más”. Según Hormachea (2008, pág. 52), indica Muchas mujeres expresan que una de sus fuentes de frustración es la falta de apoyo de sus esposos. Muchas se sienten solas y abrumadas con la crianza de los hijos, las labores del hogar y mucho más cuando deben salir de sus hogares a trabajar. Algunos esposos no aprendieron ni quieren ayudar a su esposa y ni siquiera son buenos proveedores económicos. Otros lo que hacen es bien generar buenos ingresos y sostienen bien a sus familias, pero no apoyan a sus esposas en el entrenamiento de los hijos y en las labores domésticas.

Las mujeres madres esperan que sus hijos y esposos ayuden y participen en la tarea de la casa, esto puede generar una línea de conflicto entre ellos, quienes no aceptan la tipificación de los roles, además generan tensiones entre los mismos pues estos exigen paridad de las responsabilidades.

GRÁFICA N° 14

**VALORACIÓN DE LA FAMILIA AL TRABAJO QUE REALIZA LA MUJER
DENTRO Y FUERA DE HOGAR**



Elaboración: Propia

Los datos observados indican que el 83% de los hijos de las mujeres que se desempeñan como trabajadoras, madres y amas de casa, valoran el trabajo que realiza su madre, las mujeres indicaron en la entrevista que sus hijos demuestran de la siguiente manera: *“se están portándose bien, no me hacen renegar”*, *“me colaboran con las cosas de la casa, a recoger, limpiar, cocinar”*, *“siento que valoran, porque cuando llego a casa me reciben con cariño y me llenan de atenciones”*, *“estudiando y sacando buenas calificaciones”* *“cuidan las cosas que son compradas con tanto sacrificio”* y un 3% no valora el trabajo que realiza su madre, es decir haciendo todo lo contrario a lo anteriormente mencionado.

En cuanto a los esposos un 39% no valora el trabajo que realiza la mujer, ya que no se ve de parte de ellos el apoyo en las tareas del hogar y en otros casos por la ausencia dentro del hogar, un 14% sí valora el trabajo que realiza la mujer que se desempeña como trabajadora, madre y ama de casa.

La necesidad de ser aceptada y valorada por los otros, es uno de los motores más fuertes que sostienen esta situación. Es la necesidad de ocupar un lugar privilegiado en la relación con los demás, de ser importante e imprescindible para el otro y sobre todo es importante para ella la valoración que su familia da con respecto a su trabajo dentro y fuera del hogar y al esfuerzo que realiza.

CUADRO N° 12

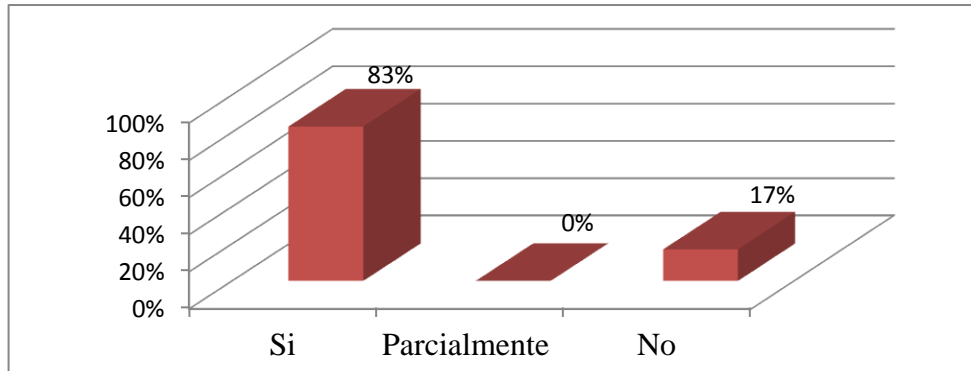
SATISFACCIÓN DE LA MUJER CON LAS TAREAS QUE REALIZA DENTRO Y FUERA DEL HOGAR

Categorías	Frecuencia	Porcentaje
Si	53	83%
Parcialmente	0	0%
No	11	17%
Total	64	100%

Elaboración: Propia

GRAFICA N° 15

SATISFACCIÓN DE LA MUJER CON LAS TAREAS QUE REALIZA DENTRO Y FUERA DEL HOGAR



Elaboración: Propia

Por los datos observados en el Cuadro N° 12, es posible inferir que el 83% de las mujeres se sienten bien y satisfechas con las labores dentro y fuera del hogar, con respecto ellas mencionaron: *“Sí, por que yo tengo la autoridad dentro de mi hogar”, “me siento bien con mi trabajo, especialmente aquí, olvido mis problemas, con las mujeres paramos riéndome me siento bien”, “colaboro económicamente”, “ambos tenemos autoridad y compartimos el dinero”* y un 17% no se considera satisfecha con su trabajo, especialmente porque el tiempo dedicado a su hijo y esposo es escaso. Hormachea (2008, pág. 145), refiere que *“Aunque muchas mujeres dan una imagen de ser personas realizadas y sin duda muchas lo experimentan, también muchas se sienten tristes por estar tantas horas lejos de sus hijos. Ellas están más vinculadas emocionalmente con sus hijos y disfrutan dedicándoles tiempo a cuidarlos, alimentarlos y protegerlos. Cuando ella sale del hogar para trabajar se agrega un mundo de tensiones que le produce impotencia y por lo tanto frustración”*.

Para finalizar, se puede concluir que las características presentes en las relaciones familiares están basadas en una escasa comunicación y relación especialmente con la

pareja, debido a la falta de tiempo, por el afecto insuficiente brindado por la pareja y la escasa colaboración en las tareas domésticas; por el contrario con los hijos mantienen una buena relación y comunicación.

5.6. ANÁLISIS DE HIPÓTESIS

A continuación se realizará un análisis de cada una de las hipótesis planteadas en el trabajo de investigación y se fundamentara si se aceptan o se rechazan las mismas de acuerdo a los resultados obtenidos.

La primera hipótesis planteada en la investigación fue:

H1. “En cuanto a los rasgos de personalidad de las mujeres que se desempeñan como trabajadoras, madres y amas de casa son: tensas, inseguras, sencillas y tiernas”

En cuanto a la hipótesis sobre los rasgos de personalidad presentes en las mujeres que se desempeñan como trabajadoras, madres y amas de casa, es aceptada, ya que la mujeres que se desempeñan como trabajadoras, madres y amas de casa presentan rasgos de personalidad tales como se muestra en el Cuadro N° 2: “sencillez” con un 61%, “inseguridad” con un 52%, “ternura” con un 69% y tensión con 42%. Así también otros rasgos presentes con un porcentaje significativo tales como: practicidad (66%) y poca fuerza del yo ambos con un 75% lo que indica que son mujeres caprichosas, inconstantes, inmaduras, y ansiosas.

La segunda hipótesis planteada dice:

H2. “El nivel de autoestima en las mujeres que se desempeñan como trabajadoras, madres y amas de casa, es baja”

Según los resultados obtenidos esta hipótesis planteada en la investigación se rechaza, sin embargo existe una tendencia con un 47%, que indica que las mujeres que se desempeñan como trabajadoras, madres y amas de casa presentan una autoestima baja, por lo que se caracterizan por sentirse aisladas, indignas de amor, incapaces de

expresarse o defenderse, demasiado débiles para afrontar sus deficiencias, pasivas, constantemente preocupadas, susceptibles a las críticas, sienten que se ahogan en sus propios problemas, falta de confianza, sentimientos de inseguridad e inferioridad y culpabilidad, manifestándose con una actitud de tristeza, depresión, renuncia y aparente abnegación, o bien, con actitudes de ansiedad y miedo, esto puede provocar en ellas un desequilibrio en su estado psicológico.

Como tercera hipótesis se planteó:

H3. *“El nivel de ansiedad en las mujeres que se desempeñan como trabajadoras, madres y amas de casa, es grave”*

Esta hipótesis planteada en la investigación se rechaza, ya que los resultados arrojaron datos reflejados en el Cuadro N° 5, que indica que el 39% de las mujeres se inclinan a un nivel de ansiedad moderada, lo es bastante negativo para ellas, porque no gozan de una estabilidad emocional que les permita hacer sus actividades cotidianas de forma normal, presentando síntomas físicos, psicológicos y conductuales.

La cuarta hipótesis es la siguiente:

H4. *“El nivel de depresión en las mujeres que se desempeñan como trabajadoras, madres y amas de casa, es grave.”*

En cuanto a esta hipótesis es rechazada, ya que en el cuadro N° 8, se observa un 44% lo que indica una tendencia de depresión moderada, es decir que en las mujeres que se desempeñan como trabajadoras, madres y amas de casa, su estado de ánimo es inestable por lo que presentan periodos de depresión, caracterizadas por ser pesimistas, tristes, insatisfechas, culpables, con episodios de llanto, irritabilidad, indecisión, enlentecimiento, insomnio, fatiga, preocupaciones somáticas.

Finalmente la última hipótesis hace mención:

H5. *“Las relaciones familiares de las mujeres que se desempeñan como trabajadoras, madres y amas de casa se caracterizan por presentar poca comunicación y una expresión de afecto por parte de la familia insuficiente.”*

En cuanto a la hipótesis de la investigación, la misma es rechazada, ya que los porcentajes no son significativos, pero sí se pueden describir las características presentes actualmente en su familia, donde un 39% observada en la gráfica N° 10, las mujeres indican que no mantienen una comunicación continua y abierta con su pareja y también en la Gráfica 11 se observa que un 41% de las mujeres consideran insuficiente el afecto y cariño que le brinda su pareja, debido a la falta de tiempo por trabajos dentro y fuera del hogar tanto de ella como de él. En cambio, con los hijos es todo lo contrario existe una buena relación y comunicación, esto se puede observar en la Gráfica N° 10, 11, 12 donde indican que las mujeres mantienen una buena relación y comunicación, así sienten que sus hijos le brindan el afecto necesario.

CAPÍTULO VI
CONCLUSIONES Y
RECOMENDACIONES

VI. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

6.1. CONCLUSIONES

Luego de haber procedido con el análisis e interpretación de los resultados se llegaron a las siguientes conclusiones, respecto a cada una de las hipótesis planteadas:

“Determinar los Rasgos de Personalidad en mujeres que se desempeñan como trabajadoras, madres y amas de casa”


En base a los datos arrojados por el inventario de personalidad 16 PF, las mujeres que se desempeñan como trabajadoras, madres y amas de casa se caracterizan por ser emocionalmente inmaduras, e impulsivas, débiles para tolerar las frustraciones, le rehúyen a la toma de decisiones, de nervios fatigados, generalmente son insatisfechas, inseguras de sí mismas, algunas veces exigentes pero poco prácticas, ansiosas pero a la vez tiernas, sencillas.

“Identificar en nivel de Autoestima en mujeres que se desempeñan como trabajadoras, madres y amas de casa”

Las mujeres que se desempeñan como trabajadoras, madres y amas de casa tienen la tendencia presentar una baja autoestima, son persona caracterizadas por estar preocupadas, susceptibles a las críticas, sienten que se ahogan en sus propios problemas, falta de confianza, sentimientos de inseguridad e inferioridad, lo que hace que el crecimiento psicológico se vea perturbado y le impida autorrealizarse como persona.

Las mujeres comprendidas entre las edad de 43 a 47 años de edad presentan un nivel autoestima baja, son persona inseguras de sí mismas, tienen dificultad para tomar decisiones, desconfiadas, es decir las mujeres que se desempeñan como


trabajadoras, madres y amas de casa que a medida que la edad aumenta, la autoestima tiende a descender, a mayor edad, menor autoestima atribuyendo este hallazgo a la disminución de capacidades en diferentes áreas: social, familiar y laboral.

 **“Identificar en nivel de Ansiedad en mujeres que se desempeñan como trabajadoras, madres y amas de casa”**

Las mujeres que se desempeñan como trabajadoras, madres y amas de casa, tienen la tendencia de presentar ansiedad entre moderada y ligera por lo que experimentan periodos de ansiedad que le impiden tener una vida normal.


Y entre los síntomas más frecuentes presentado en las mujeres son los psíquicos, evidenciando sentimientos de inseguridad, dificultad para tomar decisiones, así como síntomas físicos debido al cansancio que implica su trabajo como trabajadora, madre y ama de casa.

Las mujeres ubicadas dentro de las edades de 38 – 42, presentan un nivel de ansiedad moderada por lo que ellas se caracterizan por presentar un desequilibrio fisiológico, somático y psicológico, indicando que a partir de los 30 es la etapa más productiva de la vida en la que las mujeres más se sobrecarga, es decir la mujer se incorpora al empleo, forma su pareja, es madre, y llega un momento en que tiene demasiadas responsabilidades. Es una etapa realmente difícil, cuando la mujer sale de casa para trabajar, sobre sí sigue llevando el peso de la familia y del hogar.

 **“Determinar el nivel de Depresión en mujeres que se desempeñan como trabajadoras, madres y amas de casa”**

Las mujeres presentan una tendencia a la depresión moderada, es decir que hay situaciones que provocan un decaimiento emocional en ellas, especialmente por las relaciones entabladas con su familia o conflictos que pueda haber en ella, así mismo por las labores que realiza.

Las mujeres propensas a tener depresión están entre las edades de 38 a 42 años, lo que es posible indicar que la depresión se presenta con mayor frecuencia en la etapa de mayor productividad en el empleo de la mujer. Muchas mujeres tienen más estrés por la responsabilidad en el trabajo y en el hogar, lo que provoca desajustes psicológicos importantes, es decir que a mayor edad, mayor tendencia tiene la mujer de padecer depresión.

 **“Describir las Relaciones Familiares en mujeres que se desempeñan como trabajadoras, madres y amas de casa”**

En cuanto a las relaciones dentro de la familia se puede concluir que las características presentes en las relaciones familiares están basadas por la escasa comunicación y relación especialmente con la pareja, debido a la falta de tiempo, el afecto insuficiente brindado por la pareja y la escasa colaboración en las tareas domésticas; por el contrario con los hijos mantienen una buena relación y comunicación, así mismo sienten que sus hijos le brindan el afecto necesario.

6.2. RECOMENDACIONES

- ✚ Se recomienda a las mujeres someterse a un proceso de terapia individual y de pareja, para que puedan encontrarse a sí mismas y descubran las falencias en su matrimonio.
- ✚ Es necesario crear conciencia en los hijos para que comprendan el por qué de las múltiples actividades de las madres, que buscan educarlos con valores que les permitan actuar con igualdad y las apoyen, cumpliendo con sus trabajos escolar, que es el de estudiar.
- ✚ Crear mayor conciencia a la sociedad, para que reconozca y valore a las mujeres que realizan doble jornada, es decir ser madres y tener un trabajo asalariado. Ya que ésta es una de las maneras en las que se podría fomentar el respeto a los derechos de las mujeres; cabe resaltar que dicha conciencia y apoyo debería darse desde la familia y sobre todo entre las mujeres para lograr fines comunes.
- ✚ A la mujer, que no sólo debe preocuparse sabiamente de los demás, sino también de ella y recordar que no sólo es su cuerpo lo que se debe proteger, sino que también hay emociones que cuidar y espíritu que alimentar.
- ✚ Se recomienda crear programas de interacción familiar que sirvan para poder unir a la familia, mediante juegos grupales espacios donde haya diversión y recreación así mismo implementando ejercicios de relajación que les permitan estar tranquilos y eliminar el estrés de tanto trabajo.
- ✚ A los futuros investigadores se recomienda en base al tema propuesto, tomar en cuenta otras variables tales como: las características de los hijos de las

mujeres que se desempeñan como trabajadoras, madres y amas de casa, así como un estudio de la relación conyugal de las mujeres.

- ✚ Se recomienda la elaboración de un Programa de Intervención familiar basada en el reconocimiento de los roles de cada uno de los miembros dentro del núcleo familiar, para identificar las deficiencias y limitaciones de cada uno de ellos, para poder organizar mejor el sistema familiar.
- ✚ A las instituciones correspondientes atiendan a esta capa de población tan vulnerable.